

# GAZIANTEP ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ

ISSN: 2536-5339



Cilt: 7 Sayı:3 Eylül 2022

Volume:7 Number:3 September 2022



## GAZIANTEP UNIVERSITY JOURNAL OF SPORT SCIENCE

**GAZIANTEP ÜNİVERSİTESİ** | **GAZIANTEP UNIVERSITY**  
**SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ** | **JOURNAL OF SPORT SCIENCE**

*2022, Cilt 7, Sayı 3* | *2022, Volume 7, Issue 3*  
Çevrimiçi Basım Tarihi: Eylül 2022 | Publishing Date: September 2022  
ISSN: 2536-5339 | ISSN: 2536-5339

Yayın hakkı © 2016 GAÜN BESYO  
Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi yılda 4 kez (3 ayda bir) yayımlanan hakemli sürekli bir yayındır.  
GUJSS is published four times a year (quarterly)

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

**Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi Adına**  
**Editör – Editor**  
Dr. Zarife PANCAR

**Yayın Koordinatörü**  
Dr. Zarife PANCAR

**Publishing Coordinator**  
Dr. Zarife PANCAR

**İngilizce Dil Editörleri**  
Dr. Mehmet BARDAKÇI

**Proofreading for Abstracts**  
Dr. Mehmet BARDAKÇI

**İstatistik Editörü**  
Dr. İlkey DOĞAN

**Statistics Editor**  
Dr. İlkey DOĞAN

**Yayın Dili**  
Türkçe- İngilizce

**Language**  
Turkish-English

## BİLİM KURULU

- Dr. Arif ÖZAYDIN (İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi)  
Dr. Hacı Murat ŞAHİN (Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi)  
Dr. Mehmet GÜNAY (Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi)  
Dr. Vedat ÇINAR (Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi)  
Dr. Fatih ÇATIKKAŞ (Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi)  
Dr. Stevo POPOVIC (University of Montenegro / Faculty of Sport and Physical Education - MONTENEGRO)  
Dr. Hakkı ULUCAN (Erciyes Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi)  
Dr. Robert C. SCHNEIDER (Brockport College in the State University of New York, Department Head of Sports Management - USA)  
Dr. Christoph BREUER (German Sport University Cologne Head of Institute of Sport Economics and Sport Management - GERMANY)  
Dr. Kaukab AZEEM (Faculty, Physical Education Department - SAUDI ARABIA)  
Dr. Simona PAJAUJIENE (Lithuanian Sports University, Department of Sports Coaching - LITHUANIA)  
Dr. Dusan MITIĆ (Faculty of Sport and Physical Education University of Belgrade, Department for Recreation - SERBIA)  
Dr. Dana BADAU (University of Medicine and Pharmacy - ROMANIA)  
Dr. Emanuele ISIDORI (University of Rome Foro Italico - ITALY)  
Dr. Andriy VOVKANYCH (Lviv State University of Physical Culture - UKRAINE)  
Dr. Dciparkul ABDIRAHMANOVA (Kyrgyzstan Turkey Manas University - KYRGYZSTAN)  
Dr. Kanat CANUZAKOV (Kyrgyzstan Turkey Manas University - KYRGYZSTAN)  
Dr. Ifet MAHMUTOVIĆ (University of Sarajevo, Faculty of Sport and Physical Education, BOSNIA AND HERZEGOVINA)  
Dr. Serdar GERİ (Mardin Artuklu Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu)  
Dr. Melike ESENTAŞ (Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi)  
Dr. Mustafa Yaşar ŞAHİN (Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi)  
Dr. Ünal TÜRKÇAPAR (Kyrgyzstan Turkey Manas University - KYRGYZSTAN)  
Dr. Çağrı ÇELENK (Erciyes Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi)  
Dr. Mustafa ÖZDAL (Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi)  
Dr. Nevzat DİNÇER (Batman Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu)  
Dr. Burak GÜRER (Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi)  
Dr. Erhan ŞAHİN (Siirt Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu)  
Dr. Samet AKTAŞ (Batman Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu)

### BU SAYININ HAKEM KURULU / REFEREES OF THIS ISSUE; 2022, 7(3)

- |                           |                         |
|---------------------------|-------------------------|
| Dr. Mikail TEL            | Dr. Tonguç Osman MUTLU  |
| Dr. Mücahit SARIKAYA      | Dr. Esin ERGİN          |
| Dr. Sema ÇİFÇİ            | Dr. Emrah YILMAZ        |
| Dr. Edibe PİRİNÇCİ        | Dr. Meliha UZUN         |
| Dr. Übeyde GÜLNAR         | Dr. Levent VAR          |
| Dr. Uğur ABAKAY           | Dr. Tolga ESKİ          |
| Dr. Osman PEPE            | Dr. Ali YILDIRIM        |
| Dr. Abdullah Sencer TEMEL | Dr. Tuğba Mutlu BOZKURT |

Dr. Mustafa ÖZDAL  
Dr. Hayri AKYÜZ  
Dr. Fatih YAŞARTÜRK

---

## **EDİTÖRDEN**

Saygıdeğer spor bilimciler, Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi (GUSBD), Uluslararası hakemli dergi olup yılda 4 kez (Mart-Haziran-Eylül-Aralık) yayınlanmaktadır. 2016 yılından beri ulusal ve uluslararası çalışmalarla siz değerli okur ve yazarlarımızla birlikte olmanın onurunu ve mutluluğunu yaşamaktayız. Sizlerin değerli, özverili çalışmaları ve desteği ile 7. yılında, 2022 yılının üçüncü sayısı olan cilt 7 sayı 3, toplamda 10 çalışma ile yayına devam etmektedir. Göstermiş olduğunuz ilgi, değerli katılım ve katkılarınızdan dolayı sizlere minnettarız.

Dergimizin yayın sürecinde başta siz değerli yazar ve okuyucular olmak üzere değerli bilim kurulu üyelerimize ve editör ekibimize katkılarından dolayı teşekkürlerimizi sunuyoruz. Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi olarak verdiğiniz ve vereceğiniz her türlü destekten dolayı teşekkür eder, yeni eğitim-öğretim yılının hepimize ve ülkemize başta sağlık olmak üzere hayırlar getirmesini dileyerek saygılar sunarım.

Editör  
Dr. Zarife PANCAR

**SPORDA PSİKO-SOSYAL ALANLAR / PSYCHO-SOCIAL FIELDS IN SPORT**

Farklı Branşlardaki Engelli Sporcuların Antrenör ve Spora Yönelik Metaforik Algıları  
*Yunus GÜR, Ali Kemal TAŞKIN* 176-187

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Öğrencilerinin Mesleğe Yönelik Tutum ve Mutluluk Düzeylerinin İncelenmesi  
*Demet ÖZTÜRK ÇELİK, Taner YILMAZ* 203-214

Bireysel ve Takım Sporcularının Sağlıklı Yaşam Düzeylerinin Karşılaştırılması  
*Ercan TİZAR, Ramazan ERDOĞAN, Savaş AYHAN* 229-245

Üniversite Öğrencilerinin Rekreasyon Fayda Düzeyleri ile Akademik Öz Yeterlikleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi  
*Recep AYHAN, Buğra AKAY, Mehmet ÖÇALAN, Rüstem ORHAN* 258-276

Lise Düzeyindeki Öğrencilerin Bazı Değişkenler Açısından Spora Yönelik Tutumlarının İncelenmesi  
*Abdurrahman TOPAL, Fikret ALINCAK* 246-257

Tenis Sporunda Ailenin Rolü ve Önemi  
*Oğuz YILMAZ, Reşat KARTAL* 277-286

Ortaokul Öğrencilerinin Beden Eğitimi Ve Spor Dersine Yönelik Tutumları İle Beden Eğitimi Dersindeki Mutluluk Düzeylerinin İncelenmesi  
*Enis USLU, Kurtuluş ÖZLÜ* 287-306

**HAREKET VE ANTRENMAN BİLİMLERİ / MOVEMENT AND TRAINING SCIENCE**

Adölesan Öğrencilerde Fiziksel Aktivite ve Obezitenin Adolesan Yaşam Biçimi, Pedometre ve BIA ile Değerlendirilmesi  
*Mehmet Bülent ASMA, Hanife ANDAN, Mehmet Emin KURT, Ali CEYLAN* 188-202

**REKREASYON / RECREATION**

Futbolda Güncel Sorunlar Kaynaklı Kriz Yönetimi ve Medyaya Yansımalarının Değerlendirilmesi  
*Davut ATILGAN, Turgut KAPLAN, Onur ÖZTÜRK* 215-228

Spor Yapan Lise Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş ve Özerklik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi  
*Musa ÇİMEN, Özer YILDIZ* 307-325

## Farklı Branşlardaki Engelli Sporcuların Antrenör ve Spora Yönelik Metaforik Algıları

Yunus GÜR\*<sup>1</sup> 

Ali Kemal TAŞKIN<sup>1</sup> 

<sup>1</sup>Kilis 7 Aralık Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, KİLİS

 DOI: 10.31680/gaunjss.1149007

### Orijinal Makale / Original Article

Geliş Tarihi / Received: 26.07.2022

Kabul Tarihi / Accepted: 13.09.2022

Yayın Tarihi / Published: 22.09.2022

### Öz

Bu araştırmanın amacı farklı engel gruplarına sahip farklı branşlardaki engelli sporcuların antrenör ve spora yönelik metaforik algılarının belirlenmesidir. Araştırmada nitel araştırma desenlerinden biri olan olgu bilim deseni kullanılmıştır. Araştırmamızın örneklem grubunu Kilis, Gaziantep ve Elazığ illerinde farklı engel gruplarına ve farklı spor branşlarında aktif spor yapan 49 kadın, 12 erkek olmak üzere toplamda 61 engelli sporcu oluşturmuştur. Veri toplama amacıyla katılımcıların kişisel bilgilerine ulaşmak için demografik bilgi formu, metaforik algılarını belirlemek amacıyla ise "Antrenör.....gibidir. Çünkü ..." Cümlesini ve "Spor... gibidir. Çünkü....." cümlesini tamamlamaları istenmiştir. Toplanan veriler içerik analizi yardımı ile çözümlenmiştir. Katılımcıların demografik bilgilerinin çözümlenmesinde SPSS 22.0 programından faydalanılarak frekans ve yüzdeler hesaplanmıştır. Engelli sporcular antrenör ve spor kavramıyla ilgili toplamda 56 metafor oluşturmuş, antrenörler için oluşturdukları metaforlar toplam 5 kategoride toplanmıştır. Bunlar "Gerçek Hayat", "Liderlik", "Faydalı", "Yaşam Kaynağı" ve "İstenmeyen" kategorileri, spor için oluşturdukları metaforlara ait kategoriler ise "Pozitif Duygular", "Yaşamsal Kaynak", "Fiziksel Sağlık" ve "Olumsuz" şeklinde oluşturulmuştur. Sonuç olarak genelde olumlu metaforların üretildiğini sadece bir katılımcının olumsuz ve istenmeyen metafor ürettiğini söyleyebiliriz.

**Anahtar Kelimeler:** Engelli, Branş, Metafor

## Metaphorical Perceptions of Disabled Athletes in Different Branches towards Coaches and Sports

### Abstract

The aim of this research is to determine the metaphorical perceptions of disabled athletes in different branches with different disability groups towards trainers and sports. The phenomenology design, which is one of the qualitative research designs, was used in the research. The sample group of our research consisted of a total of 61 disabled athletes, 49 women and 12 men, who were active in different sports branches and for different disability groups in the provinces of Kilis, Gaziantep and Elazığ. It is like a demographic information form to reach the personal information of the participants for data collection, and a "Trainer....." to determine their metaphorical perceptions. Because it is like ..... and "Sports..... Because....." were asked to complete the sentence. The collected data were analyzed with the help of content analysis. Frequency and percentage calculations were made by using the SPSS 22.0 program to analyze the demographic information of the participants. Disabled athletes created a total of 56 metaphors related to the concept of coach and sports, and the metaphors they created for coaches were collected in 5 categories. These are the categories of "Real Life", "Leadership", "Useful", "Source of Life" and "Unwanted", and the categories belonging to the metaphors they created for sports are "Positive Emotions", "Vital Resource", "Physical Health" and "Negative". was created. As a result, we can say that generally positive metaphors are produced and only one participant produces negative and undesirable metaphors.

**Keywords:** Disabled, branch, metaphor

\*Sorumlu Yazar: Yunus GÜR

e-mail: yunusgur123@gmail.com

## Giriş

Bireyler farklı ruhsal, zihinsel, sosyal ve fiziksel boyutlara sahip özelliklerden oluşurlar. Kişiler arasındaki bu farklar gelişim yönlerini etkilemekte ve kişinin seviyesi hakkında da bize bilgi vermektedir. Yaşamının ilerleyen süreçlerinde karşılaşılan yetersizlik durumunun artması, kendisi ve toplumun beklentisi açısından önemli bir sorun olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu insanlar fiziksel, ruhsal, sosyal ve tıbbi açılardan eksik yönlerine göre sınıflandırılmaktadırlar (İlhan & Esentürk, 2014). Günümüzde engelli insanların topluma entegre edilmesi konusunda vazgeçilmez ve bu anlamda onlara yardımcı olan unsurlardan en önemlisi kuşkusuz spordur. Dünya çapında ve ülkemizde yapılan yarışmalar sayesinde kendilerinin de normal insanlar gibi spor yapabileceklerini ve bu anlamda başarılı olabileceklerini ispatlayarak, kendini toplumdaki soyutlayan engelli bireylere çok iyi örnekler oluşturmaktadırlar. Dünya geneline baktığımız zaman hızla artan engelli bireylerin ülkemizdeki nüfusa oranı %12,3'ü bulmaktadır (Yanikkerem & Esmeray, 2017). Yapılan dünya genelindeki çalışmalara bakıldığında zaman zaman toplam nüfus içerisinde engelli nüfusun büyük bir orana sahip olduğu görülmektedir (Ramadass ve diğ. 2018).

Fiziksel aktivitenin düzenli yapılması insanlar için sağlık sorunlarının düzeltilmesi ve iyileştirilmesi herkesin de bildiği gibi bilimsel olarak kanıtlanmış bir olgudur. Engelli bireylerin normal insanlara göre fiziksel aktivite ve rekreasyonel aktivitelere katılmaları maalesef istenilen düzeyde değildir. Düzenli fiziksel aktiviteye katılan engellilerin toplumla bütünleşmesi, yaşam memnuniyetlerinin artmasına ve ruh hallerinin iyileşmesine neden olacaktır. Ancak engelli bireyler maalesef erişilebilirlik, ulaşım, farkındalık, finansal nedenler ve bilişsel bozukluklar gibi birçok engelle karşı karşıya gelmektedir (Diaz, Miller , Kraus , & Fredericson, 2019). Bu konuda uzmanlara daha fazla görev düşmektedir. Örneğin engelli bireyin ve ailenin fiziksel aktiviteye bağlılığının ne durumda olduğu tespit edilmelidir. Aktif olmayan aile ve bireyler için farkındalık çalışmaları yapılmalı, fiziksel aktiviteye başlatmadan önce hazır olma durumlarını incelemeli ve motivasyonlarını sağlamalıdır. Uzmanların engelliler için daha fazla bağımsız bir ortam oluşturması onların hazır olma durumlarını etkileyecek, fiziksel aktivitenin faydaları konusunda da farkındalık yaratmış olacaktırlar (A.Wright, Roberts, Bowman, & Crettenden, 2019).

İnsanların iletişim kurmasına ve düşünmesine yardımcı olan unsurların başında kuşkusuz dil gelmektedir. Hedeflere ulaşmak için kesin ve doğru bir dil en uygun yoldur. İnsanların konuşma tarz ve şekilleri incelendiği zaman metafor şeklinde birçok

belirsizliğin olduğunu görmekteyiz. Örneğin “kanser” veya “mikrop” “savaşta” bir “düşmandır” tam anlamıyla kelime yanlış olmasına rağmen bu metaforik dilin insanların iletişimlerini kolaylaştıracağını, düşüncelerini şekillendireceğini biliyoruz (Thibodeau, Hendricks, & Boroditsky, 2017). Kökenini Yunanca ve Latince'den alan metafor sözcüğü “meta” değiştirmek, “pherein” taşımak anlamındaki iki sözcüğün birleşmesi ile oluşmuştur. Eski ve yeninin bilinçli şekilde uyumu olan "hayal" ögesidir (Levine, 2005). Kişilerin algılamaya çalıştığı olguyu, kavramı, farklı bir olayı başka alanlardaki kavramlarla ilişkilendirip, farklı durumlara taşıyan ve farklı gözlenmesine neden olan ilk durumda gözden kaçan olayların daha iyi algılanmasına yardımcı olan dilsel bir olguya metafor denir (Taylor, 1984). Örnek olarak sıkça kullanılan “öğretmen kitap gibidir” denildiğinde “öğretmen” benzeyen, “kitap” benzetilen ve kitabın, bilgi kaynağı görevini üstlenmesi özelliğini verebiliriz. Etrafımızdaki dünyayı anlamlandırmak ve yorumlamak için metaforları bilişsel bir araç olarak kullanırız. Örneğin sağlık ve tıp alanında metaforları sık sık kullanırız. Hastaların iyi olma deneyimlerini aktarmak ya da uzmanların onlara bir hastalık tanısını aktarmak, tedavi şeklini anlatmak, herhangi bir organın işlevini anlatmak için sıklıkla başvurduğu unsurlardan biridir metafor (Hanne, 2015).

## **Yöntem**

### **Araştırma Modeli**

Bu çalışma nitel araştırma yöntemlerinden biri olan olgu bilim çalışması olarak tasarlanmıştır. Bu kapsamda yapılan çalışmalarda herhangi bir olguya karşı bireysel boyutta veya deneyimlerin bireyler üzerinden incelenmesi hedeflenmektedir (Creswell, 2019). Olgu bilimsel araştırma, felsefi kökleri güçlü olan bir çalışma alanıdır. Bu tür yaklaşımlar genelde araştırmacının, yaşadığı deneyimlerinin nesnel tanımlarını elde ettiği veya onları yorumlayabildiği seviyesi ile karakterize edilir (Wilson, 2015). Yaptığımız çalışmada hedefimiz metaforlar yolu ile engelli sporcuların antrenör ve spor ile ilgili düşüncelerini belirlemektir.

### **Araştırmanın Çalışma Grubu**

Yapılacak olan bu araştırmanın evrenini Türkiye'deki engelli spor kulüplerinde aktif olarak spor yapan engelli sporcular oluşturmaktadır. Araştırma evreninin tamamına ulaşılması mümkün olmadığı için çalışma kapsamında evren içerisinde örneklem grubu belirlenmiştir. Örneklem grubunu Kilis, Gaziantep ve Elazığ illerinde farklı spor kulüplerinde spor yapan sporcular oluşturmaktadır. Bu kapsamda araştırmanın örneklem grubunu fiziksel, işitme, görme ve zihinsel engelli gibi farklı



engel türlerine sahip 61 sporcu oluşturmaktadır. Veri toplama araçları araştırmacılar tarafından yüz yüze ve online olarak uygulanmıştır.

### **Veri Toplama Araçları**

Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan sporcuların demografik bilgilerinin belirlenmesi amacı ile yaş, cinsiyet vb. soruların yer aldığı demografik bilgi formu ve Sporcuların metaforik algılarının belirlenmesi için “Antrenör.....gibidir. Çünkü.....” ve “Spor.....gibidir. Çünkü.....” cümlelerini tamamlamaları istenmiştir.

### **Verilerin Analizi ve Yorumlanması**

Toplanan verilerin içerik analizleri yapılarak, temalar ve kategoriler oluşturulmuştur. Sporcuların demografik bilgileri, spor branşları ve engel grupları ile ilgili bilgilerinin yüzdelerle dağılımlarının belirlenmesinde SPSS 22.0 programından faydalanılarak frekans analizi yapılmıştır. Veri analizi yapılırken bu alanda yapılan çeşitli çalışmalardan faydalanılmıştır (Kaya, 2013; Nalçacı ve Bektaş, 2012). Öncelikle engelli sporcuların antrenörler ve spor ile ilgili oluşturdukları metaforlar incelenerek alfabetik sıraya göre dizilmiş ve tanımlanmayan 5 metafor listeden çıkarılmıştır. Toplamda 56 metafor üzerinden çalışma yapılmıştır. Engelli sporculardan elde edilen antrenör ve spor kavramıyla ilgili metaforlar incelenerek her metafor imgesinin kavramsallaştırılması incelenmiştir. Metaforların kaynağı, konusu ve bunlar arasındaki ilişki incelenmiştir. Antrenörlerle ilgili toplamda 5 kategori, sporla ilgili 4 kategori oluşturulmuştur. Araştırmaların sonuçlarının doğruluğu için geçerlilik ve güvenilirliğin kanıtlanmış olması gerekmektedir. Verilerin ayrıştırılması ve rapor haline getirilmesi, sonuçlara ulaşmanın aşamaları nitel bir çalışma için vazgeçilmez unsurlardan biridir (Yıldırım & Şimşek, 2008). Çalışmamızda güvenilirlik için antrenör ve spor için üretilmiş 56 metafordan ve antrenörler için beş kategori, spor için dört kategoriden oluşan liste uzmana iletilerek kendi listesi ile karşılaştırması istenmiştir. Karşılaştırma sonucunda görüş birliği ve ayrılıkların oranı belirlendikten sonra “Güvenilirlik= ((Görüş Birliği) : (Görüş Birliği+Görüş Ayrılığı)) x 100” (Miles & Huberman, 1994) formülü ile hesaplanmıştır. Antrenörler için 0.91, spor için ise 0,93 sonucuna ulaşılmıştır. Bu da çalışmamızın güvenilir olduğunu göstermektedir.

## Bulgular

**Tablo 1.** Katılımcıların Demografik Bilgilerine İlişkin Frekans ve Yüzdeler Dağılımları

| Değişken       | Alt değişken    | f  | %    |
|----------------|-----------------|----|------|
| Cinsiyet       | Kadın           | 49 | 80,3 |
|                | Erkek           | 12 | 19,7 |
| Medeni Durum   | Evli            | 19 | 31,1 |
|                | Bekar           | 42 | 68,9 |
| Öğrenim Durumu | İlköğretim      | 4  | 6,6  |
|                | Lise            | 24 | 39,3 |
|                | Ön Lisans       | 7  | 11,5 |
|                | Lisans          | 26 | 42,6 |
| Engel Grubu    | Fiziksel        | 14 | 42,4 |
|                | İşitme          | 14 | 45,5 |
|                | Görme           | 23 | 7,1  |
|                | Zihinsel        | 10 | 5,1  |
| Spor yaşı      | 1-5 Yıl         | 23 | 37,7 |
|                | 6-10 Yıl        | 16 | 26,2 |
|                | 11 Yıl ve üzeri | 22 | 36,1 |

Tablo 1, incelendiği zaman cinsiyet değişkeninde en fazla kadınlardan %80,3 oluştuğunu görmekteyiz. Medeni duruma baktığımız zaman en fazla bekarların %68,9 olduğunu görmekteyiz. Engel grubu incelendiği zaman en fazla işitme engelli grubun %45,5 olduğunu görmekteyiz. Yine sporcuların çoğunun lisans mezunu %42,6 olduğunu ve spor yaşlarında en fazla 1-5 yılın %37,7 olduğunu görmekteyiz.

**Tablo 2.** Katılımcıların “Antrenörlere” İlişkin Oluşturdukları Metaforlar, Onları Temsil Eden Engelli Sporcuların Sayısı ve Yüzdesi

| Sıra   | Metaforlar | f | %    | Sıra | Metaforlar     | f  | %   |
|--------|------------|---|------|------|----------------|----|-----|
| 1      | Abi        | 3 | 5,4  | 18   | Güzellik       | 3  | 5,4 |
| 2      | Aile       | 1 | 1,8  | 19   | Hayat          | 3  | 5,4 |
| 3      | Akil       | 1 | 1,8  | 20   | Işık           | 4  | 7,1 |
| 4      | Ana        | 1 | 1,8  | 21   | İyilik         | 1  | 1,8 |
| 5      | Anne       | 1 | 1,8  | 22   | Kanat          | 1  | 1,8 |
| 6      | Antrenör   | 1 | 1,8  | 23   | Kaptan         | 2  | 3,6 |
| 7      | Araç       | 1 | 1,8  | 24   | Kardeş         | 1  | 1,8 |
| 8      | Arkadaş    | 5 | 8,9  | 25   | Kâşif          | 1  | 1,8 |
| 9      | Baba       | 6 | 10,7 | 26   | Komutan        | 2  | 3,6 |
| 10     | Beyin      | 1 | 1,8  | 27   | Kuş            | 1  | 1,8 |
| 11     | Çalışkan   | 1 | 1,8  | 28   | Motive Kaynağı | 1  | 1,8 |
| 12     | Çıkarıcı   | 1 | 1,8  | 29   | Rehber         | 1  | 1,8 |
| 13     | Dayanak    | 1 | 1,8  | 30   | Sevgi          | 1  | 1,8 |
| 14     | Deniz      | 1 | 1,8  | 31   | Sporcu         | 1  | 1,8 |
| 15     | Dost       | 2 | 3,6  | 32   | Şeker          | 1  | 1,8 |
| 16     | Eğitim     | 1 | 1,8  | 33   | Yapıtaşı       | 1  | 1,8 |
| 17     | Eğitimci   | 2 | 3,6  | 34   | Yol gösteren   | 1  | 1,8 |
| Toplam |            |   |      |      |                | 56 | 100 |

Engelli sporcuların antrenörler ve sporla ilgili algılarıyla ilgili toplamda 56 metafor ürettikleri görülmüştür. Metaforlar incelendiği zaman antrenörlerle ilgili en fazla ürettikleri metafor Baba %10,7 (6), Arkadaş %8,9 (5), Abi, Güzellik, Hayat %5,4 (3) olarak görülmüştür.

**Tablo 3.** Engelli Sporcuların Antrenörlerle İlgili Ürettikleri Metaforlara Ait Kategoriler

| Kategoriler   | Metaforlar   | f  | %    |
|---------------|--|----|------|
| Gerçek Hayat  | Ana-Baba, Abi, Aile, Arkadaş, Dost, Dayanak, Sevgi, Şeker, Kardeş, Güzellik, Kuş | 27 | 48,4 |
| Liderlik      | Rehber, Eğitimci, Kanat, Kaptan, Komutan, Kâşif, Yol Gösteren, Antrenör          | 11 | 19,8 |
| Faydalı       | Yapıtaşı, Araç, Eğitim, Çalışkan, Motive, İyilik, Sporcu                         | 7  | 12,6 |
| Yaşam Kaynağı | Işık, Hayat, Beyin, Deniz, Akıl  | 10 | 17,4 |
| İstenmeyen    | Çıkarıcı   | 1  | 1,8  |

Engelli sporcuların antrenörlerle ilgili ürettikleri metaforlar toplam beş kategoride toplanmıştır. Bunlardan en fazla olanı “Gerçek Hayat” %48,8, en az olanı ise “İstenmeyen” %1,8 olmuştur.

#### **Gerçek Hayat kategorisi**

Bu kategoride toplam 27 metafor üretilmiştir. Bunlardan bazıları şu şekildedir.

“Antrenör anne ve baba gibidir çünkü sadece spor dalını öğretmez davranış saygı ve sevgiyi de öğretir.”

“Antrenör arkadaş, abi, abla gibidir çünkü sporcuyla en büyük destek ondan gelir”

“Antrenör baba gibidir çünkü koruyup kollar”

“Antrenör arkadaş gibidir, çünkü yanlışlarımı ve doğrularımı bana söyler”

“Antrenör sporcusuna dayanak gibidir çünkü her konuda yardımcı olur her ne olursa olsun yardımcı olur”

“Antrenör kuş gibidir çünkü uçar”

“Antrenör abi gibidir çünkü sorunlarımıza yardımcı olduğu için”

#### **Liderlik Kategorisi**

Bu kategoride toplam 11 metafor üretilmiştir. Bunlardan bazıları şunlardır;

“Antrenör rehberdir çünkü bize yol gösterir”

“Antrenör komutan gibidir sporcu onun hazırlamış olduğu programlarla birlikte başarıya ulaşır”

“Antrenör kanat gibidir çünkü o olmazsa uçamazsın”

“Antrenör yol gösterici gibidir çünkü eğitmendir”

“Antrenör komutan gibidir sporcuyla ne zaman yüksek performansa çıkaracağını iyi

bilir”

“Antrenör kaptan gibidir çünkü bizlere faydalı olacak yöntemleri ve taktikleri verir”

“Antrenör eğitimcidir çünkü eğitim olmazsa yaşamda olmaz”

### Faydalı Kategorisi

Bu kategoride toplam 7 metafor üretilmiştir. Bunlardan bazıları şu şekildedir;

“Antrenör eğitim gibidir çünkü bize her şeyi öğretir”

“Antrenör iyiliktir çünkü bize yardım eder”

“Antrenör çalışkan gibidir çünkü başarılıdır”

“Antrenör sporcunun tüm desteği ve motivasyonu gibidir. Çünkü sporcuyu ve tüm takımı çalıştıran, oyuna hazırlayan ve motive eden kişidir.”

“Antrenör takımın yapı taşıdır çünkü takım onunla kendini bulur”

### Yaşam Kaynağı Kategorisi

Bu kategoride toplam 10 metafor üretilmiştir. Bunlardan bazıları şöyledir;

“Antrenör ışık gibidir çünkü sporda aydınlatır bizi”, “Antrenör ışık gibidir çünkü sporcu ya doğru yolda ilerlemesini sağlar”, “Antrenör bize hayatı öğretir çünkü bize hayatta ki yol göstericidir”, “Antrenör hayat gibidir çünkü yardımcı olur”, “Antrenör deniz gibidir çünkü her şeyini verir”, “Antrenör akıl gibidir çünkü bizi geliştirir”

**İstenmeyen Kategorisi:** “Antrenör çıkarıcıdır çünkü kendisi için ister”

**Tablo 4.** Katılımcıların “spor” İlişkin Oluşturdukları Metaforlar, Onları Temsil Eden Engelli Sporcuların Sayısı ve Yüzdesi

| Sıra | Metaforlar | f | %    | Sıra   | Metaforlar    | f  | %    |
|------|------------|---|------|--------|---------------|----|------|
| 1    | Antrenör   | 1 | 1,8  | 19     | Nefes Almak   | 1  | 1,8  |
| 2    | Arkadaşlık | 1 | 1,8  | 20     | Okyanus       | 2  | 3,6  |
| 3    | Başarı     | 1 | 1,8  | 21     | Oyun          | 1  | 1,8  |
| 4    | Çelik      | 1 | 1,8  | 22     | Özgürlük      | 1  | 1,8  |
| 5    | Dinçlik    | 1 | 1,8  | 23     | Paylaşım      | 1  | 1,8  |
| 6    | Eğitim     | 1 | 1,8  | 24     | Sağlık        | 1  | 1,8  |
| 7    | Felsefe    | 1 | 1,8  | 25     | Sanat         | 6  | 10,7 |
| 8    | Ferahlık   | 2 | 3,6  | 26     | Sosyalleşme   | 1  | 1,8  |
| 9    | Gökkuşluğu | 1 | 1,8  | 27     | Spor          | 1  | 1,8  |
| 10   | Güç        | 1 | 1,8  | 28     | Stres Topu    | 1  | 1,8  |
| 11   | Güzel      | 1 | 1,8  | 29     | Su            | 1  | 1,8  |
| 12   | Hayat      | 1 | 1,8  | 30     | Taze Kan      | 1  | 1,8  |
| 13   | Hoş        | 8 | 14,3 | 31     | Temel İhtiyaç | 1  | 1,8  |
| 14   | Işık       | 4 | 7,1  | 32     | Terapi        | 1  | 1,8  |
| 15   | İlaç       | 1 | 1,8  | 33     | Vazgeçilmez   | 1  | 1,8  |
| 16   | İyi        | 2 | 3,6  | 34     | Yaşam         | 1  | 1,8  |
| 17   | Motivasyon | 1 | 1,8  | 35     | Yaşam Sevinci | 2  | 3,6  |
| 18   | Nankör     | 1 | 1,8  | 36     | Zayıflık      | 1  | 1,8  |
|      |            |   |      | Toplam |               | 56 | 100  |

Engelli sporcuların sporla ilgili metaforlara baktığımız zaman en fazla ürettikleri metaforlar Hoş %14,3 (8), Sanat %10,7 (6) ve Işık %7,1 (4) olarak belirlenmiştir.

**Tablo 5.** Engelli Sporcuların Sporla İlgili Ürettikleri Metaforlara Ait Kategoriler

| Kategoriler      | Metaforlar   | f  | %    |
|------------------|--|----|------|
| Pozitif Duygular | Arkadaşlık, Başarı, Ferahlık, Güzel, Gökkuşluğu, Hoş, İyi, Özgürlük, Paylaşım, Sanat, Sosyalleşme,       | 26 | 44,8 |
| Yaşamsal Kaynak  | Hayat, Işık, İlaç, Nefes Almak, Okyanus, Su, Taze Kan, Temel İhtiyaç, Vazgeçilmez, Yaşam, Yaşama Sevinci | 19 | 34,2 |
| Fiziksel Sağlık  | Antrenör, Çelik, Dinçlik, Sağlık, Güç, Motivasyon, Stres Topu, Spor, Oyun, Terapi, Zayıflık              | 12 | 19,2 |
| Olumsuz          | Nankör   | 1  | 1,8  |

Engelli sporcuların spor ile ilgili ürettikleri metaforlar toplam dört kategoride toplanmıştır. Bunlardan en fazla olanı pozitif duygular kategorisi %44,8, en az olanı ise olumsuz kategorisi %1,8 olmuştur.

#### **Pozitif Duygular Kategorisi**

Bu kategoride toplam 26 metafor üretilmiştir. Bunlardan bazıları şu şekildedir;

“Spor arkadaşlık gibidir çünkü yanında yer alır emek verdikçe gelişir”

“Spor ferahlamak tazelenmek gibidir çünkü spor yaparken zinde kalırsın bireyi hem rusal hem de fiziksel olarak motive eder mutluluk özgüven getirir.”

“Spor güzeldir çünkü senin gibi”

“Spor gökkuşluğu gibidir çünkü kimisi sadece bakar kimisi de ona ulaşmaya çalışır.”

“Spor hoştur çünkü eğlencelidir”

“Spor hoş çünkü iyi”

“Spor özgürlük gibidir çünkü yapmazsan eve mahkûm olursun”

“Spor sosyal ve fiziksel aktivite gibidir çünkü sosyalleşme ve başarı elde etmek için yapılır”

#### **Yaşamsal Kaynak Kategorisi**

Bu kategoride toplam 19 metafor üretilmiştir. Bunlardan bazıları şöyledir;

“Spor bir yaşam gibidir çünkü insanın kendini yaşam fonksiyonlarının düzelmesi ve bir ritmik düzeyde hayatını devam ettirmesi için yapılır”

“Spor hayat gibidir sürekli bir mücadele ve yarışmacılık ve bunların yansira keyif almaya da teşvik eder”

“Spor ışık gibidir çünkü aydınlatır bizi”

“Spor ilaç gibidir çünkü İnsana iyi gelir”

“Spor ilaç gibidir çünkü spor yaparken mutluluk hormonu salgıyorsunuz, ter atarak vücudunuz zinde kalır, sosyalleşmeyi sağlar”

“Spor okyanus gibidir çünkü insana kattığı ve kazandırdığı değer her zaman vardır”

“Spor su gibidir çünkü yaşamı sağlar”

“Spor taze bir kan gibidir çünkü yaptığımız zaman bizi de geliştirir”

“Spor temel ihtiyaçtır çünkü vücut için gereklidir”

“Spor yaşamın sevinci gibidir çünkü hayatta vazgeçilmez yaşam kalitesini artırır”

### **Fiziksel Sağlamlık Kategorisi**

Bu kategoride toplam 12 metafor üretilmiştir. Bunlardan bazıları şunlardır;

“Spor çelik gibidir çünkü spor yaptıkça vücut dahada sağlamlaşır”

“Spor her zaman dinç olmaktır çünkü yapacağı her sporda başarı göstermelidir”

“Spor güç gibidir çünkü spor yapan kuvvetli olur”

“Spor benim için stres topu gibidir çünkü bireyleri başarınca stresimin kalmadığını hissediyorum”

“Spor oyun gibidir çünkü halkın bakışı değişiyor”

“Spor terapi gibidir çünkü insanlar fiziksel ve ruhsal eksikliklerini spor yaparak düzeltebilirler”

“Spor zayıflama gibidir çünkü zayıflamama yardımcı olur”

“Spor sağlıktır çünkü sağlıklı yaşamın parçasıdır”

### **Olumsuz Kategori**

Bu kategoride sadece bir tane metafor üretilmiştir;

“Spor nankör gibidir çünkü çalışmazsan hayatın biter”

### **Tartışma**

Metafor soyut kavramların kullanımı ve gelişimine önderlik eden bir araçtır. Metaforlar, bir kavrama ilişkin metaforlar elde etmek için bildiğimiz alanlardan faydalanmamıza, soyut kavramlar hakkında düşünmemize olanak tanırırlar. Metaforik kullanımı somut deneyimlerimizin belli yönleri üzerinde tekrarlırsak yeni soyut temsillerin gelişmesine de katkıda bulunmuş oluruz (Jamrozik, McQuire, Cardillo, & Chatterjee, 2016). Yetim ve kalfa (2019) üniversite öğrencilerinin sporla ilgili metaforik algıları ile ilgili çalışmalarında "Spor ... gibidir, çünkü ..." cümlesine "Spor" ile ilgili 8 kategoride, 94 metafor ürettikleri gözlemlenmiştir. Çalışma sonucunda oluşturulan kategoriler şu şekilde raporlanmıştır. “Rahatlama unsuru olarak spor (25 metafor), hayat unsuru olarak spor (20 metafor), faydalı ve öğretici unsur olarak spor (16

metafor), vazgeçilmez unsur olarak spor (9 metafor), duruma göre farklı etkileri olan unsur olarak spor (9 metafor), sağlık unsuru olarak spor (8 metafor), arkadaş unsuru olarak spor (5 metafor), gereksiz ve yorucu unsur olarak spor (2 metafor)” genel olarak bakıldığında çalışmaya katılanların büyük bir çoğunluğu olumlu metaforlar üretmiş, sadece 2 metaforun olumsuz olarak üretildiğini görmekteyiz. Kaygusuz, Şenses ve Uslu (2021), futbolcuların antrenörlerine yönelik oluşturdukları metaforları incelemek amacı ile yapmış olduğu çalışmada antrenör... gibidir sorusuna verdikleri cevaplar incelendiğinde “Katılımcıların antrenörlerini benzettikleri metaforik algıları Katılımcı görüşlerine göre: Karınca: Bizi çok çalıştırır Karga: O çok akıllı ve yaşıldır. Güneş: Bize çok faydalıdır. Takım Çantası: Her şey onda mevcuttur. Gülümlü Füze: Hedeflerimize ulaştırır.” Şeklinde ifadeler rapor edilmiştir. Bu sonuca baktığımız zaman antrenörlerle ilgili olumlu ifadelerin kullanıldığını görmekteyiz. Koç ve arkadaşları (2015) ilköğretim 7. Sınıf öğrencilerinin spor ile ilgili metaforik algılarını inceledikleri çalışmada çalışmaya katılan öğrencilerin büyük çoğunluğunun spor ile ilgili ürettikleri metaforların olumlu olduğunu, küçük bir kısmının olumsuz metafor ürettiklerini rapor etmişlerdir.

Uluslararası yapılan çalışmalar incelendiği zaman genelde tıp alanında ve günlük söylemlerle ilgili çalışmaların daha yoğunlukta olduğunu görmekteyiz. Andy Smith (2016) egzersiz ile ilgili yaptığı çalışmada egzersizin bir rekreasyon metaforu olduğunu ifade etmiştir. Kaebnick (2020), doktorlar ve hastalar arasında iletişimsel olarak kullanılan metaforlar ile ilgili çalışma yapmıştır. Bizim çalışmamızın sonucunda engelli sporcuların antrenörler ve spor ile ilgili toplamda 56 metafor ürettiklerini sonucuna ulaşılmıştır. Antrenörlerle ilgili ürettikleri metaforların kategorilerine baktığımız zaman toplamda 5 kategori “Gerçek Hayat”, “Liderlik”, “Faydalı”, “Yaşam Kaynağı” ve “İstenmeyen” kategorileri olduğunu, spor ile ilgili metaforların kategorilerine baktığımız zaman ise 4 kategori “Pozitif Duygular”, “Yaşamsal Kaynak”, “Fiziksel Sağlık” ve “Olumsuz” kategorilerinden oluştuğu sonucuna ulaşılmıştır. Genel anlamda üretilen metaforların olumlu olduğunu, sadece birer kişinin ürettiği metaforların olumsuz olduğunu söyleyebiliriz. Çalışma grubumuzun engelliler olduğu düşünüldüğü zaman onlara karşı toplumumuzun yaklaşımından kaynaklı olarak pozitif duygular yansıttıklarını söyleyebiliriz. Antrenör ve spor ile ilgili yapılan metafor çalışmalarında çıkan olumsuz ifadelerin incelenerek, spor ve antrenörler hakkındaki genel yargının tamamen olumluya dönüştürülmesi konusunda çalışmalar yapılabilir. Ayrıca sporcu olmayan engel grupları ile ilgili çalışmalar yapılarak literatüre katkıda bulunulabilir.


## Kaynaklar

- Diaz, R., Miller, E. K., Kraus, E., & Fredericson, M. (2019). Impact of Adaptive Sports Participation on Quality of Life. *Sports medicine and arthroscopy review*, 27(2), 73–82.
- Hanne M. (2015). Diagnosis and Metaphor. *Perspectives in biology and medicine*, 58(1), 35–52.
- İlhan, E. L. & Esentürk, O. K. (2014). Zihinsel Engelli Bireylerde Sporun Etkilerine Yönelik Farkındalık Ölçeği (ZEBSEYFÖ) Geliştirme Çalışması. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 9 (1) , 19-36.
- Jamrozik, A., McQuire, M., Cardillo, E.R., & Chatterjee, A. (2016). Metaphor: Bridging embodiment to abstraction. *Psychonomic bulletin & review*, 23(4), 1080–1089.
- John W. Creswell. (2019). *Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. London. (3rd ed.) : University Of Nebraska-Lincoln.
- Kaebnick, G.E. (2020). Words Matter. *The Hastings Center report*, 50(5), 2.
- Kaya, M.F. (2014). Sosyal Bilgiler Öğretmen Adaylarının “Küresel Isınma” Kavramına Yönelik Metafor Algıları. *Doğu Coğrafya Dergisi*, 18 (29) , 117-134.
- Kaygusuz, Ş., Şenses, H. R. & Uslu, T. (2021). Futbolcuların Psikolojik Performans Profillerinin Antrenörleri İle İlişkilerine Yönelik Kullandıkları Metaforlar İle Karşılaştırılması. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 19 (2), 87-101.
- Koç, M., Murathan F., Yetiş, Ü. & Murathan, T. (2015). İlköğretim 7. Sınıf Öğrencilerinin Spor Kavramına İlişkin Algıları. *the Journal of Academic Social Sciences*
- Miles, M.B. & Huberman, A.M. (1994). *Qualitative data analysis*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Nalçacı, A. & Bektaş, F. (2012). Öğretmen Adaylarının Okul Kavramına İlişkin Algıları. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13 (1) , 239-258 .
- Ramadass, S., Rai, S.K., Gupta, S.K., Kant, S., Wadhwa, S., Sood, M. & Sreenivas, V. (2005). Prevalence of disability and its association with sociodemographic factors and quality of life in India: A systematic review. *J Family Med Prim Care*. 2018 Nov-Dec;7(6):1177-1184.
- Smith, A. (2016). Exercise is recreation not medicine. *Journal of sport and health science*, 5(2), 129–134.
- Taylor, W. (1984). *Metaphors of education*. London: Institute of Education, University of London .




- Thibodeau, P.H., Hendricks, R.K., & Boroditsky, L. (2017). How Linguistic Metaphor Scaffolds Reasoning. *Trends in cognitive sciences*, 21(11), 852–863.
- Wilson, A. (2015). A guide to phenomenological research. *Nursing standard (Royal College of Nursing (Great Britain) : 1987)*, 29(34), 38–43.
- Wright, A., Roberts, R., Bowman, G., & Crettenden, A. (2019). Barriers and facilitators to physical activity participation for children with physical disability: comparing and contrasting the views of children, young people, and their clinicians. *Disability and rehabilitation*, 41(13), 1499–1507.
- Yanikkerem, E. & Esmeray, N. (2017). İşitme ve Konuşma Engelli Kadınların Yaşadığı Güçlükler . *Annals of Health Sciences Research*, 6 (2) , 38-46 . Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/annhealthscires/issue/65347/1006826>
- Yetim, A. A. & Kalfa, M. (2019). Üniversite Öğrencilerinin Sporla İlgili Metaforik Algıları ve Spor Etkinliği Dersi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 17 (1), 41-54.
- Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2008). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri* (6. Baskı). Ankara: Seçkin Yayıncılık.

## Adölesan Öğrencilerde Fiziksel Aktivite ve Obezitenin Adölesan Yaşam Biçimi, Pedometre ve BIA ile Değerlendirilmesi

Mehmet Bülent ASMA<sup>1</sup> 


Hanife ANDAN<sup>2</sup> 

Mehmet Emin KURT<sup>2</sup> 

Ali CEYLAN<sup>2\*</sup> 

<sup>1</sup>Van Yüzüncüyıl Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, VAN

<sup>2</sup>Dicle Üniversitesi, Tıp Fakültesi Halk Sağlığı AD, *DIYARBAKIR*

 DOI: 10.31680/gaunjs.1093090

### Orijinal Makale / Original Article

Geliş Tarihi / Received: 25.03.2022

Kabul Tarihi / Accepted: 16.07.2022

Yayın Tarihi / Published: 22.09.2022

### Öz

Adölesan dönem sosyal, psikolojik ve fizyolojik pek çok değişimin yaşandığı dönem olup bu dönemdeki fiziksel aktivite yetersizliği pek çok sağlık sorunlarına neden olmaktadır. Bu çalışmada adölesan öğrencilerde fiziksel aktivitelerinin sağlıklı yaşam biçimi davranış ölçeği, pedometre ve BIA ile değerlendirilmesi ve sağlıklı yaşam davranışı kazanmaları için farkındalık oluşturulması amaçlanmıştır. Katılımcılara sözlü onamları alındıktan sonra demografik özelliklerini içeren yapılandırılmış bir anket ve Adölesan Yaşam Biçimi Ölçeği (ALP) uygulanmıştır. Biyoelektrik empedans analizi (BIA) ile vücut yağ ölçümlerive vücut tipleri belirlenmiştir. Çocukların baskın olan (dominant) el bileğine takılmıştır 7 gün boyunca adım sayıları günlük olarak kaydedilmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin %45,7'si erkek, %54,3'ü kadın, % 22,5'i erken adölesan, %34,7'si orta adölesan, %42,8'i geç adölesan grubundadır. Adölesanların cinsiyetlerine göre vücut yapıları değerlendirildiğinde erkeklerin %62,1'inin low fat low weight veya low fat muscular yapıda iken, %17,7'si standart, 20,3'ü over fat ya da obezdir. Kız öğrencilerde aynı oranlar sırasıyla %28,7, %44,7, ve %26,6 kadardır. Adölesanların günlük ve haftalık ortalama adım sayıları ile Adölesan Yaşam Biçimi Ölçeği (ALP) alt gruplarından aldıkları puanlar karşılaştırıldığında günlük ve haftalık adım sayıları ile sağlık sorumluluğu ve fiziksel aktivite alt grupları puan ortalamaları arasında pozitif bir korelasyon olduğu bulunmuştur. Çocuk ve adölesanların fiziksel aktivite düzeylerini etkileyen fizyolojik, psikolojik, sosyal ve çevresel birçok faktör vardır. Bu faktörlerin en temel bileşeni yetersiz fiziksel aktivitedir. Fiziksel aktivite düzeyleri vücut yağlanmasını ve obezite oluşumunu etkilemektedir. Çocuklarda ve adölesanlarda ALP, günlük adım sayısı, vücut yağ oranının ölçümü gibi yöntemlerle fiziksel aktivitenin değerlendirilmesi ve sağlığın korunması ve geliştirilmesine yönelik davranış kazandırılması önemlidir.

**Anahtar Kelimeler:** Adölesanların yaşam biçimi, fiziksel aktivite, pedometre, BIA

## The Evaluation of Physical Activity and Obesity with Adolescent Lifestyle, Pedometer and BIA in Adolescent Students

### Abstract

In this study, it was aimed to evaluate the physical activities of adolescent students with the healthy lifestyle behaviors scale, pedometer and BIA, and to raise awareness for them to adopt healthy lifestyle behaviors. After obtaining their verbal consent, a structured questionnaire including their demographic characteristics and The Adolescent Lifestyle Profile (ALP) scale were applied to the participants. Their body fat measurements and body compositions were determined by the bioelectrical impedance analysis (BIA). It was attached to the dominant wrists of the children and their step counts were recorded daily for 7 days. When the body compositions of the adolescents were evaluated according to their gender, 62,1% of the males were low-fat or low-fat muscular, while 17,7% were standard and 20,3% were overfat or obese. The same rates for the females were respectively 28,7%, 44,7% and 26,6%. When the adolescents' average number of steps per day and week and their ALP scale subdimension scores were compared, it was found that there was a positive correlation between the daily and weekly number of steps and the mean scores of the health responsibility and physical activity subdimensions. The levels of physical

\*Sorumlu Yazar: Ali CEYLAN

e-mail: aliceylan06@gmail.com

activity affect the body fat percentage and the occurrence of obesity. In children and adolescents, it is important to evaluate physical activity by using methods such as the ALP scale, the number of steps per day, and the measurement of body fat percentage, and to make them adopt behaviors for the maintenance and promotion of health.

**Keywords:** Adolescent Lifestyle, Physical Activity, Pedometer, BIA

## Giriş

Adölesan dönemi (10-18 yaş) fizyolojik, psikolojik ve sosyal yönden birçok değişimin bir arada yaşandığı bir süreçtir. Bu dönemde obezite, yetersiz fiziksel aktivite, yeme bozuklukları, depresyon, şiddet, kazalar, riskli cinsel davranışlar, sigara, alkol ve madde bağımlılığı en sık görülen sağlık problemlerini oluşturur. Dünya Sağlık Örgütü'ne (DSÖ) göre dünyada yetişkin nüfusun 1/4'i yeterli fiziksel aktiviteye sahip değildir. Bu durum birçok sağlık sorununa neden olmaktadır. DSÖ bunlardan obezite, yetersiz fiziksel aktivite ve depresyonun önemine dikkat çekmiş ve önlenemediği takdirde diyabet, hipertansiyon, iskemik kalp hastalığı ve kanser gibi çok ciddi kronik sağlık sorunlarına neden olabileceğini belirtmiştir (WHO 2020).

Çocuk ve adölesan obezitesini etkileyen fizyolojik, psikolojik, sosyal ve çevresel birçok faktör vardır. Bu faktörlerin en temel bileşeni yetersiz fiziksel aktivite ve strestir. Adölesan öğrencilerin sağlıklı yaşam biçimi davranışları kazanmaları, sağlıklı seçimler yapmaları, beslenme ve fiziksel aktivite bilgi düzeylerini arttırmaları, kendi sağlık sorumluluklarını üstlenmeleri ve stres ile baş etmeleri için bilişsel ve davranışsal beceri kazanmaları önemlidir. Tüm dünyada sedanter yaşamı önlemek için fiziksel aktivite önerileri yapılmaktadır. Bu önerilerin başında günlük yaşam ve serbest zamanda yapılabilen, herhangi bir malzeme ya da ekipman gerektirmeyen, maliyeti olmayan ve herkesin kolayca yapabileceği "yürüyüş" aktivitesi yer almaktadır. DSÖ 5-18 yaş arasındaki çocukların ve ergenlerin sağlıklı yaşam için günlük minimum 60 dakika orta veya kuvvetli fiziksel aktiviteye katılmalarını önermektedir. Yetişkinler için günde 10000 adım atmaları önerilmektedir. Bu önerilere rağmen, 5-18 yaş arası gençlerde yetersiz fiziksel aktivite, ülkeler arasında önemli farklılıklar gösteren küresel bir halk sağlığı sorunudur (WHO 2020; Sisson, 2008; Can 2019, Tudor-Locke, 2011). Adölesanlarda fiziksel aktivite düzeylerini değerlendiren birçok çalışmada standart ölçekler (Adölesan Yaşam Biçimi Ölçeği/ALP) ve anketler kullanılmıştır. Bu ölçeklerin büyük çaplı epidemiyolojik araştırmalar için kullanışlı olmakla birlikte, çocuklarda ve ergenlerde fiziksel aktivitenin ölçülmesinde kanıt düzeyi daha düşük olabilmektedir. Öte yandan, adım sayıcılar (pedometre) fiziksel aktiviteyi objektif olarak ölçmek için

giderek daha yaygın şekilde kullanılmaya başlanmıştır. Bu cihazların gençlerde fiziksel aktivite değerlendirilmesinde geçerli ve uygulanabilir olduğunu bildiren birçok çalışma bulunmaktadır (De Vries, 2009). Ayrıca adım sayıcılar uygun maliyetlidirler ve araştırmacılar, sağlık çalışanları veya farklı mesleklerdeki kişiler için kullanımı kolay olup basit ve pratik bilgiler sağlar. T.C Sağlık Bakanlığı tarafından “Türkiye Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Hayat Programı” adı altında “Obezite ile Mücadele ve Kontrol Programı (2010-2014) hazırlanmıştır. Bu programda Obezite ile Mücadele kapsamında sağlıklı bireyler için 10000 adım/gün önerisi ile sağlıklı yaşam kampanyası başlatılmıştır. Bu amaçla aile hekimlerine adım sayıcılar dağıtmış ve kendilerine kayıtlı kişilerin fiziksel aktivitelerini ölçmede kullanmalarını önermiştir (TC Sağlık Bakanlığı 2014). Adım uzunluğuna göre değişmekle birlikte 10.000 adım, yaklaşık 8 kilometre olup, ortalama 300-400 kalori harcamaya eşdeğerdir. Tudor Locke’a göre, günde 5000 adımdan az atanlar “sedanter”, 5000-7499 adım atanlar “düşük aktif”, 7500-9999 adım atanlar “biraz aktif”, 10000-12499 adım atanlar “aktif”, 12500 adımdan fazla atanlar “yüksek aktif” kategorisine girmektedir (Tudor-Locke, 2004).

Çocukluk ve adölesan dönemindekiler için; erkek çocukların ortalama 12000-16000 adım/gün, kız çocukların ortalama 10000-13000 adım/gün, adölesanların ise ortalama 8000-9000 adım/gün olması gerektiğini ifade eden çalışmalar bulunmaktadır (Tudor-Locke, 2009; Vincent, 2002; Colley, 2012). Japonya’da 6-18 yaş arası erkek ve kız çocukları için günde 15.000 adım atmaları önerilmektedir (Tudor-Locke, 2013). Çocukların önerilen adım sayısı kesim noktasının ortalama 12000 adım/gün olması gerektiğini kabul eden çalışmalarda, hafta içinde günün büyük bölümünü okul ortamında geçirdikleri için çocukların okul içindeki adım sayısının günlük önerilen adım sayısının yaklaşık olarak yarısına (6000 adım/gün) karşılık gelmesinin uygun olacağı belirtilmektedir (Burns, 2015). Genel olarak okul içi zaman diliminde yer alan araların ve beden eğitimi derslerinin günlük orta-yüksek şiddetli fiziksel aktiviteye olan katkısı yapılan çalışmalar sonucunda ortaya konmuştur (Wickel, 2007).

Vücut kompozisyonunun saha ölçüm metotlarından biri olan bio elektrik direnç ölçüm yöntemi (BIA) ile yağ oranının analizi hızlı, noninvaziv, ve diğer yöntemlere oranla rölatif olarak pahalı olmayan bir ölçümdür. Bu yöntemle vücuttan geçen elektrik akımlarının hızı ve gücü ölçülür ve bu sonuçlar boy, kilo, cinsiyet gibi bilgiler ile kişinin vücut yağ oranının belirlenmesinde kullanılır. Sağlıklı yetişkinlerde vücut yağ oranını değerlendirmek için beden kitle indeksi (BKİ) iyi bir ölçü kabul edildiği halde, gençlerde

uygun bir ölçü olmadığı, özellikle sedanter gençlerde vücut yağını BIA'nın BKİ'ye göre daha doğru yansıttığı gösterilmiştir(Kayihan, 2009; Kaya, 2009).

Bu çalışmanın amacı adölesan öğrencilerin fiziksel aktivite durumlarını, sağlıklı yaşam biçimi davranış ölçeği, günlük adım sayıları ve vücut yağ oranları ölçümü ile değerlendirmek ve sağlıklı yaşam davranışı kazanmaları için farkındalık oluşturmaktır.

## Yöntem

Araştırma evrenini Van il merkezindeki bir ilköğretim okulu, bir kız meslek lisesi ve bir Anadolu lisesinde okuyan 12-18 yaş grubu öğrencileri oluşturmaktadır. Okullardan gerekli izinler ve Dicle Üniversitesi Tıp Fakültesi Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulu'ndan onay alınmıştır. Veri toplama işlemi okullarda öğretmenlik uygulama dersine giden BESYO öğrencileri tarafından gerçekleştirilmiştir. Her üç okulda erken adölesan orta adölesan ve geç adölesan grubundan 75 kişi olmak üzere 225 kişi ile görüşme hedeflenmiş olup, bilgileri eksik olan, ölçümlere uyum sağlayamayanlar değerlendirmeye alınmamış ve toplam 173 öğrenciye ulaşılmıştır. Katılımcılara sözlü onamları alındıktan sonra demografik özelliklerini içeren yapılandırılmış bir anket ve Adölesan Yaşam Biçimi Ölçeği (ALP) uygulanmıştır (Hendricks, 2006). Katılımcıların boyları 0,1 cm duyarlı metre ile ayakkabısız ve dik durarak ölçülmüş ve ankete kaydedilmiştir. Kilo ölçümleri 100 gr hassaslıkla ölçüm yapan cihazla ayakkabısız, ince bir tişört veya atlet ve şort veya pantolon ile ölçülmüştür. Biyoelektrik İmpedans Analizi (BIA) ile vücut yağ ölçümleri ve vücut tipleri belirlenmiştir. Öğrenciler analizatörün (PLUSAVIS 333 Body Composition Analyzer) uygun kısımlarına çıplak ayak ile basacak şekilde sistemin üzerine çıkartılarak vücut ağırlığı ve yağ kütlesi ölçülmüştür(Ardic, 2015; Yosmaoğlu, 2010). Daha sonra öğrencilere birer adet pedometre verilmiştir. Pedometreler elastik kemer aracılığı ile çocukların baskın olan (dominant) el bileğine takılmıştır. Cihaz duş, uyku ve yüzme haricinde 7 gün boyunca takılı tutulmuştur. Adım sayıları günlük olarak kaydedilmiştir. Bulunan değerler bilgisayarda oluşturulan veri tabanına işlenmiştir. SPSS programında veriler analiz edilmiştir.

Adölesan Yaşam Biçimi Ölçeği (ALP) Hendricks tarafından 2006 yılında geliştirilmiş ve Ardıç tarafından Türkiye versiyonunun geçerlik güvenilirliği test edilmiştir. Test 7 alt gruptan ve toplam 44 sorudan oluşmaktadır. Alt gruplara karşılık gelen soru numaraları ise; sağlık sorumluluğu: (3, 8, 14, 22, 33, 34, 44), fiziksel aktivite:

(2, 4, 16, 27, 32, 40) beslenme: (7, 10, 13, 21, 24, 30, 42) pozitif yaşam bakışı: (18, 23, 26, 28, 38, 39) kişiler arası ilişkiler: (1, 6, 12, 19, 31,37), stres yönetimi: (5, 11, 17, 25, 35, 43), ve ruhsal sağlık: (9,15, 20, 29, 36, 41) şeklinde oluşmaktadır. Kişiler her sorudan 1 ile 4 arasında puan almaktadır. Puan sayısı arttıkça daha sağlıklı bir yaşam biçimi olduğu değerlendirilmektedir (Hendricks, 2006; Ardic, 2015).

### Verilerin analizi;

Veriler yüzde (%) dağılımı, ortalama, standart sapma (SD) olarak verilmiştir. Kesikli değişkenlerin analizinde Chi Square, iki ortalama arasındaki farkın analizinde bağımsız gruplarda t testi (independent t test) 3 ve daha fazla grup arasındaki farkın incelenmesi için ise tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Birlikte değişimler ise Pearson korelasyon analizleri ile değerlendirilmiştir. Tüm sonuçlarda anlamlılık  $p \leq 0.05$  olarak seçilmiştir.

### Bulgular

Araştırmaya katılan öğrencilerin %45,7'si erkek, %54,3'ü kadın, %22,5'i erken adölesan, %34,7'si orta adölesan, %42,8'i geç adölesan grubundadır. Kendi ifadelerine göre %44,5'inin ailesi düşük gelirlidir, %54,3'ünün ailesi orta gelirlidir. Katılımcıların annelerinin % 29,5'i babalarının %16,8'i herhangi bir okul bitirmemiştir. Katılımcı öğrencilerin kendi ifadelerine göre %57,8'inin ailesinde obez kimse bulunmazken, %7,5'i babasının, % 2,9'u annesinin %31,8'i ise en az bir akrabasının obez olduğunu belirtmiştir(Tablo 1).

**Tablo 1.** Katılımcıların bazı demografik özelliklerinin dağılımı.

| Özellik           |                        | Sayı | %    |
|-------------------|------------------------|------|------|
| Cinsiyet          | Erkek                  | 79   | 45,7 |
|                   | Kadın                  | 94   | 54,3 |
| Yaş grubu         | Erken adölesan (12-14) | 39   | 22,5 |
|                   | Orta adölesan (15-16)  | 60   | 34,7 |
|                   | Geç adölesan (17-18)   | 74   | 42,8 |
| Aile gelir durumu | Düşük                  | 77   | 44,5 |
|                   | Orta                   | 94   | 54,3 |
|                   | Yüksek                 | 2    | 1,2  |
| Anne eğitimi      | Okul bitirmemiş        | 51   | 29,5 |
|                   | İlkokul                | 86   | 49,7 |
|                   | Ortaokul               | 18   | 10,4 |
|                   | Lise                   | 7    | 4,0  |
|                   | Üniversite             | 11   | 6,4  |
| Baba eğitimi      | Okul bitirmemiş        | 29   | 16,8 |
|                   | İlkokul                | 93   | 53,8 |
|                   | Ortaokul               | 30   | 17,3 |
|                   | Lise                   | 17   | 9,8  |
|                   | Üniversite             | 4    | 2,3  |

|                          |        |     |       |
|--------------------------|--------|-----|-------|
| Ailede obez kişi var mı? | Hayır  | 100 | 57,8  |
|                          | Anne   | 5   | 2,9   |
|                          | Baba   | 13  | 7,5   |
|                          | Akraba | 55  | 31,8  |
|                          | Toplam | 173 | 100,0 |

Tablo 2’de adölesanların biyoelektrik impedans analizine (BIA) göre vücut yapıları verilmiştir. Buna göre vücut yağ ölçümü yapılan öğrencilerin %16,8’i lowfat/lowweight (erken adölesan, orta adölesan ve geç adölesan grubunda sırasıyla %20,5, %10,0 ve %20,3) bulunmuştur. Aynı şekilde adölesanların %27,2’si lowfat/muscular(erken adölesan, orta adölesan ve geç adölesan grubunda sırasıyla %46,2 %26,7 ve %17,6) vücut yapısına sahiptir. Adölesanların %32,4’ü standart (erken adölesan, orta adölesan ve geç adölesan grubunda sırasıyla %15,4, %35,0 ve %39,2), %9,8’i overfat (erken adölesan, orta adölesan ve geç adölesan grubunda sırasıyla %2,6, %8,3 ve %14,9) ve %13,9’u ise obez (erken adölesan, orta adölesan ve geç adölesan grubunda sırasıyla %15,4, %35,0 ve %39,2) olarak sınıflandırılmıştır (Tablo 2). Adölesan öğrencilerin vücut tipleri grupları arasında farklı olup bu fark istatistiksel olarak anlamlıdır (p=0,004)

**Tablo 2.** Adölesanların biyoelektrik impedans analizine göre vücut yapılarının dağılımı.

| Adölesan grubu          | Erken adölesan |       | Orta adölesan |       | Geç adölesan |       | Toplam |       |
|-------------------------|----------------|-------|---------------|-------|--------------|-------|--------|-------|
|                         | sayı           | %     | sayı          | %     | sayı         | %     | sayı   | %     |
| Düşük Yağ/düşük ağırlık | 8              | 20,5  | 6             | 10,0  | 15           | 20,3  | 29     | 16,8  |
| Az Yağlı/kaslı          | 18             | 46,1  | 16            | 26,7  | 13           | 17,5  | 47     | 27,2  |
| Standart                | 6              | 15,4  | 21            | 35,0  | 29           | 39,2  | 56     | 32,3  |
| aşırı yağ               | 1              | 2,6   | 5             | 8,3   | 11           | 14,9  | 17     | 9,8   |
| Obez                    | 6              | 15,4  | 12            | 20,0  | 6            | 8,1   | 24     | 13,9  |
| Toplam                  | 39             | 100,0 | 60            | 100,0 | 74           | 100,0 | 173    | 100,0 |

**p=0,004**

Adölesanların cinsiyetlerine göre vücut yapıları değerlendirildiğinde erkeklerin %62,1’inin lowfatlowweight veya lowfatmuscular yapıda iken, %17,7’si standart, 20,3’ü overfat ya da obezdir. Kız öğrencilerin ise 28,7’si lowfatlowweight veya lowfatmuscular, %44,7’ü standart, %26,6’sı overfat ya da obez yapıda olup cinsiyete göre vücut yapıları farklıdır (p=0,000) (tablo 3).

**Tablo 3.** Adölesanların cinsiyet ve vücut yapılarına göre dağılımı

|  | ERKEK | KADIN | Toplam |
|--|-------|-------|--------|
|--|-------|-------|--------|

| Vücut tipi              | sayı | %     | Sayı | %     | sayı | %     |
|-------------------------|------|-------|------|-------|------|-------|
| Düşük Yağ/düşük ağırlık | 16   | 20,2  | 13   | 13,8  | 29   | 16,8  |
| Az Yağlı/kaslı          | 33   | 41,8  | 14   | 14,9  | 47   | 27,2  |
| Standart                | 14   | 17,7  | 42   | 44,7  | 56   | 32,3  |
| aşırı yağ               | 7    | 8,9   | 10   | 10,6  | 17   | 9,8   |
| Obez                    | 9    | 11,4  | 15   | 16,0  | 24   | 13,9  |
| Toplam                  | 79   | 100,0 | 94   | 100,0 | 173  | 100,0 |

**p=0,000**

Katılımcılara uygulanan Adölesan Yaşam Biçimi Ölçeğinden Almış oldukları puanların ortalamaları tablo 4 de verilmiştir. Sağlık sorumluluğu alt alanından erken adölesanlar  $18,56 \pm 5,56$  puan, orta adölesanlar  $15,55 \pm 3,76$  puan ve geç adölesanlar  $15,92 \pm 4,03$  puan almıştır ( $p=0,002$ ). Fiziksel aktivite alanında sırasıyla  $15,45 \pm 3,67$  puan,  $13,23 \pm 3,50$  puan,  $13,79 \pm 3,59$  puan ( $p=0,011$ ) ve toplamda sırasıyla  $122,76 \pm 18,88$  puan,  $113,33 \pm 16,54$  puan,  $114,87 \pm 16,43$  puan almıştır ( $0,023$ ). Tüm adölesanların ortalama ALP puanı  $116,09 \pm 17,33$ 'dür. Sağlık sorumluluğu ile fiziksel aktivite ve toplamda erken adölesanların ortalama puanları daha yüksektir ve gruplar arasındaki fark anlamlıdır.

**Tablo 4.** Katılımcıların Adölesan Yaşam Biçimi Ölçeği alt gruplarına göre ortalama puanlarının dağılımı

|                      | Erken adölesan     | Orta adölesan      | Geç adölesan       | Toplam             | P    |
|----------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|------|
| Sağlık sorumluluğu   | $18,56 \pm 5,56$   | $15,55 \pm 3,76$   | $15,92 \pm 4,03$   | $16,39 \pm 4,47$   | ,002 |
| Fiziksel aktivite    | $15,45 \pm 3,67$   | $13,23 \pm 3,50$   | $13,79 \pm 3,59$   | $13,96 \pm 3,65$   | ,011 |
| Beslenme             | $19,69 \pm 4,22$   | $17,72 \pm 5,74$   | $17,85 \pm 3,28$   | $18,22 \pm 4,52$   | ,067 |
| Pozitif yaşam bakışı | $19,10 \pm 3,16$   | $18,25 \pm 3,86$   | $18,07 \pm 3,56$   | $18,36 \pm 3,59$   | ,331 |
| Kişilerarası ilişki  | $17,82 \pm 2,88$   | $17,05 \pm 3,78$   | $17,31 \pm 3,16$   | $17,34 \pm 3,32$   | ,530 |
| Stres yönetimi       | $16,79 \pm 3,65$   | $16,13 \pm 3,13$   | $16,29 \pm 3,00$   | $16,35 \pm 3,19$   | ,591 |
| Ruhsal sağlık        | $15,41 \pm 3,24$   | $15,40 \pm 3,82$   | $15,24 \pm 2,98$   | $15,34 \pm 3,33$   | ,952 |
| Toplam               | $122,76 \pm 18,88$ | $113,33 \pm 16,54$ | $114,87 \pm 16,43$ | $116,09 \pm 17,33$ | ,023 |

Tablo 5 de adölesan gruplarının günlük ve haftalık adım sayıları ortalamaları verilmiştir. Erken adölesanlarda haftalık ortalama adım sayısı  $114879,26 \pm 28053,76$  iken orta adölesanlarda  $70529,60 \pm 12877,23$  ve geç adölesanlarda  $82785,70 \pm 14845,40$  bulunmuştur. Adölesan gruplarının günlük ve haftalık toplam adım sayıları her 3 grupta da farklı olup gruplar arasındaki fark anlamlıdır ( $p=0,000$ ).

**Tablo 5.** Adölesanların günlük ve haftalık ortalama adım sayılarının dağılımı.



|           | Erken Adölesan    | Orta Adölesan     | Geç Adölesan      | Toplam            | P    |
|-----------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|------|
| Pazartesi | 17195,67±4951,35  | 10326,48±2946,45  | 12605,64±3198,28  | 12849,92±4389,16  | ,000 |
| Salı      | 17818,31±4851,14  | 11215,97±3982,10  | 13181,62±4371,47  | 13545,16±4983,86  | ,000 |
| Çarşamba  | 17561,26±5382,41  | 11426,42±4248,44  | 12521,49±4226,12  | 13277,83±5076,81  | ,000 |
| Perşembe  | 16496,90±4667,52  | 9904,72±1926,35   | 10293,39±2342,28  | 11557,07±3948,03  | ,000 |
| Cuma      | 17138,05±5654,57  | 9395,65±2449,66   | 11624,91±3334,13  | 12094,60±4716,35  | ,000 |
| Cumartesi | 14550,64±4737,90  | 9454,47±3050,49   | 11234,66±3408,09  | 11364,79±4081,99  | ,000 |
| Pazar     | 14118,44±4805,77  | 8805,90±3812,80   | 11324,00±3565,26  | 11080,63±4405,33  | ,000 |
| Toplam    | 114879,26±2805,76 | 70529,60±12877,23 | 82785,70±14845,40 | 85769,99±24521,00 | ,000 |

Adölesanların günlük ve haftalık ortalama adım sayıları ile ALP alt gruplarından aldıkları puanlar karşılaştırıldığında günlük ve haftalık adım sayıları ile sağlık sorumluluğu ve fiziksel aktivite alt grupları puan ortalamaları arasında pozitif bir korelasyon olduğu bulunmuştur(Tablo 6)

**Tablo 6.** Adölesanların günlük ve haftalık ortalama adım sayıları ile ALP alt gruplarından aldıkları puanlar

|                      |         | Sağlık sorumluluğu | Fizik aktivite | Beslenme | Pozitif Yaşam bakışı | Kişiler arası ilişki | Stres yönetimi | Spiritüel sağlık | Haftalık adım sayısı ortalama |
|----------------------|---------|--------------------|----------------|----------|----------------------|----------------------|----------------|------------------|-------------------------------|
| Sağlık sorumluluğu   | PCorr.  | 1                  | ,522**         | ,238**   | ,309**               | ,302**               | ,478**         | ,433**           | ,209**                        |
|                      | P       |                    | ,000           | ,002     | ,000                 | ,000                 | ,000           | ,000             | ,006                          |
|                      | N       | 173                | 171            | 173      | 173                  | 173                  | 172            | 173              | 173                           |
| Fizik aktivite       | PCorr.  | ,522**             | 1              | ,359**   | ,306**               | ,256**               | ,420**         | ,295**           | ,272**                        |
|                      | P       | ,000               |                | ,000     | ,000                 | ,001                 | ,000           | ,000             | ,000                          |
|                      | N       | 171                | 171            | 171      | 171                  | 171                  | 170            | 171              | 171                           |
| Beslenme             | PCorr.  | ,238**             | ,359**         | 1        | ,274**               | ,320**               | ,357**         | ,209**           | ,071                          |
|                      | P       | ,002               | ,000           |          | ,000                 | ,000                 | ,000           | ,006             | ,351                          |
|                      | N       | 173                | 171            | 173      | 173                  | 173                  | 172            | 173              | 173                           |
| Pozitif yaşam bakışı | P.Corr. | ,309**             | ,306**         | ,274**   | 1                    | ,444**               | ,486**         | ,404**           | ,025                          |
|                      | P       | ,000               | ,000           | ,000     |                      | ,000                 | ,000           | ,000             | ,743                          |
|                      | N       | 173                | 171            | 173      | 173                  | 173                  | 172            | 173              | 173                           |
| Kişilerarası ilişki  | PCorr.  | ,302**             | ,256**         | ,320**   | ,444**               | 1                    | ,354**         | ,290**           | -,008                         |
|                      | P       | ,000               | ,001           | ,000     | ,000                 |                      | ,000           | ,000             | ,912                          |
|                      | N       | 173                | 171            | 173      | 173                  | 173                  | 172            | 173              | 173                           |
| Stress yönetimi      | PCorr.  | ,478**             | ,420**         | ,357**   | ,486**               | ,354**               | 1              | ,497**           | ,076                          |
|                      | P       | ,000               | ,000           | ,000     | ,000                 | ,000                 |                | ,000             | ,323                          |
|                      | N       | 172                | 170            | 172      | 172                  | 172                  | 172            | 172              | 172                           |
|                      | PCorr.  | ,433**             | ,295**         | ,209**   | ,404**               | ,290**               | ,497**         | 1                | ,055                          |

|                                 |        |        |        |      |      |       |      |      |   |
|---------------------------------|--------|--------|--------|------|------|-------|------|------|---|
| Spiritüel sağlık                | P      | ,000   | ,000   | ,006 | ,000 | ,000  | ,000 | ,472 |   |
|                                 | N      | 173    | 171    | 173  | 173  | 173   | 172  | 173  |   |
| Haftalık adım sayısı ortalaması | PCorr. | ,209** | ,272** | ,071 | ,025 | -,008 | ,076 | ,055 | 1 |
|                                 | P      | ,006   | ,000   | ,351 | ,743 | ,912  | ,323 | ,472 |   |
|                                 | N      | 173    | 171    | 173  | 173  | 173   | 172  | 173  |   |

Adölesanların vücut yapıları ile ALP alt gruplarından aldıkları puanlar karşılaştırıldığında vücut yapıları ile fiziksel aktivite puan ortalamaları farklı olup gruplar arasındaki fark anlamlıdır(p=0,039). (Tablo 7)

**Tablo 7.** Adölesanların vücut yapılarına göre Adölesan Yaşam Biçimi Ölçeği (ALP) alt gruplarından aldıkları puanların dağılımı.

|                      | Düşük Yağ/ düşük ağırlık (N=29) | Az Yağlı/ kaslı (N=47) | Standart (N=56) | aşırı yağ (N=17) | Obese (N=24) | Toplam (N=173) | P    |
|----------------------|---------------------------------|------------------------|-----------------|------------------|--------------|----------------|------|
| Sağlık sorumluluğu   | 16,07±3,54                      | 16,64±3,92             | 17,00±5,53      | 15,18±3,54       | 15,71±4,35   | 16,39±4,47     | ,538 |
| Fiziksel aktivite    | 13,46±3,04                      | 15,21±3,38             | 13,93±3,99      | 13,47±3,37       | 12,54±3,73   | 13,96±3,65     | ,039 |
| Beslenme             | 17,10±4,07                      | 18,34±3,64             | 18,88±5,73      | 17,59±3,62       | 18,25±3,96   | 18,22±4,52     | ,511 |
| Pozitif yaşam bakışı | 18,38±3,88                      | 18,06±3,11             | 18,75±3,23      | 18,06±4,83       | 18,25±4,09   | 18,36±3,59     | ,893 |
| Kişilerarası ilişki  | 17,00±3,51                      | 16,77±3,02             | 17,68±2,76      | 17,24±3,35       | 18,13±4,64   | 17,34±3,32     | ,460 |
| Stres yönetimi       | 15,96±2,59                      | 16,13±3,44             | 16,89±3,14      | 15,29±2,42       | 16,71±3,82   | 16,35±3,19     | ,354 |
| Ruhsal sağlık        | 15,07±3,05                      | 15,62±3,38             | 15,64±3,20      | 14,76±3,67       | 14,79±3,73   | 15,34±3,33     | ,715 |

Aynı şekilde adölesanların vücut yapıları ile günlük ve haftalık adım sayıları karşılaştırıldığında vücut yapıları ile haftanın ikinci günü (p=0,05) ve haftalık ortalama adım sayıları ortalamaları farklı olup (p=0,03) gruplar arasındaki fark anlamlıdır. Low fat low weight ve low fat muscular yapıdakilerin haftalık ortalama adım sayıları daha yüksektir (Tablo 8)

**Tablo 8.** Adölesanların vücut yapılarına göre günlük ve haftalık adım sayılarının dağılımı.

|       | Düşük Yağ/ düşük ağırlık (N=29) | Az Yağlı/ kaslı (N=47) | Standart (N=56) | aşırı yağ (N=17) | Obese (N=24) | Toplam (N=173) | P    |
|-------|---------------------------------|------------------------|-----------------|------------------|--------------|----------------|------|
| Pzrt. | 14060± 3640                     | 14272±5680             | 11904±3773      | 11690±3079       | 11628±3470   | 12849±4389     | ,011 |
| Salı  | 13571±4485                      | 14821±5726             | 12914±5131      | 12768±4757       | 13034±3456   | 13545±4983     | ,328 |
| Çarş. | 13880±4818                      | 14036±6158             | 13538±4522      | 12344±4137       | 11117±4525   | 13277±5076     | ,163 |
| Perş. | 11882±4775                      | 12891±4518             | 10890±3176      | 10978±1980       | 10515±3857   | 11557±3948     | ,054 |
| Cuma  | 12934±4201                      | 13980±5976             | 11014±3251      | 10761±4417       | 10849±4543   | 12094±4716     | ,005 |
| Cmrts | 12867±4025                      | 11706±4573             | 10877±3875      | 10856±3756       | 10377±3526   | 11364±4082     | ,150 |
| Pazar | 11301±3960                      | 11808±5078             | 10740±4105      | 11246±3679       | 10065±4713   | 11080±4405     | ,564 |
| Top.  | 90497±2355                      | 93517±3238             | 81880±1857      | 80646±1496       | 77588±2159   | 85769±2452     | ,030 |

Adolesan öğrencilerin bazı demografik özelliklerinin günlük adım sayıları arasındaki ilişki incelendiğinde ailesinin gelir düzeyinin fiziksel aktivite durumunu etkilediği görülmektedir. Ailesinin gelir düzeyi düşük olan adolesanların %87'si hafta sonu, %67,5'i hafta içi günlük ortalama 12000 den daha az adım atmakta iken bu oran ailesinin geliri orta düzeyde olan adolesanlarda %49,0 ve %36,5 bulunmuştur(p=0,000) (tablo 9).

**Tablo 9.** Adolesanların aile gelir düzeyine göre aktivite durumunun dağılımı.

|                            |              | Düşük        |             | orta         |             | Toplam       |             | P    |
|----------------------------|--------------|--------------|-------------|--------------|-------------|--------------|-------------|------|
|                            |              | < 12000 adım | >12000 adım | < 12000 adım | >12000 adım | < 12000 adım | >12000 adım |      |
| Hafta sonu aktivite durumu | < 12000 adım | 67           | 87          | 47           | 49          | 114          | 65,9        | ,000 |
|                            | >12000 adım  | 10           | 13          | 49           | 51          | 59           | 34,1        |      |
| Hafta içi aktivite durumu  | < 12000 adım | 52           | 67          | 35           | 36          | 87           | 50,3        | ,000 |
|                            | >12000 adım  | 25           | 32          | 61           | 63          | 86           | 49,7        |      |
| 7 günlük aktivite durumu   | < 12000 adım | 60           | 77          | 35           | 36          | 95           | 54,9        | ,000 |
|                            | >12000 adım  | 17           | 22          | 61           | 63          | 78           | 45,1        |      |

## Tartışma

Çocuk ve adolesan obezitesini etkileyen fizyolojik, psikolojik, sosyal ve çevresel birçok faktör vardır. Bu faktörlerin en temel bileşeni yetersiz fiziksel aktivitedir. Konya il merkezinde 2007 yılında yapılan bir çalışmada 11-15 yaş grubu öğrenciler vücut yağ yüzdesine göre %7,2 zayıf, %19,7 fazla kilolu ve %13,5 obez olarak değerlendirilmiştir(Bodur, 2007). Mardin'de yapılan çalışmada ilköğretim öğrencilerinde obezite sıklığı (BMI ve percentile göre) 13-15 yaş grubu kızlarda 10,98, erkeklerde 12,36 bulunmuştur(İnanç, 2012). Lise öğrencilerinde yapılan çalışmada ise erkek adolesanların %15,4'ü, zayıf, %7,9'u düşük kilolu, %19,7'si hafif şişman ve obez, kız adolesanların %18,7'si zayıf, %12,6'sı düşük kilolu, %8,4'ü ise hafif şişman ve obez bulunmuştur (Çiçek, 2017).

Çalışmamızda vücut yağ yapısına göre, erken adolesanların %20,5'i zayıf (lowfatlowweight), %2,6'sı fazla kilolu (overfat) ve %15,4'ü obez olarak sınıflandırılmıştır. Adölesan öğrencilerin cinsiyete göre vücut tipleri erkeklerde %20,2 zayıf, %8,9 fazla kilolu, %11,4 obez, kızlarda ise sırasıyla %13,8, 10,6 ve 16,0'dır(p=0,004).Van il merkezindeki çocukların daha zayıf oldukları görülmektedir. Sağlığın korunmasında ve geliştirilmesinde fiziksel aktivite alışkanlığı ve bunun bir yaşam biçimi haline gelmesi önemlidir. Bu alışkanlığın çocukluk ve adolesan döneminde kazanılması sürdürülebilir olmasını da beraberinde getirecektir. Okul yıllarında aktif yaşam düzeyinin ölçülmesi olumsuz faktörlerin belirlenmesi ve

eğitimlerle farkındalık oluşturma aktif yaşamı yaşam biçimi haline getirmeye katkı sunabilir. Nitekim yapılan bir çalışmada obez öğrencilere sağlığı geliştirme modeline göre verilen eğitimin öğrencilerin sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını geliştirdiği ve yaşam kalitelerini arttırdığı belirlenmiştir(Yavuz, 2018).

Fiziksel aktivite düzeyinin belirlenmesinde kullanılan yöntemlerden birisi ALP dir. Ardıç 14-18 yaş grubunda ALP puan ortalamasını  $122,1 \pm 14,5$  bulmuş ve baba eğitimi ile sağlık algısının etkilediğini ifade etmiştir(Sağlık Bakanlığı, 2014). Lise öğrencilerinde yapılan bir çalışmada ALP toplam puanı  $117,5 \pm 19,8$  olarak bulunmuştur. Alt ölçeklerde en yüksek puanı pozitif yaşam bakışı, en düşük puanı ise fiziksel aktivite alt ölçeğinden aldıkları belirlenmiştir(Çiçek, 2017). Çalışmamızda ALP puanları erken adolesanlarda  $122,76 \pm 18,88$  orta adolesanlarda  $113,33 \pm 16,54$  geç adolelanlarda (lise)  $114,87 \pm 16,43$  olup alt gruplarına göre ortalama puanlarının dağılımı erken adolesanlarda sağlık sorumluluğu ve fiziksel aktivite puanları daha yüksektir. Yaş ilerledikçe bu değerlerin düşmesi artan sınavlar nedeniyle öğrencilerin daha uzun süre ders çalışmak durumunda kalmaları ve onları daha çok evde oturmaya zorlamalarına bağlanabilir.

Günlük adım sayısı da fiziksel aktiviteyi ölçmede giderek daha yaygın bir biçimde kullanılmaktadır. Fiziksel Aktivite rehberlerine göre orta şiddetli aktivite için 3300-3500 adım/30 dk veya 6600-7000 adım/60 dk atılmalıdır(Tudor-Locke, 2013). Tudor, günlük adım sayısının erkek çocuklarda en az 15000, kız çocuklarda ise en az 12000 adım olması gerektiğini, Vincent ise 6 ile 12 yaş arasında ortalama adım sayısının, erkek çocuklarda 13000, kız çocuklarda ise 11000 adım/gün olması gerektiğini vurgulamışlardır (Tudor-Locke, 2009; Vincent, 2002). Duncan, çocuklarda aşırı vücut yağlanma riskini azaltmak için hedef adım sayısının erkeklerde 16000 adım/gün, kızlarda ise 13000 adım/gün olması gerektiğini belirtmiştir. Ancak yaptığı çalışmada erkek çocukların ortalama 12000-16000 adım/gün, kız çocukların ortalama 10000-13000 adım/gün, adolesanların ise ortalama 8000-9000 adım/gün attıklarını saptamıştır (Duncan, 2007). Demirci, okul dışı sportif etkinliklere katılan 11-13 yaşları arasındaki çocukların okul içi ve okul dışı adım sayılarının incelemiş ve 11-13 yaş kızlarda  $13242 \pm 2652$ , erkeklerde:  $15762 \pm 2997$  (Hafta içi: kız: 13760, erkek: 16580, hafta sonu: kız: 12035, erkek: 13406) bulmuştur(Demirci, 2017). Avustralya'da adolesanlarda 7 gün boyunca pedometre ile ölçüm yapılmış ve erkeklerde 10247 adım/gün, kızlarda 9920 adım/gün bulunmuştur. Belçika'da 12-18 yaş adolesanlarda

şehirde 12055 adım/gün, kırsalda 13426 adım/gün bulunmuştur(Hands, 2008; Van Dyck, 2009).

Çalışmamızda; erken adölesanlarda (11-13 yaş) haftalık ortalama adım sayısı 114879,26 günlük ise 16411,29 olup biraz daha yüksektir. Ancak orta adölesanlarda haftalık adım sayısı 70529,60 günlük 10529,57 ve geç adölesanlardahaftalık adım sayısı 82785,70 günlük 11826,57'dir. Orta ve geç adölesanlarda günlük adım sayısı diğer çalışmalara göre daha az iken salı ve çarşamba günü adım sayılarının fazla olması okuldaki beden eğitimi derslerinin o günlerde olmasına bağlı olabilir.

Adölesanların vücut yapıları ile (ALP) alt gruplarından aldıkları puanlar karşılaştırıldığında vücut yapıları ile fiziksel aktivite puan ortalamaları farklı olup ( $p=0,039$ ) gruplar arasındaki fark anlamlı bulunmuştur. Lowfatmusculer ve standart vücut yapısında olanların fiziksel aktivite puan ortalamaları daha yüksektir. Aynı şekilde adölesanların vücut yapıları ile günlük ve haftalık adım sayıları karşılaştırıldığında vücut yapıları ile haftalık ortalama adım sayıları farklı olup ( $p=0,03$ ) gruplar arasındaki fark anlamlıdır. Lowfatlowweight ve lowfatmuscular yapıdakilerin haftalık ortalama adım sayıları daha yüksektir. Bu da fiziksel aktivitesi yüksek olan çocuk ve adölesanlarda vücut yağlanmasının daha az olduğunu göstermesi bakımından önemlidir. Adölesanların günlük ve haftalık ortalama adım sayıları ile Adölesan Yaşam Biçimi Ölçeği (ALP) alt gruplarından aldıkları puanlar karşılaştırıldığında günlük ve haftalık adım sayıları ile sağlık sorumluluğu ve fiziksel aktivite alt grupları puan ortalamaları arasında pozitif bir korelasyon olduğu bulunmuştur.

Sonuç olarak; Çocuk ve adölesanların fiziksel aktivite düzeylerini etkileyen fizyolojik, psikolojik, sosyal ve çevresel birçok faktör vardır. Bu faktörlerin en temel bileşeni yetersiz fiziksel aktivitedir. Çocuk ve adölesanlarda yaş arttıkça obezite sıklığı artmakta, Adölesan Yaşam Biçimi Ölçeği (ALP) puanları ise azalmaktadır. Fiziksel aktivite düzeyleri vücut yağlanmasını ve obezite oluşumunu etkilemektedir. Bu durum artan sınav baskısı nedeniyle öğrencilerin daha uzun süre ders çalışmak durumunda kalmaları, ekran karşısında daha çok zaman geçirmelerine bağlanabilir. Adölesanların günlük ve haftalık ortalama adım sayıları ile sağlık sorumluluğu ve fiziksel aktivite alt grupları puan ortalamaları arasında pozitif bir korelasyon olduğu bulunmuştur. Çocuklarda ve adölesanlarda ALP, günlük adım sayısı, vücut yağ oranının ölçümü gibi

yöntemlerle fiziksel aktivitenin değerlendirilmesi ve sağlığın korunması ve geliştirilmesine yönelik davranış kazandırılması önemlidir.

### **Kaynakça**

- Ardic, A., & Esin, M. N. (2015). The Adolescent Lifestyle Profile scale: reliability and validity of the Turkish version of the instrument. *Journal of Nursing Research*, 23(1), 33-40.
- Bodur, S., & Uğuz, A. M. (2007). 11-15 yaş çocuklarda vücut yağ yüzdesinin beden kütle indeksi ve biyoelektriksel impedans analizi ile değerlendirilmesi. *Genel Tıp Dergisi*, 17(1), 21-27.
- Burns, R. D., Brusseau, T. A., & Hannon, J. C. (2015). Prediction of optimal daily step count achievement from segmented school physical activity. *Advances in Public Health*, 2015.
- Can S. (2019). Sedentary Behavior, Number of Steps and Health. *Spor Hekimligi Dergisi/Turkish Journal of Sports Medicine*. 54(1).71 – 82
- Colley, R. C., Janssen, I. A. N., & Tremblay, M. S. (2012). Daily step target to measure adherence to physical activity guidelines in children. *Med Sci Sports Exerc*, 44(5), 977-982.
- Çiçek E, Çetinkaya F. (2017).m Seçilmiş İlçe Merkezindeki Lise Öğrencilerinin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları. *Sağlık Bilimleri Dergisi (Journal of HealthSciences)* ; 26 (1) .
- De Vries, S., Van Hirtum, H., Bakker, I., Hopman-Rock, M., Hirasing, R., & Van Mechelen, W. (2009). Validity and reproducibility of motion sensors in youth: a systematic update. *Medicine+ Science in Sports+ Exercise*, 41(4), 818.
- Demirci, N. (2017). Okul dışı sportif etkinliklere katılan 11-13 yaşları arasındaki çocukların okul içi ve okul dışı adım sayılarının incelenmesi.
- Duncan, J. S., Schofield, G., & Duncan, E. K. (2007). Step count recommendations for children based on body fat. *Preventive medicine*, 44(1), 42-44.
- Hands, B., & Parker, H. (2008). Pedometer-determined physical activity, BMI, and waist girth in 7-to 16-year-old children and adolescents. *Journal of Physical Activity and Health*, 5(s1), S153-S165.

Hendricks, C., Murdaugh, C., & Pender, N. (2006). The Adolescent Lifestyle Profile: development and psychometric characteristics. *Journal of National Black Nurses' Association: JNBNA*, 17(2), 1-5.

[http://www.beslenme.saglik.gov.tr/content/files/home/turkiye\\_obezite\\_sismanlik\\_ile\\_mucadele\\_ve\\_kontrolprogrami\\_2010\\_2014.pdf](http://www.beslenme.saglik.gov.tr/content/files/home/turkiye_obezite_sismanlik_ile_mucadele_ve_kontrolprogrami_2010_2014.pdf)

İnanç, B. B., Şahin, D. S., Oğuzöncül, A. F., Bindak, R., & Mungan, F. (2012). Prevalence of obesity in elementary schools in mardin, South-eastern of Turkey: a preliminary study. *Balkan medical journal*, 29(4), 424.

Kaya, H., & Özçelik, O. (2009). Vücut bileşimlerinin değerlendirilmesinde vücut kitle indeksi ve biyoelektrik impedans analiz metodlarının etkinliğinin yaş ve cinsiyete göre karşılaştırılması. *Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Tıp Dergisi*, 23(1), 1-5.

Kayıhan, G., & Ersöz, G. (2009). 15-18 yaş grubu adolesanlarda obezite tanısında ve vücut yağ yüzdesinin belirlenmesinde kullanılan farklı yöntemlerin karşılaştırılması. *Türkiye Klinikleri J Sports Sci*, 1(2), 107-116.

Sisson, S. B., & Katzmarzyk, P. T. (2008). International prevalence of physical activity in youth and adults. *Obesity reviews*, 9(6), 606-614.

Tudor-Locke, C., & Bassett, D. R. (2004). How many steps/day are enough?. *Sports medicine*, 34(1), 1-8.

Tudor-Locke, C., Craig, C. L., Brown, W. J., Clemes, S. A., De Cocker, K., Giles-Corti, B., ... & Blair, S. N. (2011). How many steps/day are enough? For adults. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 8(1), 1-17.

Tudor-Locke, C., Craig, C. L., Thyfault, J. P., & Spence, J. C. (2013). A step-defined sedentary lifestyle index:< 5000 steps/day. *Applied physiology, nutrition, and metabolism*, 38(2), 100-114.

Tudor-Locke, C., McClain, J. J., Hart, T. L., Sisson, S. B., & Washington, T. L. (2009). Expected values for pedometer-determined physical activity in youth. *Research Quarterly for exercise and sport*, 80(2), 164-17.

Van Dyck, D., Cardon, G., Deforche, B., & De Bourdeaudhuij, I. (2009). Lower neighbourhood walkability and longer distance to school are related to physical activity in Belgian adolescents. *Preventive medicine*, 48(6), 516-518.

Vincent, S. D., & Pangrazi, R. P. (2002). An examination of the activity patterns of elementary school children. *Pediatric Exercise Science*, 14(4), 432-441.

WHO 2020. <http://new.who.int/news-room/factsheets/detail/physical-activity>.Erişim tarihi 10.05.2020

Wickel, E. E., & Eisenmann, J. C. (2007). Contribution of youth sport to total daily physical activity among 6-to 12-yr-old boys. *Medicine and science in sports and exercise*, 39(9), 1493.

Yavuz, A. Y., & Hacıalioglu, N. (2018). The effect of training provided for obese adolescents based on Health Promotion Model on their healthy lifestyle behaviors and life quality. *Progress in Nutrition*, 20(1), 146-160.

Yosmaoğlu, H. B., Baltacı, G., & Derman, O. (2010). Obez adölesanlarda vücut yağı ölçüm yöntemlerinin etkinliği. *Fizyoterapi Rehabilitasyon*, 21(3), 125-131.




## Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Öğrencilerinin Mesleğe Yönelik Tutum ve Mutluluk Düzeylerinin İncelenmesi

Demet ÖZTÜRK ÇELİK<sup>1</sup> 

Taner YILMAZ<sup>2</sup> 

<sup>1</sup>Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, *OSMANİYE*

<sup>2</sup>Uşak Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, *UŞAK*

 DOI: 10.31680/gaunjss.1116305

### Orijinal Makale / Original Article

Geliş Tarihi / Received: 17.05.2022

Kabul Tarihi / Accepted: 16.07.2022

Yayın Tarihi / Published: 22.09.2022

### Öz

Bu araştırmanın amacı beden eğitimi ve spor öğretmenliği öğrencilerinin mesleğe yönelik tutum düzeylerinin mutluluk düzeyleri ile birlikte incelenmesidir. Araştırmada betimsel bir anket tasarımı uygulanmıştır. Araştırma beden eğitimi ve spor öğretmenliği öğrencileri (n=284) arasında gerçekleştirilmiş ve veriler bilgi formu, Beden Eğitimi Öğretmenliği Mesleğine Yönelik Tutum Ölçeği ve Oxford Mutluluk Ölçeğinden oluşan bir anket kullanılarak elde edilmiştir. Verilerin normalliğini değerlendirmek amacıyla hem Shapiro-Wilk hem de Kolmogorov-Smirnov testleri yapılmıştır. Tutum ve mutluluk puanlarının sosyo-demografik değişkenlere göre durumunu incelemek amacıyla non-parametrik testler (Mann-Whitney U ve Kruskal Wallis H) uygulanmıştır. Tutum düzeyleri ile mutluluk arasındaki ilişkiyi araştırmak için Spearman korelasyon analizi gerçekleştirilmiştir. Çalışma sonucunda "sınıf" değişkenine göre birinci sınıf ve dördüncü sınıf öğrencilerinin sevgi boyutundaki tutum puanlarının istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir (p<.05). Ayrıca, "Milli sporcu statüsü" ve "Gelir" değişkenlerine göre öğrencilerin mutluluk puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir (p<.05). Son olarak, gerçekleştirilen Spearman korelasyon analizi sonuçlarına göre mutluluk ve tutum değişkenleri arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif ilişkiler bulunmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Mutluluk, öğrenci, meslek, tutum

## An Investigation of Happiness Levels and Attitudes of Physical Education and Sports Teaching Students Towards Their Profession

### Abstract

The aim of this study was to investigate the attitude levels of physical education and sports teaching students towards their profession along with happiness levels. A descriptive survey design was applied in the study. The study was conducted among physical education and sports teaching students (n=284) and the data was obtained using a questionnaire consisting of an information form, attitude scale for the profession of physical education teaching and the oxford happiness scale. Both Shapiro-Wilk and Kolmogorov-Smirnov tests were performed in order to assess the the normality of the data. Non-parametric tests (Mann-Whitney U and Kruskal Wallis H) were applied in order to test the differences in attitude and happiness scores according to socio-demographic variables. A Spearman correlation analysis was performed in order to investigate the relationship between attitude levels and happiness. A statistically significant difference was found in attitude scores of first year and fourth year students in affection dimension according to "class" variable(p<.05). There were statistically significant differences in happiness scores of students according to "National athlete status" and "Income" variables(p<.05). According to the results of Spearman correlation analysis, statistically significant positive correlations was found between happiness and attitude variables.

**Keywords:** Happiness, student, attitudes, profession

## Giriş

Günümüzde eğitim, hem mutlu bireylerin yetiştirilmesinde hemde mutlu bireylerden oluşan toplumun geleceğe ışık tutması açısından değerli görülmektedir. Eğitim işinden sorumlu kişiler ise öğretmenlerdir. Öğretmenlik mesleği, sabırlı ve özverili olmayı gerektiren alanında uzman bilgi ve beceriye sahip profesyonel olmayı gerektiren bir meslektir. Mesleki başarı ancak öğretmenliği sevmekle mümkün olabilir (Küçükahmet, 2003). Türkiye'nin modern dünyada yerini alabilmesi için iyi eğitim almış, alanında uzmanlaşmış insan kaynağına sahip olması önemlidir. Bu sebeple nitelikli bir eğitim sistemi ile donanımlı eğitimcilerin yetiştirilmesi eğitim sisteminin başarısına bağlıdır (Erden, 1998). Eğitim sisteminin başarısını etkileyen bir başka önemli unsur ise öğretmenin mesleğine yönelik tutumudur. Mesleğe ilişkin tutum öğretmenlerin, öğretmenlik mesleğine verdikleri değerlerin bir diğer belirleyicisidir. Küçükahmet (2003) tutumu, "öğretmenlerin öğrencileri etkileyen en önemli kişilik özelliğinden birisi olduğu ve öğrencilerin öğrenmesine, kişiliğinin gelişmesine önemli ölçüde etki ettiğini" ifade etmişlerdir.

Öğretmenlik mesleğinin bir diğer olmazsa olmazı mutlu öğretmen profilidir. Bir eğitimci kendisi mutlu değilse bir başkasına yardımcı olabilmesi ona gerekli eğitimi verebilmesi mümkün olmayabilir. Mutluluk kavramını, insan davranışlarının nihai amacı olarak değerlendirmektedir (Lyubomirsky, 2008). Layard (2005), mutluluğu, bireyin hayatından zevk alması ve kendisini mükemmel hissetmesi olarak ifade etmiştir. Psikoloji ise mutluluğu öznel iyi oluş olarak ele almaktadır (Myers ve Diener, 1995). Mutlu bireylerin öğretmenlik mesleğine karşı olumlu tutumlar sergilediğini düşündüğümüzde öğretmen adaylarının mesleki tutumlarının ve mutluluk düzeylerinin araştırılması önemli görülmektedir.

Literatürde beden eğitimi ve spor öğretmenliği branşında eğitim gören öğretmen adaylarının mesleğe yönelik tutumlarının farklı demografik değişkenlere göre incelendiği çeşitli çalışmalar bulunmaktadır (Cinpolat ve ark., 2016; Yalız, 2010; Kalemoglu ve ark., 2014; Özgün ve ark., 2017; Yücekaya, 2020). Bu çalışmada ise beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümünde eğitim gören öğrencilerin mesleğe yönelik tutumlarının ve mutluluk düzeylerinin birlikte incelenmesi amaçlanmış ve öğrencilerin öğretmenlik mesleğine yönelik tutumları ve mutluluk düzeyleri arasında ilişki var mı?, öğrencilerin öğretmenlik mesleğine yönelik tutum ve mutluluk düzeyleri cinsiyet, sınıf, milli sporcu olma durumu, başarı notu, ve gelir durumu gibi faktörlerden etkilemekte midir? sorularına cevap aranmıştır.

## **Yöntem**

Katılımcılar iki devlet üniversitesinden seçilmiştir. Kolayda örnekleme yöntemi kullanılarak Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunun beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümünde öğrenim gören ve araştırmaya katılmaya gönüllü olan lisans öğrencileri oluşturmuştur. Ölçekler google form online anket yöntemi ile online platformda 284 öğrenciye gönderilmiş ve veriler kaydedilmiştir.

## **Veri Toplama**

Çalışma protokolü, üniversitenin etik kurulundan izin alındıktan sonra öğrenciler sözlü onam vermeden önce araştırmacı tarafından çalışmanın amaçları ve tasarımı hakkında bilgi verilmiştir. Çalışma etik kurallara uygun olarak yapılmıştır. Veriler, araştırmaya katılmayı kabul eden öğrencilerle ders saatleri içinde sınıflarda toplanmıştır. Veri toplama sırasında araştırmacılardan biri öğrencilere eşlik etmiş ve cevaplarının gizli tutulacağını garanti etmiştir. Araştırmacı ayrıca onları kendi bildirdikleri anketi yarımsız ve özel olarak doldurmaya teşvik etmiştir. Ölçekler; Çalışma anketi demografik bilgi formu, Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu, Beden Eğitimi Öğretmenliği Mesleğine Yönelik Tutum Ölçeğinden oluşmaktadır.

**Demografik bilgi formu;** Demografik bilgi formu, her öğrencinin cinsiyet, sınıf, bölüm, spor türü, milli sporcu olma durumu, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu, gelir düzeyi hakkında ayrıntılı bilgi topladı.

## **Beden Eğitimi Öğretmenliği Mesleğine Yönelik Tutum Ölçeği (BEÖYTÖ)**

Ünlü (2011), geliştirdiği ölçek soruları 12'si olumlu 13'olumsuz toplam 23 ifadeden oluşmaktadır. "Mesleğe Yönelik Sevgi" ve "Mesleğe Yönelik Kaygı" olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık katsayıları "mesleğe yönelik sevgi" için 0.90, "mesleğe yönelik kaygı" için .86 olarak hesaplanırken ölçeğin tamamı için, .88 olarak hesaplanmıştır.

## **Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu (OMÖ-KF)**

Bu çalışmada, çalışmaya katılım gösteren öğrencilerin mutluluk düzeylerini belirlemek için Hills ve Argyle (2002) tarafından geliştirilmiş olan ve Türkçe uyarlaması Doğan ve Çötök (2011) tarafından gerçekleştirilen Oxford Mutluluk Ölçeğinin kısa formu kullanılmıştır. Ölçek 7 ifadeden oluşmakta olup 5'li likert tipindedir. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .74 olarak hesaplanmıştır.

## İstatistiksel analiz

Tüm istatistiksel analizler SPSS istatistik analiz yazılımı kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Öğrencilerin tanıtıcı özellikleri için tanımlayıcı istatistikler kullanılmıştır. Verilerin normal dağılıma uygunluğu test edilmiş ve normallik testi sonucunda verilerin normal dağılım varsayımına uymadığı görülmüştür. Öğrencilerin mesleğe yönelik tutum ve mutluluk puanlarının demografik değişkenlere göre incelenmesi amacıyla parametrik olmayan hipotez testleri (Mann-Whitney U ve Kruskal Wallis H) uygulanmıştır. Çoklu gruplar içeren değişkenlerde anlamlı farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını test etmek amacıyla post-hoc testi uygulanmıştır. Son olarak, öğrencilerin mesleğe yönelik tutumları ve mutluluk düzeyleri arasında ilişkiyi incelemek amacıyla spearman korelasyon analizi gerçekleştirilmiştir.

## Bulgular

### Katılımcıların Demografik Özellikleri

Araştırmaya, 284 öğrenci katılmıştır. 284 katılımcının 145'i (%51,1) takım sporu yapmakta, 97'si (%34,2) 1. sınıf öğrencisi, 191'i (%67,3) erkek, 170'i (%59,9) orta düzeyde gelire, 161'i (%56,7) 2.00-2.99 başarı durumuna, 284'ü (%100) öğretmenlik bölümü öğrencisidir. (Tablo 1).

**Tablo 1.** Katılımcıların Demografik Özellikleri (n= 284)

| Değişkenler           | N   | %     |
|-----------------------|-----|-------|
| <b>Spor Dalı Türü</b> |     |       |
| Bireysel spor         | 139 | 48,9  |
| Takım sporu           | 145 | 51,1  |
| <b>Sınıf</b>          |     |       |
| 1. sınıf              | 97  | 34,2  |
| 2. sınıf              | 81  | 28,5  |
| 3. sınıf              | 57  | 20,1  |
| 4. sınıf              | 49  | 17,3  |
| <b>Cinsiyet</b>       |     |       |
| Kadın                 | 93  | 32,7  |
| Erkek                 | 191 | 67,3  |
| <b>Gelir Durumu</b>   |     |       |
| Çok kötü              | 9   | 3,2   |
| Kötü                  | 49  | 17,3  |
| Orta                  | 170 | 59,9  |
| İyi                   | 51  | 18,0  |
| Çok iyi               | 5   | 1,8   |
| <b>Bölüm</b>          |     |       |
| Öğretmenlik           | 284 | 100,0 |
| <b>Başarı Durumu</b>  |     |       |
| 2.00-2.99             | 161 | 56,7  |
| 3.00-4.00             | 123 | 43,3  |

## Cinsiyet Değişkenine Göre Katılımcıların Mutluluk ve Mesleğe Yönelik Tutum Puanları

Araştırmaya katılım gösteren öğrencilerin mutluluk ve mesleğe yönelik tutum puanlarının cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde mutluluk ve mesleğe yönelik tutum alt boyutlarında cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir ( $p>.05$ ) (Tablo 2).

**Tablo 2.** Mann Whitney U Testi: Cinsiyet değişkenine göre mutluluk ve mesleğe yönelik tutum puan dağılımı (n= 284)

| Alt Boyutlar          | Cinsiyet | N   | Sıra Ort. | Sıra Top. | U        | P    |
|-----------------------|----------|-----|-----------|-----------|----------|------|
| Mesleğe Yönelik Sevgi | Kadın    | 93  | 141,74    | 13182,00  | 8811,000 | ,913 |
|                       | Erkek    | 191 | 142,87    | 27288,00  |          |      |
| Mesleğe Yönelik Kaygı | Kadın    | 93  | 141,77    | 13185,00  | 8814,000 | ,917 |
|                       | Erkek    | 191 | 142,85    | 27285,00  |          |      |
| Mutluluk              | Kadın    | 93  | 147,25    | 13694,50  | 8439,500 | ,494 |
|                       | Erkek    | 191 | 140,19    | 26775,50  |          |      |

\* $p<.05$

## Başarı Durumu Değişkenine Göre Katılımcıların Mutluluk ve Mesleğe Yönelik Tutum Puanları

Araştırmaya katılım gösteren öğrencilerin mutluluk ve mesleğe yönelik tutum puanları başarı durumu değişkenine göre incelendiğinde mutluluk ve mesleğe yönelik tutum alt boyutlarında başarı durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır ( $p>.05$ ) (Tablo 3).

**Tablo 3.** Mann Whitney U Testi: Başarı durumu değişkenine göre mutluluk ve mesleğe yönelik tutum puan dağılımı (n= 284)

| Alt Boyutlar          | Başarı Durumu | N   | Sıra Ort. | Sıra Top. | U        | P    |
|-----------------------|---------------|-----|-----------|-----------|----------|------|
| Mesleğe Yönelik Sevgi | 2.00-2.99     | 161 | 137,93    | 22206,50  | 9165,500 | ,282 |
|                       | 3.00-4.00     | 123 | 148,48    | 18263,50  |          |      |
| Mesleğe Yönelik Kaygı | 2.00-2.99     | 161 | 146,52    | 23589,50  | 9254,500 | ,344 |
|                       | 3.00-4.00     | 123 | 137,24    | 16880,50  |          |      |
| Mutluluk              | 2.00-2.99     | 161 | 145,96    | 23500,00  | 9344,000 | ,414 |
|                       | 3.00-4.00     | 123 | 137,97    | 16970,00  |          |      |

\* $p<.05$

## Milli Sporcu Olma Durumuna Göre Katılımcıların Mutluluk ve Mesleğe Yönelik Tutum Puanları

Araştırmaya katılım gösteren öğrencilerin mesleğe yönelik tutum puanları milli sporcu olma durumuna göre incelendiğinde anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir ( $p>.05$ ). Öğrencilerin mutluluk puanları milli sporcu olma durumuna göre incelendiğinde anlamlı bir farklılık görülmüştür ( $p<.05$ ) (Tablo 4).

**Tablo 4.** Mann Whitney U Testi: Milli sporcu olma değişkenine göre mutluluk ve mesleğe yönelik tutum puan dağılımı (n= 284)

| Alt Boyutlar          | Milli Sporcu Olma Durumu | N   | Sıra Ort. | Sıra Top. | U       | P    |
|-----------------------|--------------------------|-----|-----------|-----------|---------|------|
| Mesleğe Yönelik Sevgi | Evet                     | 30  | 131,83    | 3955,00   | 3490,00 | ,451 |
|                       | Hayır                    | 254 | 143,76    | 36515,00  | 0       |      |
| Mesleğe Yönelik Kaygı | Evet                     | 30  | 134,78    | 4043,50   | 3578,50 | ,585 |
|                       | Hayır                    | 254 | 143,41    | 36426,50  | 0       |      |
| Mutluluk              | Evet                     | 30  | 182,03    | 5461,00   | 2624,00 | ,005 |
|                       | Hayır                    | 254 | 137,83    | 35009,00  | 0       |      |

\*p<.05

### Spor Türüne Göre Katılımcıların Mutluluk ve Mesleğe Yönelik Tutum Puanları

Araştırmaya katılım gösteren öğrencilerin mutluluk ve mesleğe yönelik tutum puanları spor türüne göre incelendiğinde anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir (p>.05) (Tablo 5).

**Tablo 5.** Mann Whitney U Testi: Spor türü değişkenine göre mutluluk ve mesleğe yönelik tutum puan dağılımı (n= 284)

| Alt Boyutlar          | Spor Türü     | N   | Sıra Ort. | Sıra Top. | U       | P    |
|-----------------------|---------------|-----|-----------|-----------|---------|------|
| Mesleğe Yönelik Sevgi | Bireysel Spor | 139 | 138,57    | 19261,50  | 9531,50 | ,429 |
|                       | Takım Spor    | 145 | 146,27    | 21208,50  | 0       |      |
| Mesleğe Yönelik Kaygı | Bireysel Spor | 139 | 140,35    | 19508,50  | 9778,50 | ,665 |
|                       | Takım Spor    | 145 | 144,56    | 20961,50  | 0       |      |
| Mutluluk              | Bireysel Spor | 139 | 146,86    | 20414,00  | 9471,00 | ,378 |
|                       | Takım Spor    | 145 | 138,32    | 20056,00  | 0       |      |

\*p<.05

### Sınıf Değişkenine Göre Katılımcıların Mutluluk ve Mesleğe Yönelik Tutum Puanları

Araştırmada öğrencilerin mesleğe yönelik tutum puanları sınıf değişkenine göre incelendiğinde “mesleğe yönelik sevgi” puanları arasında anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir (p<.05). Gerçekleştirilen Dunn-Bonferroni post-hoc testi sonucunda “mesleğe yönelik sevgi” puanlarında belirlenen bu farkın “1.sınıf - 4.sınıf” gruplarından kaynaklandığı belirlenmiştir. Ayrıca “mesleğe yönelik kaygı” ve “mutluluk” puanlarının sınıf değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir (p>.05) (Tablo 6).

**Tablo 6.** Kruskal Wallis H Testi: Sınıf değişkenine göre mutluluk ve mesleğe yönelik tutum puan dağılımı (n=284)

| Alt Boyutlar          | Sınıf | N  | Sıra Ort. | $\chi^2$ | sd | p    | Post -Hoc |
|-----------------------|-------|----|-----------|----------|----|------|-----------|
| Mesleğe Yönelik Sevgi | 1     | 97 | 125,00    | 10,729   | 3  | ,013 | 1-4       |
|                       | 2     | 81 | 141,00    |          |    |      |           |
|                       | 3     | 57 | 150,25    |          |    |      |           |
|                       | 4     | 49 | 170,61    |          |    |      |           |
| Mesleğe Yönelik Kaygı | 1     | 97 | 143,26    | ,039     | 3  | ,998 |           |
|                       | 2     | 81 | 141,83    |          |    |      |           |
|                       | 3     | 57 | 141,16    |          |    |      |           |
|                       | 4     | 49 | 143,65    |          |    |      |           |
| Mutluluk              | 1     | 97 | 136,70    | ,753     | 3  | ,861 |           |
|                       | 2     | 81 | 145,43    |          |    |      |           |
|                       | 3     | 57 | 146,37    |          |    |      |           |
|                       | 4     | 49 | 144,64    |          |    |      |           |

\*p<.05

### Gelir Durumu Değişkenine Göre Katılımcıların Mutluluk ve Mesleğe Yönelik Tutum Puanları

Araştırmaya katılım gösteren öğrencilerin mesleğe yönelik tutum puanları gelir durumu değişkenine göre incelendiğinde mesleğe yönelik tutum puanları anlamlı bir farklılık göstermemektedir ( $p>.05$ ). Öğrencilerin mutluluk puanları gelir durumu değişkenine göre incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmüştür ( $p<.05$ ) (Tablo 7).

**Tablo 7.** Kruskal Wallis H Testi: Gelir değişkenine göre mutluluk ve mesleğe yönelik tutum puan dağılımı (n=284)

| Alt Boyutlar          | Gelir Durumu | N   | Sıra Ort. | $\chi^2$ | sd | p    |
|-----------------------|--------------|-----|-----------|----------|----|------|
| Mesleğe Yönelik Sevgi | Çok kötü     | 9   | 185,44    | 5,394    | 4  | ,249 |
|                       | Kötü         | 49  | 133,69    |          |    |      |
|                       | Orta         | 170 | 138,16    |          |    |      |
|                       | İyi          | 51  | 154,77    |          |    |      |
|                       | Çok iyi      | 5   | 173,90    |          |    |      |
| Mesleğe Yönelik Kaygı | Çok kötü     | 9   | 115,28    | 7,401    | 4  | ,116 |
|                       | Kötü         | 49  | 118,87    |          |    |      |
|                       | Orta         | 170 | 145,60    |          |    |      |
|                       | İyi          | 51  | 157,58    |          |    |      |
|                       | Çok iyi      | 5   | 164,00    |          |    |      |
| Mutluluk              | Çok kötü     | 9   | 113,56    | 9,944    | 4  | ,041 |
|                       | Kötü         | 49  | 126,82    |          |    |      |
|                       | Orta         | 170 | 140,78    |          |    |      |
|                       | İyi          | 51  | 160,96    |          |    |      |
|                       | Çok iyi      | 5   | 218,60    |          |    |      |

\*p<.05

Öğrencilerin, beden eğitimi öğretmenliği mesleğine yönelik tutumları ile mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi spearman korelasyon analizi kullanılarak incelenmiştir. Her bir ölçeğin alt boyutları için ayrı ayrı hesaplanan korelasyon değerleri Tablo 8' de

verilmiştir. Analiz sonuçlarına göre mesleğe yönelik kaygı-mesleğe yönelik sevgi arasında pozitif anlamlı  $r_{\text{spearman}}=.207$   $p<.001$ , mutluluk-mesleğe yönelik sevgi arasında pozitif anlamlı  $r_{\text{spearman}}=.192$   $p<.001$  zayıf düzeyde ilişki görülmüştür ( Tablo 8). Ayrıca gerçekleştirilen spearman korelasyon analizi sonucunda öğrencilerin mutluluk düzeyleri ve mesleğe yönelik tutumları arasında anlamlı pozitif yönlü bir ilişki olduğu belirlenmiştir (Tablo 8).

**Tablo 8.** Öğrencilerin Mesleğe Yönelik Tutum Faktörleri ile Mutluluk Arasındaki İlişki Sonuçları (n= 284)

| Değişkenler               |    | (1)    | (2)  | (3) |
|---------------------------|----|--------|------|-----|
| Mesleğe Yönelik Sevgi (1) | KK | 1      |      |     |
|                           | p  | .      |      |     |
| Mesleğe Yönelik Kaygı (2) | KK | .207** | 1    |     |
|                           | p  | .000   | .    |     |
| Mutluluk (3)              | KK | .192** | .032 | 1   |
|                           | p  | .001   | .586 | .   |

\* $p<.05$ . \*\* $p<.01$ . KK: Korelasyon Katsayısı

## Tartışma

Araştırmanın bu bölümünde spor eğitimi alan öğrencilerin mesleğe yönelik tutum ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkiye yönelik tartışma ve sonuca yer verilmiştir. Elde edilen sonuçlara göre katılımcıların 145'i (%51,1) takım sporu yapmakta, 97'si (%34,2) 1. sınıf öğrencisi, 191'i (%67,3) erkek, 170'i (%59,9) orta düzeyde gelire, 161'i (%56,7) 2.00-2.99 başarı durumuna, 284'ü (%100) öğretmenlik bölümü öğrencisidir. (Tablo 1).

Cinsiyet değişkenine göre mesleğe yönelik tutuma ilişkin alt boyutlardan elde edilen puan ortalamaları ve mutluluk puan ortalamaları incelendiğinde mesleğe yönelik tutum puan ortalamaları ve mutluluk puan ortalamaları arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır. Küçük (2012) müzik öğretmenliği mesleğine yönelik tutum puanlarının cinsiyete göre anlamlı bir fark yaratmadığını, Taşkın ve Hacıömeroğlu (2010) ilköğretim bölümü öğretmen adaylarıyla gerçekleştirdiği çalışmasında cinsiyetin anlamlı fark yaratmadığını, Demirtaş ve ark. (2011) öğretmen adaylarının mesleğe ilişkin tutumlarının araştırıldığı çalışmasında cinsiyetin farklılık göstermediğini ifade etmişlerdir. Bütün bu bulgular çalışmamız bulguları ile paralellik göstermektedir. Ayrıca literatürde araştırma sonuçlarımızla örtüşmeyen sonuçlarda bulunmaktadır. Uğurlu ve Polat (2011) sınıf öğretmenliği bölümü öğrencileriyle gerçekleştirdiği çalışmasında cinsiyet değişkenine göre erkek ve kız öğrencilerin tutum puanları arasında anlamlı bir farklılık görüldüğünü, Çapri ve Çelikkaleli (2008) cinsiyet değişkeninin öğretmen adayı



öğrencilerin öğretmenliğe ilişkin tutumları üzerinde önemli bir etkisinin olduğunu ifade etmişlerdir. Ayrıca öğretmen adaylarıyla gerçekleştirdiğimiz bu çalışmada öğretmenlik mesleğine yönelik tutumun cinsiyetler arası farklılık göstermemesi öğretmenlik mesleğine olan sevgi ve bağlılıktan kaynaklandığını düşünebiliriz.

Araştırma grubunun spor türü, akademik başarı ve gelir durumu değişkenleri ile mesleğe yönelik tutum ve mutluluk faktörleri arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Araştırma sonuçlarımızla paralel sonuçlara ulaşan Abbasoğlu ve Öncü (2013) araştırmalarında öğretmen adaylarının mesleğe yönelik tutum ve gelir düzeyleri arasında anlamlı bir fark olmadığını, Sandıkçı (2011) akademik başarı puanı ve öğretmenlik mesleğine yönelik tutumlar arasında anlamlı bir ilişki olmadığını, Eroğlu (2013) spor türü değişkeni ve öğretmenlik mesleğine yönelik tutum arasında anlamlı fark olmadığını, Köse ve ark. (2019) spor türü değişkeni ve mutluluk arasında anlamlı fark olmadığını tespit etmişlerdir.

Araştırmada mesleğe yönelik tutum alt faktörleri ve mutluluk puan ortalamaları sınıf değişkeni açısından incelendiğinde “mesleğe yönelik sevgi” puanlarının anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmüştür. Farkın “1.sınıf - 4.sınıf ” gruplarından kaynaklandığı görülmüştür. Ayrıca “mesleğe yönelik kaygı” ve “mutluluk” puanlarının anlamlı bir fark göstermediği belirlenmiştir. Göktaş ve ark. (2015) ve araştırmalarında beden eğitimi ve spor bölümü öğretmen adaylarının öğretmenlik mesleğine yönelik tutumlarının, sınıf değişkenine göre anlamlı farklılıklar gösterdiğini, Abbasoğlu ve Öncü (2013) ve Yıldız ve ark. (2020) ise beden eğitimi ve spor bölümünde okuyan öğretmen adaylarının mesleğe yönelik tutumlarının sınıf değişkeni açısından incelendiğinde öğrencilerin mesleğe yönelik tutumlarının anlamlı farklılıklar göstermediğini ifade etmişlerdir. Araştırma sonucunda “mesleğe yönelik sevgi” alt boyutunda farkın “1.sınıf - 4.sınıf ”gruplarından kaynaklanması 1.sınıf öğrencilerinin mesleki alanda gelecekteki davranışlarını belirlemeye yönelik ilk adımı atması, 4. sınıf öğrencilerinin ise mesleki hayatta gerekli olan bilgi ve tecrübeyle mezun olmanın son aşamalarını yaşamaları ve mesleğe yönelik tutumlarında sevgi boyutunda etkili olabileceğini düşünebiliriz.

Araştırma sonuçlarımız spor eğitimi alan öğrencilerin milli olma durumuna göre mesleğe yönelik tutumlarında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Araştırma sonuçlarımızla paralel sonuçlar Aydılek (2019) tarafından beden eğitimi öğretmen adaylarının millilik durumuna göre mesleğe yönelik tutumlarında farklılık olmadığı sonucunu elde etmişlerdir. Ancak araştırma sonuçlarımızda mutluluk puanlarında milli olma durumuna göre anlamlı fark belirlenmiştir. Bu sonuç öğretmen adaylarının

mesleğe yönelik tutumlarında milli olma durumunun etkili olmadığını ancak milli olmanın mutluluk puanlarında etkili olduğunu göstermektedir. Araştırmanın ilişkisel sonuçlarına bakıldığında spor eğitimi alan öğrencilerin mesleğe yönelik tutum faktörleri ile mutluluk düzeyleri arasında anlamlı pozitif yönlü bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

## Kaynaklar

- Abbasoğlu, E., Öncü, E. (2013). Beden eğitimi öğretmeni adaylarının benlik saygıları ve öğretmenlik mesleğine yönelik tutumları. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(2), 407-425.
- Aydilek, E. (2019). *Beden eğitimi öğretmen adaylarının yaşam doyumları ve beden eğitimi öğretmenlik mesleğine yönelik tutumları*. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Samsun.
- Cinpolat, T., Alıncak, F., Abakay, U. (2016). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin öğretmenlik mesleğine yönelik tutumlarının incelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 38-47.
- Çapri, B., Çelikkaleli, Ö. (2008). Öğretmen adaylarının öğretmenliğe ilişkin tutum ve mesleki yeterlik inançlarının cinsiyet program ve fakültelerine göre incelenmesi. *İnönü üniversitesi eğitim fakültesi dergisi*, 9(15), 33-53.
- Demirtaş, H., Cömert, M., Özer, N. J. E. v. B. (2011). Öğretmen adaylarının özyeterlik inançları ve öğretmenlik mesleğine ilişkin tutumları. *Eğitim ve Bilim* 36(159).
- Doğan, T., Çötök, N. A. (2011). Oxford mutluluk ölçeği kısa formunun Türkçe uyarlaması: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. [Adaptation of the Short Form of the Oxford Happiness Questionnaire into Turkish: A Validity and Reliability Study]. *Türk psikolojik danışma ve rehberlik dergisi*, 4(36), 165-170.
- Erden, M. (1998). *Öğretmenlik mesleğine giriş*: İstanbul. Alkım Yayınları.
- Eroğlu, C. (2013). *Beden eğitimi öğretmen adaylarının öz-yeterlikleri ve öğretmenlik mesleğine yönelik tutumları*. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. Aksaray.
- Göktaş, Z., Yanık, M., Sciences, M. (2015). Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Beden Eğitimi Öğretmenlik Mesleğine Yönelik Tutumlarının İncelenmesi. *Sstb International Refereed Academic Journal of Sports, Health*, 16(5).

- Hills, P., Argyle, M. (2002). The Oxford Happiness Questionnaire: a compact scale for the measurement of psychological well-being. *Personality and Individual Differences*, 33(7), 1073-1082. doi:https://doi.org/10.1016/S0191-8869(01)00213-6
- Kalemoglu, V. Y., Erbaş, M. K., Ünlü, H. (2014). Beden eğitimi öğretmen adaylarının mesleki kaygı düzeylerinin öğretmenlik mesleğine yönelik tutumlarını yordama gücü. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 12(2), 113-123. .
- Köse, B., Uzun, M., Kurtuluş, Ö., Çelik, N. M., Erbaş, Ü. (2019). Spor Bilimlerinde Okuyan Öğrencilerin Öznel Mutluluk ve Zindelik Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi (Ankara Üniversitesi Örneği). *Kilis 7 Aralık Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(2), 22-29.
- Küçük, D. P. (2012). Müzik öğretmenlerinin müzik öğretmenliği mesleğine yönelik tutumları. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*(19), 151-161.
- Küçükahmet, L. (2003). *Öğretimi planlama ve değerlendirme*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Layard, R. (2005). *Happiness: Lessons from a New Science* London: Penguin Books.
- Lyubomirsky, S. (2008). *The how of happiness: A scientific approach to getting the life you want*. New York: The Penguin Press.
- Myers, D. G., Diener, E. (1995). Who is happy? *Psychological science*, 6(1), 10-19.
- Özgün, A., Yaşartürk, F., Ayhan, B., Bozkuş, T. (2017). Hentbolcuların spora özgü başarı motivasyonu ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası Kültürel ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(Special Issue 2), 83-94.
- Sandıkçı, M. (2011). *Beden eğitimi öğretmen adayları ile diğer öğretmen adaylarının öğretmenlik mesleğine ilişkin tutum ve öz-yeterlik algıları*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Taşkın, Ç. Ş., Hacıömeroğlu, G. (2010). İlköğretim bölümü öğretmen adaylarının mesleğe yönelik tutumları: Nicel ve nitel verilere dayalı bir inceleme. *İlköğretim Online*, 9(3), 922-933.
- Uğurlu, C., Polat, S. (2011). Sınıf öğretmenliği öğrencilerinin öğretmenlik mesleğine ilişkin tutumları. *Cumhuriyet Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 35(1), 68-74.
- Ünlü, H. (2011). Beden eğitimi öğretmenliği mesleğine yönelik tutum ölçeği (BEÖYTÖ) geliştirilmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, (4), 2005-2020.

- Üzüm, H., Yalçın, H. B., Biçer, B., Yüктаşır, B., Yıldırım, Y. (2015). Beden eğitimi öğretmen adaylarının mesleklerine karşı tutumları. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 20(1-4), 1-10.
- Yalız, D. (2010). Anadolu Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü öğrencilerinin öğretmenlik mesleğine yönelik tutumlarının karşılaştırılması. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 5(1), 7-14.
- Yıldız, M., Efek, E., Özbar, N. (2020). Beden eğitimi öğretmeni adaylarının öğretmenlik mesleğine ilişkin tutumlarının incelenmesi. *Journal of Social Humanities Sciences Research*, 7(49), 49-58.
- Yücekaya, M. A. (2020). Ortaokul Öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersi mutluluk düzeylerinin incelenmesi. *Uluslararası Dağcılık ve Tırmanış Dergisi*, 3(1), 27-37.

## Futbolda Güncel Sorunlar Kaynaklı Kriz Yönetimi ve Medyaya Yansımalarının Değerlendirilmesi

Davut ATILGAN<sup>1\*</sup> 


Turgut KAPLAN<sup>2</sup> 

Onur ÖZTÜRK<sup>3</sup> 

<sup>1</sup>Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, *KAHRAMANMARAŞ*

<sup>2</sup>Selçuk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, *KONYA*

<sup>3</sup>İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, *MALATYA*

 DOI: 10.31680/gaunjss.1131974

Orijinal Makale / Original Article

Geliş Tarihi / Received: 16.06.2022

Kabul Tarihi / Accepted: 26.07.2022

Yayın Tarihi / Published: 22.09.2022

### Öz

Futbol, ülkemizde ve dünyada popüler bir spordur. Bundan dolayı futbolun çok sayıda taraftarı, izleyicisi ve takipçisi bulunmaktadır. Farklı nedenlerden kaynaklı olarak ülkemiz ve dünya futbolu içinde çeşitli krizlerin barındığı görülmektedir. Bu çalışmada, dünyada ve ülkemizde yakın zamanda yaşanmış olan "kriz" olarak nitelendirilebilecek futbol özelindeki olayların medyaya yansımaları ve sonuçları üzerinden literatür taraması yapılmıştır. Bu doğrultuda çeşitli yazılı kaynaklar, internet haber kaynakları ve olayların sosyal medyaya yansımaları incelenerek bir bütün halinde bu çalışmada sunulmaya çalışılmıştır. Çalışmada sonuç olarak; geçmişte olduğu gibi günümüzde de futbolun içinde yönetsel ve ekonomik kaynaklı olarak krizlerin yaşandığı açıktır. Yaşanılan krizler kısa sürede medyada kendisine yoğun bir şekilde yer bulmaktadır. Krizlerin büyüklüğüne bağlı olarak kriz yönetimi ve krizlere çözüm üretilebilmesi noktasında farklı sorunların olduğu görülmüştür.

**Anahtar Kelimeler:** Futbol, kriz yönetimi, medya

## Crisis Management Based on Current Problems in Football and Evaluation of Its Reflections on the Media

### Abstract

Football is a popular sport in our country and in the world. Therefore, football has a large number of fans, viewers and followers. It is seen that there are various crises in our country and world football due to different reasons. In this study, a literature review was conducted on the media reflections and results of events specific to football, which can be described as a "crisis" that have recently been experienced in the world and in our country. In this direction, various written sources, internet news sources and the reflections of events on social media have been examined and tried to be presented as a whole in this research. As a result of the study; It is clear that, as in the past, there are crises in football due to administrative and economic origins. The crises experienced are heavily covered in the media in a short time. Depending on the magnitude of the crises, it has been observed that there are different problems in crisis management and in producing solutions to crises.

**Keywords:** Football, crisis management, media

## Giriş

Spor, günümüzde hızla büyüyen ve küreselleşen bir sektör halini almış durumdadır. Bu spor sektörü içerisinde futbolun yeri, önemi ve etkileme alanı bakımından payı oldukça büyüktür. Futbol, spor branşları içerisinde daima popülerliği yüksek olan geniş kitleleri beraberinde sürükleyen organizasyonlara ev sahipliği yapan bir branş olarak karşımıza çıkmaktadır. Geniş kitleleri ilgilendirmesi nedeniyle futbol organizasyonlarını yönetmek çoğu zaman sorunları da beraberinde getirmektedir. Bu kadar büyük organizasyonlarda farklı boyutlarda istenmeyen durumların, yolunda gitmeyen olayların yaşanılması kaçınılmaz olmaktadır. Bu olaylar çoğu zaman da büyüyen krizlere dönüşebilmektedir.

Kriz, “*müdahale edilmesi gereken istikrarsız durum*” olarak ya da “*bir kuruluşun bütünü ve bütünlüğünü etkileme potansiyeli olan herhangi bir olay*” olarak tanımlanmaktadır (Devecioğlu, 2003; Mitroff ve Pearson, 1993). Krizler her alanda olduğu gibi spor alanında da zaman zaman kamuoyunu meşgul etmektedir. Günümüzde krizler farklı biçimlerde karşımıza çıkabilmektedir. Küresel çapta yaşanan krizler, ülkeler arası krizler ve hatta insanlar arasında yaşanan krizlerin varlığından söz etmek mümkündür.

Kriz sırasında etkili iletişim kurabilmek ve doğru yönlendirmeler yapabilmek kritik öneme sahiptir. İletişim normal zamanlarda önemli olduğu gibi kriz dönemlerinde de ast-üst arasındaki hiyerarşik ilişkide iletişimin etkili kurulabilmesi gerekmektedir. Krizlerde mümkün olduğunca hızlı ve etkili bir şekilde harekete geçilmelidir. Krize müdahale edilmesi gereken durumların sonralara bırakılması bazı durumlarda krizin etkili yönetilememesine ve krizin büyümesine neden olabilmektedir (Kara, 2020). Futbol aksiyonu bütün olarak ele alındığında, bazen neyin kriz olup neyin kriz olmayacağı bilinemeyebilir. Spor dinamikleri açısından her an her şey krize dönüşebilme potansiyeline sahiptir. Futbol takımının sahada kötü bir skor alması, oyuncu değişikliği, aksiyon içinde herhangi bir kişinin kötü sözler sarf etmesi, antrenör, yönetim değişikliği ve benzeri birçok durumda krizler meydana gelebilmektedir. Kulüp yöneticilerinin ya da oyuncuların sosyal medyada yaptıkları bir paylaşım da krizlere neden olabilmektedir.

Krize yol açan faktörleri iki başlık altında toplayabilmek mümkündür. Bunlardan ilki ‘çevresel faktörler’ (ekonomik, toplumsal, kültürel, politik vb.) unsurlar diğeri ise ‘örgütsel faktörler’ (yönetim tarzı, demografik özellikler, geçmiş olaylar, deneyimler, inanç, tutum vb.) (Devecioğlu, 2003). Krizler bazı zamanlarda daha derin ve içerisinden

çıkılabilesinin daha komplike ve zor bir hal aldığı durumlara neden olabilmektedir. Bu kapsamda ülkemiz futbolunda geçmişten günümüze birçok farklı tipte krizlerin meydana geldiği bilinmektedir. Bu çalışmayla futbolda meydana gelen krizler incelenerek çıkarsamalar/değerlendirmeler yapılması ile literatüre katkı sunulması amaçlanmıştır.

### **Futbolda Kriz Yönetimi**

Kriz yönetimi, tüm yönetim alanlarında olduğu gibi spor kulüpleri yönetiminde de önemli bir yere sahiptir (Devecioğlu, 2003). Büyük çapta, yaygın bir organizasyon tipi olan futbol organizasyonlarında, istenmeyen durumların, yolunda gitmeyen olayların yaşanılması neticesinde krizler yaşanmaktadır. Böyle durumlarda futbolda krizi yönetmek çok da kolay bir iş olmamaktadır. Futbol branşının büyük kitleleri ilgilendirmesi nedeniyle yöneticilere müdahaleler olabilmekte, bunun yanında yorumlar ve tartışmalar yoluyla da spor yöneticileri üzerinde baskılar artmaktadır. Bundan dolayı krize neden olan olaylarla ilgili koordinasyonu sağlayarak krizi iyi yönetmenin yanında algıyı da doğru şekilde yönetmek önemli hale gelmektedir.

Futbola sponsorluk yapan markalar karşılaşılabilir herhangi bir krizde ürün satışı yapan mağazalarda dahil olmak üzere krizden etkilenmesi muhtemeldir. Futbol, dünyada en çok taraftara ve destekleyiciye sahip spor branşlarından biridir. Dolayısıyla bu durum toplumda futbolu destekleyen bütün kitleleri etkileme gücüne sahiptir (Yücel, 2014). 1967 yılında Kayseri’de oynanan Kayserispor – Sivasspor maçı en büyük taraftar krizlerinden bir tanesi olarak Türk futbolunda yerini almıştır. Kayseri ve Sivas yani iki komşu şehir arasında yaşanan ekonomik rekabet ve kentsel problemler, futbola sirayet etmiş ve büyük bir facia ile sonuçlanmıştır. Kayseri’ye maça giden Sivasspor taraftarları, tribünde rakip takımın taraftarlarıyla çatışmış ve yaşanan arbedeler sonucunda yaklaşık 40 Sivaslı taraftar olay yerinde havasızlık ve sıkışmadan dolayı yaşamını yitirmiştir. 300’ü aşkın taraftarda kesici ve delici aletlerle yaralanmıştır. Sonrasında olaylar, şehirde infial yaratarak futbolun dışına sızmıştır. Maç sırasında ve sonradan çıkan olaylar sebebiyle olaylar iyi yönetilemediği için Kayseri Emniyet Müdürü ve Valinin görevden alınması, iki şehrin arasında sonraki yıllarda da süren bazı sorunları engelleyememiştir (Koçer, 2012).

Dünya futbol tarihi incelendiğinde de taraftar kaynaklı olan ve sonuçları ağır kayıplarla neden olan hadiseler meydana gelmiştir. 1964 yılının 24 Mayıs günü Tokyo olimpiyatları eleme grup Peru-Arjantin maçı sırasında 1964 Lima (Peru)’da hakemin ev sahibi olan takımın golünü iptal etmesi üzerine tribünde olaylar meydana gelmiştir.

Yaşanan olaylar neticesinde 320 taraftar hayatını kaybetmiştir. 1984 yılının 17 Kasım günü Cali-Amerika maçı sonunda 1984 Cali (Kolombiya)'da Pascal Guerrero Stadi'nda meydana gelen olaylarda 24 taraftar yaşamını yitirmiştir. Yine benzer bir durum, yıl 1985 Belçika'nın Heysel stadında oynanan Liverpool- Juventus maçı esnasında cereyan eden olaylarda 39 taraftar hayatını kaybetmiştir (Ayan, 2006). Yakın tarihte Mart 2022'de Meksika 1. Futbol Ligi'nde Queretaro ile Atlas arasında oynanan maçta basına yansıyan ilk haberlere göre Meksika'da futbol maçında taraftarlar arasında kavga çıktığı ve stadın savaş alanına döndüğü 17 kişinin hayatını kaybettiği çok sayıda yaralı olduğu belirtilmiştir (CNN, 2022).

Türkiye'de sporda şiddetin ve düzensizliğin önüne geçilebilmesi için '6222 Sayılı Sporda Şiddet ve Düzensizliğin Önlenmesine Dair Kanun' yer almaktadır. Bu yasa kapsamında sporda gerek saha içerisinde gerekse de saha dışında oluşabilecek olumsuz durumların önüne geçilebilmesi açısından görev ve yetkiler tanımlanmıştır (GSGM, 2011). Özellikle futbol maçlarında birçok kez şahit olduğumuz kimi zamanda oluşan şiddetin krize dönüştüğü durumlarda etkin yasaların olmasının kritik önemi olduğu düşünülmektedir. Kriz yönetiminde esas olan, krizin ortaya çıkmadan önlenmesi ya da olası sonuçlarının sınırlandırılmasından ziyade, krizin ortaya çıktığı andan itibaren etkili bir yönetim esastır (Akdağ, 2005). Temelinde krizin ne derece etkili ve başarılı yönetileceği kriz yönetiminde sorumluluk sahibi olan yöneticilerin etkili ve doğru adımları sayesinde oluşacağı düşünülmektedir.

Kriz çözümünde etkili olabilmek için öncelikli olarak etkili liderlik gerekmektedir. Krizin bütün unsurları iyi bir şekilde algılanmalı ve iyi analiz edebilmelidir. Bu sayede krizin tam olarak nereden kaynakladığını tespit etmek mümkün olacaktır (Deming, 1996). Futbol takımlarının yöneticileri spor yönetimi alanında etkili ve yetkin kişilerden olursa, oluşabilecek muhtemel krizlerde, sahip oldukları yetki ve donanım sayesinde alanında yetkin olmayan yöneticilere göre krizlere daha iyi müdahale edebilecekleri ifade edilebilir.

Bir spor branşında yaşanan kriz diğer spor branşlarını da etkileyebilecek potansiyele sahiptir. Bunun önüne geçmek için spor organizasyonlarında doğru ve etkili kriz yönetimine ihtiyaç vardır. Spor organizasyonları planlaması yapılırken, oluşabilmesi muhtemel senaryo ile birlikte potansiyel tehditlere karşı da donatılmalıdır. Spor organizasyonlarında ne çeşit eksiklerin ortaya çıkacağı ve bu eksiklerin oluşturacağı sorunların çözümlenmesi için neyin nasıl yapılması gerektiği noktasında öngörülü olunmalıdır (Yücel, 2014).



## **Futbolda Ekonomik ve Covid-19 Kaynaklı Olarak Kriz**

Geçmişten günümüze kadar spor, toplumları bir araya getirmek de geniş kitleler tarafından takip edilmektedir. Spor branşları arasında en çok ilgiyi gören şüphesiz ki futbol branşının olduğu bilinmektedir. Günümüz dünyasında küreselleşmenin spor üzerindeki etkisini artırdığı görülmektedir. Yine küreselleşme ile futbolun her geçen gün spor pastasından payı artmaktadır. Bu durumdan kaynaklı olarak dünya üzerinde futbol özelinde daha fazla krizler ile karşılaşılabilir. Yönetimin bu krizlere önceden hazırlıklı olması ve krizi en doğru ve etkili bir biçimde yönetebilecek kabiliyete sahip olabilmesi son derece önem arz etmektedir (Dinçer, 2019; Şirin, 2021).

Dünya spor endüstrisinin 2009 yılındaki payının büyüklüğü 114 milyar doların üzerindedir. O yılda dünya genelinde ulaşılmış olduğu 114 milyar dolarlık işlem hacmi sayesinde 129 ülkenin milli gelirinden fazla olan spor endüstrisi, gelişme hızı oldukça büyük olan bir endüstri olarak karşımıza çıkmaktadır. Sporun globalleşmesi ile birlikte spor dünya ekonomisi ile daha fazla entegre hale gelmiştir. Günümüzde artık dünyanın herhangi bir yerindeki spor organizasyonunda oluşabilecek kriz sporun küresel çapta krizine dönüşebilme potansiyeline sahiptir. Büyük bir kulüp veya kulüp grubundaki bir kriz, diğer kulüplerin finansal istikrarına zarar verme tehdidinde bulunur (Ergeç, 2013; Lago, Simmons ve Szymanski, 2010; Uslu, 2013). Boscá ve ark.'nın (2008), ekonomik analiz bağlamında yaptıkları araştırma sonucuna göre; İspanyol futbolunun İtalyan ve İngiliz futbol ligleri ile aynı sorunları yaşadığını ve bu nedenle önümüzdeki yıllarda ayakta kalabilmek için benzer çözümlere ihtiyaç duyduğunu göstermektedir.

Sporun ülke ekonomilerine katkısında tam olarak rakamsal karşılığını tespit edebilmek zordur. Çünkü sporun ve futbolun ekonomik katkısı disiplinler arası bir konu olduğundan çok yönlü boyutta ele alınması gerekmektedir. Futbolun oldukça popüler olduğu İngiltere'de yapılan bir araştırmada 2000 yılında spor endüstrisi yoluyla devlete sağlanan verginin 5,5 milyon pound civarında olduğu sonucuna varılmıştır. Ayrıca 401 bin civarında kişiye de istihdam alanı oluşturmuştur (Cambridge Econometrics, 2003).

Hiç kuşku yoktur ki, tüm dünyada farklı alanlarda olduğu gibi futbolda da yakın zamanların en büyük krizi Covid-19 pandemi sürecidir. Bu krize örnek olarak, Euro 2020'den elde edilmesi beklenen gelir 2 milyar Euro civarında idi. Fakat Covid-19 küresel pandemi kaynaklı UEFA tarafından verilen erteleme kararı buradan gelecek gelirleri tamamıyla yok etmiştir (Türkmen ve Özsarı, 2020).

Covid-19 döneminde futbol müsabakalarına seyircilerin alınmamasından kaynaklı olarak seyirci ve yayın gelirlerinde düşmeye neden olmuştur. 2020 Mart

ortasına doğru futbol, basketbol, voleybol ve hentbol ligleri ötelenmiştir. Türkiye Futbol Federasyonu yaptığı açıklama ile ligde oynanacak olan maçların 2021 Haziran ayına ertelendiğini duyurmuştu. Covid-19 kaynaklı olarak futbolun dünyadaki en büyük 5 ligi olarak kabul edilen İngiltere İspanya, Almanya, İtalya, Fransa futbol liglerinde toplam kaybının 4 milyar Euro'yu geçtiği tahmin edilmektedir. Türkiye'de ise süper lig kulüplerinin toplam kaybının 1,5 milyar TL olduğu tahmin edilmektedir (Renklibay, 2020; Yurtsızoğlu, 2021).

Covid-19'un neden olduğu ani şok, küresel spor endüstrisindeki iş modellerinin kırılmasını ortaya çıkardı. Kısa vadeli sonuçlarla mücadele etmenin yanı sıra, spor yöneticileri artık pandemi sonrası dönemde hayatta kalabilmek için uzun vadeli stratejiler geliştirmeye yönelik acil bir ihtiyaçla karşı karşıya kalmıştır. Bu bağlamda, uygulayıcılar kurtarma fonları, maaş tavanları veya daha katı lisanslama koşulları gibi çeşitli düzenleyici eylemler etrafında hararetli bir tartışma başlattı (Fühner, Schmidt ve Schreyer, 2021).

Covid-19 süreci ve çeşitli nedenler ile başlayan Lig'in TV izleyici sayısının düşmesi yayın ihalesinde federasyon ile yayıncı kuruluşlar arasında çeşitli uzlaşmazlıklara sahne olmaktadır. Türkiye Futbol Federasyonunun 2022-2023 ve devam eden futbol sezonlarını kapsayacak şekilde Süper Lig ve 1. Lig müsabakaları için düzenlenecek yayın ihalesinde uzlaşmayan ve ihalede kedilerine gelen teklifleri yetersiz bulan federasyon "Gerekirse Süper Lig TV'yi biz kurarız" (Fanatik, 2022), şeklinde yayıncı kuruluşlara rest çekildiği şeklinde haberde kendine yer bulmuştur.

Dünya futboluna bakıldığında Avrupa futbolunda pandeminin etkilerinin devam ettiğini söylemek mümkündür. Futbol Ekonomisi & Enüstüriyel Futbol'da yer alan haberde "Avrupa Futbolu Pandeminin Yaralarını Hala Saramadı!" başlıklı haberin detaylarında düşük maç sayısı ve pandemiye bağlı olarak seyirci sayılarındaki azalmanın etkilerinin halen devam ettiği görülmektedir. Sözcü gazetesinde yer alan haberde futbol yazarı Tuğrul Akşar "*Türk futbolunun altyapı değil üst yapı problemi var*" başlıklı haberde "*Spor kulüplerimiz ekonomik açıdan zor durumda. Üstüne ekonomik kriz eklenince takımlarımız bonservisiyle futbolcu almakta bile zorlanıyor*" şeklinde kulüplerin içerisinde bulunduğu finansal açıdan problemlere dikkat çekmiştir (Akşar, 2022; Özkan, 2018). Son yıllarda döviz kurlarındaki artışa bağlı olarak kulüplerin önünde başlıca iki sorun yer almaktadır. Bunlardan birincisi yabancı futbolcu transfer ücretleri ile yabancı futbolculara ödenen maaşlar ve futbol yayın gelirleridir. Ajans sporda yer alan haberde "*Dolardaki artış nedeniyle kulüplerin TL'ye dönen yayın geliri*

100 milyon dolar civarında eridi". Haberin detaylarına bakıldığında düşen yayın gelirlerine rağmen halen yabancı futbolcu transfer etmeye çalıştıklarına yer verilmiştir. Futbol yöneticileri gelecekteki krizlere daha iyi hazırlanmak için ürün çeşitlendirme stratejilerini giderek daha fazla uygulamak isteyebilir. Buna karşılık, en azından küresel bir sağlık krizi sırasında, uluslararası pazarlara daha fazla genişleme eğilimi dikkatli olmayı gerektirir (Ermış, 2021; Fühner, Schmidt ve Schreyer, 2021).

Krizlere yönelik çözüm arayışları bağlamında yönetenler, kurum ve kuruluşlar tarafından bazı adımlar atılmıştır; Gençlik ve Spor Bakanlığı 2020 yılında Koronavirüs değerlendirme toplantısında; hentbol, voleybol, basketbol ve futbol liglerinin tamamının ayrıca diğer federasyonların faaliyetlerini salgına yönelik tedbirler kapsamında ertelenmesine karar verilmiştir. Bununla beraber Gençlik çalışmaları, gençlik faaliyetleri, uluslararası gençlik hareketlilik programları çerçevesinde yürütülen faaliyetler, gençlik merkezleri ve gençlik kamplarımızdaki salgına yönelik tedbirler kapsamında ertelenmesine karar verilmiştir. Krizler farklı sektörler ve oluşumlar üzerinde etkili olduğu gibi spor sektörü, sporcular ve sporla ilgili iş yapan tüm kuruluşları da etkileyebilecek potansiyele sahiptir. Koronavirüs nedeniyle 82 organizasyon ertelenmiştir. Yine koronavirüs salgını nedeniyle ertelenen basketbol, hentbol, futbol ve voleybol karşılaşmalarının yapılacağı stadyum ve spor salonları ile faaliyetleri durdurulan spor tesisleri içerisinde bulunan ve gelirini yalnızca bu karşılaşmalardan, organizasyona katılanlardan ve seyircilerden elde eden ticari ünitelerden kira bedeli alınmayacağına dair bir genelge gönderilmiştir. Bu genelgede, bakanlık tarafından kiraya verilmiş olan taşınmazlardan; İçişleri Bakanlığı tarafından geçici süre ile faaliyet gösteremeyeceği belirtilen, kafeterya, yüzme havuzu, spor merkezi gibi ticari ünitelerin 16 Mart tarihinden, faaliyete başlayacakları tarihe kadar geçen sürede kira bedeli alınmayacağı, kira sürelerine mücbir sebeple kullanamadıkları gün kadar ekleme yapılacağı belirlemiştir (Gençlik ve Spor Bakanlığı [GSB], 2020; Şirin, Eratlı Şirin, Metin, 2020).

Dünyada hemen hemen bütün ülkelerin spor organizasyonlarıyla ilgili verdikleri kararlara bakıldığında ülkemizde olduğu gibi Covid-19 salgınının ilk günlerinde çeşitli farklılıklar gösterse de ilerleyen zamanlarda spor organizasyonlarına kilit vurulması gerektiğini vurgulayarak uygulamaya koymuşlardır. Bu ertelemeler ile sadece yerel futbol liglerinin, basketbol, tenis müsabakalarından değil örneğin, 2020 Tokyo Olimpiyat Oyunları ve Avrupa Futbol Şampiyonası 2020 (Euro 2020) gibi mega etkinliklerin bile bir yıldan fazla ertelenmesini içermektedir). Dahası, UEFA, IOC gibi

organların Covid-19 salgınının ilk zamanlarındaki suskunluğuna rağmen, bu tür olayların ertelenmesi veya ertelenmesine ilişkin müteakip kararları çeşitli paydaşların pozitifliği ile karşılanmıştır (Evans ve ark., 2020; Parnell ve ark., 2020; Şirin, Eratlı Şirin, ve Metin, 2020).

### **Futbolda Yönetmel Açından İstifa ve Şiddet Kaynaklı Kriz**

Futbolda yönetmel boyutta kriz farklı açılardan incelendiğinde birçok nedenin olduğu görülmektedir. Kulüplerin çeşitli kademelerdeki istifaların yönetmel açıdan başlıca kriz nedenini oluşturduğu varsayılırken, bunun yanında şiddet olayları da bir diğel yönetmel açıdan krizi oluşturmaktadır.

Futbolda şiddeti tetikleyen sorunlar incelendiğinde bu sorunlar arasında bir benzerliğin olduğu görülmüştür. Futbolda şiddeti tetikleyen sorunlar dört temel başlıkta toplanmıştır: 1. Futbolu yönetenler 2. Futbolu takip edenler 3. Futbolu uygulayanlar 4. Futbola müdahale eden diğel gruplar (Kaplan, 2016). Türkiye’de istifa kaynaklı yönetmel anlamdaki krizlere bakıldığında, Türkiye Futbol Federasyonu Başkanı Nihat Özdemir’in görev süresinin bitmesine daha uzun bir zaman olmasına rağmen istifa etmesi olayının medyaya yansımalar incelenebilir. BBC News Türkçe’nin “Türkiye Futbol Federasyonu (TFF) Başkanı Nihat Özdemir istifa etti” Başlığı ile çıkan *haberinde* “6 aydır bir yolunu arıyordum. Bu kulüplerle ve insanlarla artık yürüyemeyeceğimi anladım” şeklindeki açıklamalarına yer verilmiştir (BBC News Türkçe, 2020). Cumhuriyet gazetesinde de benzer konuda “Nihat Özdemir’ in 1 yıl daha görevi olmasına rağmen görevi bırakmak istediğı ve istifa ettiğı öğrenildi” şeklinde habere yer verilmiştir (Cumhuriyet, 2022).

Habertürk’ de yer alan haberde “Türk futbolunda deprem etkisi yaratacak bir gelişme yaşandı. Türkiye Futbol Federasyonu Başkanı Nihat Özdemir, görevinden istifa etti. Yayın ihalesi gündemiyle toplanan TFF ve Kulüpler Birliğı’nin buluşmasında Özdemir kararını açıkladı” şeklinde kendine yer bulurken, haberin detaylarında Habertürk yazarı İbrahim yıldız “Nihat Bey daha önce de başkanlığı bırakacağını açıklamıştı ancak bir türlü bırakamamıştı. Demek ki artık bıçak kemiğe dayandı ve bu kaotik ortamdaki kendini kurtardı” şeklinde ifade etmiştir (Habertürk, 2022).

Türkiye’de 3 Temmuz 2011 tarihinden itibaren başta Fenerbahçe Kulübü Başkanı Aziz Yıldırım olmak üzere, Beşiktaş ve Trabzonspor’dan yöneticiler, profesyoneller ve sporcuların gözaltına alınması ile başlayan ve kamuoyunda “3 Temmuz Süreci” olarak adlandırılan ‘şike ve teşvik’ primi iddialarının üzerinde yükselen bir süreç yaşanmıştır (Yücel, 2014). Ancak ilerleyen süreçte tüm sanıklar beraat etmiştir. İddialardan etkilenenlerden Fenerbahçe Kulübü, şike davası’nın ‘kumpas’

olduğunun ortaya çıkması sonrasında maddi zarara uğratıldıkları gerekçesiyle ilgili kurum ve kuruluşlara tazminat davası açtıkları haberi medyada yer almıştır.

Eski profesyonel futbol 1.lig hakemi olan Lale Orta, Türk futbolunda kriz dönemlerinin iyi yönetilememesinin nedenlerini aşağıdaki şekilde sıralamıştır.

1- Siyaset futbol ilişkisinden dolayı özerk yapının kaybolduğu, genel kurullara tek liste ile gidilerek anti-demokratik bir ortamın oluşması,

2- Futbol konusunda yeterli bilgiye sahip olmayan genel kurul üyelerinin bulunması ya da yeterli bilgiye sahip olanlara yer verilmemesi,

3- Federasyon yönetiminde bulunan kulüp temsilcilerinin, Türk futbolunun ortak olan çıkarları yerine, kendi kulüp çıkarlarını gözetmeleri,

4- TFF Yönetimindeki yöneticilerin yetki ve sorumluluklarından kaçınarak, mevcut yetki ve sorumluluklarını UEFA ve Genel Kurul'a devretme çabası,

5- Çevresel etmenlerden kaynaklı oluşabilecek krizlere karşı yeterli önlemin alınmaması, oluşan krizlerde düzensiz ve plansız olarak çaba gösterilmesi,

6- Herhangi bir konuda çok fazla kanaat oluşmasından kaynaklı olarak federasyon yönetiminde güven aşınması, kararlı bir yönetim anlayışı sergileyememek,

7- Kamuoyuna açıklanan yaptırımların uygulanmaması, etkili iletişim becerisi sergilenememesi,

8- Krizi başarıyla atlatacak çözümlerin üretilmemesi,

9- Hukuk kuralları çerçevesinde mevcut talimatların doğru ve etkili şekilde uygulanmaması.

10- Kendi yetki ve sorumluluğunda olan 58. Madde'nin değiştirilmesi ile ilgili Olağanüstü Genel Kurul kararının alınması ve Genel Kurul'dan beklentiler yönünde karar çıkmaması üzerine, mevcut şike krizine yönetim krizinin de eklenmesi (Orta, 2012). BBC News Türkçe'de yer alan haberde 6 Eylül 2013 de oynanan Andora maçı ile başlayan ve Fatih Terim'in istifası ile sonuçlanan bir süreç yaşanmıştır. Bu durumun sebeplerine bakıldığında her biri küçük çaplı bir kriz olduğu düşünülen olaylar neticesinde oluşmuştur. Bu nedenler şu şekilde sıralanmıştır (BBC News Türkçe 2017);

1- Gökhan Töre- Hakan Çalhanoğlu - Ömer Toprak kavgası.

2- Kaleci Volkan Demirel'in stadı terk etmesi.

3- Emre Belözoğlu - Arda Turan - Selçuk İnan krizi.

4- Türk milli takımında Prim meselesi.

5- Futbolcular ve Tümer Metin arasında kavga iddiası.

6- Gazeteci Bilal Meşe'ye Arda Turan'ın saldırısı.

7- Fatih Terim'in Alaçatı'da bir restoranda çit nedeni ile tartışma yaşaması.

Futbol federasyonunda, federasyon Başkan Vekili, İcra Kurulu Üyesi, İdari ve Hukuk İşleri Sorumlusu Mehmet Baykan “*TFF’ de deprem! Mehmet Baykan, TFF’deki görevlerinden istifa etti*” şeklinde fanatik gazetesinde haber olarak yer almıştır. Haberin detaylarında istifa krizinin oluşum nedeninin hakemlerle ilgili aldığı kararın TFF Tahkim Kurulu'ndan dönmesinin ardından yaşanan süreçte istifa ettiğini açıkladığı yönündedir (Fanatik, 2022). Yine futbol federasyonunda son kriz olarak, merkez hakem kurulu başkanı olan Ferhat Gündoğdu'nun istifa kararı olmuştur. Cumhuriyet gazetesinde “*MHK Başkanı Ferhat Gündoğdu istifa etti*” başlığı ile yer alan haberde süper Lig'de 13 hakemin görevden alınmasının ardından eleştirilerin odağı haline gelen Merkez Hakem Kurulunda başkanının istifası ile sonuçlanmıştır.

### **Sonuç ve Öneriler**

Yıldırım'ın (2018), Türkiye'de sporda halkla ilişkiler kapsamında futbol kulüplerinde kriz yönetimine yönelik yaptığı çalışmada elde ettiği bulgulara göre; kulüplerin, kriz durumlarına karşı hazırlıklı olmadığı, kriz yönetim aşamalarının benimsenmediği ve potansiyel krizlere karşı herhangi bir önlem alınmadığı belirlenmiştir.

Yapılan başka bir çalışmada, kriz yönetimi yapısında sebep olan unsurların spor kulüplerince fazla önemsenmediği, hatta maddi bir külfet olarak görüldüğü anlaşılmaktadır (Dinçer, 2019).

Atılğan ve Kaplan (2018), yaptıkları çalışmada geçmişte sporda kriz yönetiminde yaşananlardan hareketle, stratejik değerlendirmelerin ve ön hazırlıkların yapılmasının zorunluluk olduğunu ifade etmişlerdir.

Atılğan, (2018), Spor yöneticilerinin kriz yönetimi, karar verme ve özgüven becerilerinin incelenmesi üzerine yaptığı çalışmada kriz yönetimi ölçeğinde toplam ve alt boyutlardaki puanlarının orta düzeyde olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Şirin, Bilir, Eryılmaz ve E. Şirin (2020), yaptıkları çalışmada Covid-19 salgınından dolayı oluşan yeni dünya düzenine göre, Spor branşları, sporcular ve spor paydaşlarının gelecekte sürdürülebilir bir şekilde yer almasını sağlamak açısından uzun vadeli spor politikalarının geliştirilmesini önermişlerdir.

Sonuç olarak bu çalışmada futbolda kriz yönetimi ekonomik ve yönetsel başlıklarında çeşitli boyutlardan değerlendirilmiştir. Bu kapsamda aşağıda bazı önerilere yer verilmiştir.

### Öneriler:

- Spor yönetenler, daha anlayışlı, hesap verebilir olmalı ve doğru iletişim tekniklerini kullanabilmelidir. Kriz yönetimi konusunda kulübün yöneticilerinden birisi kriz sözcüsü olarak gerekli bilgi aktarımını sağlayabilir.
- Futbol kulüpleri kendi iç iletişimlerini de iyi yönetmelidirler. İletişim mekanizması yeterli düzeyde sağlanmalıdır. Aksi takdirde küçük çapta olumsuzluklar da bile güven zedelenebilir ve reaksiyonlar kulübe zarar verebilir.
- Mevcut spor yöneticileri doğru kararlar verebilmek için bilimden faydalanabilmelidir. İlgili spor yöneticileri spor bilimleri alanındaki akademisyenlerden ve alandaki ilgili profesyonel yöneticilerden fayda sağlayabilirler.
- Yöneticilerin bir aksiyon planı olmalı, gerekli koşullarda spor camiasının ve kamuoyunun görüşüne de başvurulmalıdır. Kamuoyuna doğru ve zamanında bilgilendirmeler yapılması çıkabilecek kaosların/krizlerin önlenmesini sağlayabilir.
- Bu kapsamda spor yöneticileri, proaktif düşünebilmeli, krize neden olacak risklerin düşük, orta veya yüksek risk teşkil edip etmediğini hesaplayabilmelidirler.
- Spor yönetenlerin yönetme beceri puanlarının iyileştirilmesi için bazı tedbirlerin alınması gerektiği düşünülmektedir.

### Kaynakça

- Akdağ, M. (2005). Halkla ilişkiler ve kriz yönetimi. *Selçuk Üniversitesi S.B.F Dergisi*, 14, 1-20.
- Akşar, T. (2022). "Avrupa Futbolu Pandeminin Yaralarını Hala Saramadı!", *Futbol Ekonomisi & Endüstriyel Futbol*,
- Atılğan, D. (2018). Spor Yönetiminde Görev Alan Yöneticilerde Kriz Yönetimi, Karar Verme Ve Özgüven Beceri Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. (Yayınlanmamış Doktora Tezi) Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı. Konya.
- Atılğan, D. ve Kaplan, T. (2018). Sporda kriz yönetimi. *Uluslararası Medeniyet Çalışmaları Dergisi*, 3(1), 72-79.

- Ayan, S. (2006). Şiddet ve fanatizm. *C.Ü. İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 7(2), 191-209.
- Özkan, B. (2018) “Tuğrul Akşar: Türk futbolunun altyapı değil üst yapı problemi var”  
<https://www.sozcu.com.tr/2018/ekonomi/tugrul-aksar-turk-futbolunun-altyapi-degil-ust-yapi-problemi-var-2800625/>
- BBC New Türkçe. (2017). “Fatih Terim döneminde Milli Takım'da yaşanan 7 kriz”,  
<https://www.bbc.com/turkce/spor-40731477> Erişim Tarihi: 09.04.2022
- BBC News Türkçe. (2022). “Nihat Özdemir: TFF Başkanı istifa etti, ‘Bu kulüplerle ve insanlarla artık yürüyemeyeceğimi anladım’ dedi”.  
<https://www.bbc.com/turkce/spor60973589#:~:text=T%C3%BCrkiye%20Futbol%20>
- Boscá, J. E., Liern, V., Martínez A. ve Sala, R. (2008). The Spanish Football Crisis. *European Sport Management Quarterly*, 8(2), 165-177.
- Cambridge Econometrics. (2003). A guide to sport economy. Cambridge Publishing.
- Cumhuriyet. (2022). “TFF başkanı Nihat Özdemir istifa etti”.  
<https://www.cumhuriyet.com.tr/spor/son-dakika-tff-baskani-nihat-ozdemir-istifa-etti-1922548>.
- CNN. (2022). “Queretaro-Atlas maçında 17 kişinin öldüğü yazıldı”,  
<https://www.cnn.com.tr/spor/futbol/queretaro-atlas-macinda-17-kisinin-oldugu-yazildi?page=1>.
- Deming, E. W. (1996). *Krizden Çıkış*. Çeviren: Cem Akaş. İstanbul: Arçelik A.Ş.
- Devicioğlu, S. (2003). Spor organizasyonlarında kriz yönetimi. *Beden Eğitimi ve Sporda Sosyal Alanlar Kongresi*, Ankara sözel.
- Dinçer, N. (2019). Spor ve kriz yönetimi. Ed: M. İlkım ve E. Beltekin. Sporda Yeni Akademik Çalışmalar (içinde). Akademisyen Kitabevi. Ankara.
- Ergeç, E. (2013). Spor endüstrisinin ekonomik etkileri. Ed: N. Çağlarımak Uslu. Spor Ekonomisi (içinde). Anadolu Üniversitesi Web-Ofset Tesisleri. 1. Baskı. Eskişehir.
- Ermış, O. (2021). “Yayın geliri 100 milyon dolar düştü! Kulüpler hâlâ ‘Yabancı’ diyor!”  
<https://ajansspor.com/haber/yayin-geliri-100-milyon-dolar-dustu-kulupler-hala-yabanci-diyor-588901>



- Evans, A. B., Blackwell, J., Dolan, P., Fahlén, J., Hoekman, R., Lenneis, V., ve Wilcock, L. (2020). Sport in the face of the COVID-19 pandemic: towards an agenda for research in the sociology of sport. *European Journal for Sport and Society*.
- Fanatik. (2020). "Süper Lig yayın ihalesini kim kazandı? Hangi pakette neler var? Süper Lig ve 1. Lig yayın ihalesinde flaş gelişme" <https://www.fanatik.com.tr/super-lig-yayin-ihalesini-kim-kazandi-hangi-pakette-neler-var-super-lig-ve-1-lig-yayin-ihalesinde-flas-gelisme-2269564>.
- Fanatik. (2022) "TFF'de deprem! Mehmet Baykan, TFF'deki görevlerinden istifa etti", <https://www.fanatik.com.tr/son-dakika-tffde-deprem-mehmet-baykan-tffdeki-gorevlerinden-istifa-etti-2274876> Erişim tarihi: 18.04.2022, Saat: 15:07.
- Fühner, J., Schmidt, S., L. ve Schreyer, D. (2021). Are diversified football clubs better prepared for a crisis? First empirical evidence from the stock market. *European Sport Management Quarterly*, 21(3), 350-373, <https://doi.org/10.1080/16184742.2020.1862273>
- GSGM. (2011). Sporda şiddetin ve düzensizliğin önlenmesine dair kanun <https://www.mevzuat.gov.tr/MevzuatMetin/1.5.6222.pdf> resmi gazetede yayınlanma tarihi: 14.04.2011, sayı:27905, cilt:50.
- Gençlik ve Spor Bakanlığı (2020, 2 Nisan). Haberler. Erişim adresi: <https://www.gsb.gov.tr/HaberListesi/3/1>
- Habertürk. (2022). <https://www.haberturk.com/son-dakika-haberi-tff-baskani-nihat-ozdemir-istifa-etti-3397999-spor>
- Kaplan, T. (2016). Futbolda şiddet sorununun boyutları. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 7(1), 1-10. <https://doi.org/10.17155/spd.16523>
- Kara, T. (2020). Sosyal medyada kriz iletişimi: futbol taraftarlığı perspektifi. *İstanbul Aydın Üniversitesi Dergisi*, 12(1), 71-82.
- Koçer, M. (2012). Futbol derneklerine üye olan taraftarların şiddet ve holiganizm eğilimlerinin belirlenmesi: Kayseri örneği. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2(1), 111-135.
- Lago, U., Simmons, R. ve Szymanski, S. (2010). The financial crisis in European football: An introduction. In *Football Economics and Policy*, 151-161.
- Mitroff, I.I. ve Pearson, C. M. (1993) *Crisis management: A diagnostic guide for improving your organization's crisis-preparedness*. San Francisco, CA: Jossey-Bass Publishers.

- Orta, L. (2012). "Futbolda kriz yönetimi", *Futbol Ekonomisi & Endüstriyel Futbol*, <https://www.futbolekonomi.com/index.php/haberler-makaleler/yonetim/269-lale-orta/2012-futbolda-kriz-yoenetimi>.
- Parnell, D., Widdop, P., Bond, A., Wilson, R. (2020). Covid-19, networks and sport, *Managing Sport and Leisure*, <https://doi.org/10.1080/23750472.2020.1750100>
- Renklibay S. (2020). TRT Spor, "Koronavirüs spor ekonomisini nereye götürüyor?" <https://www.trtspor.com.tr/haber/detay/koronavirus-sporekonomisini-nereye-goturuyor-218280.html>".
- Şirin, T., Eratlı Şirin, Y., Metin, M. (2020). Kriz zamanlarında spor örgüt yönetimi: Covid-19 Örneği. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 3(2), 331-345.
- Şirin, T., Bilir, FP, Eryılmaz, F., Eratlı Şirin, Y. (2020). Should the football leagues start in the shadow of Covid-19? Pandemic policies of national and international sports organizations. *PONTE*, 76(6/1), 60-69.
- Şirin, T. (2021). Futbol Hakemlerinin algıladıkları stres kaynakları ve yaşam doyumlarının incelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 4(2), 294-307. <https://doi.org/10.38021/asbid.976880>
- Türkmen, M. ve Özşarı, A. (2020). Covid-19 salgını ve spor sektörüne etkileri. *International Journal of Sport Culture and Science*, 8(2), 55-67.
- Uslu, N. Ç. (2013). Spor endüstrisinde talep ve arz Ed: N. Çağlarımak Uslu. *Spor Ekonomisi (içinde)*. Anadolu Üniversitesi Web-Ofset Tesisleri. 1. Baskı. Eskişehir.
- Yıldırım, A. (2018). *Türkiye’de Sporda Halkla İlişkiler Kapsamında Futbol Kulüplerinde Kriz Yönetimine Yönelik Bir Araştırma*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi) İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Halkla İlişkiler ve Tanıtım Anabilim Dalı. İstanbul.
- Yurtsızoğlu, Z. (2021). Spor endüstrisinde bir krizin öyküsü (COVID-19). *Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2 (1) , 45-50.
- Yücel, A. S. (2014). Sporda kriz yönetimi: 3 Temmuz örneği. *Akademik Bakış Uluslararası Hakemli Sosyal Bilimler Dergisi*, (40),0-0. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/en/pub/abuhsbd/issue/32926/365776>.

## Bireysel ve Takım Sporcularının Sağlıklı Yaşam Düzeylerinin Karşılaştırılması


Ercan TİZAR<sup>1\*</sup> 

Ramazan ERDOĞAN<sup>2</sup> 

Savaş AYHAN<sup>1</sup> 

<sup>1</sup>Dicle Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, *DIYARBAKIR*

<sup>2</sup>Bitlis Eren Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, *BİTLİS*

 DOI: 10.31680/gaunjss.1135404

Orijinal Makale / Original Article

Geliş Tarihi / Received: 24.06.2022

Kabul Tarihi / Accepted: 15.08.2022

Yayın Tarihi / Published: 22.09.2022

### Öz

Bu çalışma bireysel ve takım sporlarında yer alan sporcuların sağlıklı yaşam düzeylerini karşılaştırmak amacıyla yapılmıştır. Araştırma grubunu; Bitlis (145 kişi), Elazığ (145 kişi) ve Diyarbakır (145 kişi) illerinde bireysel ve takım sporlarında yer alan 435 (243 erkek, 192 kadın) gönüllü sporcu oluşturmuştur. Araştırma da veri toplama aracı olarak, "Kişisel Bilgi Formu", ile öğrencilerin sağlıklı yaşam becerilerini belirlemeye yönelik "Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Ölçeği (SBİTÖ)" kullanılmıştır. Araştırma grubunun cinsiyet, gelir durumu, spor türü ve sportif derece değişkeni ile ölçek toplam puan ve ölçek alt boyutları puan ortalaması arasında anlamlı farklılık olmadığı belirlenmiştir ( $p>0,05$ ). Sporcuların beslenme eğitimi ve boy değişkeni ile ölçek alt boyutlarından kötü beslenme puan ortalaması arasında anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir ( $p<0,05$ ). Sporcuların vücut ağırlığı ölçek alt boyutlarından kötü beslenme arasında farklılık olduğu görülmüştür ( $p<0,05$ ). Araştırma grubunun, gelir durumu iyi olan sporcuların orta ve düşük düzeyine sahip olan sporculara göre sağlıklı beslenme tutum puan ortalamalarının daha yüksek olduğu, erkek sporcuların kadın sporculara göre sağlıklı beslenme tutum puan ortalamalarının daha yüksek olduğu ve beslenme eğitimi alan sporcuların beslenme eğitimi almayan sporculara göre sağlıklı beslenmeye ilişkin puan ortalamasının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Sporcuların bireysel spor branşında yer alan sporcuların takım spor branşında yer alan sporculara göre sağlıklı beslenme tutum ölçeği toplam puan ortalamasının daha yüksek olduğu, amatör sporcuların profesyonel sporculara göre sağlıklı beslenmeye yönelik puan ortalamalarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Sonuç olarak; sporcuların beslenme bilgi düzeyleri ile sağlıklı beslenmeye yönelik tutumlarının orta düzeyde olduğu belirlenmiştir. Bu bağlamda sporcuların sağlıklı beslenmeye yönelik bilgilendirmelerin yapılması hem yaşamlarını hem de sporsal başarı açısından katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Bireysel Sporlar, Sporcu, Sağlıklı Yaşam, Takım Sporları

## Comparison of Healthy Lifestyles of Individual and Team Athletes

### Abstract

This study was conducted to compare the healthy life levels of the athletes involved in individual and team sports. The research group; In the provinces of Bitlis (145 people), Elazığ (145 people) and Diyarbakır (145 people), 435 (243 men, 192 women) volunteer athletes participating in individual and team sports were formed. "Personal Information Form" and "Attitude towards Healthy Eating Scale" (SBİÖ) to determine healthy living skills of students were used as data collection tools in the research. It was determined that there was no significant difference between the gender, income status, type of sport and sportive degree variable of the research group and the mean score of the scale total score and scale sub-dimensions ( $p>0,05$ ). It was determined that there was a significant difference between the nutrition education and height variable of the athletes and the mean score of malnutrition, which is one of the sub-dimensions of the scale ( $p<0,05$ ). It was observed that there was a difference between the athletes' body weight scale sub-dimensions and malnutrition ( $p<0,05$ ). It was determined that the healthy eating attitude mean score of the athletes with good income status is higher than the athletes with medium and low income, male athletes have a higher healthy eating attitude average score than female athletes, and that the athletes who

\*Sorumlu Yazar: Ercan TİZAR

e-mail: ercan.tizar@dicle.edu.tr

receive nutrition education prefer healthy eating compared to the athletes who do not receive nutrition education. It was determined that the mean score for the. It has been determined that the total score average of the healthy eating attitude scale of the athletes in the individual sports branch is higher than the athletes in the team sports branch, and the average score of the amateur athletes for healthy nutrition is higher than the professional athletes. As a result; It has been determined that the nutritional knowledge levels of the athletes and their attitudes towards healthy nutrition are at a moderate level. In this context, it is thought that informing the athletes about healthy nutrition will contribute to both their lives and sports success.

**Keywords:** Individual Sports, Athlete, Healthy Life, Team Sports

## Giriş

Geçmişten günümüze bilim insanları sporcuların performanslarını olabilecek en üst seviyeye çıkarmak ve gerek ulusal gerekse de uluslararası müsabakalarda en önde yar almaları için çalışmalarına aralıksız hız kazandırmışlardır. Bu çalışmaları yaparken bilim insanları sporcuları ilgilendiren bütün detaylara hakim olmak istemişlerdir. Başta sporcu sağlığı olmak üzere, fiziksel uygunluk parametreleri, fizyolojik, mental (psikolojik) ve sosyolojik boyutlar performansı tanımlamada ana unsurlar olarak değerlendirilmiştir. Sporcu sağlığının geliştirilmesi öncelikle bireyin sorumluluğunda olmak üzere dışardan uzman kişiler tarafından da mercek altına alınmayı zorunlu kılmıştır. Temel amaç öncelikle hastalıklardan korunma ve mevcut sağlıklı durumun korunarak daha da geliştirilmesi olarak belirlenmiştir (Çebi, 2018; Taşdoğan ve ark., 2020; Pancar, 2021). Hastalıklardan korunmada, erken tanıda bulunmada ve sağlığın sürdürülmesinde sağlığı geliştirici davranışların kullanılması temeldir (Owens, 2006).

Sağlık ve beslenme, başlı başına birer amaç olarak önemlidir ve genellikle gelişmekte olan ülkelerde temel ihtiyaçların kritik bileşenleri olarak vurgulanır. Standart verilerin ülkeler arası karşılaştırmaları, gelişmekte olan dünyadaki ortalama sağlık ve beslenmenin gelişmiş dünyadaki ortalamanın oldukça altında kaldığını göstermektedir (Pancar, 2021). Bu bölüm, gelişmekte olan ülkelerde sağlık ve beslenme ile ilgili bir dizi konu hakkında bir inceleme ve sağlık ve beslenmenin belirleyicileri ve gelişmekte olan ülkelerde bunların üretkenlik üzerindeki etkileri hakkında mevcut çalışmalar hakkında bir inceleme sunmaktadır (Güngör ve Hotun Şahin, 2006). Beslenmenin bilmeniz gereken son ilkesi fizyolojik dinamiklerdir. İlaçların aksine, besinlerin hızlı etkileri yoktur. Hızlı düzeltme yok. Beslenmenin işi daha iyi bir vücut inşa etmektir. Vücut hücrelerini devretmek için biyolojik doğal süreci beklemek zorundayız. Bir kan hücresinin oluşumu yaklaşık olarak 60 - 120 gün sürer. 3 - 4 ay içinde tüm kan kaynağınız tamamen değiştirilir. 6 ay içinde vücudunuzdaki hemen hemen tüm proteinler ölür ve değiştirilir, hatta genlerinizin DNA'sı bile. Bir yıl içinde tüm kemikleriniz ve hatta dişlerinizin minesini bile tamamen yediğiniz besinlerden yapılmış olarak değiştirilir. (Edmundson ve ark., 1996; Berk ve ark., 2021). Bu yüzden optimum

bir beslenme programı uyguladığınızda hızlı sonuçlar beklemeyin. Colgan Enstitüsü'ndeki çalışmaların birinde, koşuculara hemoglobin, hematokrit ve kırmızı kan hücresi sayılarını iyileştirmeye çalışmak için destek verildi. Çalışmada bir aylık takviyeden sonra hiçbir gelişme olmadı. Ancak 6 ay sonra, her üç endeks de önemli ölçüde arttı (Brannen, ve Fletcher, 1999). Bu şekilde düşünecek olursak; ihmal edilmiş bir houseplant bitkisi alır ve onu beslemeye ve sulamaya başlarsanız, yapraklar iyileştirilmiş beslenmeden biraz canlanabilir. Ancak gerçekten sağlıklı bir bitki elde etmek için eski yaprakların ölmesini ve yeni yaprakların büyümesini beklemeniz gerekir. İnsan vücudunda da durum aynıdır. Onu daha iyi beslemeye başladığınızda, geliştirilmiş besin ortamında yeni geliştirilmiş hücreler yetiştirmek için vücudun fizyolojik dinamiklerini beklemeniz gerekir.

Takım sporları, aralıklı yüksek yoğunluklu aktivite modellerine dayanır, ancak kesin özellikler kodlar arasında ve kodlar içinde ve bir oyundan diğerine değişir. Kesin oyun taleplerini tahmin etme zorluğuna rağmen, takım sporlarındaki performans genellikle beslenme faktörlerine bağlıdır. Kronik sorunlar, ideal kas kütlesi ve vücut yağı seviyelerine ulaşmayı ve eğitim programının besin ihtiyaçlarını desteklemeyi içerir. Hem antrenman hem de oyunlardaki akut sorunlar, oyuncunun egzersiz süresi boyunca iyi beslenmesine ve sıvı almasına izin veren stratejileri içerir. Her oyuncu, yaptığı sporda verilen molalar dahilinde aktivite kalıplarının ihtiyaçlarına göre sıvı ve karbonhidrat tüketme planı geliştirmelidir. Sezonluk fikstürlerde, rekabet haftalık bir maçtan farklıdır (Akyol ve ark., 2008). Takım sporlarının fiziksel gereksinimleri sporlar arasında ve içinde farklılık gösterse de, bazı ortak unsurlar vardır. Bir maç sırasında önemli mesafeler kat eden hızlı ve çevik bir oyuna dahil olan oyunculara genellikle daha hafif ve zayıf bir fizik yardımcı olur. Normalde, takım sporu oyuncularının vücut yağ seviyeleri, koşucular ve bisikletçiler gibi dayanıklılık sporcularının tipik düşük seviyelerine ulaşmaz. Bununla birlikte, profesyonel takım sporları arasındaki gözlemler, genel olarak oyuncular arasında vücut yağ düzeylerinde bir azalma olduğunu ve "orta saha" oyuncuları arasında yeni yalınlık düzeylerini kaydetti. Bazı kadın takım müsabakalarında Lycra body forması giyme zorunluluğu, takım oyuncuları arasında vücut yağ kaybına olan ilginin artmasına da katkıda bulunmuştur, ancak bu durumda performans hedefleri kadar estetik ilgiler de yönlendirilebilir (Yıldırım ve Bayrak, 2019). Bütün bu bilgiler ışığında yine gözardı edilememesi gereken en önemli konu; sporcuların performansının temeli genetik özelliklerle birlikte kişiye özgü bireysel antrenman modellemeleri ve uygun beslenme programlarıdır (Pekcan, 2004).

Sporcuların sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının geliştirilmesi, bu davranışları sürdürülmesi hastalıklardan korunmanın ve üst düzey performans göstermesinin temelidir. Bu durum, hastalıklardan korunma ve sağlığın geliştirilmesinde en önemli etken olan yaşam şekillerinin geliştirilmesine yönelik uygulamaların önemini ortaya çıkarmaktadır (Köseoğlu ve Tayfur, 2017). Bu bağlamda özellikle sporcuların gençlik ve üniversite dönemlerinde bireylerin yaşamlarını sağlıklı bir şekilde sürdürmeleri egzersiz ve sağlıklı yaşam davranışlarını kazanmalarına bağlıdır. Bu araştırma bireysel ve takım sporlarında yer alan sporcuların sağlıklı yaşam düzeylerini karşılaştırmak amacıyla yapılmıştır.

## Yöntem

Araştırma Bitlis Eren Üniversitesi Girişimsel Olmayan Etik Kurulundan etik kurul onayı alınmıştır (21/14-12-13-14). Araştırma grubunu; Bitlis (145 kişi) , Elazığ (145 kişi) ve Diyarbakır (145 kişi) illerinde bireysel ve takım sporlarında yer alan 435 (243 erkek, 192 kadın ) gönüllü sporcu oluşturmuştur. Araştırma da veri toplama aracı olarak, "Kişisel Bilgi Formu", ile sporcuların sağlıklı yaşam becerilerini belirlemeye yönelik Tekkurşun Demir ve Cicioğlu tarafından geliştirilen "Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Ölçeği (SBİTÖ)" kullanılmıştır.

### "Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Ölçeği (SBİTÖ)"

Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Ölçeği 21 madde, 4 faktör ve beşli likert tipi bir ölçek yapısındadır. Ölçek; "Tamamen Katılıyorum: 5; "Hiç Katılmıyorum: 1" ifadeleri arasında değerlendirilmektedir, ölçekten alınabilecek en düşük puan 21, en yüksek puan 105'dir. Katılımcıların ölçekten alacağı "21 puan çok düşük, 23-42 puan düşük, 43-63 puan orta, 64-84 puan yüksek ve 85-110 puan ideal düzeyde yüksek" sağlıklı beslenmeye ilişkin tutuma sahip olduğu şeklinde belirtilmiştir.

### Ölçek Alt Boyut Puan Sınırları:

**Beslenme hakkında Bilgi:** en düşük puan: 5 en yüksek puan: 25

**Beslenmeye Yönelik Duygu:** en düşük puan: 6 en yüksek puan: 30

**Olumlu Beslenme:** en düşük puan: 5 en yüksek puan: 25

**Kötü Beslenme:** en düşük puan: 5 en yüksek puan: 25 biçiminde hesaplanmıştır.

### Verilerin Analizi

Verilerin analizinde SPSS istatistik programı kullanılmıştır. Araştırma grubunun demografik bilgileriyle sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumları tanımlayıcı istatistikler olarak yüzde, frekans, aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri belirlenmiştir.

Verilerin normallik analizi yapıldı ve normal dağılım gösterdiği belirlendikten sonra grup içi karşılaştırmalar için Independent Samples t ve One-Way ANOVA testi uygulanmıştır. Anlamlılık düzeyi  $p < 0,05$  olarak kabul edilmiştir.

## Bulgular

**Tablo 1.** Sporcuların Demografik Bilgileri

|                              |                  | Frekans | Yüzde (%) |
|------------------------------|------------------|---------|-----------|
| Cinsiyet                     | Erkek            | 243     | 55,9      |
|                              | Kadın            | 192     | 44,1      |
| Boy                          | 161-170 cm       | 147     | 33,8      |
|                              | 171-180 cm       | 153     | 35,2      |
|                              | 181-190 cm       | 135     | 31        |
| Vücut Ağırlığı               | 51-60 kg         | 110     | 25,3      |
|                              | 61-70 kg         | 164     | 37,7      |
|                              | 71-80 kg         | 161     | 37        |
| Algılanan Gelir Durumu       | Düşük            | 138     | 31,7      |
|                              | Orta             | 210     | 48,3      |
|                              | İyi              | 87      | 20        |
| Spor Yılı                    | 1-4 yıl          | 130     | 29,9      |
|                              | 5-9 yıl          | 181     | 41,6      |
|                              | 10-14 yıl        | 124     | 28,5      |
| Spor Türü                    | Bireysel sporlar | 198     | 45,5      |
|                              | Takım sporları   | 237     | 54,5      |
| Sportif Derece               | Amatör           | 328     | 75,4      |
|                              | Profesyonel      | 107     | 24,6      |
| Beslenme Eğitimi Aldınız mı? | Evet             | 182     | 41,8      |
|                              | Hayır            | 253     | 58,2      |

Tablo 1'e göre sporcuların %55,9'unun erkek, %44,1'inin kadın olduğu, %35,2'sinin 171-180 cm, %33,8'inin 161-170 cm, %31'inin 181-190 cm aralığında olduğu, %37,7'sinin 61-70 kg, %37'sinin 71-80 kg, %25,3'ünün 51-60 kg aralığında olduğu, %48,3'ünün orta, %31,7'sinin düşük ve %20'sinin iyi gelir düzeyine sahip olduğu belirlenmiştir. Araştırma grubunun %41,6'sinin 5-9 yıl, %29,9'unun 1-4 yıl, %28,5'inin 10-14 yıl arasında spor yılına sahip olduğu, %54,5'inin takım sporları, %45,5'inin bireysel sporlarda yer aldığı, %75,4'ünün amatör, %24,6'sinin profesyonel düzeyde oldukları ve sporcuların %58,2'sinin beslenme eğitimi almadıkları görülmüştür.

**Tablo 2.** Sporcuların Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Ölçeği Madde Ortalamaları

|   | X            | SS           |
|---|--------------|--------------|
| Sağlıklı beslenmenin yararlarını bilirim.                                 | 3,58         | 1,37         |
| Hangi besinlerin protein içerdiğini bilirim.                              | 3,84         | 1,43         |
| Hangi besinlerin karbonhidrat içerdiğini bilirim.                         | 3,70         | 1,42         |
| Hangi besinlerin vitamin/mineral içerdiğini bilirim.                      | 3,58         | 1,45         |
| Sağlıklı besinlerin neler olduğunu bilirim.                               | 3,86         | 1,29         |
| Şekerli besinler (çikolata, kek, bisküvi, vb.) tükettiğimde mutlu olurum. | 2,21         | 1,35         |
| Fastfood ürünler (hamburger, pizza vb.) yemekten keyif alırım.            | 2,41         | 1,39         |
| Şarküteri ürünleri (salam, sosis, sucuk, vb.) yemekten zevk alırım.       | 2,94         | 1,43         |
| Yağda kızarmış besinlerin yemeyi severim.                                 | 2,83         | 1,22         |
| Meyve tüketmekten hoşlanmam.  | 3,71         | 1,52         |
| Şerbetli tatlıları (baklava, künefe vb.)tükettiğimde mutlu olurum.        | 3,17         | 1,47         |
| Ana öğünleri (kahvaltı-öğle ve akşam yemeği) düzenli yerim.               | 2,98         | 1,33         |
| Günde en az 1,5 lt su içerim.   | 3,74         | 1,15         |
| Haftada en az 3 öğün sebze tüketirim.                                     | 3,52         | 1,29         |
| Düzenli meyve tüketirim.  | 3,01         | 1,40         |
| Her gün protein içeren besinler (et, süt, yumurta, vb.) yerim.            | 3,48         | 1,30         |
| Ana öğünleri atlarım.   | 2,79         | 1,16         |
| Her gün abur cubur (cips, çikolata, bisküvi, vb.) yerim.                  | 2,98         | 2,38         |
| Her gün asitli/gazlı içeceklerden en az 1 bardak içerim.                  | 2,96         | 1,57         |
| Ayaküstü beslenirim.  | 2,85         | 1,34         |
| Ana öğünümü genellikle kek, bisküvi gibi gıdalarla geçiştiririm.          | 3,50         | 1,39         |
| <b>Beslenme hakkında bilgi alt boyut puan ortalaması</b>                  | <b>18,58</b> | <b>6,43</b>  |
| <b>Beslenmeye yönelik duygu alt boyut puan ortalaması</b>                 | <b>17,29</b> | <b>5,30</b>  |
| <b>Olumlu beslenme alt boyut puan ortalaması</b>                          | <b>16,75</b> | <b>4,89</b>  |
| <b>Kötü beslenme alt boyut puan ortalaması</b>                            | <b>15,10</b> | <b>5,49</b>  |
| <b>Sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum ölçeği toplam puan ortalaması</b>    | <b>67,73</b> | <b>11,08</b> |

Tablo 2' ye göre sporcuların, “ Sağlıklı besinlerin neler olduğunu bilirim” ifadesi  $3,86 \pm 1,29$  ile en yüksek madde ortalamasına sahip olduğu, “Şekerli besinler (çikolata, kek, bisküvi, vb.) tükettiğimde mutlu olurum” ifadesi  $2,21 \pm 1,35$  ile en düşük madde ortalamasına sahip olduğu görülmüştür. Araştırma grubunun sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum ölçeği toplam puan ortalamasının  $67,73 \pm 11,08$  ile orta düzeyde olduğu, beslenme hakkında bilgi alt boyut puan ortalamasının  $18,58 \pm 6,43$  olduğu, beslenme yönelik duygu alt boyut puan ortalamasının  $17,29 \pm 5,30$  olduğu, olumlu beslenme alt boyut puan ortalamasının  $16,75 \pm 4,89$  olduğu ve kötü beslenme alt boyut puan ortalamasının  $15,10 \pm 5,49$  olduğu görülmüştür.



**Tablo 3.** Sporcuların Cinsiyet Değişkenine Göre t Testi Analizleri

|                                 |       | $\bar{X}$ | ss    | t     | p    |
|---------------------------------|-------|-----------|-------|-------|------|
| <b>Beslenme Hakkında Bilgi</b>  | Erkek | 18,37     | 6,42  | -,760 | 0,44 |
|                                 | Kadın | 18,84     | 6,45  |       |      |
| <b>Beslenmeye Yönelik Duygu</b> | Erkek | 17,46     | 5,33  | ,774  | 0,43 |
|                                 | Kadın | 17,07     | 5,26  |       |      |
| <b>Olumlu Beslenme</b>          | Erkek | 16,95     | 4,91  | ,972  | 0,33 |
|                                 | Kadın | 16,49     | 4,87  |       |      |
| <b>Kötü Beslenme</b>            | Erkek | 15,30     | 5,63  | ,841  | 0,40 |
|                                 | Kadın | 14,85     | 5,32  |       |      |
| <b>Ölçek Toplam</b>             | Erkek | 68,09     | 11,66 | ,775  | 0,43 |
|                                 | Kadın | 67,26     | 10,31 |       |      |

p<0,05

Tablo 3' e göre sporcuların, cinsiyet değişkeni ile sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum ölçeği toplamı ve tüm alt boyutları puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir (p>0,05). Ayrıca ölçek toplam puanlarında erkek sporcuların kadın sporculara göre daha yüksek puan ortalamasına sahip olduğu görülmüştür.

**Tablo 4.** Sporcuların Spor Türü Değişkenine Göre t Testi Analizleri

|                                 |                  | <b>Spor Türü</b> |       |       |      |
|---------------------------------|------------------|------------------|-------|-------|------|
|                                 |                  | $\bar{X}$        | ss    | t     | p    |
| <b>Beslenme hakkında Bilgi</b>  | Bireysel Sporlar | 18,56            | 6,77  | -,046 | 0,96 |
|                                 | Takım Sporları   | 18,59            | 6,14  |       |      |
| <b>Beslenmeye Yönelik Duygu</b> | Bireysel Sporlar | 17,62            | 5,56  | 1,195 | 0,23 |
|                                 | Takım Sporları   | 17,01            | 5,06  |       |      |
| <b>Olumlu Beslenme</b>          | Bireysel Sporlar | 16,76            | 5,03  | ,042  | 0,96 |
|                                 | Takım Sporları   | 16,74            | 4,78  |       |      |
| <b>Kötü Beslenme</b>            | Bireysel Sporlar | 15,11            | 5,51  | ,027  | 0,97 |
|                                 | Takım Sporları   | 15,09            | 5,48  |       |      |
| <b>Ölçek Toplam</b>             | Bireysel Sporlar | 68,06            | 12,44 | ,576  | 0,56 |
|                                 | Takım Sporları   | 67,45            | 9,82  |       |      |

p<0,05

Tablo 4'e göre sporcuların, spor türü değişkeni ile sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum ölçeği toplamı ve tüm alt boyutları puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı tespit görülmüştür (p>0,05).

**Tablo 5.** Sporcuların Sportif Derece Değişkenine Göre t Testi Analizleri

|                                 |             | Sportif Derece |       |        |      |
|---------------------------------|-------------|----------------|-------|--------|------|
|                                 |             | $\bar{X}$      | ss    | t      | p    |
| <b>Beslenme hakkında Bilgi</b>  | Amatör      | 18,64          | 6,43  | ,351   | 0,72 |
|                                 | Profesyonel | 18,39          | 6,44  |        |      |
| <b>Beslenmeye Yönelik Duygu</b> | Amatör      | 17,35          | 5,30  | ,409   | 0,68 |
|                                 | Profesyonel | 17,11          | 5,31  |        |      |
| <b>Olumlu Beslenme</b>          | Amatör      | 16,89          | 4,82  | 1,078  | 0,28 |
|                                 | Profesyonel | 16,30          | 5,12  |        |      |
| <b>Kötü Beslenme</b>            | Amatör      | 14,86          | 5,23  | -1,602 | 0,11 |
|                                 | Profesyonel | 15,84          | 6,19  |        |      |
| <b>Ölçek Toplam</b>             | Amatör      | 67,75          | 11,27 | ,083   | 0,93 |
|                                 | Profesyonel | 67,65          | 10,55 |        |      |

p<0,05

Tablo 5'e göre sporcuların, sportif derece durumu ile sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum ölçeği toplamı ve tüm alt boyutları puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı tespit görülmüştür (p>0,05).

**Tablo 6.** Sporcuların Beslenme Eğitimi Durumuna Göre t Testi Analizleri

|                                 |       | Beslenme Eğitimi Durumu |       |       |       |
|---------------------------------|-------|-------------------------|-------|-------|-------|
|                                 |       | $\bar{X}$               | ss    | t     | p     |
| <b>Beslenme hakkında bilgi</b>  | Evet  | 18,97                   | 6,32  | 1,071 | 0,28  |
|                                 | Hayır | 18,30                   | 6,50  |       |       |
| <b>Beslenmeye Yönelik Duygu</b> | Evet  | 17,28                   | 5,41  | -,028 | 0,97  |
|                                 | Hayır | 17,30                   | 5,22  |       |       |
| <b>Olumlu Beslenme</b>          | Evet  | 17,29                   | 4,83  | 1,975 | 0,04* |
|                                 | Hayır | 16,35                   | 4,91  |       |       |
| <b>Kötü Beslenme</b>            | Evet  | 15,21                   | 5,81  | ,356  | 0,72  |
|                                 | Hayır | 15,02                   | 5,26  |       |       |
| <b>Ölçek toplam</b>             | Evet  | 68,76                   | 12,11 | 1,657 | 0,09  |
|                                 | Hayır | 66,98                   | 10,24 |       |       |

p<0,05

Tablo 6'ya göre sporcuların, beslenme eğitimi durumu ile olumlu beslenme ölçek alt boyutu puan ortalaması arasında anlamlı farklılık olduğu belirlenirken (p<0,05), sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum ölçeği toplamı ve beslenme hakkında bilgi, beslenmeye yönelik duygu ve kötü beslenme alt boyut puan ortalaması arasında anlamlı bir farklılık olmadığı belirlenmiştir (p>0,05).

**Tablo 7.** Sporcuların Boy Değişkenine Göre Varyans Analizleri

|                                 |            | Boy       |       |       |       |
|---------------------------------|------------|-----------|-------|-------|-------|
|                                 |            | $\bar{X}$ | ss    | F     | Sig   |
| <b>Beslenme Hakkında Bilgi</b>  | 161-170 cm | 18,68     | 6,40  | 2,725 | 0,06  |
|                                 | 171-180 cm | 17,70     | 6,91  |       |       |
|                                 | 181-190 cm | 19,46     | 5,77  |       |       |
| <b>Beslenmeye Yönelik Duygu</b> | 161-170 cm | 16,87     | 5,15  | 1,029 | 0,35  |
|                                 | 171-180 cm | 17,74     | 5,45  |       |       |
|                                 | 181-190 cm | 17,24     | 5,27  |       |       |
| <b>Olumlu Beslenme</b>          | 161-170 cm | 16,34     | 4,91  | 4,512 | 0,01* |
|                                 | 171-180 cm | 16,22     | 5,04  |       |       |
|                                 | 181-190 cm | 17,79     | 4,56  |       |       |
| <b>Kötü Beslenme</b>            | 161-170 cm | 15,02     | 5,34  | ,135  | 0,87  |
|                                 | 171-180 cm | 15,28     | 5,93  |       |       |
|                                 | 181-190 cm | 14,97     | 5,16  |       |       |
| <b>Ölçek Toplam</b>             | 161-170 cm | 66,92     | 9,43  | 2,438 | 0,08  |
|                                 | 171-180 cm | 66,96     | 11,68 |       |       |
|                                 | 181-190 cm | 69,47     | 11,91 |       |       |

p<0,05

**Tablo 8.** Sporcuların Vücut Ağırlığı Değişkenine Göre Varyans Analizleri

|                                 |          | Vücut ağırlığı |       |       |       |
|---------------------------------|----------|----------------|-------|-------|-------|
|                                 |          | $\bar{X}$      | ss    | F     | Sig   |
| <b>Beslenme Hakkında Bilgi</b>  | 51-60 kg | 17,70          | 7,01  | 1,465 | 0,23  |
|                                 | 61-70 kg | 18,72          | 6,34  |       |       |
|                                 | 71-80 kg | 19,03          | 6,07  |       |       |
| <b>Beslenmeye Yönelik Duygu</b> | 51-60 kg | 17,75          | 5,47  | ,866  | 0,42  |
|                                 | 61-70 kg | 16,90          | 5,13  |       |       |
|                                 | 71-80 kg | 17,37          | 5,34  |       |       |
| <b>Olumlu Beslenme</b>          | 51-60 kg | 16,38          | 5,00  | ,455  | 0,63  |
|                                 | 61-70 kg | 16,80          | 4,66  |       |       |
|                                 | 71-80 kg | 16,95          | 5,06  |       |       |
| <b>Kötü Beslenme</b>            | 51-60 kg | 14,01          | 5,21  | 3,510 | 0,03* |
|                                 | 61-70 kg | 15,14          | 5,82  |       |       |
|                                 | 71-80 kg | 15,80          | 5,24  |       |       |
| <b>Ölçek Toplam</b>             | 51-60 kg | 65,86          | 11,97 | 2,955 | 0,05  |
|                                 | 61-70 kg | 67,57          | 10,81 |       |       |
|                                 | 71-80 kg | 69,16          | 10,58 |       |       |

p<0,05

Tablo 8'e göre sporcuların, vücut ağırlığı değişkeni ile kötü beslenme alt boyut puan ortalaması arasında anlamlı farklılık olduğu belirlenirken (p<0,05), ölçek toplam puan ve ölçek alt boyutları; beslenme hakkında bilgi, beslenmeye yönelik duygu ve olumlu beslenme arasında anlamlı farklılık olmadığı görülmüştür (p>0,05).

**Tablo 9.** Sporcuların Spor Yılı Değişkenine Göre Varyans Analizleri

|                             |           | Spor yılı |       |       |       |
|-----------------------------|-----------|-----------|-------|-------|-------|
|                             |           | $\bar{X}$ | ss    | F     | Sig   |
| Beslenme<br>Hakkında Bilgi  | 1-4 yıl   | 18,97     | 5,93  | ,643  | 0,52  |
|                             | 5-9 yıl   | 18,18     | 6,74  |       |       |
|                             | 10-14 yıl | 18,75     | 6,48  |       |       |
| Beslenmeye<br>Yönelik Duygu | 1-4 yıl   | 17,43     | 5,17  | ,349  | 0,70  |
|                             | 5-9 yıl   | 17,04     | 5,32  |       |       |
|                             | 10-14 yıl | 17,50     | 5,41  |       |       |
| Olumlu<br>Beslenme          | 1-4 yıl   | 17,49     | 4,78  | 2,165 | 0,11  |
|                             | 5-9 yıl   | 16,37     | 4,81  |       |       |
|                             | 10-14 yıl | 16,52     | 5,08  |       |       |
| Kötü<br>Beslenme            | 1-4 yıl   | 15,34     | 5,09  | 1,132 | 0,32  |
|                             | 5-9 yıl   | 14,64     | 5,81  |       |       |
|                             | 10-14 yıl | 15,52     | 5,41  |       |       |
| Ölçek Toplam                | 1-4 yıl   | 69,25     | 10,91 | 3,061 | 0,04* |
|                             | 5-9 yıl   | 66,24     | 10,69 |       |       |
|                             | 10-14 yıl | 68,30     | 11,63 |       |       |

p<0,05

**Tablo 10.** Sporcuların Algılanan Gelir Durumuna Göre Varyans Analizleri

|                             |       | Algılanan Gelir Durumu |       |       |      |
|-----------------------------|-------|------------------------|-------|-------|------|
|                             |       | $\bar{X}$              | ss    | F     | Sig  |
| Beslenme<br>Hakkında Bilgi  | Düşük | 18,68                  | 6,49  | ,873  | 0,41 |
|                             | Orta  | 18,22                  | 6,62  |       |      |
|                             | İyi   | 19,29                  | 5,82  |       |      |
| Beslenmeye<br>Yönelik Duygu | Düşük | 17,32                  | 5,20  | ,351  | 0,70 |
|                             | Orta  | 17,11                  | 5,43  |       |      |
|                             | İyi   | 17,67                  | 5,16  |       |      |
| Olumlu<br>Beslenme          | Düşük | 16,87                  | 4,81  | 1,116 | 0,32 |
|                             | Orta  | 16,42                  | 5,03  |       |      |
|                             | İyi   | 17,33                  | 4,69  |       |      |
| Kötü<br>Beslenme            | Düşük | 15,13                  | 5,80  | ,359  | 0,69 |
|                             | Orta  | 14,91                  | 5,21  |       |      |
|                             | İyi   | 15,50                  | 5,69  |       |      |
| Ölçek Toplam                | Düşük | 68,02                  | 11,89 | 2,537 | 0,08 |
|                             | Orta  | 66,68                  | 10,48 |       |      |
|                             | İyi   | 69,80                  | 10,98 |       |      |

p<0,05

Tablo 10'a göre sporcuların algılanan gelir durumu değişkeni ile ölçek toplam puan ve tüm alt boyutları puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı belirlenmiştir (p>0,05).

## **Tartışma ve Sonuç**

Bu çalışma bireysel ve takım sporlarında yer alan sporcuların sağlıklı yaşam düzeylerinin karşılaştırılması amacıyla yapılmıştır. Araştırma sonucunda sporcuların sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum ölçeği toplam puan ortalamasının  $67,73 \pm 11,08$  ile orta düzeyde olduğu, ölçek alt boyutlarında beslenme hakkında bilgi alt boyut puan ortalamasının  $18,58 \pm 6,43$  ile en yüksek puan ortalamasına sahip olduğu ve ölçek alt boyutlarından kötü beslenme alt boyut puan ortalamasının  $15,10 \pm 5,49$  ile en düşük puan ortalamasına sahip olduğu belirlenmiştir. Sporcuların sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumları ile cinsiyet açısından farklılık olmadığı ve erkek sporcuların kadın sporculara göre sağlıklı beslenme tutum puan ortalamalarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Sporcuların sağlıklı beslenmeye yönelik tutumları olumlu beslenme alt boyutu ile beslenme eğitimi açısından farklılık olduğu ve beslenme eğitimi alan sporcuların beslenme eğitimi almayan sporculara göre sağlıklı beslenmeye ilişkin puan ortalamasının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Araştırma grubunun sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumları ile gelir durumu arasında farklılık olmadığı ancak gelir durumu iyi olan sporcuların orta ve düşük düzeyine sahip olan sporculara göre sağlıklı beslenme tutum puan ortalamalarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Tekkurşun Demir (2021), takım ve bireysel sporlarda sosyal görünüşün sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumlarını inceledikleri çalışmada, sosyal görünüş kaygısı ile sağlıklı beslenme arasında ilişkinin olduğu, sağlıklı beslenme ile cinsiyet açısından farklılık olmadığını ve bireysel spor yapan erkek sporcuların sağlıklı beslenme tutumlarının daha yüksek olduğunu ifade etmişlerdir. Weeden ve ark., (2014), üniversitede öğrenim gören sporcuların beslenme bilgi düzeylerini inceledikleri çalışmada, sporcuların beslenme bilgi düzeylerinin yetersiz olduğunu belirlemişlerdir. Altunhan ve Bayer (2021), yaptıkları çalışmada, sporcuların sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumları ile cinsiyet açısından farklılık olmadığını, beslenme bilgi düzeyi ile beslenme toplam puan ve alt boyutlarından olumlu beslenme arasında farklılık olduğunu tespit etmişlerdir. Uluç ve Durukan (2021), spor yönetimi bölümünde öğrenim gören öğrencilerin sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumlarını inceledikleri çalışmada, kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre besleme bilgi düzeyleri ile olumlu beslenme alışkanlıklarının daha yüksek olduğunu belirlemişlerdir. Mor ve ark., (2018), spor lisesi öğrencilerinin beslenme alışkanlıklarını inceledikleri çalışmada, katılımcıların beslenme alışkanlıkları ve besin destek kullanımına ilişkin bilgi düzeylerinin yetersiz olduğunu ifade etmişlerdir.

Torres-McGehee ve ark., (2012), sporcu, antrenör ve spor kondisyonerlerinin beslenme bilgi düzeylerini değerlendirdikleri çalışmada, beslenme bilgi düzeyi açısından en yüksek puan ortalamasına spor kondisyonerlerinin sahip olduklarını, en düşük puan ortalamasının ise sporculara ait olduğunu ifade etmişlerdir. Yapılan farklı bir çalışmada Şahin ve Taşkiran (2020), yelken sporcularının beslenme bilgisi ve alışkanlıklarını belirlediği çalışmada sporcuların beslenme bilgisi ve alışkanlıklarının iyi düzeyde olduğunu belirlemişlerdir. Gastrich ve ark., (2020), kadın sporcularda beslenme risklerini inceledikleri çalışmada, sporcuların yetersiz beslenme, yeme bozukluklarının yanı sıra sporcular, takımlar ve antrenörler arasında beslenme bilgisi eksikliğini olduğunu belirtmişlerdir. Gülen ve ark., (2021), taekwon-do sporcularının beslenme tutumlarını belirledikleri çalışmada, sporcuların cinsiyet, millilik, vücut kitle indeksi değişkenlerinin beslenmeye yönelik tutumlarını etkilemediği ancak eğitim durumu, yaş ve spor yapma yılı gibi etkenlerin beslenmeye yönelik tutumu etkilediğini ifade etmişlerdir. Tam ve ark., (2021), Avusturalyalı elit sporcuların beslenme bilgilerini değerlendirdikleri çalışmada, genel olarak kadın sporcuların erkek sporculardan daha yüksek puan ortalamasına sahip oldukları, yaş spor türü açısından farklılık olmadığını tespit etmişlerdir. Bozdemir ve ark., (2021), yaptıkları çalışmada beslenme tarzlarının sporcuların beslenme davranışlarında etkili olduğunu ve anne ve baba eğitim durumunun da sporcuların beslenme tarzını etkilediğini belirlemişlerdir. Folasire ve ark., (2015), Nijeryalı sporcuların beslenme bilgilerini değerlendirdikleri çalışmada, sporcuların %46'sının iyi beslenme bilgisine sahip olduklarını ve iyi beslenme puanına sahip sporcuların büyük çoğunluğunun iyi beslenme uygulamalarının olduğunu belirtmişlerdir.

Araştırma sonucunda sporcuların, sağlıklı beslenmeye yönelik tutumları ile spor türü açısından farklılık olmadığı ancak bireysel spor branşında yer alan sporcuların takım spor branşında yer alan sporculara göre sağlıklı beslenme tutum ölçeği toplam puan ortalamasının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Sporcuların sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumları ile sportif dereceleri açısından farklılık olmadığı ve amatör sporcuların profesyonel sporculara göre sağlıklı beslenmeye yönelik puan ortalamalarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Araştırma grubunun sağlıklı beslenmeye yönelik tutumları ölçek toplamı ile spor yılı açısından farklılık olduğu ve 1-4 spor yılına sahip sporcuların sağlıklı beslenmeye yönelik puan ortalamasının daha yüksek olduğu görülmüştür. Uzlu ve ark., (2021), yaptıkları çalışmada, sporcu öğrencilerin bireysel ve takım sporu yapan öğrencilerin büyük çoğunluğunun sporcu beslenmesi konusunda zayıf bilgi

düzeyine sahip olduklarını ve bireysel spor yapan öğrencilerin takım sporu yapan öğrencilere göre beslenme bilgi düzeylerinin daha yüksek olduğunu belirlemişlerdir. Akıl ve Gürbüz (2010), sporcuların beslenme alışkanlıklarını inceledikleri çalışmada, beslenme eğitiminin beslenme üzerine olumlu etkisinin olduğunu, spor yapma yılı arttıkça beslenme bilgi düzeyinin arttığını, gelir düzeyinin beslenme bilgi ve alışkanlıklarını etkilediğini belirlemişlerdir. Doğruluk Çelebi (2019), amatör ve profesyonel spor yapan bireylerin beslenme bilgi düzeylerini incelediği çalışmada, 24-35 yaş aralığındaki sporcuların 18-24 yaş aralığındaki sporculara göre beslenme bilgi düzeylerinin daha yüksek ve beslenme alışkanlıklarının daha düzeli olduğunu, ayrıca yaş ilerledikçe beslenme alışkanlıklarının daha düzenli olduğunu ifade etmişlerdir. Werner ve ark., (2022), kolej sporcularının beslenme bilgi düzeylerini değerlendirdikleri çalışmada, kadın sporcuların erkek sporculara göre daha yüksek puan ortalamasına sahip olduklarını, gelir getirmeyen spor branşlarının gelir getiren spor branşlarına göre daha yüksek puan ortalamasına sahip olduklarını belirlemişlerdir. Yüksek (2013), yaptığı çalışmada, amatör ve profesyonel milli takım sporcularının beslenme bilgi düzeylerinin farklılık gösterdiğini ifade etmiştir. Bakhtiar ve ark., (2021), adölesan sporcuların beslenme konusundaki bilgi ve tutumlarını belirledikleri çalışmada, sporcuların yaş, cinsiyet, eğitim verilen bölüm, spor yapma süresi ile beslenme bilgi düzeyleri arasında farklılık olduğunu belirlemişlerdir. Yarar ve ark., (2011), elit seviyedeki sporcuların beslenme alışkanlıklarını değerlendirdikleri çalışmada, sporcuların beslenme konusunda istenilen düzeyde olmadığı ve milli sporcu olmalarına rağmen beslenmelerine yeteri kadar önem vermediklerini belirlemişlerdir. Turner ve ark., (2021), elit squash oyuncularının spor beslenme bilgilerini belirledikleri araştırmada, sporcuların beslenme bilgi düzeylerinin orta düzeyde olduğunu, cinsiyetin oyuncuların beslenme bilgisi üzerine etkisinin olmadığını, yaş ile dünya sıralamasının beslenme bilgisi üzerine zayıf etkisinin olduğunu belirlemişlerdir. Yapılan farklı bir çalışmada Çınar ve ark., (2016), güreş federasyonunda görevli antrenörlerin sağlıklı yaşam davranışlarının orta düzeyde olduğunu belirlemişlerdir. Dağcılar ve Öztürk (2020), Kıbrıs Türk Futbol Federasyonu'nun (CTFA) Kuzey Kıbrıs'taki Süper Lig futbolcularının vücut kompozisyonu, beslenme durumları ile bilgi düzeylerini belirledikleri çalışmada, sporcuların beslenme bilgi puanlarının düşük olduğunu tespit etmişlerdir.

Sonuç olarak; sporcuların beslenme bilgi düzeyleri ile sağlıklı beslenmeye yönelik tutumlarının orta düzeyde olduğu belirlenmiştir. Bireysel spor branşında yer

alan sporcuların takım spor branşında yer alan sporculara göre sağlıklı beslenme tutum ölçeği toplam puan ortalamasının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Amatör sporcuların profesyonel sporculara göre sağlıklı beslenmeye yönelik puan ortalamalarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca erkek sporcuların kadın sporculara göre sağlıklı beslenme tutum puan ortalamalarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu bağlamda sporcuların sağlıklı beslenmeye yönelik bilgilendirmelerin yapılması hem yaşamlarını hem de sporsal başarı açısından katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

### **Kaynaklar**

- Akıl, M., & Gürbüz, Ü. (2010). Atletizm Atma Branşlarıyla Uğraşan Sporcuların Beslenme Bilgi Düzeylerinin İncelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7(1).
- Akyol, A., Bilgiç, P., Ersoy, G., (2008). Fiziksel Aktivite Beslenme ve Sağlıklı Yaşam, Sağlık Bakanlığı Yayınları, No:729, Ankara, 7-24.
- Altunhan, A., & Bayer, R. (2021). Bireysel ve Takım Sporcularının Uyku Kalitesi ile Beslenme Alışkanlıkları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Iğdır Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 30-44.
- Bakhtiar, M., Masud-ur-Rahman, M., Kamruzzaman, M., Sultana, N., & Rahman, S. S. (2021). Determinants of nutrition knowledge, attitude and practices of adolescent sports trainee: A cross-sectional study in Bangladesh. *Heliyon*, 7(4), e06637.
- Berk, Y., Öner, S., & Sarıkaya, M. (2021). Covid-19 Pandemi Sürecinde Fiziksel Aktivitenin Yaşam Kalitesi Ve Duygudurum Üzerine Etkisinin İncelenmesi. *ROL Spor Bilimleri Dergisi / Journal of ROL Sports Sciences*, 2(2):57-70.
- Bozdemir, E., Uslu, B., Alphan, M.E. (2021). Amatör ritmik cimnastik yapan çocukların beslenme alışkanlıkları ile ebeveyn besleme tarzı arasındaki ilişkinin saptanması. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 12(2), 156-173.
- Branen, L. & Fletcher, J. (1999). Comparison of college students current eating habits and recollections of their childhood food practices. *Journal of Nutrition Education*, 31(6), 304-310.
- Çebi, M. (2018). Sporcuların Sağlıklı Yaşam Biçimleri Davranışlarının İncelenmesi. *İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 5(1), 13-20.




- Çınar, V., Akbulut, T., Öner, S., Pancar, Z., & Karaman, M. E. (2016). An Investigation Of Healty Life Style Behaviors of Turkish Wrestling Federation Coaches. *International Refereed Academic Journal of Sports. Health and Medical Sciences*, 21, 119-136.
- Dagcilar, K., & Ozturk, M. (2020). An evaluation of nutritional knowledge levels, nutritional intake, and anthropometric features of Northern Cyprus professional football players. *Medicina dello Sport*, 73(1), 81-9.
- Demir, G. T., & Cicioğlu, H. İ. (2019). Sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum ölçeği (SBİTÖ): Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 4(2), 256-274.
- Demir, G. T., Namlı, S., & Cicioğlu, H. İ. (2021). Takım ve Bireysel Sporlarda Sosyal Görünüş Kaygısı Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutumun Belirleyicisi Midir?. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 19(4), 124-134.
- Doğruluk Çelebi, G. (2019). Amatör ve profesyonel spor yapan bireylerin beslenme bilgi düzeyi ve alışkanlıklarının spor branşlarına göre dağılımının incelenmesi (Master's thesis, Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
- Edmundson, E., Parcel, G. S., Feldman, H. A., Elder, J., Perry, C. L., Johnson, C. C., ... & Webber, L. (1996). The effects of the Child and Adolescent Trial for Cardiovascular Health upon psychosocial determinants of diet and physical activity behavior. *Preventive medicine*, 25(4), 442-454.
- Folasire, O. F., Akomolafe, A. A., & Sanusi, R. A. (2015). Does nutrition knowledge and practice of athletes translate to enhanced athletic performance? Cross-sectional study amongst Nigerian undergraduate athletes. *Global journal of health science*, 7(5), 215.
- Gastrich, M. D., Quick, V., Bachmann, G., & Moriarty, A. M. (2020). Nutritional risks among female athletes. *Journal of Women's Health*, 29(5), 693-702.
- Gülen, Ö., Kumartaşlı, M., Madak, E., Sönmez, H. O., & Pepe, O. (2021). An Investigation Of The Nutrition Attitude Of Taekwon-Do Athletes In Terms Of Various Variables. *The Online Journal of Recreation and Sports*, 10(3), 31-45.
- Güngör İ, Hotun Şahin N. (2006). Sağlığın Geliştirilmesinde Kullanılan Temel Davranış Değişirme Kuram ve Modelleri. *Hemşirelik Forumu Dergisi*, 6-13.
- Köseoğlu, S. Z. A., & Tayfur, A. Ç. (2017). Adölesan dönemi beslenme ve sorunları (Nutrition and issues in adolescence period). *Güncel Pediatri*, 15(2), 44-57.

- Mor, A., İpekoğlu, G., & Arslanoğlu, C. (2018). Spor lisesi öğrencilerinin beslenme alışkanlıklarının incelenmesi (Sinop ili örneği). *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 3(3), 67-77.
- Owens, L. (2006). The Relationship of Health Locus of Control, Self Efficacy, Health Literacy and Health Promoting behaviors in Older Adults. A dissertation presented for the doctor of philosophy degree The University of Memphis.
- Pancar Z. (2021). The effect of Omega-3 supplements combined with endurance exercises on albumin, bilirubin and thyroid metabolism. *International Journal of Life Sciences and Pharma Research*. (14);254-257.
- Pancar Z. (2021). Effect of inspiratory muscle training with royal jelly supplement on iron metabolism in cigarette addicts. *The Eurasian Journal of Medicine*. 53(1);15-18.
- Pekcan, G. (2004). Adolesan döneminde beslenme. *Klinik Çocuk Forumu*, 4(1), 38-47.
- Şahin, M. A., & Taşkıran, A. (2020). Yelken Sporcularının Beslenme Bilgisi ve Alışkanlıklarının İncelenmesi. *Journal of Health and Sport Sciences*, 3(2), 47-54.
- Tam, R., Flood, V. M., Beck, K. L., O'Connor, H. T., & Gifford, J. A. (2021). Measuring the sports nutrition knowledge of elite Australian athletes using the Platform to Evaluate Athlete Knowledge of Sports Nutrition Questionnaire. *Nutrition & Dietetics*, 78(5), 535-543.
- Taşdoğan A.M., Pancar Z. (2020). Some Biochemical Responses in Cigarette Addicts who Receive Royal Jelly Supplement. *EJMI*, 4(2):204–208.
- Torres-McGehee, T. M., Pritchett, K. L., Zippel, D., Minton, D. M., Cellamare, A., & Sibilis, M. (2012). Sports nutrition knowledge among collegiate athletes, coaches, athletic trainers, and strength and conditioning specialists. *Journal of athletic training*, 47(2), 205-211.
- Turner, O., Mitchell, N., Ruddock, A., Purvis, A., & Ranchordas, M. (2021). Elite squash players nutrition knowledge and influencing factors. *Journal of the International Society of Sports Nutrition*, 18(1), 46.
- Uluç, S., & Durukan, E. (2021). Spor Yönetimi Bölümünde Öğrenim Gören Öğrencilerin Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Düzeylerinin İncelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 4(3), 438-446.


- Uzlu, G., Akgöz, H. F., Yalçın, S., & Çöl, B. G. (2021). Sporcu üniversite öğrencilerinin beslenme bilgi düzeylerinin ölçülmesi. *İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, (14), 227-240.
- Weeden, A. M., Olsen, J., Batacan, J. M., & Peterson, T. (2014). Differences in collegiate athlete nutrition knowledge as determined by athlete characteristics. *The Sport Journal*, 17.
- Werner, E. N., Guadagni, A. J., & Pivarnik, J. M. (2022). Assessment of nutrition knowledge in division I college athletes. *Journal of American College Health*, 70(1), 248-255.
- Yarar, H., Gökdemir, K., Eroğlu, H., & Özdemir, G. (2011). Elit seviyedeki sporcuların beslenme bilgi ve alışkanlıklarının değerlendirilmesi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 13(3), 368-371.
- Yıldırım, M., & Bayrak, C. (2019). The participation of university students in physical activities based on sport and the effect of the students' quality of life on academic achievement and socialisation (Sample of Eskisehir Osmangazi University). *Hacettepe University Journal of Education*, 34(1), 123-144.
- Yüksek, M. (2013). Amatör ve profesyonel milli takım futbolcularında beslenme alışkanlıkları ve bilgi düzeylerinin incelenmesi (Master's thesis, Sağlık Bilimleri Enstitüsü).

## Lise Düzeyindeki Öğrencilerin Bazı Değişkenler Açısından Spora Yönelik Tutumlarının İncelenmesi

Abdurrahman TOPAL<sup>1</sup> 

Fikret ALINCAK<sup>1\*</sup> 

<sup>1</sup>Gaziantep Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, GAZİANTEP

 DOI: 10.31680/gaunjs.1124086

### Örijinal Makale / Original Article

Geliş Tarihi / Received: 31.05.2022

Kabul Tarihi / Accepted: 06.08.2022

Yayın Tarihi / Published: 22.09.2022

### Öz

Bu çalışmada lise düzeyindeki öğrencilerin; bazı değişkenler açısından spora yönelik tutumlarının incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın evren ve örneklemini Gaziantep İl Millî Eğitim Müdürlüğüne bağlı lise düzeyindeki okullar oluşturmaktadır. Bu bağlamda araştırmaya 108 erkek 162 kadın toplamda 270 öğrenci katılmıştır. Çalışmada veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından hazırlanmış kişisel bilgi formu ve Şentürk (2014) tarafından hazırlanmış "Spora Yönelik Tutum Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmanın veri analizinde SPSS 22 paket programı kullanılmıştır. Araştırma kapsamındaki bulgular incelendiğinde cinsiyet ve spor yapma durumu değişkenlerine göre t-testi analizi yapılmış, cinsiyet değişkeninde kadın ve erkek katılımcılar arasında, spor yapma durumu değişkeninde ise düzenli bir şekilde sportif faaliyet yapan öğrenciler ile düzenli olarak spor yapmayan öğrenciler arasında anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Yaş, anne eğitim düzeyi, baba eğitim düzeyi, aile gelir durumu değişkenlerinde anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Verilerin anlamlılık düzeyi 0,05 olarak belirlenmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Ortaöğretim, Öğrenci, Spor, Tutum

## Investigation of High School Students' Attitudes Towards Sports in Terms of Some Variables

### Abstract

In this study, high school students; In this research, it was purpose to examine the attitudes towards sports in terms of some variables. The universe and sample of the research consists of high school level schools affiliated to Gaziantep Provincial Directorate of National Education. In this context, a total of 270 students, 108 males and 162 females, participated in the research. In the research, the personal information form prepared by the researchers and the "Attitude Scale Towards Sports" prepared by Şentürk (2014) were used as data collection tools. SPSS 22 package program was used in the data analysis of the research. When the findings within the scope of the research were examined, t-test analysis was performed according to the variables of gender and sports status, and it was determined that there was a significant difference between male and female participants in the gender variable, and between the students who regularly do sports and those who do not regularly do sports in the variable of sports status. There was no significant difference in the variables of age, mother's education level, father's education level, family income status. The significance level of the data was determined as 0.05.

**Keywords:** Secondary Education, Student, Sports, Attitude

## Giriş

İnsanın doğası gereği ihtiyaç duyduğu en önemli unsurlardan birisi de hareket etme gereksinimidir. Değişen ve sürekli olarak gelişen teknoloji, toplumu hareketsiz bir yaşam şartlarına doğru sürüklemektedir. Bu nedenle son zamanlarda sporun insan yaşantısındaki yeri ve önemi daha belirgin hale gelmiş, sağlıklı bir yaşam sürmek için spor yapmanın zorunluluğu üzerinde durulmuştur (Başkonuş, 2020; Pancar, 2020). Spor; bedensel ve zihinsel olarak bireylerin sağlığını geliştiren, toplum içerisindeki davranışları düzenleyen, hem mental hem de motorik özelliklerin gelişimini sağlayan bir olgudur. Bir diğer tanım ile spor; bireyin ruh gelişiminin yanında beden de gelişmeyi sağlayan, ruh ve beden arasındaki koordinasyonun da belirli bir seviye üzerine çıkmasına katkıda bulunan bir kavramdır. Spor günümüzde her şeyden önce insana hitap ettiğinden dolayı çok önemli ve vazgeçilmez bir olgu durumunda olduğu gerçektir (Yetim, 2014; Pancar, 2020). Birçok alanın kendi içerisinde zamanla değiştiği gibi spor da kendi içerisinde değişime girmiştir. Bu nedenle spor sadece kişisel bir olgu değil, toplumu da içinde barındıran sosyal bir yapı haline gelmiştir (Yıldırım ve ark, 2006). İnsanların bir durum veya herhangi bir olay karşısında nasıl davranış göstereceklerini karşılaştıkları olay veya duruma karşı olan tutumları belirler. Bu nedenle herhangi bir tasarım, eşya, olay, insan, soyut veya somut kavramların hepsi tutumun konusu olabilir (İnceoğlu, 2010). Öğrencilerin spora yapmaya yönelik tutum oluşmasında önceden belirlenen hedeflere ulaşılması için sporu sevmesi, sporun önemini anlaması çok önemli bir noktadır (Başer, 2009). Bu bağlamda öğrencilerin sportif yeteneklerinde gösterdikleri hareketler de elbette çok önemlidir (Aras, 2013). Bu bakımdan sporun küçük yaşta öğrencilere sevdirmesi ve spora yönelik tutumlarının artırılması için çalışmalar eğitimin ilk aşamalarında verilmelidir.

Sağlıklı bireylerin topluma kazandırılması için liselerde, üniversitelerde, sosyal alanlarda yapılan sportif etkinlikler büyük öneme sahiptir. Bir toplumdaki bütün bireylerin spora yönelik tutum kazanması için toplumun bazı kesimlerinde bu alışkanlıkların kazanılması ile gerçekleşecektir (Şimşek ve Karahüseyinoğlu, 2020). Bu nedenle toplumun bütün sosyal kesimlerine spora dair izler taşıyacak uygulamalar getirilmelidir. Dolayısıyla yapılmış olan bu çalışmada lise düzeyindeki öğrencilerin spora yönelik tutumlarını cinsiyet, yaş, spor yapma durumu, aile eğitim düzeyi ve aile gelir durumu bakımından incelenmesi amaçlanmıştır.

## **Yöntem**

### **Araştırmanın Modeli**

Bu araştırmanın modeli betimsel tarama modelidir. Geçmişte veya gelecekte mevcut olan bir durumu olduğu gibi ortaya çıkarmak için kullanılan model olarak ifade edilmektedir (Karasar, 2000).

### **Araştırma Grubu**

Bu araştırmanın evren ve örnekleme Gaziantep İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nün Şahinbey ilçesindeki liseler oluşturmaktadır. Bu bağlamda araştırmaya 108 erkek ve 162 kadın toplamda 270 öğrenci araştırmada yer almıştır.

### **Veri Toplama Aracı**

Veri toplama aracı olarak katılımcıların cinsiyet, yaş, spor yapma durumu, aile gelir düzeyi ve aile eğitim durumunu belirten bilgilere ulaşmak için araştırmacılar tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu ve "Spora Yönelik Tutum Ölçeği" kullanılmıştır.

### ***Spora Yönelik Tutum Ölçeği(SYTO):***

Spora Yönelik Tutum Ölçeği Halil Evren Şentürk (2012) tarafından geliştirilen toplamda 25 madde ve 3 alt boyuta sahip (spora ilgi duyma, sporla yaşama, aktif spor yapma) 5'li likert tarzında bir ölçektir. Puanlama olarak "1-asla katılmıyorum, 5-tamamen katılıyorum" şeklinde derecelendirilmiştir. Ölçek üç alt boyut olarak kullanılacağı gibi tek alt boyutta da kullanılabilir. Bu çalışmada tek alt boyutta kullanılmıştır. Ölçeğin güvenilirlik katsayısı ilk alt boyut için 0.84, ikinci boyut için 0.82, üçüncü boyut için 0.81 ve ölçek toplamı için 0.82 olarak bulunmuştur.

### **Verilerin Analizi**

Araştırmanın istatistiksel analizini yapmak için SPSS 22 programı aracılığıyla yapılmıştır. Araştırma verilere normallik testi uygulanmış, yapılan normallik testinde verilerin çarpıklık ve basıklık seviyelerinin normal dağılım gösterebileceği belirlenmiştir. Normallik seviyesi -1,5+1,5 değerleri arasında kabul edilmiştir (Tabachnick, Fidell ve Ulman, 2007) . Normal dağılım gösterdiği belirlenen verilere parametrik testler yapılmış, cinsiyet ve spor yapma durumu değişkenlerine t-testi analizi; yaş, aile eğitim durumu (anne-baba) ve aile gelir düzeyi değişkenlerine ise anova testi yapılmıştır.

## **Bulgular**

Bu kısımda katılımcıların cinsiyet, yaş, spor yapma durumu, anne-baba eğitim düzeyi, aile gelir durumu değişkenlerine ait bulgulara yer verilmiştir.

**Tablo 1.** Normallik Tablosu

| Faktör | N   | Minimum | Maksimum | $\bar{X}$ | SS      | Skewness      | Kurtosis      |
|--------|-----|---------|----------|-----------|---------|---------------|---------------|
| SYTÖ   | 270 | 1.04    | 5.00     | 3.3688    | 0.91396 | <b>-0.245</b> | <b>-0.522</b> |

Tablo 1'e göre Spora Yönelik Tutum Ölçeğinin Skewness ve Kurtosis değerleri incelendiğinde normal bir dağılım gösterebileceği belirlenmiştir. Normallik derecesi -1,5+1,5 arasında olabileceği görülmüştür (Tabachnick ve ark. 2007).

**Tablo 2.** Öğrencilerin Cinsiyet Değişkeni Bakımından T-Testi Sonuçları

| Faktör | Cinsiyet | N   | $\bar{X}$ | SS      | t     | p           |
|--------|----------|-----|-----------|---------|-------|-------------|
| SYTÖ   | Erkek    | 108 | 3.4322    | 0.92831 | 2.564 | <b>0.11</b> |
|        | Kadın    | 162 | 3.1441    | 0.88855 |       |             |

p<0.05

Katılımcıların spora yönelik tutum ölçeğinden elde ettikleri puanların cinsiyet değişkeni açısından t-testi sonuçları incelendiğinde anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Buna göre erkek öğrencilerin spora yönelik tutumlarının, kadın öğrencilerinden daha yüksek olduğu görülmüştür.

**Tablo 3.** Öğrencilerin Yaşlarına Göre Anova Testi Sonuçları

| Faktör | Yaş        | N   | $\bar{X}$ | SS      | F    | p    | Fark(LSD) |
|--------|------------|-----|-----------|---------|------|------|-----------|
| SYTÖ   | 15         | 72  | 3.3735    | 0.96400 | .767 | .466 |           |
|        | 16         | 102 | 3.2214    | 0.85036 |      |      |           |
|        | 17 ve üstü | 96  | 3.2140    | 0.94257 |      |      |           |

p<0.05

Katılımcıların yaş değişkeninde spora yönelik tutum ölçeğinden elde ettikleri puanların tek yönlü varyans analizi(anova) sonuçları incelendiğinde kadın ve erkek öğrenciler arasındaki karşılaştırmada anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır (p<0.05).

**Tablo 4.** Öğrencilerin Spor Yapma Durumu Bakımından T-Testi Sonuçları

| Faktör | Spor Yapma Dur. | N   | $\bar{X}$ | SS      | t     | p           |
|--------|-----------------|-----|-----------|---------|-------|-------------|
| SYTÖ   | Evet            | 121 | 3.6289    | 0.81237 | 4.971 | <b>0.00</b> |
|        | Hayır           | 90  | 3.0926    | 0.72147 |       |             |

p<0.05

Katılımcıların spora yönelik tutum ölçeğinden elde ettikleri puanların spor yapma durumları değişkeni açısından t-testi sonuçlarına bakıldığında anlamlı seviyede farklılaşmanın olduğu belirlenmiştir. Bu farklılığın spor yapan bireyler lehine olduğu anlaşılmaktadır.

**Tablo 5.** Öğrencilerin Anne Eğitim Düzeyine Göre Anova Testi Sonuçları

| Faktör | Anne Eğitim Dur. | N  | $\bar{X}$ | SS      | F    | p    | Fark(LSD) |
|--------|------------------|----|-----------|---------|------|------|-----------|
| SYTÖ   | İlkokul          | 29 | 3.1307    | 1.07772 | .495 | .740 |           |
|        | Ortaokul         | 88 | 3.1969    | 0.96142 |      |      |           |
|        | Lise             | 67 | 3.2977    | 0.80298 |      |      |           |
|        | Üniversite       | 67 | 3.3091    | 0.91436 |      |      |           |
|        | Lisansüstü       | 19 | 3.4339    | 0.82865 |      |      |           |

p<0.05

Katılımcıların anne eğitim durumu değişkeninde spora yönelik tutum ölçeğinden elde ettikleri puanların tek yönlü varyans analizi(anova) sonuçları incelendiğinde anlamlı sayılabilecek farklılaşma belirlenmemiştir (p<0.05).

**Tablo 6.** Öğrencilerin Baba Eğitim Düzeyine Göre Anova Testi Sonuçları

| Faktör | Baba Eğitim Dur. | N  | $\bar{X}$ | SS      | F     | p    | Fark(LSD) |
|--------|------------------|----|-----------|---------|-------|------|-----------|
| SYTÖ   | İlkokul          | 18 | 3.1328    | 1.10937 | 1.431 | .224 |           |
|        | Ortaokul         | 53 | 3.0489    | .91358  |       |      |           |
|        | Lise             | 72 | 3.4184    | .82689  |       |      |           |
|        | Üniversite       | 76 | 3.2376    | .93868  |       |      |           |
|        | Lisansüstü       | 51 | 3.3305    | .90549  |       |      |           |

p<0.05

Katılımcıların baba eğitim durumu değişkeninde spora yönelik tutum ölçeğinden elde ettikleri puanların tek yönlü varyans analizi sonuçlarına bakıldığında anlamlı sayılabilecek farklılaşma belirlenmemiştir (p<0.05).

**Tablo 7.** Öğrencilerin Aile Gelir Düzeylerine Göre Anova Testi Sonuçları

| Faktör | Aile Gelir Düz. | N   | $\bar{X}$ | SS      | F     | p    | Fark(LSD) |
|--------|-----------------|-----|-----------|---------|-------|------|-----------|
| SYTÖ   | İyi             | 55  | 3.2813    | 0.99671 | 2.983 | 0.52 |           |
|        | Orta            | 199 | 3.2964    | 0.87883 |       |      |           |
|        | Düşük           | 16  | 2.7225    | 0.93882 |       |      |           |

p<0.05

Katılımcıların aile gelir durumu bakımından spora yönelik tutum ölçeğinden elde ettikleri puanların anova analizi sonuçları incelendiğinde anlamlı sayılabilecek farklılaşma belirlenmemiştir (p<0.05).

## Tartışma ve Sonuç

Katılımcıların cinsiyet değişkeni açısından karşılaştırıldığında; ortaöğretim öğrencilerinin spora yönelik tutumlarında anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Ortaya çıkan bu sonuç; erkek öğrencilerin spora yönelik tutumlarının kadın öğrencilerin spora yönelik tutumlarından daha yüksek olduğunu göstermektedir. Buradan hareketle



erkek öğrencilerin sahip olduğu serbest zamanın kadın öğrencilere kıyasla daha fazla olduğunu, kadınlara göre daha güçlü bir yapıya sahip olduklarından dolayı spora yönelik tutumlarının daha fazla olduğunu belirtebiliriz. Yapılan farklı çalışmalar incelendiğinde cinsiyet değişkeni bakımından spora yönelik tutumları karşılaştırıldığında erkek öğrencilerin ortalama puanlarının yüksek olduğu göze çarpmaktadır (Yager ve O'Dea, 2014; Karadağ, 2012; Kangalgil ve diğerleri, 2006). Türkmen ve arkadaşları (2020) tarafından, İslami ilimler fakültesindeki öğrenciler üzerinde yapılan araştırmada cinsiyet değişkeninde erkek katılımcılarının toplam puanı, kadın katılımcıların toplam puanlarından daha yüksek bulunmuştur. Ortaya çıkan bu sonuç bulgularımızla benzerlik göstermektedir. Çalışmamızı destekler nitelikteki bir diğer araştırma Göktaş ve Şentürk (2019) tarafından yapılmıştır. Araştırmada cinsiyet değişkeninde farklılaşmanın olması çalışmamızla paralellik göstermektedir. Taşkın ve Tekin (2009) tarafından yapılan araştırmada erkek öğrencilerin ortalama puanlarının kadın öğrencilerin ortalama puanlarına göre daha yüksek çıkması tutumlarının daha olumlu olduğunu göstermiştir. Singh ve Devi (2013) tarafından Hindistan'da yapılan araştırmada, erkek öğrencilerin oyun ve etkinliklere karşı tutumlarının kadın öğrencilerden daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Polonyada yapılan bir araştırmada; erkek öğrencilerin sahip oldukları tutumlarının kadın öğrencilerin tutumlarından daha yüksek olduğu görülmüştür (Tomik ve ark, 2012). Bu konuda yapılan bazı araştırmalarda ise; cinsiyet değişkeni açısından incelendiğinde öğrencilerin spora yönelik tutumlarında anlamlı derecede bir farklılaşmanın olmadığı görülmektedir (Alpkaya ve Çoknaz, 2018; Zengin ve diğerleri, 2016; Uluşık ve diğerleri, 2015)

Yaş değişkeni açısından yapılan karşılaştırmada ortaöğretim öğrencilerinin spora yönelik tutumlarında anlamlı olarak farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Alan yazın incelendiğinde çalışmamızı destekler nitelikte araştırmalar mevcuttur. Türkmen ve ark., (2016), ile Taştan (2020), tarafından yapılan çalışmada, katılımcıların spora yönelik tutumlarının ortalama puanları yaşlarına göre anlamlı olarak farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Bunun aksini gösteren çalışma Polat (2020), tarafından yapılmıştır. Akademisyenlerin spora yönelik tutumlarını incelemek için yapılan bu araştırmada; 30 yaş altındaki akademisyenlerin spora yönelik tutumları, diğer yaştaki akademisyenlerden yüksek olduğu ve anlamlı olarak farklılık gösterdiği tespit etmiştir.

Katılımcıların spor yapma durumlarına göre aktif olarak spor yapan katılımcılar ile spor yapmayan katılımcılar arasında t-testi sonuçları incelendiğinde anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Spor yapan öğrencilerin, herhangi bir sportif faaliyetle ilgilenmeyen öğrencilere göre daha yüksek tutum içerisinde oldukları görülmüştür. Bu farklılığın spor yapan bireylerin spor kültürünü daha iyi bildikleri, sporun mental ve fiziksel açıdan önemini daha iyi anladıklarından dolayı olduğu düşünülmektedir. Alan yazın incelendiğinde çalışmamızı destekler nitelikte araştırmalar mevcuttur. İmamoğlu (2021) tarafından ortaöğretim öğrencilerinin spora yönelik tutumlarını incelemek üzerinde yapılan araştırmada; aktif olarak spor yapan öğrenciler lehine farklılık çıkması çalışmamızla benzerlik göstermektedir (İmamoğlu, 2011). Belli ve arkadaşları (2019) tarafından üniversite öğrencilerinin spora yönelik tutumlarını belirlemek amacıyla yaptıkları araştırmada, düzenli olarak spor yapan katılımcılar ile diğer katılımcılar arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Başkonuş (2020) tarafından ortaöğretim öğrencileri üzerinde yapılan araştırmada spor etkinliklerine katılan öğrenciler ile katılmayan öğrenciler arasında anlamlı bir farklılık bulunması çalışmamızı destekler niteliktedir. Buna ek olarak yapılan bir çalışmada, ortaöğretim öğrencilerinin ailelerinde spor yapan birey bulunması öğrencilerde spora yönelik tutumu olumlu yönde etkileyen bir unsur olduğu rapor edilmiştir (Çelik ve Pulur, 2011). Yine bu çalışmayla benzer sonuçlar taşıyan lise öğrencileri üzerindeki araştırmada, aile içerisinde spor yapan bireylerin olması spora yönelik tutuma olumlu katkısı olduğunu ifade edilmiştir (Özkan, 2011). Başka bir çalışmada ise öğrencilerin sporcu lisansına sahip olması, sporcu lisansına sahip olmayan öğrencilere kıyasla daha yüksek olduğunu göstermiştir (Alparslan, 2008). Yine bu çalışmayla benzer sonuçlar taşıyan Hünük (2006) tarafından ortaokul öğrencileri üzerinde yapılan çalışmada; öğrencilerin sporcu lisansına sahip olup – olmama durumuna göre anlamlı farklılık göstermesi, sporcu lisansına sahip olan öğrencilerin spora yönelik tutumlarının daha yüksek olduğunu göstermiştir. Genel bir sonuç olarak; aktif bir şekilde sporla ilgilenen öğrencilerin aktif olarak spor yapmayan öğrencilere göre tutumlarının daha yüksek olması, ortaya çıkan bu sonuçları destekler niteliktedir (Türkmen ve ark., 2016; Çolak, 2019; Kaya, 2020). Buna karşın Subaşı (2021) tarafından yapılan çalışmada ailelerinde spor yapan birey bulunma durumuna göre ele alındığı zaman spora yönelik tutumlarının anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı belirlenmiştir. Anne ile baba eğitim düzeyi bakımından yapılan karşılaştırmada ortaöğretim öğrencilerinin spora yönelik tutumlarında anlamlı bir farklılık olmadığı belirlenmiştir. Subaşı (2021) tarafından yapılan çalışmada aile eğitim

düzeyi değişkenine göre spora yönelik tutumları incelendiğinde; anne ile baba eğitim düzeyi değişkeninde anlamlı derecede bir farklılık göstermediği bulunmuştur. Dağdemir (2018) farklı ortaöğretim kurumlarında öğrenim gören öğrencilerin spora yönelik tutumlarının baba eğitim düzeyine göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşmıştır. Aile gelir düzeyi değişkeni açısından yapılan karşılaştırmada ortaöğretim öğrencilerinin spora yönelik tutumlarında herhangi bir farklılaşmanın olmadığı tespit edilmiştir. Yıldız ve ark. (2017), Türkmen ve ark. (2016) ve Uğurlu (2012)'nin yapmış olduğu çalışmalarda katılımcıların aile gelir düzeyi açısından spora yönelik tutumlarında anlamlı sayılabilecek bir farklılık olmadığı görülmüştür. Atalay ve ark. (2015), Keskin ve Küçükçılıç (2015)'in ortaokul öğrencileri üzerindeki araştırmalarında; katılımcıların gelir düzeyi değişkeninde anlamlı bir fark oluşturmadığı görülmüştür. Zeng ve diğerleri (2011) tarafından bu konuda yapılan bir araştırmada orta gelir düzeyine sahip ailelerde yetişen öğrencilerin spora yönelik tutumlarının yüksek gelir düzeyine sahip ailelerde yetişen öğrencilerden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Yıldırım ve Ilgar (2018) tarafından lise öğrencileri üzerinde yapılan çalışmada aile gelirlerini 4 kategoriye ayırmış ve aile gelir düzeyi arttıkça spora yönelik tutumun azaldığı, ilginin spor dışındaki uğraşlara yöneldiğini belirlenmiştir.

Sonuç olarak lise düzeyindeki öğrencilerin spora yönelik tutum düzeylerini belirlemek amacıyla yapılan bu çalışmada katılımcıların cinsiyet ve spor yapma durumu değişkenine göre anlamlı farklılaşmanın olduğu görülmüştür. Araştırmanın diğer değişkenlerinde ise anlamlı bir farklılık olmadığı belirlenmiştir. Yapılacak olan ileriki çalışmalarda katılımcı sayısının artırılması, toplumun farklı kesimlerinin araştırmaya dâhil edilmesi önem arz etmektedir.

## **Kaynaklar**

- Alparslan, S. (2008). Ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi öğretmenlerinin sergilediği öğretim davranışlarına karşı algıları ve öğrencilerin bu derse karşı geliştirdikleri tutumları (Yüksek Lisans Tezi). Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bolu.
- Alpkaya, U. ve H. Çoknaz (2018). Lise Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersi Tutumlarının, Obez Akran Tutumlarının Karşılaştırılması ve Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, Cilt 11, Sayı 57, 375-379.
- Aras Ö. İlköğretim Kurumları İkinci Kademe Öğrenim Gören Öğrenci ve Görev Yapan Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Beden Eğitimi Dersine Yönelik Görüş ve

- Tutumlarının İncelenmesi (Kars İli Örneği). Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara, 2013.
- Atalay A., Akbulut A.K., Yücel, A.S., Göral K., Korkmaz M. (2015). Analysis of the Attitudes of Student-Athletes Playing in the Universities Volleyball 2nd League in Turkey towards Sports. *Journal of Applied Environmental and Biological Sciences*, 5(4), 1-6.
- Başer SA. Öğretmen Niteliklerinin Beden Eğitimi Dersi Alan Öğrencilerin Bu Derse Karşı Olan Tutumlarına Etkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Abant İzzet Baysal Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bolu, 2009.
- Başkonuş T. Ortaöğretim Öğrencilerinin Spora Yönelik Tutumlarının Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi (Kırşehir İli Örneği). *Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 2020; 6(2): 365-376.
- Belli, E. , Bedir, F. & Turan, M. (2019). Üniversite Öğrencilerinin Spora Yönelik Tutumları İle Yaşam Doyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Erzurum Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* , (9) , 89-103
- Çelik, Z. ve A. Pulur (2011). Ortaöğretim Öğrencilerinin Beden Eğitimi ve Spora İlişkin Tutumlar. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, Cilt 8, Sayı Özel, 115-122.
- Çolak, F. Ş. (2019). Ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumlarının farklı değişkenler açısından incelenmesi (Erzurum ili örneği) (Yüksek Lisans Tezi). Atatürk Üniversitesi Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Dağdemir, R. (2018). Farklı Tür Liselerdeki Öğrencilerin Beden Eğitimi ve Spor Dersine İlişkin Tutumlarının Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi: Erzurum İli Örneği. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İbrahim Çeçen Üniversitesi SBE.
- Diker, S. (2021). Üniversite Öğrencilerinin Spora Yönelik Tutumları Ve Kadınların Spor Etkinliklerine Katılımlarına Dair Görüşlerinin İncelenmesi (Balıkesir Üniversitesi Örneği). Balıkesir Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Balıkesir.
- Göktaş N. , Şentürk H. E. Spor Lisesi Öğrencilerinin Okul İklimi Algıları İle Spora Yönelik Tutumları Arasındaki İlişki. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 2019; 17(3): 78-92.
- Hünük, D. (2006). Ankara İli merkez ilçelerindeki ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin beden eğitimi dersine ilişkin tutumlarının sınıf düzeyi, öğrenci

- cinsiyeti, öğretmen cinsiyeti ve spora aktif katılımları açısından karşılaştırılması (Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- İmamoğlu, C. (2011). Aktif Olarak Spor Yapan ve Yapmayan Lise Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersine Karşı Tutumlarının Karşılaştırılması. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi EBE.
- İnceoğlu, M. (2010). *Tutum algı iletişim. Beykent Üniversitesi İletişim ve Tasarım Bölümü*. Beykent Üniversitesi Yayınları, 5. Baskı, İstanbul
- Kangalgil, M., D. Hünük ve G. Demirhan (2006). İlköğretim, Lise ve Üniversite Öğrencilerinin Beden Eğitimi ve Spora İlişkin Tutumlarının Karşılaştırılması. *Spor Bilimleri Dergisi*, Cilt 17, Sayı 2, 48-57.
- Karadağ, S. (2012). İlköğretim 8. Sınıf ve Lise 11. Sınıf Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersine İlişkin Tutumlarının Çeşitli Değişkenlere Bağlı Olarak Karşılaştırılması (Kırıkkale Örneği). (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Kırıkkale Üniversitesi SBE.
- Kaya, A. (2020). İlköğretim kurumları ikinci kademedeki öğrenim gören öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine yönelik görüş ve tutumlarının incelenmesi (Yüksek Lisans Tezi). Bartın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bartın.
- Keskin Ö ve Küçükılıç S. Ortaokul Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersine Yönelik Tutumlarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Sakarya Üniversitesi Eğitim 87 Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı*, 2015; 14(1), 93- 107
- Özkan, R. (2011). Genel Lise ve İmam Hatip Lisesi Öğrencilerinin Beden Eğitimi ve Spor Dersine İlişkin Tutumlarının Karşılaştırılması. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi SBE.
- Pancar, Z. (2020). Effect of Core Exercises on Thyroid Metabolism in Men. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*. 5(4): 590-597.
- Pancar, Z. (2020). Effect of short-term plyometric exercises on element metabolism in adolescents. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*. 5(4):566-572.
- Polat, Y. (2020). Fırat üniversitesindeki kadın akademisyenlerin spora yönelik tutumlarının araştırılması (Yüksek Lisans Tezi). Fırat Üniversitesi: Elazığ. Ulusal Tez Merkezi.
- Singh RKC, Devi KS. Attitude of higher secondary level student towards games and sports, *International Journal of Physical Education, Fitness and Sports*, 2013; 2(4): 80-85.

- Subaşı, E. (2021). Lise Öğrencilerinin Okul İklimi Algıları İle Spora Yönelik Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Muş İl Örneği). Muş Alparslan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Muş.
- Şimşek, A., Karahüseyinoğlu, MF. (2020). Üniversite Öğrencilerinin Spora Yönelik Tutumlarının İncelenmesi: Fırat Üniversitesi Örneği. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi Journal of Sports and Performance Researches* 2020;11(1):46-54
- Tabachnick BG, Fidell LS, Ullman JB. (2007). *Using Multivariate Statistics*. Vol. 5, Boston MA, Pearson.
- Taşkın, Ö., Tekin, M. (2009). Çeşitli Değişkenlere Göre İlköğretim ve Orta Öğretim Kurumlarında Öğrenim Gören Öğrencilerin Beden Eğitimi ve Spor Dersine İlişkin Tutum ve Görüşleri, *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 17 (2), 457-466.
- Taştan, Z. (2020). Sporda güdülenme, öz yeterlik ve spora yönelik tutum arasındaki ilişkinin modellenmesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı (Yüksek Lisans Tezi). Mersin.
- Tomik R, Olex-Zarychta D, Mynarski W (2012). Social values of sport participation and their significance for you that attitudes towards physical education and sport, *Studies in Physical Culture and Tourism*, 19(2), 99-104.
- Türkmen M., Adburrahimoğlu Y., Varol S., Gökdağ M. (2016). İslami İlimler Fakültesi Öğrencilerinin Spora Yönelik Tutumlarının İncelenmesi (Bartın Üniversitesi Örneği). *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi (UGEAD)*, Haziran, 2016; 2(1): 48-59.
- Uğurlu MF. Üniversite öğrencilerinin sportif faaliyetlere katılım düzeyi ile sosyal uyum ve iletişim becerilerinin incelenmesi: Adıyaman İli Örneği. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, 2012.
- Uluişik, V., M. Beyleroğlu vd. (2015). Ortaöğretim Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersine Yönelik Tutumlarının Sınıf ve Cinsiyet Değişkenlerine Göre İncelenmesi. *Uluslararası Multidisipliner Akademik Araştırmalar Dergisi*, 2(3), 45-53.
- Yager, Z. ve J.A. O'Dea (2014). Relationships Between Body Image, Nutritional Supplement Use, and Attitudes Towards Doping in Sport Among Adolescent Boys: Implications For Prevention Programs. *Journal of The International Society of Sports Nutrition*, Cilt 11, Sayı 1, 1-8.
- Yetim A. (2014). *Sosyoloji ve Spor*, Berikan Yayınevi, Ankara 2014

- Yıldırım D. A., Yıldırım, E., Ramazanoğlu, F., Uçar, Ü., Tuzcuoğulları, Ö. T., Demirel, E. T. (2006). Üniversite Öğrencilerinin Spora Bakış Açıları ve Spor Yapma Durumu, *Doğu Anadolu Araştırmaları*, 4(3), 49-53.
- Yıldız A.B., Arı Ç., Yılmaz B. (2017). Üniversite Öğrencilerinin Spora Yönelik Tutumlarının İncelenmesi (Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Örneği). *Muş Alparslan Üniversitesi Uluslararası Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 35-45.
- Zeng, H. Z., M. Hipscher ve R.W. Leung (2011). Attitudes of High School Students Toward Physical Education and Their Sport Activity Preferences. *Journal of Social Sciences*, Cilt 7, Sayı 4, 529.
- Zengin, S., M. Hekim ve H. Hekim (2016). Ortaokul ve Lise Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersine Yönelik Tutumlarının Cinsiyet ve Öğrenim Kademesi Değişkenine Göre İncelenmesi. *Journal of Human Sciences*, Cilt 13, Sayı 2, 3242-3251.

## Üniversite Öğrencilerinin Rekreasyon Fayda Düzeyleri ile Akademik Öz Yeterlikleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi


Recep AYHAN<sup>1</sup> 

Buğra AKAY<sup>1\*</sup> 

Mehmet ÖÇALAN<sup>1</sup> 

Rüstem ORHAN<sup>1</sup> 

<sup>1</sup>Kırıkkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, KIRIKKALE

 DOI: 10.31680/gaujss.1146884

### Orijinal Makale / Original Article

Geliş Tarihi / Received: 22.07.2022

Kabul Tarihi / Accepted: 15.08.2022

Yayın Tarihi / Published: 22.09.2022

### Öz

Bu çalışmanın amacı üniversite öğrencilerinin rekreasyon fayda düzeyleri ile akademik öz-yeterlikleri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırma ilişkisel tarama modeline göre yürütülmüştür. Araştırma grubu kolayda örnekleme yöntemi ile seçilen 356 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Verilerin analizinde betimsel istatistik, Cronbach Alpha iç tutarlık analizi, t-testi, ANOVA ve pearson korelasyon analizleri SPSS 26.0 paket programı kullanılarak yapılmıştır. Öğrencilerin cinsiyet değişkeni ile rekreasyon fayda ölçeği (RFÖ) ve alt boyutları arasında kadınların lehine anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Katılımcıların sınıf değişkenine göre akademik öz-yeterlik ölçeği (AÖÖ) "bilişsel uygulamalar" alt boyutu arasında 3. ve 4. Sınıfların lehine anlamlı farklılık bulunmuştur. Öğrencilerin not ortalaması ile RFÖ "bilişsel fayda" alt boyutu arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Katılımcıların not ortalamaları ile AÖÖ ve alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Öğrencilerin yaş değişkeni ile RFÖ arasında anlamlı farklılık tespit edilmezken; AÖÖ "sosyal statü" alt faktörü arasında düşük düzeyde ve pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin rekreasyon fayda ölçeği ile akademik öz-yeterlik ölçeğinden elde ettiği puan ortalamaları arasında orta düzeyde pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Sonuç olarak üniversite öğrencilerinin rekreatif faaliyetlere katılımı elde ettiği fiziksel, psikolojik ve sosyal faydalar, onların akademik öz-yeterlik algılarını olumlu yönde etkilediğini söyleyebiliriz.

**Anahtar Kelimeler:** Rekreasyon, Rekreasyon Fayda, Akademik Öz-Yeterlik, Üniversite Öğrencileri.

## Investigation of Recreation Benefit Levels and Academic Self-Efficacy of University Students

### Abstract

The aim of this study is to examine the relationship between the recreational benefit levels and academic self-efficacy of the university students. The research was carried out according to the relational screening model. The sample of the study consists of 356 university students selected by convenient sampling method. In the analysis of the data, descriptive statistics, Cronbach Alpha internal consistency analysis, t-test, ANOVA and pearson correlation analyzes were performed using SPSS 26.0 package program. While a significant difference was found between the gender variable of the students and the Recreation Benefit Scale (RBS) and its sub-dimensions in favor of female students. According to the class variable of the participants, a significant difference was found between the "cognitive practices" sub-dimension of academic self-efficacy scale (ASS) in favor of the 3rd and 4th grades. A significant difference was found between the students' grade point average and the RBS "cognitive benefit" sub-dimension. A significant difference was found between the grade averages of the participants and the RBS and all its sub-dimensions. While no significant difference was found between the students' age variable and RBS; A low-level and positive significant relationship was found between ASS "social status" sub-factor. It has been determined that there is a moderately positive and significant relationship between the academic self-efficacy scale and recreational benefit scale of university students. As a result, we can say that the physical, psychological and social benefits that university students gain by participating in recreational activities positively affect their academic self-efficacy levels.

**Keywords:** Recreation, Recreation Benefit, Academic Self-Efficacy, University Students.



## Giriş

Rekreasyon, serbest zaman diliminde öncelikle zevk ve memnuniyet için açık veya kapalı alanda, aktif veya pasif şekilde aktivitelere gönüllü olarak katılım sağlanmasıdır (Akyüz ve diğerleri, 2018). Rekreasyon, kişinin serbest zamanlarında gerçekleştirdiği ve devam ettirdiği deneyimler ve etkinlikler anlamına gelir; temel amacı deneyim ve izlenmeye yönelik faaliyetlerin verimli ve etkili bir şekilde gönüllü katılımları içeren faaliyetlerin bütünüdür (Ap, 1986; Paksoy ve diğerleri, 2016). Rekreasyonun faydası, bireylerin serbest zaman faaliyetleri esnasında deneyimledikleri olumlu etkiler olarak tanımlanmaktadır (Driver, 1990). Rekreasyon faaliyetlerinin birçok faydası olduğu söylenebilir. Bu bağlamda Hung (2012) Rekreasyon faaliyetlerinin faydalarını; fizyolojik, psikolojik ve sosyal faydalar olarak üç ana başlıkta otuz madde ile sınıflandırmıştır. Son yıllarda yaşanan hızlı gelişmeler bireyleri hareketsiz bir yaşam tarzına sürüklemiştir. Bireyler, günün önemli bölümünde sabit olarak çalışmakta, zamanının büyük bir bölümünü bilgisayar ve televizyon gibi teknolojik aletlerin önünde hızlı gıdalar tüketerek harcamakta ve sonuç olarak sedanter yaşama bağlı, obezite ve kronik hastalık riskini arttırmaktadır (Ayhan ve Öçalan, 2022). İnternet ve sosyal ağların insanlığı özellikle de gençlerimizi çepeçevre sarması, bağımlılıklara, yalnızlığa neden olmakta ve insanları tehdit etmektedir. Yaşadığımız çağda yalnızlık duygusu bireylerin sürekli olarak karşılaştığı bir durumdur. Bireylerin bu olumsuz durumlardan kaçınması veya atlatabilmesi (Siyahaş, 2020), sosyalleşmesi ve fiziksel-zihinsel sağlıklarını koruması açısından rekreasyon aktiviteleri önemlidir (Orhan ve diğerleri, 2021).

Kampüs rekreasyon programlarına öğrenci katılımı ve akademik başarı 1930'lara kadar uzanan birkaç on yıl boyunca incelenmiştir. Washke (1940) tarafından yapılan ilk araştırmalar kampüs içi sporlara katılıma odaklandı. O zamandan beri sayısız kampüs rekreasyon programları hayata geçirildi ve bu programlar öğrencilerin ilgisini çekmede başarılı oldu (örneğin grup egzersiz dersleri, su sporları programları, öğrenci sağlık programları) (Todd ve diğerleri, 2009). Rekreasyonel spor fırsatlarına katılan üniversite öğrencilerinin sağlık ve zindeliklerinde olumlu katkılarının yanında zaman yönetimi, akademik başarı performansları, sosyalleşme, iletişim, grup yönetimi gibi öğrenme çıktılarında da iyileşmeler olmuştur. Birden fazla etkinliklere sürekli olarak katılan öğrencilerde ise daha da fazla fayda sağlandığı gözlemlenmiştir (Forrester, 2014). Bir görevin başarılı bir şekilde sonuçlandırılmasında nelerin belirleyici olduğu özellikle eğitim ortamlarını inceleyen araştırmalarda sıklıkla ele alınmaktadır. Bu

belirleyicilerin ilk sıralarında da öz-yeterlik kavramı yer almaktadır. Öz-yeterlik, kişinin kendi yetkinliklerine duyduğu inanç olarak ifade edilmektedir. Öz-yeterlik kavramı genel bir ifadeyle kişinin verilen bir görevi ne derece başarılı şekilde tamamlayacağına dair inancına karşılık gelmektedir. Günümüzde öz-yeterliğe dayalı onlarca kavram bulunmaktadır. Örneğin, sosyal öz-yeterlik, bilgi okuryazarlığı, matematik, fen, internet, teknoloji, kariyer ve mesleki öz-yeterlik, öz-yeterlikten türetilen kavramlardır. Ayrıca akademik öz-yeterlik, Bandura'nın (1997) ortaya koyduğu öz-yeterlikten türetilen bir başka kavramdır. Öz-saygı, öz-yeterlik kavramına çok benzer olmasına rağmen, öz-saygı, bireyin kendi değerine ilişkin duygusal değerlendirmesini içerir. Buna karşılık öz-yeterlik, bir bireyin bir hedefe ulaşmak için kendi yeteneğinin değerlendirmesini veya bunu yapmak için kendine olan inancını içerir. Örneğin, akademik bir durumda, öz-yeterlik algısı yüksek öğrencilerin öğrenme motivasyonunun daha yüksek olduğu ve daha yüksek akademik başarı ile sonuçlandığı varsayılabilir. Çünkü bu öğrenciler hedeflerine ulaşma yeteneğine sahip olduklarına inanırlar (Yokoyama, 2019). Öz-yeterliğin cinsiyet, yaş ve dersin alanından etkilendiği bilinmektedir. Huang (2012)' in konu ile alakalı yapmış olduğu meta-analizde, katılımcıların akademik öz-yeterlik algıları ile cinsiyet, yaş ve ayrıca matematik ve sosyal bilimler gibi alanlar arasında farklılık gösterdiğini bildirmiştir. Aynı zamanda akademik öz-yeterliliğin öğrencilerin akademik başarıları üzerinde olumlu etkisi olduğu bilinmektedir (Bhati, Baral ve Meher, 2022). İlgili alanyazın incelendiğinde, farklı eğitim kademelerindeki öğrencilerin öz-yeterlikleri ile akademik başarıları arasındaki ilişkiyi inceleyen birçok araştırma göze çarpmaktadır. Ancak yapılan alanyazın taraması sonucunda üniversite öğrencilerinin rekreasyon faaliyetlerine katılımdaki fayda düzeyleri ile akademik öz-yeterlikleri arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmaya rastlanmamıştır. Bu kapsamda çalışmanın alanyazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinin rekreasyon fayda düzeyleri ile akademik öz-yeterlik algıları arasındaki ilişkinin incelenmesi; rekreasyon fayda düzeyi ile akademik öz-yeterlik inançlarının cinsiyete, sınıf düzeyine, not ortalamasına ve yaşa göre farklılaşma ve ilişki durumlarının belirlenmesi amaçlanmıştır.

## Yöntem

### Araştırmanın Modeli

Bu araştırma ilişkisel tarama modeline göre yürütülmüştür. İlişkisel tarama modeli iki ya da daha fazla değişkenin birlikte değişiminin incelendiği bir araştırma türüdür (Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demiral, 2018). Araştırma 2021-2022 eğitim-öğretim yılında gerçekleştirilmiştir. Çalışmanın etik ilkelere uygulduğu Kırıkkale Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu'nun 22.04.2022-04 sayılı kararıyla onaylanmıştır.

### Araştırma Grubu

Araştırma grubu kolayda örnekleme yöntemi ile seçilen,  $21,5 \pm 2,22$  yaş ortalaması sahip, 356 (168 kadın, 188 erkek) spor bilimleri fakültesi öğrencilerinden oluşmaktadır. Katılımcıların demografik bilgileri Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Bilgileri (n=356)

| Değişkenler                    | Grup            | N   | %    |
|--------------------------------|-----------------|-----|------|
| Cinsiyet                       | Kadın           | 168 | 47,2 |
|                                | Erkek           | 188 | 52,8 |
| Sınıf                          | 1.Sınıf         | 77  | 21,6 |
|                                | 2.Sınıf         | 125 | 35,1 |
|                                | 3.Sınıf         | 92  | 25,9 |
|                                | 4.Sınıf         | 62  | 17,4 |
| Genel Ağırlıklı Not Ortalaması | 2.00'den az     | 14  | 3,9  |
|                                | 2.00-2.50 arası | 55  | 15,4 |
|                                | 2.51-3.00 arası | 101 | 28,4 |
|                                | 3.01-3.50 arası | 158 | 44,4 |
|                                | 3.51-4.00 arası | 28  | 7,9  |

### Verilerin Toplanması

Veri toplama araçları 3 bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümünde, cinsiyet, sınıf, genel ağırlıklı not ortalaması ve yaş değişkenlerinin yer aldığı kişisel bilgi formu; diğer iki bölümde ise "Rekreasyon Fayda Ölçeği" ve "Akademik Öz-Yeterlik Ölçeği" yer almaktadır.

Rekreasyonel fayda düzeylerini ölçmek amacıyla Ho (2008) tarafından hazırlanan ve geliştirilen Türkçe uyumu, geçerlik ve güvenirliği Akgül, Ertüzün ve Karaküçük (2018) tarafından gerçekleştirilen "Rekreasyon Fayda Ölçeği (The Leisure Benefits Scale)" uygulanmıştır. Rekreasyon Fayda Ölçeği 5'li Likert tipi bir ölçek olup, 24 madde ve 3 faktörden oluşmaktadır. Derecelendirme "Hiç katılmıyorum=1, Tamamen katılıyorum=5" olarak yapılmaktadır. Ölçeğin Cronbach Alpha değeri 0.83 olup üç alt boyut için ise iç tutarlılık katsayıları 0.80-0.86 arasında değişmektedir.

Anketin son bölümünde “Akademik Öz-Yeterlik Ölçeği (Academic Self Efficacy)” kullanılmıştır. Bu ölçek Owen ve Froman tarafından (1988) hazırlanmıştır. Ekici tarafından (2012) ise geçerlilik ve güvenilirliği yapılmıştır. Yapılan Faktör Analizinde toplam varyansın %45,8’ ini açıklayan 33 madde ve 3 alt boyuttan (Sosyal statü alt boyutu, bilişsel uygulamalar alt boyutu ve teknik beceriler alt boyutu) oluşan ölçme aracı elde edilmiştir. Ölçek 5’li Likert tipindedir. Derecelendirme “Oldukça Az=1, Çok Fazla=5” şeklinde yapılmaktadır. Ölçeğin geneli için Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı 0,86 olarak hesaplanmıştır.

### Verilerin Analizi

Verilerin normalliği belirlemeye yönelik basıklık ve çarpıklık değerleri incelenmiştir. Normallik varsayımı için basıklık ve çarpıklık değerlerinin  $\pm 2$  aralığında olması önerilmektedir (George ve Mallery, 2003). Araştırmada kullanılan ölçeklerin basıklık ve çarpıklık değerleri incelendiğinde normal dağılım sergilediği görülmektedir (Tablo 2). Verilerin analizinde t-Testi, ANOVA, pearson korelasyon analizleri yapılmıştır. Ölçeklerin güvenilirliğini belirlemek için Cronbach's Alpha analizi uygulanmıştır.

**Tablo 2.** RFÖ ve AÖÖ Ölçeği Güvenirlik ve Normallik Değer Tablosu

| Ölçekler | Madde Sayısı | N   | $\bar{X}$ | SD   | Çarpıklık | Basıklık | Cronbach's Alpha |
|----------|--------------|-----|-----------|------|-----------|----------|------------------|
| RFÖ      | 24           | 356 | 4.02      | 0.90 | -1.325    | 1.633    | 0.97             |
| AÖÖ      | 33           | 356 | 3.22      | 0.78 | 0.94      | -0.382   | 0.95             |

Tablo 2’ye göre ölçek değer tablosu incelendiğinde, RFÖ puan ortalaması 4.02; standart sapması 0.90 olduğu görülmektedir. Ölçme aracının çarpıklık (-1.325) ve basıklık (1.633) değerleri incelendiğinde, normallik varsayımını sağladığı söylenebilir. Ölçeğin (24 madde) iç tutarlık katsayısı 0.97 hesaplanmıştır. AÖÖ puan ortalaması 3.22; standart sapması 0.78 olarak bulunmuştur. AÖÖ çarpıklık (0.94) ve basıklık (-0.382) değerleri incelendiğinde, normallik varsayımını sağladığı görülmektedir. Ölçeğin (33 madde) iç tutarlık katsayısı 0.95 olarak bulunmuştur.

### Bulgular

Araştırmanın bu bölümünde elde edilen bulgulara ve yorumlara sırasıyla yer verilmiştir.

**Tablo 3.** Cinsiyete yönelik RFÖ ve AÖÖ t-testi sonuçları

| Alt Boyutlar         | Cinsiyet | N   | $\bar{X}$ | SD   | t     | P     |
|----------------------|----------|-----|-----------|------|-------|-------|
| Fiziksel Fayda       | Kadın    | 168 | 4.17      | .76  | 2.629 | .009* |
|                      | Erkek    | 188 | 3.92      | 1.02 |       |       |
| Psikolojik Fayda     | Kadın    | 168 | 4.16      | .79  | 2.595 | .010* |
|                      | Erkek    | 188 | 3.91      | 1.00 |       |       |
| Sosyal Fayda         | Kadın    | 168 | 4.13      | .79  | 2.352 | .019* |
|                      | Erkek    | 188 | 3.90      | 1.04 |       |       |
| RFÖ (Toplam)         | Kadın    | 168 | 4.15      | .76  | 2.585 | .010* |
|                      | Erkek    | 188 | 3.91      | .99  |       |       |
| Sosyal Statü         | Kadın    | 168 | 3.14      | .76  | -.765 | .445  |
|                      | Erkek    | 188 | 3.20      | .82  |       |       |
| Bilişsel Uygulamalar | Kadın    | 168 | 3.32      | .78  | 1.338 | .182  |
|                      | Erkek    | 188 | 3.20      | .83  |       |       |
| Teknik Beceriler     | Kadın    | 168 | 3.17      | .93  | -.348 | .728  |
|                      | Erkek    | 188 | 3.21      | .99  |       |       |
| AÖÖ (Toplam)         | Kadın    | 168 | 3.24      | .75  | .505  | .614  |
|                      | Erkek    | 188 | 3.20      | .81  |       |       |

\*p<0.05

Tablo 3’de cinsiyetin RFÖ üzerindeki etkisini incelemeye yönelik yapılan t-testi sonucunda; cinsiyet değişkeni ile RFÖ ( $t_{(356)}=2.585$ ;  $p<0.05$ ) ve “Fiziksel” ( $t_{(356)}=2.629$ ;  $p<0.05$ ), “Psikolojik” ( $t_{(356)}=2.595$ ;  $p<0.05$ ), “Sosyal” ( $t_{(356)}=2.352$ ;  $p<0.05$ ) fayda alt boyutları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Katılımcıların cinsiyet değişkeni ile AÖÖ arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

**Tablo 4.** Sınıf değişkenine göre RFÖ ve AÖÖ ANOVA sonuçları

| Alt Boyutlar         | Fakülte      | $\bar{X}$ | N   | F     | P     | Anlamlı Fark. |
|----------------------|--------------|-----------|-----|-------|-------|---------------|
| Fiziksel Fayda       | 1. sınıf (1) | 3.93      | 77  | .607  | .601  |               |
|                      | 2. sınıf (2) | 4.10      | 125 |       |       |               |
|                      | 3. sınıf (3) | 4.09      | 92  |       |       |               |
|                      | 4. sınıf (4) | 4.02      | 62  |       |       |               |
| Psikolojik Fayda     | 1. sınıf     | 3.94      | 77  | .415  | .743  |               |
|                      | 2. sınıf     | 4.08      | 125 |       |       |               |
|                      | 3. sınıf     | 4.00      | 92  |       |       |               |
|                      | 4. sınıf     | 4.07      | 62  |       |       |               |
| Sosyal Fayda         | 1. sınıf     | 3.91      | 77  | .720  | .540  |               |
|                      | 2. sınıf     | 4.05      | 125 |       |       |               |
|                      | 3. sınıf     | 3.96      | 92  |       |       |               |
|                      | 4. sınıf     | 4.12      | 62  |       |       |               |
| RFÖ (Toplam)         | 1. sınıf     | 3.92      | 77  | .586  | .625  |               |
|                      | 2. sınıf     | 4.07      | 125 |       |       |               |
|                      | 3. sınıf     | 3.99      | 92  |       |       |               |
|                      | 4. sınıf     | 4.09      | 62  |       |       |               |
| Sosyal Statü         | 1. sınıf     | 3.03      | 77  | 2.379 | .070  |               |
|                      | 2. sınıf     | 3.14      | 125 |       |       |               |
|                      | 3. sınıf     | 3.16      | 92  |       |       |               |
|                      | 4. sınıf     | 3.40      | 62  |       |       |               |
| Bilişsel Uygulamalar | 1. sınıf     | 3.04      | 77  | 2.953 | .033* | 1<3, 4        |
|                      | 2. sınıf     | 3.26      | 125 |       |       |               |
|                      | 3. sınıf     | 3.30      | 92  |       |       |               |
|                      | 4. sınıf     | 3.44      | 62  |       |       |               |

|                         |          |      |     |       |      |
|-------------------------|----------|------|-----|-------|------|
| <b>Teknik Beceriler</b> | 1. sınıf | 3.08 | 77  | .752  | .522 |
|                         | 2. sınıf | 3,20 | 125 |       |      |
|                         | 3. sınıf | 3.18 | 92  |       |      |
|                         | 4. sınıf | 3.33 | 62  |       |      |
| <b>AÖÖ (Toplam)</b>     | 1. sınıf | 3.05 | 77  | 2.488 | .060 |
|                         | 2. sınıf | 3.22 | 125 |       |      |
|                         | 3. sınıf | 3.24 | 92  |       |      |
|                         | 4. sınıf | 3.41 | 62  |       |      |

\*p<0.05

Katılımcıların sınıf değişkenine yönelik yapılan ANOVA testi sonucunda; sınıf değişkeni ile RFÖ arasında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Diğer bir ifadeyle sınıf değişkeninin, öğrencilerin rekreatif etkinliklere katılım sonucunda elde ettiği fayda düzeyleri üzerinde anlamlı etkisinin olmadığı görülmüştür. Katılımcıların sınıf değişkeni ile AÖÖ arasında anlamlı farklılık tespit edilmezken “bilişsel” (F(352)=2.953, p<0.05) alt faktöründe anlamlı farklılık tespit edilmiştir. 3. ve 4. sınıf öğrencilerinin bilişsel akademik öz-yeterlik algısı, 1. sınıf öğrencilerine göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur.

**Tablo 5.** Not ortalamasına göre RFÖ ve AÖÖ ANOVA sonuçları

| Alt Boyutlar                | Not Ortalaması      | $\bar{X}$ | N   | F     | P     | Anlamlı Fark.       |
|-----------------------------|---------------------|-----------|-----|-------|-------|---------------------|
| <b>Fiziksel Fayda</b>       | 2.00'den az (1)     | 3.96      | 14  | 2.298 | .059  |                     |
|                             | 2.00-2.50 arası (2) | 3.83      | 55  |       |       |                     |
|                             | 2.51-3.00 arası (3) | 3.95      | 101 |       |       |                     |
|                             | 3.01-3.50 arası (4) | 4.12      | 158 |       |       |                     |
|                             | 3.51-4.00 arası (5) | 4.38      | 28  |       |       |                     |
| <b>Psikolojik Fayda</b>     | 2.00'den az         | 3.94      | 14  | 2.779 | .027* | 2<4, 5<br>3<5       |
|                             | 2.00-2.50 arası     | 3.74      | 55  |       |       |                     |
|                             | 2.51-3.00 arası     | 4.00      | 101 |       |       |                     |
|                             | 3.01-3.50 arası     | 4.08      | 158 |       |       |                     |
|                             | 3.51-4.00 arası     | 4.41      | 28  |       |       |                     |
| <b>Sosyal Fayda</b>         | 2.00'den az         | 3.95      | 14  | 1.715 | .146  |                     |
|                             | 2.00-2.50 arası     | 3.85      | 55  |       |       |                     |
|                             | 2.51-3.00 arası     | 3.96      | 101 |       |       |                     |
|                             | 3.01-3.50 arası     | 4.03      | 158 |       |       |                     |
|                             | 3.51-4.00 arası     | 4.40      | 28  |       |       |                     |
| <b>RFÖ</b>                  | 2.00'den az         | 3.95      | 14  | 2.260 | .062  |                     |
|                             | 2.00-2.50 arası     | 3.81      | 55  |       |       |                     |
|                             | 2.51-3.00 arası     | 3.97      | 101 |       |       |                     |
|                             | 3.01-3.50 arası     | 4.07      | 158 |       |       |                     |
|                             | 3.51-4.00 arası     | 4.40      | 28  |       |       |                     |
| <b>Sosyal Statü</b>         | 2.00'den az         | 2.93      | 14  | 3.904 | .004* | 1, 2, 3, 4<5        |
|                             | 2.00-2.50 arası     | 3.00      | 55  |       |       |                     |
|                             | 2.51-3.00 arası     | 3.08      | 101 |       |       |                     |
|                             | 3.01-3.50 arası     | 3.23      | 158 |       |       |                     |
|                             | 3.51-4.00 arası     | 3.63      | 28  |       |       |                     |
| <b>Bilişsel Uygulamalar</b> | 2.00'den az         | 2.75      | 14  | 9.923 | .000* | 1, 2, 3<4, 5<br>4<5 |
|                             | 2.00-2.50 arası     | 2.94      | 55  |       |       |                     |
|                             | 2.51-3.00 arası     | 3.11      | 101 |       |       |                     |
|                             | 3.01-3.50 arası     | 3.40      | 158 |       |       |                     |
|                             | 3.51-4.00 arası     | 3.82      | 28  |       |       |                     |
| <b>Teknik Beceriler</b>     | 2.00'den az         | 2.69      | 14  | 4.737 | .001* | 1, 2, 3<4, 5        |

|     |                 |      |     |       |       |                     |
|-----|-----------------|------|-----|-------|-------|---------------------|
|     | 2.00-2.50 arası | 2.92 | 55  |       |       |                     |
|     | 2.51-3.00 arası | 3.06 | 101 |       |       |                     |
|     | 3.01-3.50 arası | 3.34 | 158 |       |       |                     |
|     | 3.51-4.00 arası | 3.58 | 28  |       |       |                     |
| AÖÖ | 2.00'den az     | 2.80 | 14  | 7.673 | .000* | 1, 2, 3<4, 5<br>4<5 |
|     | 2.00-2.50 arası | 2.96 | 55  |       |       |                     |
|     | 2.51-3.00 arası | 3.09 | 101 |       |       |                     |
|     | 3.01-3.50 arası | 3.34 | 158 |       |       |                     |
|     | 3.51-4.00 arası | 3.73 | 28  |       |       |                     |

\*p<0.05

Katılımcıların not ortalaması değişkenine yönelik yapılan ANOVA testi sonucunda; öğrencilerin not ortalamaları ile RFÖ “psikolojik fayda” alt boyutu arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ( $F_{(352)}=2.779$ ,  $p<0.05$ ). Not ortalaması “3.01-3.50” ile “3.51-4.00” arasında olan öğrencilerin “psikolojik fayda” alt boyutundaki toplam puanları, not ortalaması “2.00-2.50” arasında olan öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur. Katılımcıların not ortalamaları ile AÖÖ ( $F_{(352)}=7.673$ ,  $p<0.05$ ) ve “sosyal statü” ( $F_{(352)}=3.904$ ,  $p<0.05$ ), “bilişsel uygulamalar” ( $F_{(352)}=9.923$ ,  $p<0.05$ ), “teknik beceriler” ( $F_{(352)}=4.737$ ,  $p<0.05$ ) alt faktörleri arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. AÖÖ toplam puanlarındaki bu farklılık not ortalaması 3.01 ile 4.00 arasında olan öğrencilerin lehine olduğu bulunmuştur. Üniversite öğrencilerin not ortalamalarının artması ölçek genelinde ve tüm alt boyutlarda akademik öz-yeterlik algılarını anlamlı olarak arttırdığı görülmektedir.

**Tablo 6.** Yaş değişkeni, RFÖ ve AÖÖ arasındaki korelasyon tablosu

|     | Yaş   | F1     | F2     | F3     | F4     | F5     | F6     | F7     | F8 |
|-----|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|----|
| Yaş | 1     |        |        |        |        |        |        |        |    |
| F1  | .005  | 1      |        |        |        |        |        |        |    |
| F2  | -.019 | .962** | 1      |        |        |        |        |        |    |
| F3  | .013  | .980** | .929** | 1      |        |        |        |        |    |
| F4  | .017  | .973** | .893** | .932** | 1      |        |        |        |    |
| F5  | .092  | .326** | .289** | .317** | .338** | 1      |        |        |    |
| F6  | .112* | .310** | .269** | .299** | .299** | .936** | 1      |        |    |
| F7  | .090  | .320** | .290** | .313** | .326** | .982** | .866** | 1      |    |
| F8  | .028  | .275** | .232** | .267** | .295** | .881** | .782** | .832** | 1  |

(\*p<0.05) (\*p<0.05) F1= RFÖ, F2=Fiziksel Fayda, F3=Psikolojik Fayda, F4=Sosyal Fayda, F5= AÖÖ, F6= Sosyal Statü, F7= Bilişsel Uygulamalar, F8= Teknik beceriler.

Tablo 6’da üniversite öğrencilerinin yaş değişkeni, RFÖ ve AÖÖ arasındaki ilişkiyi incelemek için korelasyon analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda yaş değişkeni ile RFÖ ve alt boyutları arasında anlamlı ilişki tespit edilmezken; yaş değişkeni ile AÖÖ “sosyal statü” alt boyutu arasında düşük düzeyde ve pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ( $r=.112$ ,  $p<0.05$ ). RFÖ ile AÖÖ arasında pozitif yönlü orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $r=.326$ ,  $p<0.05$ ).

## Tartışma ve Sonuç

Çalışmanın sonuçlarına göre; cinsiyetin rekreasyon fayda düzeyleri üzerindeki etkisini incelemeye yönelik yapılan t-testinde, cinsiyet değişkeni ile rekreasyon fayda ölçeği ve fiziksel, psikolojik, sosyal fayda alt boyutları arasında kadınların lehine anlamlı farklılık bulunmuştur. Çalışmamızın aksine Bülbül, Ölçücü ve Akyol'un (2021) spor elemanları ile yaptığı bir araştırmada; RFÖ ile cinsiyet arasında anlamlı bir fark bulunmazken, erkeklerin rekreasyon fayda düzeyleri kadınlardan anlamlı olmasa da yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ertüzün, Hadi ve Fidan (2020) spor merkezlerine üye olan bireyler ile yaptığı çalışmasında, cinsiyet değişkenine göre rekreasyon fayda düzeyi arasında anlamlı farklılık tespit etmemiştir. Karaküçük, Durhan, Akgül, Aksın ve Özdemir (2019) katılımcıların cinsiyet değişkenine göre rekreasyon fayda düzeyleri arasında anlamlı farklılık olmadığını bulmuştur. Chen, Cheng ve Lin (2013) öğretmenler üzerine yaptığı çalışmada, erkek öğretmenlerin rekreasyon fayda düzeylerinin kadın öğretmenlerden anlamlı düzeyde yüksek olduğunu tespit etmiştir. Araştırma bulgularımızla örtüşen şekilde Philipp (1997) Avrupalı ve Afrikalı Amerikalılar üzerine yaptığı çalışmasında, Avrupalı Amerikan kadınların rekreasyon faaliyetlerine yönelik fiziksel ve sosyal fayda düzeylerini erkeklerden yüksek olduğunu tespit etmiştir. Kocaer (2019) kadın katılımcıların rekreasyon fayda düzeylerini erkeklerden anlamlı olmasa da yüksek bulmuştur. Kocaer bu durumun sebebini kadınların sağlıklı olma, zayıflama ya da formunu koruma amacı ile yapılan faaliyetlere daha fazla katılım sağlamasına bağlamıştır. Çalışmamızın sonucunda kadınların rekreasyon faaliyetlerine katılımındaki psikolojik faydalar erkeklerden anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur. Literatürde cinsiyetin psikolojik iyi olma durumuna etkisi incelendiğinde; kadınların psikolojik iyi olma durumlarının daha iyi seviyede olduğu görülmektedir (Eşigül, 2013; Girgin, 2018; Ayhan, 2020). Bu durum kadınların rekreatif etkinliklere katılım sonucunda elde ettiği psikolojik faydaların anlamlı düzeyde yüksek olmasının sebebi olarak açıklanabilir.

Çalışmamızda katılımcıların cinsiyet değişkeni ile AÖÖ arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Cinsiyetin, üniversite öğrencilerinin akademik öz-yeterlik algısına anlamlı etkisinin olmadığı görülmektedir. Buna mukabil Koç ve Arslan (2017) ve Yaşartürk (2019) kadınların akademik öz-yeterlik algılarını, erkeklerden anlamlı düzeyde yüksek bulmuştur. Küçükkaya Özdemir ve Kahyaoğlu Süt (2022) hemşirelik



öğrencileriyle yaptıkları bir araştırmada, kız öğrencilerin akademik öz-yeterliklerinin erkeklerden anlamlı düzeyde fazla olduğu bulunmuştur. İtalya'nın merkezinde büyük üniversitelerin hemşirelik programında öğrenim gören öğrencilerle yapılan bir araştırmada araştırmamızın aksine erkek katılımcıların akademik öz-yeterliklerinin kız öğrencilerden anlamlı düzeyde fazla olduğu görülmektedir (Bulfone ve diğerleri, 2021). Çalışmamızda bilişsel uygulamalar alt boyutunda kadınların puan ortalamaları erkeklerden yüksek olduğu tespit edilmiştir. Öz-yeterlik algısı toplumun o alanla ilgili cinsiyete yönelik bakış açısından etkilenebilmektedir. Örneğin araştırmacılar, matematik, fen ve teknoloji gibi alanların erkek alanı olarak algılandığını gözlemişlerdir (Eisenberg, Martin ve Fabes, 1996). Yazma ise öğrenciler tarafından kadın alanı olarak algılanmakta ve öğrenciler bu alanlarla ilgili başarıyı cinsiyetleri ile ilişkili bir zorunluluk olarak görmektedir (Schunk ve Pajares, 2001). Bu durum onların öz-yeterlik algılarını etkilemektedir. Fakat akademik öz-yeterlik ile ilgili alanyazın incelemesi sonucunda birçok araştırmamızın bulguları çalışmamızı desteklemektedir (Çuhadar, Gündüz ve Tanyeri, 2013; Tunca ve Alkın-Şahin, 2014; Oğuz, 2012; Choi, 2005).

Katılımcıların sınıf değişkenine yönelik yapılan ANOVA testi sonucunda; sınıf değişkeni ile RFÖ arasında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Diğer bir ifadeyle sınıf düzeyinin, öğrencilerin rekreatif etkinliklere katılım sonucunda elde ettiği faydalar üzerinde anlamlı etkisinin olmadığı görülmüştür. Üstün ve Üstün'ün (2020) Üniversite öğrencileri ile yaptığı bir araştırmada, çalışmamıza benzer şekilde öğrencilerin Rekreasyon Fayda Farkındalık düzeylerinin sınıf değişkenine göre anlamlı bir fark oluşturmadığı görülmüştür. Konu ile ilgili yapılan çalışmalar araştırma bulgularımızı desteklemektedir.

Katılımcıların sınıf değişkeni ile AÖÖ arasında anlamlı farklılık tespit edilmezken "bilişsel" alt faktöründe anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Bilişsel akademik öz-yeterlik algısı, 3. ve 4. sınıf öğrencilerinin 1. sınıf öğrencilerine göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur. Necmettin Erbakan Üniversitesi Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi 18 ayrı bölümde öğrenimine devam eden öğrencilerle yapılan bir araştırmada çalışmamıza benzer şekilde sınıf değişkenine göre akademik öz-yeterliğin değişiklik gösterebileceği görülmüştür (Korucu ve Çınar, 2017). Yalmancı ve Aydın (2014) öğretmen adaylarıyla yaptığı çalışmada; 3. ve 4. sınıfların akademik öz-yeterlik algılarını 1. ve 2. sınıf öğrencilerinden anlamlı ölçüde yüksek bulmuştur. Benzer şekilde Akyürek (2020) çalışmasında, 4. Sınıf öğretmen adaylarının akademik öz-

yeterlik algılarını 1. ve 2. sınıf öğretmen adaylarından anlamlı düzeyde daha yüksek olduğunu tespit etmiştir. Üniversite öğrencileri ile ilgili yapılan çalışma sonuçları araştırmamızın sonuçları ile paralellik göstermektedir. Diğer bir ifade ile üniversite örneklemini ile yapılan çalışmalarda sınıf düzeyinin artması üniversite öğrencilerin öz-yeterlik algıları artmaktadır. Bu durumun sebebi olarak öğrencilerin eğitim yaşantılarının artması akademik öz-yeterlik algılarını arttırdığı söylenebilir. Schunk ve Pajares (2001) okulun öğrencilere bazı beceriler kazandırdığını ve sınıf ilerlemesi ile birlikte bu becerilerinde arttığını, bununla birlikte öz-yeterlik algılarının da artacağını belirtmiştir.

Katılımcıların not ortalaması değişkenine yönelik yapılan ANOVA testi sonucunda; öğrencilerin not ortalamaları ile RFÖ “psikolojik fayda” alt boyutu arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Not ortalaması “3.01-3.50” ile “3.51-4.00” arasında olan öğrencilerin “psikolojik fayda” alt boyutundaki toplam puanları not ortalaması “2.00-2.50” arasında olan öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur. Yalçınkaya (2019) spor bilimleri öğrencileri ile yaptığı bir araştırmada ise; öğrencilerin not ortalamalarının yalnızca psikolojik fayda alt boyutunda değil diğer alt boyutlarda da anlamlı farklılıklar oluşturduğu sonucuna varılmıştır. Çalışmamızda not ortalaması yüksek öğrencilerin rekreasyon fayda ölçeği ve tüm alt boyutlarında puan ortalamaları not ortalaması düşük olan öğrencilere göre yüksek olduğu tespit edilmiştir. Rekreasyon etkinlikleri ile ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde; akademik başarısı yüksek olan öğrencilerin boş zaman engelleri ile başa çıkmada daha başarılı olduğu (Öz, Yazıcı, Kayalar ve Yıldızhan, 2019), boş zamanı değerlendirilmenin ise akademik başarıyı arttırdığı (Akyüz ve Türkmen, 2016) belirtilmektedir. Dolayısıyla öğrencilerin akademik alandaki başarısı, onların rekreasyon etkinliklere katılımı ile birlikte elde ettiği fiziksel, sosyal ve psikolojik fayda düzeylerini de arttırmış olabilir.

Katılımcıların not ortalamaları ile AÖÖ ve sosyal statü, bilişsel uygulamalar, teknik beceriler alt boyutları arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. AÖÖ toplam puanlarındaki bu farklılık not ortalaması 3.01 ile 4.00 arasında olan öğrencilerin lehine olduğu tespit edilmiştir. Üniversite öğrencilerin not ortalamalarının artması ölçek genelinde ve tüm alt boyutlarda akademik öz-yeterlik algılarını anlamlı olarak arttırdığı görülmektedir. Çalışmamızın bulgularıyla örtüşen şekilde Turgut (2013) lisans öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada; öğrencilerin akademik performanslarının, akademik öz-yeterlik puanları üzerinde anlamlı etkisinin olduğunu tespit etmiştir.

Eroğlu ve Yıldırım (2018) beden eğitimi öğretmen adaylarının akademik öz-yeterlik algılarını incelendiği bir çalışmada, araştırmamıza benzer nitelikte öğrencilerin not ortalamalarının artmasıyla akademik başarılarının da arttığı görülmektedir. Eroğlu, Yıldırım ve Şahan (2017) çalışmada, not ortalaması yüksek olan öğrencilerin akademik öz-yeterlik algılarını anlamlı düzeyde yüksek olduğunu bulmuştur. Özetle çalışmalar akademik öz-yeterliği yüksek olan kişilerin akademik başarılarının da olacağını göstermiştir (Yokoyama, 2019; Honicke ve Broadbent, 2016; Lent, Brown ve Larkin, 1986).

Üniversite öğrencilerinin yaş değişkeni ile RFÖ ve AÖÖ arasındaki ilişkiyi incelemek için korelasyon analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda yaş değişkeni ile RFÖ ve alt boyutları arasında anlamlı ilişki tespit edilmezken; yaş değişkeni ile AÖÖ “sosyal statü” alt boyutu arasında düşük düzeyde ve pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Benzer şekilde Güldür ve Yaşartürk (2020) yaptığı araştırmada RFÖ toplam puan ortalamaları ve alt boyutları arasında anlamlı ilişki tespit etmemiştir. Tekeli (2017) öğretmen adaylarının yaş değişkeni ile AÖÖ “sosyal statü” alt faktörü arasında anlamlı farklılık tespit etmiştir. Araştırmada yaşı büyük olanların sosyal statü düzeyleri daha iyi seviyede olduğu sonucuna varılmıştır. Ceylan (2011) yaş unsurunun toplumsal statü için önemli bir ölçüt olduğunu ifade etmiştir. Yaşın sosyal statü üzerindeki etkisi topluma göre farklılık gösterebilmektedir. Örneğin Japonya’da yaşlılara hürmet edilmekte, bilgi birikimi ve tecrübelerinden faydalanılmakta ve sosyal statülerinin gençlere göre daha yüksek olduğu gözlenmekteyken, İngiltere’de yaşlılar değersiz, tuhaf ve güçsüz kişiler olarak görülmektedir (Uyanık, 2017). Araştırma sonuçlarımız da yaşın sosyal statü üzerinde olumlu etkisinin olduğunu göstermekte ve konu ile ilgili araştırma sonuçlarımız alanyazın ile örtüşmektedir.

RFÖ ile AÖÖ arasında yapılan korelasyon analizinde pozitif yönlü orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Sonuç olarak üniversite öğrencilerinin rekreasyon etkinliklere katılımı ile elde ettiği fayda düzeyleri arttıkça onların akademik öz-yeterlik algılarını da arttığı söylenebilir. Aslan ve Karaküçük (1997) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada; öğrencilerin, %86,4’ü rekreasyonun akademik başarıyı arttırdığını düşündüklerini ifade etmiştir. Serbest zaman tatmini öğrencilerin akademik başarılarına olumlu etkisinin olduğunu gibi (Karoğlu ve Atasoy, 2018) öğretmenlerin de mesleki öz-yeterlik inançlarını arttırmaktadır (Akay, 2021). Eccles, Barber, Stone ve Hunt (2003) serbest zaman etkinliklerinin öğrencilerin okul başarılarını ve okula gelme

sıklıklarını arttırdığını ifade etmiştir (Marsh ve Kleitman, 2002). Yaşartürk, Akay ve Ayhan (2021) çalışmasında, üniversite öğrencilerinin serbest zaman etkinliklerine yönelik olumlu tutumlarının sınav kaygısını azalttığını belirtmiştir. Mahoney (2000) yaptığı boylamsal çalışmada okul dışı etkinliklere katılan yüksek riskli kız ve erkek çocukların okulu bırakma ve cezai tutuklanma oranlarında azalma olduğunu gözlemlemiştir. Öğrenciler, bu etkinliklerle birlikte okulda kullanabilecekleri becerilerini geliştirirler, diğer insanlarla sosyal ilişkiler kurarlar ve zor görevlerin üstesinden gelirler (Eccles ve diğerleri, 2003). Alanyazın doğrultusunda rekreasyon etkinliklerine katılımı edinilen faydalar, öğrencilerin akademik başarısının artmasını ve bu konudaki yeterlik algısının gelişmesine katkı sağlayacaktır. Araştırma sonuçlarımız; rekreasyon etkinliklerinin, akademik öz-yeterlik ve akademik başarı durumu inceleyen araştırma bulguları ile benzerlik göstermektedir.

### **Kaynaklar**

- Akay, B. (2021). Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin serbest zaman doyumunu ile öz yeterlik inançları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın.
- Akgül, B., Ertüzün, E. ve Karaküçük, S. (2018). Leisure benefit scale: a study of validity and reliability. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 23(1), 25-34.
- Akyürek, M. İ. (2020). Öğretmen adaylarında akademik öz-yeterlik ve akademik güdülenme ilişkisi: Hacettepe Üniversitesi örneği. *Medeniyet Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 4(2), 101-115.
- Akyüz, H. ve Türkmen, M. (2016). Üniversite öğrencilerinin boş zaman faaliyetlerine yönelik tutumlarının incelenmesi: Bartın üniversitesi örneği. *International Journal of Sport Culture and Science*, 4(1), 340-357.
- Akyüz, H., Yaşartürk, F., Karataş, İ., Türkmen, M. ve Zorba, E. (2018). Rekreasyon bölümünde öğrenim gören öğrencilerin serbest zaman motivasyonlarının mutluluk düzeyi üzerine etkisi. *Journal of Human Sciences*, 15(2), 1086-1096. doi:10.14687/jhs.v15i2.5355.
- Ap, J.(1986) Recreation trends and implications for government. In R. Castle, D. Lewis & J. Mangan (eds) *Work, Leisure and Technology*. Melbourne, Longman Cheshire,167-83.

- Aslan, S. ve Karaküçük, S. (1997). Devlet yurtlarında kalan bayan öğrencilerin rekreasyonel sorunları.(Ankara Örneği). *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2(3), 51-71.
- Ayhan, A. S. (2020). Üniversite öğrencilerinde öz anlayış ve bağlanma stillerinin psikolojik iyi oluş üzerinde yordayıcılığın incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Ayhan, R. ve Öçalan, M. (2022). Uçurtma sörfü (kitesurfing) ile ilgilenen bireylerin serbest zaman egzersiz düzeyleri serbest zaman engelleri ve motivasyonlarının incelenmesi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 27 (1) , 13-32 . DOI: 10,53434/gbesbd.971451.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W.H. Freeman.
- Bhati, K., Baral, R. ve Meher, V. (2022). Academic self-efficacy and academic performance among undergraduate students in relation to gender and streams of education. *Indonesian Journal of Contemporary Education*, 4(2), 80-88.
- Bulfone, G., Badolamenti, S., Biagioli, V., Maurici, M., Macale, L., Sili, A. ve Alvaro, R. (2021). Nursing students' academic self-efficacy: A longitudinal analysis of academic self-efficacy changes and predictive variables over time. *Journal of Advanced Nursing*. doi:10.1111/jan.14771.
- Bülbül, A., Ölçücü, B. ve Akyol, G. (2021). Spor elemanlarının rekreasyon fayda farkındalığı ile bedenlerini beğenme düzeyleri arasındaki ilişki. *Karadeniz Uluslararası Bilimsel Dergi*, 1(50), 110-123. doi:10.17498/kdeniz.934526.
- Büyükoztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demiral, F. (2018). *Eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.
- Ceylan, T. (2011). Toplumsal Sistem Analizinde Toplumsal Statü ve Rol. *Journal of Graduate School of Social Sciences*, 15(1), 89-104.
- Chen, C. C., Cheng, C. H. ve Lin, S. Y. (2013). The relationship among leisure involvement, leisure benefits, and happiness of elementary school teachers in Tainan county. *International Research in Education*, 1(1), 29-51. doi: 10.5296/ire.v1i1.3970.
- Choi, N. (2005). Self-efficacy and self-concept as predictors of college students' academic performance. *Psychology in the Schools*, 42(2), 197-205.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. New York: Harper & Row Publishers.

- Çuhadar, C., Gündüz, Ş. ve Tanyeri, T. (2013). Bilgisayar ve öğretim teknolojileri bölümü öğrencilerinin ders çalışma yaklaşımlarının ve akademik öz-yeterlik algılarının incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(1), 251-259.
- Driver, B.L. (1990). *The North American experience in measuring the benefits of leisure*. In E. Hamilton-Smith (Ed.), *Proceedings Nationa*.
- Eccles, J. S., Barber, B. L., Stone, M. ve Hunt, J. (2003). Extracurricular activities and adolescent development. *Journal of Social Issues*, 59(4), 865-889.
- Eisenberg, N., Martin, C. L. ve Fabes, R. A. (1996). Gender development and gender effects. In D. C. Berliner & R. C. Calfee (Eds.), *Handbook of educational psychology* (pp. 358-396). New York: Macmillan.
- Ekici, G. (2012). Akademik öz-yeterlik ölçeği: Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2012(43), 174-185.
- Eroğlu, O. ve Yıldırım, Y. (2018). Beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının akademik öz-yeterlik düzeylerinin belirlenmesi. *Türkiye Spor Bilimleri Dergisi*, 2(2), 67-73.
- Eroğlu, O., Yıldırım, Y. ve Şahan, H. (2017). Spor bilimleri fakültesindeki öğrencilerin akademik öz-yeterlik ve akademik güdülenme düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi: *Akdeniz Üniversitesi örneği*. *Türkiye Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 38-47.
- Ertüzün, E., Hadı, G. ve Fidan, E. 2020. Spor Merkezine Üye Bireylerin Rekreatyon Fayda Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*. doi:10.17155/omuspd.657210.
- Eşigül, E. (2013). Üniversite öğrencilerinin algıladıkları stres ile psikolojik iyi olma arasındaki ilişkide sosyal problem çözmenin aracı ve düzenleyici rolünün incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Forrester, S. (2014). *The benefits of campus recreation*. Corvallis, OR: NIRSA.
- George D, and Mallery, P. (2003) *SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference*. 11.0 update (4th ed.). Boston: Allyn & Bacon.
- Girgin, (2018). Üniversite öğrencilerinin yaşam anlamı ve psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

- Güldür, B. B. ve Yaşartürk, F. (2020). Okul öncesi öğretmenlerinin rekreasyon faaliyetlerine katılımındaki fayda ve yaşam doyum düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *International Journal of Contemporary Educational Studies*, 6(2), 495-506.
- 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.
- Honicke, T. ve Broadbent, J. (2016). The influence of academic self-efficacy on academic performance: A systematic review. *Educational research review*, 17, 63-84. doi:10.1016/j.edurev.2015.11.002.
- Huang, C. (2013). Gender differences in academic self-efficacy: A meta-analysis. *European Journal of Psychology of Education*. 28(1), 1-35. doi: 10.1037/cou0000219.
- Hung, H. J. (2012). A study on leisure benefits breaking through leisure activities. *Journal of National Taiwan Normal University*, 3(4), 77-92.
- Karaküçük, S. , Ayyıldız Durhan, T. , Akgül, B. M., Aksın, K. ve Özdemir, A. S. (2019). Oryantiring sporcularında ekosentrik, antroposentrik, antipatik yaklaşımların rekreasyon fayda ile ilişkisi. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 39(3), 1263-1288. doi:10.17152/gefad.578109.
- Karoğlu, A. K. ve Atasoy, B. (2018). Sosyal medya kullanımı ile serbest zaman tatmini arasındaki ilişki. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(2), 826-839.
- Kocaer, G. (2019). Beden eğitimi ve spor öğretmenleri ve adaylarının öğretmenlik mesleğine yönelik tutum, serbest zaman ilgilenim ve rekreasyon faaliyetlerine yönelik fayda düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi (Bartın ili örneği). Yüksek Lisans Tezi. Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın.
- Koç, C. ve Arslan, A. (2017). Ortaokul öğrencilerinin akademik öz yeterlik algıları ve okuma stratejileri bilişüstü farkındalıkları. *Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(1), 745-778.
- Korucu, A. T. ve Çınar, D. (2017). Eğitim fakültesi öğrencilerinin akademik öz-yeterlik durumlarının incelenmesi. *Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(1), 73-101.

- Küçükkaya, B. , Özdemir, B. ve Kahyaoğlu Süt, H. (2022). Hemşirelik Öğrencilerinde Sosyal Medya Kullanımı ile Akademik Başarı ve Akademik Özyeterlik Arasındaki İlişki. *Sağlık Akademisyenleri Dergisi*, 9(1), 31-41.
- Lent, R. W., Brown, S. D. ve Larkin, K.C. (1986). Self-efficacy in the prediction of academic performance and perceived career options. *Journal of Counseling Psychology*, 33, 265-269. doi:10.1037/0022-0167.33.3.265.
- Mahoney, J. L. (2000). School extracurricular activity participation as a moderator in the development of antisocial patterns. *Child Development*, 71(2), 502-516. doi:10.1111/1467-8624.00160.
- Marsh, H. ve Kleitman, S. (2002). Extracurricular school activities: The good, the bad, and the nonlinear. *Harvard Educational Review*, 72(4), 464-515. doi:10.17763/haer.72.4.051388703v7v7736.
- Oğuz, A. (2012). Sınıf öğretmeni adaylarının akademik öz yeterlik inançları. *Anadolu Journal of Educational Sciences International*, 2(2), 15-28.
- Orhan, R., Ayan, S., Yapıcı, H. ve Ünver, R. (2021). Evaluation of recreational areas in ankara (turkey) in terms of their functionality and demographic characteristics of their users. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 92(5), 27-34.
- Owen, S. V. ve Froman, R. D. (1988). Development of a college academic self-efficacy scale. In Annual Meeting of the National Council on Measurement in Education. (Retrieved from ERIC, ED298158).
- Öz, R., Yazıcı, M., Kayalar, M. T. ve Yıldızhan, Y. Ç. (2019). Öğretmen adaylarının rekreasyonel faaliyetlere katılımlarına engel oluşturabilecek unsurların incelenmesi. *Sakarya University Journal of Education*. 9(3), 522-536. doi:10.19126/suje.538356.
- Paksoy, M., Çalık, F., Yaşartürk, F. ve Çimen, K. (2016). Abdullah Gül Üniversitesi öğrencilerinin rekreasyon etkinliklerine katılımını etkileyen faktörler. *International Journal of Sport Culture and Science*, 4(1), 39-50. doi:10.14486/IntJSCS532.
- Philipp, S. F. (1997). Race, gender, and leisure benefits. *Leisure Sciences*, 19(3), 191-207. doi:10.1080/01490409709512249.
- Schunk, D. (1985). Self-efficacy and school learning. *Psychology in the Schools*. 22(2), 208-223.



- Schunk, D. H. (1989). *Attributions and perceptions of efficacy during self-regulated learning by remedial readers*. Paper presented at the annual meeting of the American Educational Research Association, San Francisco.
- Schunk, D. H. ve Pajares, F. (2002). The development of academic self-efficacy. In A. Wigfield & J. Eccles (Eds.), *Development of achievement motivation* (pp. 15–31). San Diego, CA: Academic Press.
- Siyahtaş, A. (2020). Serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin yalnızlık düzeyleri ile doyum düzeylerinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Tekeli, Ş. C. (2017). Beden eğitimi ve spor öğretmeni adayları ile diğer öğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygısı ve akademik öz-yeterlik düzeylerinin karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi. Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın.
- Todd, M. K., Czyszczon, G., Carr, J. W. ve Pratt, C. (2009). Comparison of health and academic indices between campus recreation facility users and nonusers. *Recreational Sports Journal*, 4(33), 43-53. doi:10.1123/rsj.33.1.43.
- Tunca, N. ve Alkın-Şahin, S. (2014). Öğretmen adaylarının bilişötesi (üst biliş) öğrenme stratejileri ile akademik öz yeterlik inançları arasındaki ilişki. *Anadolu Journal of Educational Sciences International*, 4(1), 47-48. doi:10.18039/ajesi.89592.
- Turgut, M. (2013). Academic self-efficacy beliefs of undergraduate mathematics education students. *Acta Didactica Napocensia*, 6(1), 33-40.
- Uyanık, Y. (2017). Yaşlılık, yaşlanan nüfus ve sosyal politika. *İş ve Hayat*, 3(5), 67-100.
- Üstün, Ü. D. ve Üstün, N. A. (2020). Üniversite öğrencilerinin rekreasyonel etkinliklerin faydaları hakkındaki farkındalıklarının incelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(1), 38-48. doi:10.33468/sbsebd.128.
- Washke, P. (1940). A study of intramural sports participation and scholastic attainment. *Research Quarterly*, 11(2), 22-27. doi:10.1080/10671188.1940.10624645.
- Yalçinkaya, N. (2019). Üniversite öğrencilerinin rekreasyon fayda algıları ile mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü. Sakarya.

- Yalmanlı, S. G. ve Aydın, S. (2014). Fen bilgisi öğretmen adaylarının akademik öz-yeterlik algılarının incelenmesi. *Kafkas Üniversitesi e – Kafkas Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 1(2), 21-27.
- Yaşartürk, F. (2019). Analysis of the relationship between the academic self-efficacy and leisure satisfaction levels of university students. *Journal of Education and Training Studies*, 7(3), 106-115. doi:10.11114/jets.v7i3.3988.
- Yaşartürk, F., Akay, B. ve Ayhan, B. The Relationship Between Leisure Management and Exam Anxiety Levels of University Students. *Pakistan Journal of Medical and Health Sciences*, 15(10), 2915-2921.
- Yokoyama, S. (2019). Academic self-efficacy and academic performance in online learning: a mini review. *Frontiers in Psychology*, 9, 2794. doi:10.3389/fpsyg.2018.02794.


## Tenis Sporunda Ailenin Rolü ve Önemi

Oğuz YILMAZ<sup>1\*</sup> 

Reşat KARTAL<sup>2</sup> 

<sup>1</sup>Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, *AYDIN*

<sup>2</sup>Kilis 7 Aralık Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, *KİLİS*

 DOI: 10.31680/gaunjss.1138393

### Orijinal Makale / Original Article

Geliş Tarihi / Received: 30.06.2022

Kabul Tarihi / Accepted: 12.09.2022

Yayın Tarihi / Published: 22.09.2022

### Öz

Bu çalışmanın amacı tenis sporunda ailenin rolü ve öneminin araştırılmasıdır. Araştırma, Aydın il merkezinde farklı kulüplerde tenis oynayan 352 gönüllü öğrenci ile analitik-kesitsel olarak gerçekleştirilmiştir. Çalışmada Kaya (2016) tarafından kullanılan anket uygulanmıştır. Verilerin analizinde SPSS 25.0 paket programından yararlanılmıştır. Veri analizlerinde ki-kare testi uygulanmıştır. Bu çalışmada öğrencilerin tenis sporunu tercih etme nedenlerinin anne eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ( $p<0.05$ ). Çalışmada baba eğitim düzeyi lisans ve lisansüstü olanlar aynı kategoride ele alındığında öğrencilerin tenis sporunu tercih etme nedenlerinin baba eğitim düzeyine göre de anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmüştür ( $p<0.05$ ). Bunun yanı sıra öğrencilerin tenisi tercih nedenlerinin aileden destek alma ve ailede kendilerinden başka spor ile ilgilenen birinin olma durumuna göre farklılık gösterdiği bulunmuştur ( $p<0.05$ ). Sonuç olarak çalışmada öğrencilerin tenis sporuna yönlendirilmesinde ailenin eğitim durumu ile manevi desteğin önemli bir etkiye sahip olduğu görülmüştür.

**Anahtar Kelimeler:** Tenis, Çocuk, Aile, Spor

## The Role and Importance of Family in Tennis Sports

### Abstract

In the study, the role and importance of the family in tennis sports were investigated. The research was carried out analytically and cross-sectionally with 352 volunteer students. Students playing tennis on the courts of Aydın city centrum. The survey used by Kaya (2016) was applied in the research. Chi-square test was applied using the descriptive statistics SPSS 25.0 package program for the analysis of the data. In this study, it was determined that the reasons for students to prefer tennis sport differed significantly according to the education level of the mother ( $p<0.05$ ). In addition, when the undergraduate and graduate education levels of the fathers are considered in the same category, it has been seen that the reasons for the students to prefer tennis show a significant difference according to the education level of the father ( $p<0.05$ ). In addition, it was found that the reasons for choosing tennis differed according to the support of the family and the presence of someone else in the family interested in sports other than themselves ( $p<0.05$ ). Finally, in the study, it was seen that the educational status of the family and moral support had a significant effect on directing students to tennis.

**Keywords:** Happiness, student, attitudes, profession

\* Sorumlu Yazar: Oğuz YILMAZ

e-mail: oгуzyilmaz0626@gmail.com

\*\*Bu çalışma aynı yazarın Yüksek Lisans Tezinden özetlenmiştir.

## Giriş

İnsanların ilerleyen yaşlarında hastalıklara yakalanmamak ve sağlıklı bir birey olabilmek için sağlıklı yaşama verdikleri değer daha da artmıştır. Sağlıklı bir yaşam sürdürmenin yollarından biride spordur. Sağlık ve spor ilişkisinin artmasıyla birçok spor branşında popüler hale gelmiştir. Spor yapan insanlar iş hayatlarında karşılaştıkları birçok soruna kolayca çözüm üretebilmektedir ve böylece iş verimi artmaktadır. Ayrıca spor fiziken ve ruhen daha iyi nesiller yetişmesi için hayatın vazgeçilmez bir parçası haline gelecektir (Özcan, 2011). İnsanlar gerek iş hayatında yaşanan yorgunluklarını azaltmak gerekse zorunlu ihtiyaçlarının dışında kalan zamanlarını en iyi şekilde değerlendirmek için spora yönelirler. Günümüzde insanlar spor yapmanın faydalarının neler olduğunu konuşmak yerine, sporu en iyi şekilde nerede ve nasıl yapabileceğini planlama eğilimindedirler. Günümüzde ülkeler sporu önemli bir politika aracı olarak görmektedir. Spora önem veren dünya ülkeleri yapılan spor politikasını insanlara sunarak toplumu daha çok spor yapmaya yöneltmişlerdir.

İnsanlar spor salonlarında spor yaparak, parklarda yürüyüş yaparak, belediyeler tarafından kurulan egzersiz aletlerinde fiziksel egzersiz hareketleri yaparak ve rekreasyon alanlarındaki spor sahalarında bir spor branş ile ilgilenerek serbest zamanlarını en iyi şekilde değerlendirmeye çalışır. Günümüzde insanların serbest zamanlarını en verimli şekilde değerlendirdikleri spor branşlarından biride tenistir. Tenis ortaya çıktığı günden bugüne kadar gelişmekte olan bir spor branşıdır. Tenis Türkiye’de ise hızla gelişerek popüler sporlar arasına girmiştir. İnsanların Türkiye Tenis Federasyonu’nun düzenlemiş olduğu ulusal ve uluslararası tenis turnuvalarına katılım sağlaması ve federasyonun düzenlemiş olduğu tenis etkinliklerinin artması insanlara tenisin sevdirmesinde katkısı olmuştur. Tenise ilginin günden güne artması ve her geçen gün daha fazla profesyonel olarak oynanması; tenise katılım ve prensipleri gibi bilimsel çalışmaların gerekliliğini de ön plana çıkarmıştır (Kaya, 2016). Günümüzde teknolojinin gelişmesi ile birlikte toplumların dünyada sporla ilgili haberleri takip etmesi ve sosyal medyanın büyümesi sonucunda insanlar tenise daha çok ilgi duymaya başlamıştır. Bu ilgi ailelerin çocuklarını tenis sporuna olan yönelimini artırmıştır.

Spor ile ilgilenen anne, babaya sahip olan çocuk bu sayade sporu sever ve spor yapmaya yatkın olur (Yıldız, 2015). Çocukların spora katılımında aile içerisindeki spor kültürü ve sporla uğraşma etkisi çok büyüktür. Ailelerin spora ilgi duymaları ve sporu hayatlarının bir parçası haline getirmeleri, çocukların spor aktivitelerine katılımlarında en belirleyici unsurlardan biridir (Uğurlu, 2018). Ailelerin spor ile uğraşmaları,

çocukların spor yapmasında ve spora katılımlarında önemli bir rol oynar. Aile çocukların sosyalleşmesinde ve spora katılımlarında önemli rol oynar. Aileler çocuklarını spor ile ilgili etkinliklere götürmesi, şehirlerde yer alan yaz okullarına kayıt ettirmesi ve branşlara özgü küçük turnuvalara götürüp çocuklara spor yapmanın önemini anlatmaya çalışır. Aileler çocuklarına sporda yer alan kazanma ve kaybetme kavramlarının önemini ve sağlıklı bir hayat sürdürmenin en önemli yolunun spor olduğunun önemini vurgular. Aile içerisinde spor geçmişine sahip olan ebeveynler çocuklarının spora katılımlarında daha etkin oldukları bilinmektedir. Başarılar elde etmiş profesyonel bir sporcununda başarısının arkasındaki en büyük etken yine ailesidir. Kısacası ailelerin çocuklarını farklı spor dallarına yönelmeleri noktasında en büyük unsur olduğu bilinmektedir. Bu nedenle bu çalışmanın amacı her geçen gün popüleritesi artan sporlardan olan teniste ailenin rolünün ve öneminin incelenmesidir.

## **Yöntem**

Bu araştırma kesitsel tipte olup, tenis sporuyla uğraşan çocukların spora yönelmesinde ailenin rolünün araştırılması için yapılmıştır. Araştırma evreni 3-12 yaş gurubunda bulunan ve tenis sporuyla uğraşan çocuklar ve ailelerinden oluşmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak anket kullanılmıştır. Kullanılan anket iki bölümden oluşmaktadır. Anketin birinci bölümünde katılımcıların demografik özelliklerini belirlemeyi amaçlayan 9 soru bulunmaktadır. Anketin ikinci bölümünde ise katılımcıların tenis sporuna başlama nedenleri, tenis sporundan beklentileri ve tenis sporundan beklentilerinin önündeki 26 hedefi belirlemeyi amaçlayan 4 soru bulunmaktadır. Anketin ikinci bölümünde ise literatürde yer alan çeşitli araştırmalar incelenmiş ve o çalışmalardan alınan sorular ile beraber (Görgüt, 2012; Selçuk, 2006; Esen, 2010; Karakuş, Hekim, 2014; Kaya, 2016) tarafından kullanılan sorular kullanılarak anket elde edilmiştir. Yapılan çalışmada 3-12 yaş arası çocuğa ailesi yanında bilgilendirme ve aile/veli/vasisinden imza BGO Bilgilendirilmiş gönüllü onay formu alınmıştır. Çalışmaya katılan çocuklara veya veli/vasisi olunan çocuğa çalışma hakkında anlayacağı şekilde sözlü bilgilendirme yapılmıştır. Çalışmada yer alan anket soruları belli yaş grubu altındaki çocuklara velisinin yardımı ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın örneklem grubunu Aydın il merkezinde bulunan tenis kortlarında tenis oynayan 352 gönüllü öğrenci oluşturmaktadır. Verilerin analizi tanımlayıcı istatistikler SPSS 25.0 paket programı kullanılarak ki-kare testi uygulanmıştır.

## Bulgular

Tenis sporunda ailenin rolü ve önemini belirlemeyi amaçlayan bu çalışmanın örneklemini 352 gönüllü öğrenci ve aileleri oluşturmuştur. Katılımcıların tenis sporunu tercih etme rollerinde ailelerin etkiler tablolarında gösterilmiştir.

**Tablo 1.** Öğrencilerin Tenis Sporunu Tercih Etme Nedenlerinin Anne Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Karşılaştırılması

|                        |                 | Anne eğitim düzeyi |                |                 |             |                   |                   |        |     |
|------------------------|-----------------|--------------------|----------------|-----------------|-------------|-------------------|-------------------|--------|-----|
|                        |                 | Okuyazar değil     | İlkokul mezunu | Ortaokul mezunu | Lise mezunu | Üniversite mezunu | Lisansüstü mezunu | Toplam |     |
| Tenis tercih nedenleri | Ailesi          | f                  | 1              | 7               | 2           | 16                | 161               | 35     | 222 |
|                        |                 | %                  | 0,5            | 3,2             | 0,9         | 7,2               | 72,5              | 15,8   | 100 |
|                        | Yaşadığı çevre  | f                  | 0              | 0               | 0           | 6                 | 30                | 3      | 39  |
|                        |                 | %                  | 0              | 0               | 0           | 15,4              | 76,9              | 7,7    | 100 |
|                        | Arkadaş çevresi | f                  | 0              | 2               | 5           | 7                 | 28                | 3      | 45  |
|                        |                 | %                  | 0              | 4,4             | 11,1        | 15,6              | 62,2              | 6,7    | 100 |
|                        | Öğretmeni       | f                  | 1              | 1               | 3           | 5                 | 9                 | 3      | 22  |
|                        |                 | %                  | 4,5            | 4,5             | 13,6        | 22,7              | 40,9              | 13,6   | 100 |
|                        | Basın-yayın     | f                  | 0              | 0               | 0           | 0                 | 4                 | 1      | 5   |
|                        |                 | %                  | 0              | 0               | 0           | 0                 | 80,0              | 20,0   | 100 |
|                        | Antrenör        | f                  | 0              | 0               | 1           | 2                 | 7                 | 3      | 13  |
|                        |                 | %                  | 0              | 0               | 7,7         | 15,4              | 53,8              | 23,1   | 100 |
|                        | Ünlü tenisçi    | f                  | 0              | 0               | 2           | 0                 | 1                 | 0      | 3   |
|                        |                 | %                  | 0              | 0               | 66,7        | 0                 | 33,3              | 0      | 100 |
| Toplam                 | f               | 2                  | 10             | 13              | 36          | 240               | 48                | 349    |     |
|                        | %               | 0,6                | 2,9            | 3,7             | 10,3        | 68,8              | 13,8              | 100    |     |

Tablo 1 incelendiğinde öğrencilerin tenis sporunu tercih etme nedenlerinin öğrencilerin annelerinin eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir ( $\chi^2=78,405$ ;  $Sd=30$ ,  $p<0,05$ ). Başka bir ifadeyle öğrencilerin tenis sporunu tercih etme nedenleri anne eğitim durumlarına göre farklılık göstermektedir. Elde edilen bu farklılığın kaynağını belirlemek amacıyla yapılan karşılaştırma sonucunda, toplam 349 öğrenciden 222'si (%64,0) tenis sporunu tercih etme nedeni olarak ailelerinin destek olmasını en önemli etken olarak gösterirken; 222 öğrenciden 161'inin (%62,2) annesinin üniversite mezunu olduğu görülmektedir. Elde edilen sonuçlar bir bütün olarak değerlendirildiğinde anne eğitim düzeyinin tenis

sporunu tercih etmede önemli bir faktör olduğu ve ayrıca annesi üniversite mezunu olan öğrencilerin bu spora daha fazla yöneldikleri sonucuna ulaşılmıştır.

**Tablo 2.** Öğrencilerin Tenis Sporunu Tercih Etme Nedenlerinin Baba Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Karşılaştırılması

|                        |                 | Baba eğitim düzeyi |                |                 |             |                |        |     |
|------------------------|-----------------|--------------------|----------------|-----------------|-------------|----------------|--------|-----|
|                        |                 | Okuryazar değil    | İlkokul mezunu | Ortaokul mezunu | Lise mezunu | Lisans ve üstü | Toplam |     |
| Tenis tercih nedenleri | Ailesi          | f                  | 1              | 5               | 3           | 12             | 201    | 222 |
|                        |                 | %                  | 0,5            | 2,3             | 1,4         | 5,4            | 90,5   | 100 |
|                        | Yaşadığı çevre  | f                  | 0              | 0               | 1           | 3              | 35     | 39  |
|                        |                 | %                  | 0              | 0               | 2,6         | 7,7            | 89,7   | 100 |
|                        | Arkadaş çevresi | f                  | 0              | 1               | 4           | 5              | 35     | 45  |
|                        |                 | %                  | 0              | 2,2             | 8,9         | 11,1           | 77,8   | 100 |
|                        | Öğretmeni       | f                  | 0              | 3               | 1           | 6              | 12     | 22  |
|                        |                 | %                  | 0              | 13,             | 4,5         | 27,3           | 54,5   | 100 |
|                        | Basın-yayın     | f                  | 0              | 0               | 0           | 1              | 4      | 5   |
|                        |                 | %                  | 0              | 0               | 0           | 20,0           | 80,0   | 100 |
|                        | Antrenör        | f                  | 0              | 0               | 1           | 1              | 10     | 12  |
|                        |                 | %                  | 0              | 0               | 8,3         | 8,3            | 83,3   | 100 |
|                        | Ünlü tenisçi    | f                  | 0              | 0               | 0           | 1              | 2      | 3   |
|                        |                 | %                  | 0              | 0               | 0           | 33,3           | 66,7   | 100 |
|                        | Toplam          | f                  | 1              | 9               | 10          | 29             | 299    | 348 |
|                        |                 | %                  | 0,3            | 2,6             | 2,9         | 8,3            | 85,9   | 100 |

Tablo 2 incelendiğinde öğrencilerin tenis sporunu tercih etme nedenlerinin öğrencilerin babalarının eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ( $\chi^2=40,659$ ;  $Sd=24$ ,  $p<0,05$ ). Buna göre toplam 348 öğrenciden 299'unun (%85,9) babasının lisans ve lisans üstü mezunu olduğu görülmektedir. Toplam 348 öğrenciden 222'si (%64,0) tenis sporunu tercih etme nedeni olarak ailelerinin destek olmasını en önemli etken olarak gösterirken; 222 öğrenciden 201'inin (%90,5) babasının lisans ve üstü mezunu olduğu görülmektedir. Buna göre ailesinin desteği ile tenis sporunu tercih eden öğrencilerin tamamına yakınının (%90) babalarının lisans ve üstü mezunu olduğu görülmektedir. Elde edilen sonuçlar bir bütün olarak değerlendirildiğinde baba eğitim düzeyinin tenis sporunu tercih etmede önemli bir faktör olduğu ve ayrıca babası lisans ve üstü

mezunu olan öğrencilerin bu spora daha fazla yöneldikleri (%85,9) sonucuna ulaşılmıştır.

**Tablo 3.** Öğrencilerin Tenis Sporunu Tercih Etme Nedenlerinin Tenis Konusunda Ailelerinden Destek Alma Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılması

|                        |                 | Aile desteği |       |        |     |
|------------------------|-----------------|--------------|-------|--------|-----|
|                        |                 | Var          | Yok   | Toplam |     |
| Tenis tercih nedenleri | Ailesi          | f            | 218   | 1      | 219 |
|                        |                 | %            | 99,5  | 0,5    | 100 |
|                        | Yaşadığı çevre  | f            | 37    | 2      | 39  |
|                        |                 | %            | 94,9  | 5,1    | 100 |
|                        | Arkadaş çevresi | f            | 42    | 2      | 44  |
|                        |                 | %            | 95,5  | 4,5    | 100 |
|                        | Öğretmeni       | f            | 19    | 3      | 22  |
|                        |                 | %            | 86,4  | 13,6   | 100 |
|                        | Basın-yayın     | f            | 4     | 1      | 5   |
|                        |                 | %            | 80,0  | 20,0   | 100 |
|                        | Antrenör        | f            | 13    | 0      | 13  |
|                        |                 | %            | 100,0 | 0      | 100 |
|                        | Ünlü tenisçi    | f            | 3     | 0      | 3   |
|                        |                 | %            | 100,0 | 0      | 100 |
|                        | Toplam          | f            | 336   | 9      | 345 |
|                        |                 | %            | 97,4  | 2,6    | 100 |

Tablo 3 incelendiğinde öğrencilerin tenis sporunu tercih etme nedenlerinin ailelerinden destek görme durumlarına göre anlamlı bir farklılık gösterdiği bulunmuştur ( $\chi^2=22,528$ ; Sd=6,  $p<0,05$ ). Elde edilen bu sonuca göre öğrencilerin tenis sporunu tercih etme nedenlerinin öğrencilerin ailelerinden destek görüp görmeme durumlarına göre farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Elde edilen bu farklılığın kaynağını belirlemek amacıyla yapılan karşılaştırma sonucunda, toplam 345 öğrenciden 219'u (%63,0) tenis sporunu tercih etme nedeni olarak ailelerinin destek olmasını en önemli etken olarak gösterirken; 219 öğrenciden 218'inin (%99,5) ailesi tarafından tenis konusunda destek aldığı görülmektedir. Elde edilen sonuçlar bir bütün olarak değerlendirildiğinde ailesinden destek görme durumu ile tenis sporunu tercih etme arasında önemli bir ilişki olduğu görülmektedir. Başka bir ifadeyle ailesinden tenis konusunda destek gören öğrenciler tenis sporuna yönelmektedir. Bu nedenle tenis sporunu tercih etmede ailenin destek olmasının oldukça önemli bir değişken olduğu sonucuna ulaşılmıştır.



**Tablo 4.** Öğrencilerin Tenis Sporunu Tercih Etme Nedenlerinin Ailelerinde Kendilerinden Başka Spor ile İlgilenen Birinin Olma Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılması

|                               |                 | Var | Yok   | Toplam |       |
|-------------------------------|-----------------|-----|-------|--------|-------|
| <b>Tenis tercih nedenleri</b> | Ailesi          | f   | 178   | 34     | 212   |
|                               |                 | %   | 84,0  | 16,0   | 100,0 |
|                               | Yaşadığı çevre  | f   | 25    | 12     | 37    |
|                               |                 | %   | 67,6  | 32,4   | 100,0 |
|                               | Arkadaş çevresi | f   | 25    | 19     | 44    |
|                               |                 | %   | 56,8  | 43,2   | 100,0 |
|                               | Öğretmeni       | f   | 10    | 12     | 22    |
|                               |                 | %   | 45,5  | 54,5   | 100,0 |
|                               | Basın-yayın     | f   | 5     | 0      | 5     |
|                               |                 | %   | 100,0 | 0,0    | 100,0 |
|                               | Antrenör        | f   | 9     | 3      | 12    |
|                               |                 | %   | 75,0  | 25,0   | 100,0 |
|                               | Ünlü tenisçi    | f   | 3     | 0      | 3     |
|                               |                 | %   | 100,0 | 0,0    | 100,0 |
|                               | Toplam          | f   | 255   | 80     | 335   |
|                               |                 | %   | 76,1  | 23,9   | 100,0 |

Tablo 4 incelendiğinde öğrencilerin tenis sporunu tercih etme nedenlerinin ailelerinde kendilerinden başka spor ile uğraşan birinin olma durumuna göre anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ( $\chi^2=31,578$ ;  $Sd=6$ ,  $p<0,05$ ). Elde edilen bu sonuca göre öğrencilerin tenis sporunu tercih etme nedenlerinin ailelerinde spor ile ilgilenen başka birinin olup olmama durumlarına göre farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Elde edilen bu farklılığın kaynağını belirlemek amacıyla yapılan karşılaştırma sonucunda, toplam 335 öğrenciden 212'si (%63,0) tenis sporunu tercih etme nedeni olarak ailelerinin destek olmasını en önemli etken olarak gösterirken; 212 öğrenciden 178'inin (%84,0) ailesinde kendisinden başka spor ile ilgilenen birinin olduğu görülmektedir. Ailesinde spor ile ilgilenen başka biri olan öğrencilerin tenis sporuna yöneldikleri görülmektedir. Bu nedenle tenis sporunu tercih etmede ailede spor ile ilgilenen başka birilerinin var olmasının önemli bir değişken olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

## **Tartışma**

Araştırmada öğrencilerin tenis sporunu tercih etme nedenlerinin anne-baba eğitim durumuna göre her ikisinde de durumunun farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Araştırmada öğrencilerin tenis sporunu tercih etme nedenleri baba eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Çimen ve Yaman (2020), tarafından yapılan Güneydoğu Anadolu bölgesinde beden eğitimi ve spor yüksekokullarında öğrenim gören öğrencilerin spora başlama nedenleri ve beklentilerinin belirlendiği çalışmada öğrencilerin spora teşvik edimesinde anne eğitim durumunda anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Duman ve ark. (2020), tarafından yapılan anadolu ve spor lisesi öğrencilerinin beden eğitimi ve spora ilişkin tutumlarının incelenmesi çalışmasında öğrencileri annelerinin eğitim düzeyi okuryazar ve üniversite mezunu olanların beden eğitimi ve spora yönelik tutumlarının yüksek olduğu tespit edilmiştir. Babası okuryazar ve üniversite mezunu olan öğrencilerin beden eğitimi ve spora yönelik tutumların daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Karakaş (2018), tarafından beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin kişilik özelliklerinin girişimcilik eğilimleri üzerindeki etkinlerinin incelendiği çalışmada, katılımcılarının annelerinin eğitim durumu üniversite olanların diğer gruptaki kişilere göre daha yüksek girişimcilik düzeyine sahip olduğu belirlenmiştir. Baba eğitim durumunun girişimcilik puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmektedir ve baba eğitim durumunun girişimcilik düzeyinde etkili olmadığı tespit edilmiştir. Tüm bu çalışmalar yapılan bu araştırmayı destekler niteliktedir.

Öğrencilerin tenis sporunu tercih etme nedenlerinin ailelerinden destek görmeleri konusunda anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir. Atik (2019), tarafından ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumları ve yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada öğrencilerin spor yapamamasında aile desteği değişkenine göre öğrencilerin yaşam doyumlarında anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiş. Aileleri tarafından spora teşvik edilen öğrencilerin yaşam doyumlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Aras ve Asma (2020), tarafından farklı türlerde ortaöğretim kurumlarında okuyan öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumlarının incelendiği çalışmada anne ve babaları tarafından sportif etkinliklere katılımları için desteklenen öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutumlarının daha olumlu olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin tenis sporunu tercih etme nedenlerinin arasında öğrencilerin ailelerinde kendilerinden başka sporla uğraşan birinin olup olmamasına göre anlamlı

bir farklılık olduğu bulunmuştur. Yüksel (2019) tarafından ailenin spora katılımı ile çocuklarının elit spora yönelmesi arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada ailede spor yapan ebeveynlerin olması, spor yapmayan ebeveynlere oranla çocuklarını elit spora yönlendirmesi yada elit bir sporcu olmaları için daha çok destekleri tespit edilmiştir. Tunçel (2021), tarafından kadınlar voleybol 1. Liginde oynayan profesyonel sporcuların voleybol branşına yönelmesinde aile, çevre ve toplum unsurlarının etkisinin araştırıldığı çalışmada voleybolcuların ailelerinde sporla ilgilenen birey olmasının voleybola yönelmelerinde önemli bir etkiye sahip olduğu tespit edilmiştir. Literatürde diğer çalışmalar incelediğinde yapılan bu araştırma ile paralellik görülmektedir.

### **Sonuç**

Yapılan bu çalışma ile ailelerin spor ve teni konusunda bazı bilgilere sahip olması ile birlikte, çocukların tenis sporuna olan yönlendirilmeleri artırılabilir. Ayrıca ailelerin çocukları bilinçli bir şekilde tenise yönlendirerek tenis sporunda ülkemizde daha fazla başarı alınabileceği düşünülmektedir.

### **Kaynaklar**

- Aras, L. ve Asma, M. B. (2020). Farklı türdeki ortaöğretim kurumlarında okuyan öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumlarının incelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 5(1), 27-39.
- Atik, G. (2019). *Ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumları ve yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi (Kırıkkale ili örneği)*. Yüksek Lisans Tezi Kırıkkale Üniversitesi.
- Çimen, E. ve Yaman, M. D. (2020). Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda Öğrenim Gören Öğrencilerin Spora Başlama Nedenleri ve Beklentileri (Güneydoğu Anadolu Bölgesi Örneği). *Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 3(2), 25-39.
- Duman, S., Karagün, E. ve Selvi, S. (2020). Anadolu Ve Spor Lisesi Öğrencilerinin Beden Eğitimi Ve Spora İlişkin Tutumlarının İncelenmesi. *Erzurum Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (10), 89-103.
- Karataş, İ. (2018). *Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin kişilik özelliklerinin girişimcilik eğilimleri üzerindeki etkilerinin incelenmesi: Bartın Üniversitesi örneği*. Yüksek Lisans Tezi, Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Kaya, N. (2016). Lisanslı Tenis Sporcularının Tenis Sporuna Başlama Nedenleri, Beklentileri Ve Beklentilerinin Önündeki Engellerin İncelenmesi. Yüksek Lisans

- Tezi, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretimi Anabilim Dalı, Burdur.
- Özcan, S. (2011). Temel Tenis Teknik Öğretiminde İki Farklı Antreman Metodunun Teknik Biyometrik Ve Fizyolojik Özellikler Üzerine Etkisinin Araştırılması. Doktora Tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Isparta.
- Tunçel, E. (2021). *Kadınlar voleybol 1. Liginde oynayan profesyonel sporcuların voleybol branşına yönelmesinde aile, çevre ve toplum unsurlarının etkisinin araştırılması*. Yüksek Lisan Tezi İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Uğurlu, F. M. (2018). Sporda Cinsiyet Ayrımı. Nobel Akademik Yayıncılık Eğitim Danışmanlık Tic. Ltd. Şti
- Yıldız, A. (2015). Ebeveynlerin Çocuklarının Beden Eğitimi Ve Spor Dersine Katılımına Yönelik Tutumlarının İncelenmesi. Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Yüksel, M. (2019). Ailenin spora katılımı ile çocuklarının elit spora yönelmesi arasındaki ilişki. *Ordu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 9(2), 319-326.
- Görgüt, G. (2012). 11-14 yaş grubu hentbolcuların spora başlama nedenleri ve yaşam doyumlarının incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, İnönü Üniversitesi. Malatya.
- Esen, S. A. (2010). İlköğretim Okullarında Okuyan ve Voleybol Sporcusu Olmayı Seçen Öğrencilerin Bu Seçimlerindeki Nedenler ve Okul, Aile, Toplum Faktörlerinin Etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.


## Ortaokul Öğrencilerinin Beden Eğitimi Ve Spor Dersine Yönelik Tutumları İle Beden Eğitimi Dersindeki Mutluluk Düzeylerinin İncelenmesi

Enis USLU<sup>1</sup> 

Kurtuluş ÖZLÜ<sup>\*2</sup> 

<sup>1</sup>Amasya Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor, AMASYA

<sup>2</sup> Amasya Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor, AMASYA

 DOI: 10.31680/gaunjs.1149236

### Orijinal Makale / Original Article

Geliş Tarihi / Received: 26.07.2022

Kabul Tarihi / Accepted: 16.08.2022

Yayın Tarihi / Published: 22.09.2022

### Öz

Bu çalışma ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumları ile beden eğitimi dersindeki mutluluk düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi amacı ile yapılmıştır. Nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modelinin uygulandığı bu çalışmanın evrenini 2021-2022 eğitim-öğretim yılında Samsun ili Vezirköprü ilçesinde öğrenimlerine devam eden ortaokul öğrencileri oluştururken, örneklemini ise basit rastgele örneklem belirleme yöntemi ile oluşturulan 317'si kadın, 285'i erkek olmak üzere toplamda 602 ortaokul öğrencisi oluşturmaktadır. Çalışmada veri toplama aracı olarak Kalemoğlu Varol, Ünlü ve Erbaş (2016) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan İlköğretim Beden Eğitimi Dersi Tutum Ölçeği (İBEDTÖ) ile Uğraş ve Serbes (2019) tarafından geliştirilen Beden Eğitimi Dersi Mutluluk Düzeyi Ölçeği (BEDMDÖ) kullanılmıştır. Verilerin istatistiksel analizi için SPSS-24 veri analiz programı kullanılmıştır. Verilerin analizinde bağımsız gruplar için T-Testi, tek yönlü varyans analizi (One-Way ANOVA) ve Pearson korelasyon testleri kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyinin 0,05 olarak kabul edildiği çalışmadan elde edilen sonuçlara göre ortaokul öğrencilerinin İlköğretim Beden Eğitimi Dersi Tutum Ölçeği (İBEDTÖ) ve Beden Eğitimi Dersi Mutluluk Düzeyi Ölçeği (BEDMDÖ) tüm alt boyutlarında cinsiyet, düzenli egzersiz yapma değişkenlerine göre anlamlılık tespit edilmiştir. Öğrencilerin okul takımlarında yer aldıkça beden eğitimi ve spor dersine olan tutumları ve mutluluk düzeylerinin artırdığı sonucuna ulaşılmıştır. Ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumları ile beden eğitimi dersi mutluluk düzeyleri arasında olumlu ve anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Dolayısıyla öğrencilerde beden eğitimi ve spor dersine yönelik olumlu tutumlar geliştirmek, mutluluk düzeylerinde artışa neden olacağı söylenebilir.

**Anahtar Kelimeler:** Beden Eğitimi, Spor, Tutum, Öğrenci, Mutluluk

## Secondary School Students' Physical Education and Sports Lesson Investigation of Happiness Levels in Physical Education Lesson and Their Attitudes Towards Children

### Abstract

This study was conducted with the aim of examining secondary school students' attitudes towards physical education and sports lessons and their happiness levels in physical education lesson according to some variables. The population of this study, in which the correlational survey model, which is one of the quantitative research methods, was applied, consisted of secondary school students continuing their education in Vezirköprü, Samsun in the 2021-2022 academic year, while the sample was formed by simple random sampling method, with a total of 602 secondary schools (317 females and 285 males). constitutes the student. In the study, Elementary Physical Education Attitude Scale (EPEAS), which was adapted into Turkish by Kalemoğlu Varol, Ünlü, and Erbaş (2016), and Physical Education Course Happiness Level Scale (PECHLS) developed by Uğraş and Serbes (2019) were used. SPSS-24 data analysis program was used for statistical analysis of the data. T-Test, One-Way Analysis of Variance (One-Way ANOVA) and Pearson correlation tests were used for independent groups in the analysis of the data. According to the results obtained from the study, in which the significance level was accepted as 0.05, significance was determined in all sub-dimensions of the Primary School Physical Education Lesson Attitude Scale (İBEDTS) and Physical Education Lesson Happiness Level Scale (BEDMDÖ) of secondary school students

\*Sorumlu Yazar: Kurtuluş ÖZLÜ

e-mail: kurtulus.ozlu@amasya.edu.tr

according to the variables of gender and regular exercise. It has been concluded that the students' attitudes towards physical education and sports lessons and their happiness levels increase as they take part in school teams. It has been revealed that there is a meaningful and positive relationship between elementary school students' physical education and sports lesson attitudes and their physical education lesson happiness levels. Thus, supporting the students to develop positive attitudes towards physical education lesson will cause the increase in their happiness levels.

**Keywords:** Physical Education, Sport, Attitude, Student, Happiness

## Giriş

Eğitim, genel bir tanım olarak kuşaktan kuşağa süregelen, toplumsal hayata atılma noktasında hazır olmayan bireylerin hayata hazırlanma süreci olarak ifade edilebilir. Eğitim alanında yapılan faaliyetlere bakıldığında, öğrencilerin başarı sağlamasında en önemli rolü öğretmenlerin oynadığı açıkça görülmektedir (Tschannen-Moran, Hoy ve Hoy, 1998). İnsanlık tarihinin her döneminde öğretmenler toplumların gelişmesinde ve değişmesinde en büyük etkenlerden bir tanesi olduğundan öğretmenlerin gerekli niteliklere sahip olacak biçimde yetiştirilmesi toplumların gelişebilmesi açısından büyük önem arz etmektedir (Aydilek, 2019). Bu kutsal görevin mühim bir taşı da beden eğitimi ve spor öğretmenliğidir. Beden eğitimi ve spor öğretmenliği, eğitim kurumlarının beden eğitimi ve spor dersleri ile okul içi ve okul dışı etkinliklere ait ödev ve sorumlulukları yerine getirmekle yükümlü özel bir uzmanlık alanı olarak tanımlanır (Abbasoğlu, 2011). Bireyin toplumsallaşabilmesi ve karakterini oluşturup hedefleri doğrultusunda yol kat edebilmesi adına önemli rol oynayan beden eğitimi öğretmeni, öğrencileri beden ve ruh sağlığı gelişimi adına birçok yönden desteklemektedir (Aybek, 2007).

Beden eğitimi bireyleri egzersiz, oyun ve spor etkinlikleri içinde bulunduran, onları ruhsal ve zihinsel yönden geliştirerek birçok fayda sağlamayı hedefleyen bir bilim dalıdır (Kaya A. , 2020). Bireyler beden eğitimi faaliyetlerini gerçekleştirirken bir yandan da sporun temellerini atmaktadırlar. Spor kişisel ya da toplu olarak gerçekleştirilen hem bedeni hem de zihni geliştirmek amacıyla, belirli kurallar doğrultusunda uygulanan hareketlerin bütünü olarak ifade edilir (Özdemir, 2019). Beden eğitimi ve sporun temel amacı, genel eğitim sistemi dâhilinde bireylerin fiziki etkinlikler vasıtasıyla eğitimlerini sağlaması ve hareket kapasitesinin en üst seviyeye çıkartılmasıdır. Bu nedenle beden eğitimi dersi, fiziksel aktiviteler aracılığıyla öğrencilerin bedensel ve ruhsal gelişimi, tutumu ve sosyalleşebilmeleri için yardımcı bir görev üstlenen aynı zamanda eğlenerek becerilerin öğrenilmesini basitleştiren aktif bir yaşam biçimidir şeklinde ifade edilebilir (Kangalgil, Hünük, ve Demirhan, 2006).

Kavram olarak tutum, “Bir fikir, nesle veyahut insanla alakalı olumlu ya da olumsuz yönde oluşabilen tepki gösterme eğilimindeki duygu düzeyidir”. Birey bir olay veya obje ile karşılaştığı zaman gösterilen tutum olumlu ise o obje ile ilgili alınan kararın olumlu, gösterilen tutum olumsuz ise alınan kararın da olumsuz olma olasılığı yüksektir. Böylelikle bireyler mutlu veya mutsuz olabilirler (Kaya A. , 2020). Tutumun bilişsel boyutu bireyin tutum sergilediği nesneye olan bilgi, düşünce ve inançlarını meydana getirmektedir (Aydın, 2017). Tutum nesnesi ile ilgili düşünce oluşması için bireyin konu ile ilgili bir tecrübe yaşaması gerekmektedir (Öncü, 2007). Duyuşsal öge ise, bir tutum objesine karşı göz ile görülebilen sevmeme veya hoşlanma gibi tepkiler olarak ifade edilir (Bodur, 2006). Duygusal Öge, bilişsel ögeye göre daha basittir. Bireyin objeye karşı gösterdiği tepkilerin olumlu ve olumsuz olarak iki türlü gözlemlenebilme durumudur (Duman, 2018).

Mutluluk kavramı iyimserlik, ahlaki inanışlar ve sosyo-kültürel değerler şeklinde tanımlanmaktadır (Wojcik, Hovasapian, Graham, Motyl ve Ditto, 2015). Bu kavramının bireyde olgunlaşabilmesi için kişiden kişiye farklılık gösteren ilgi, istek ve ihtiyaçlarının karşılanması gerekmektedir (Kangal, 2013). Şüphesiz ki sağlıklı, zinde, fiziksel ve zihinsel açıdan sağlam bir vücut kompozisyonuna sahip olmak mutluluğun anahtarıdır. Düzenli spor yapma alışkanlığı bulunan bireyler moral gücü yüksek, kendisini yeterli ve daha genç hissedebilirler. Böylelikle mutluluğa fazla zorlanmadan ulaşabilirler (Yamaner, 2002).

Okul ortamında mutlu olabilen çocuklar sosyal ve akademik hayatlarında da başarılı olabilirler (Bird ve Markle, 2012). Sporun insanların fiziksel ve zihinsel gelişimlerinde önemli rol oynadığı bilinen bir gerçektir (Uzun Dönmez ve İmamoğlu, 2020). Bireylerin bedensel, zihinsel ve psikolojik açıdan gelişimlerinin sağlanması ve başarının elde edilebilmesi için fiziksel aktivitelerin düzenli olarak yapılması önem arz eder (Delextrat, Warner, Graham ve Neupert, 2016). Bu noktada da beden eğitimi ve spor dersi ön plana çıkmaktadır. Tüm bu bilgiler ışığında araştırmada, ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumları ile beden eğitimi dersindeki mutluluk düzeylerinin cinsiyet, spor yapma durumu, okul takımlarında yer alma durumu ve sınıf düzeyi gibi değişkenlere göre incelenmesi amaçlanmaktadır.

## Yöntem

Bu araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden betimsel-ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Betimsel-ilişkisel tarama modeli ile yapılan araştırmalarda bir durum ya da olay olduğu gibi tasvir edilmekte ve bu duruma neden olan değişkenlerin ilişkisi ile bu ilişkinin derecesi belirlenmektedir (Kaya, Balay ve Göçen, 2012). Bu modelde istenilen verilerin elde edilebilmesi için gerekli olan araçların uygulanmasının yanı sıra sürece etki etmemesi esastır (Büyüköztürk, Kılıç Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2008). İlişkisel tarama modeli kullanılan araştırmalarda iki veya daha fazla değişken arasındaki ilişkinin saptanması amaçlanmaktadır (Yetgin, 2020).

## Evren-Örneklem

Araştırmanın evrenini Samsun ili Vezirköprü ilçesindeki ortaokullarda eğitim gören öğrenciler oluştururken, örneklemini basit rastgele örneklem belirleme yöntemi ile seçilen 602 ortaokul öğrencisi oluşturmaktadır. Basit rastgele örneklem, evrenin tüm unsurlarını temsil edecek örneklem grubu içerisinde tesadüfi (random) bir şekilde gereksinim duyulan sayı kadar katılımcının seçilmesidir (Baltacı, 2018). Araştırma Amasya Üniversitesi Sosyal Bilimler Etik Kurulunun 25.05.2022 tarih ve E-30640013-108.01-72123 sayılı izni ile gerçekleştirilmiştir. Basit Rastgele Yöntem ile araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerine ait betimsel istatistikler Tablo 1'de yer almaktadır.

**Tablo 1.** Araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerine ait betimsel istatistikler

| Değişken                   |          | n   | %      |
|----------------------------|----------|-----|--------|
| Cinsiyet                   | Erkek    | 285 | 47,3   |
|                            | Kız      | 317 | 52,7   |
| Sınıf düzeyi               | 5. sınıf | 235 | 39,0   |
|                            | 6. sınıf | 181 | 30,1   |
|                            | 7. sınıf | 186 | 30,9   |
| Düzenli egzersiz yapma     | Evet     | 324 | 53,8   |
|                            | Hayır    | 278 | 46,2   |
| Okul takımlarında yer alma | Evet     | 132 | 21,9   |
|                            | Hayır    | 470 | 78,1   |
|                            | Toplam   | 602 | 100,00 |

Tablo 1 incelendiğinde araştırma katılan ortaokul öğrencilerinin cinsiyetleri incelendiğinde, %47,3'ünün (285) erkek, %52,7'sinin (317) kız öğrenci olduğu görülmektedir. Sınıf düzeyleri incelendiğinde, %39,0'unun (235) 5.sınıf, %30,1'inin (181) 6.sınıf, %30,9'unun (186) 7.sınıf olduğu görülmektedir. Düzenli egzersiz yapma durumları incelendiğinde, %53,8'inin (324) evet, %46,2'sinin (278) hayır cevabını



verdiği görülmektedir. Okul takımlarında yer alma durumları incelendiğinde, %21,9'unun (132) evet, %78,1'inin (470) hayır cevabını verdiği görülmektedir.

### **Veri Toplama Araçları**

Araştırmada katılımcılardan veri toplamak amacıyla 3 bölümden oluşan araştırma formu kullanılmıştır. Araştırma formunun birinci bölümünde ortaokul öğrencilerinin cinsiyet, sınıf düzeyi, düzenli egzersiz yapma durumu, okul takımlarında yer alma durumlarına yönelik sosyo-demografik soruların yer aldığı kişisel bilgiler bölümü yer almaktadır. Formun ikinci bölümünde Phillips ve Silverman (2012) tarafından geliştirilen, Kalemoglu Varol, Ünlü ve Erbaş (2016) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan İlköğretim Beden Eğitimi Dersi Tutum Ölçeği (İBEDTÖ), üçüncü bölümünde ise Uğraş ve Serbes (2019) tarafından geliştirilen Beden Eğitimi Dersi Mutluluk Düzeyi Ölçeği (BEDMDÖ) yer almaktadır.

### **İlköğretim Beden Eğitimi Tutum Ölçeği (İBEDTÖ)**

Araştırmada ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine olan tutumlarını belirleyebilmek amacıyla Phillips ve Silverman (2012) tarafından geliştirilen, Türkçeye uyarlaması Kalemoglu Varol, Ünlü ve Erbaş (2016) tarafından gerçekleştirilen İlköğretim Beden Eğitimi Dersi Tutum Ölçeği (İBEDTÖ) kullanılmıştır. Beşli likert tarzında ve 15 maddeden oluşan ölçek bilişsel ve duyuşsal olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır. Araştırmacılar beden eğitimi ve spor dersi ile ilgili temel bilgileri ifade eden bilişsel alt boyutun Cronbach Alpha değerini 0,96, beden eğitimi dersi ile ilgili duyguları ifade eden duyuşsal alt boyutun Cronbach Alpha değerini 0,95 olarak tespit etmişlerdir. İBEDTÖ Cronbach Alpha değeri ise 0,77 olarak belirtilmiştir. Ölçeğe ilişkin araştırmadan elde edilen iç tutarlılık değerleri ise bilişsel alt boyut için 0,85, duyuşsal alt boyut için 0,76 ve İBEDTÖ için 0,89 olarak tespit edilmiştir.

### **Beden Eğitimi Dersi Mutluluk Düzeyi Ölçeği (BEDMDÖ)**

Uğraş ve Serbes (2019) tarafından geliştirilen Beden Eğitimi Dersi Mutluluk Düzeyi Ölçeği tek boyut ve 9 maddeden oluşmaktadır. Kesinlikle katılmıyorum, tamamen katılıyorum yanıt aralığındaki beşli likert tarzındaki ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık değeri 0,88 olarak bulunmuştur. BEDMDÖ ölçeğine ilişkin bu araştırmadan elde edilen Cronbach Alpha iç tutarlılık değeri 0,86'dır. Araştırmada kullanılan her iki

ölçek içinde elde edilen iç tutarlılık katsayılarının 0,70 üzerinde olması ölçeklerin güvenilir olduğunu göstermektedir (Sipahi, Yurtkoru ve Çinko, 2008).

### Verilerin Analizi

Araştırmadan elde edilen verilerin analizine başlanmadan önce verilerin normallik dağılımları Kolmogorov-Smirnov<sup>a</sup> ve Shapiro-Wilk testleri ile incelenmiştir. Tablo 2 ölçek verilerine ilişkin normallik dağılım değerlerini göstermektedir.

**Tablo 2.** Araştırmadan elde edilen verilerin normallik dağılım test sonuçları

| Ölçek  | Alt boyut | Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup> | Shapiro-Wilk | Çarpıklık | Basıklık |
|--------|-----------|---------------------------------|--------------|-----------|----------|
| İBEDTÖ | Bilişsel  | 0,000                           | 0,000        | -1,105    | 0,464    |
|        | Duyuşsal  | 0,000                           | 0,000        | -1,141    | 0,876    |
|        | Toplam    | 0,000                           | 0,000        | -1,095    | 0,656    |
| BEDMDÖ | Toplam    | 0,000                           | 0,000        | -0,936    | 0,931    |

Kolmogorov-Smirnov<sup>a</sup> ve Shapiro-Wilk değerlerinin 0,05<sup>ten</sup> küçük olması nedeni ile çarpıklık ve basıklık değerleri incelenmiş, bilişsel alt boyutu için -1,105 ile 0,464 aralığında, duyuşsal alt boyutu için -1,141 ile 0,876 aralığında, İBEDTÖ toplamı için -1,095 ile 0,656 aralığında ve BEDMDÖ toplamı için -0,936 ile 0,931 aralığında olduğu tespit edilmiştir. Tabachnick ve Fidell'e (2013) göre çarpıklık basıklık değerleri -1,5 ile +1,5 aralığındaki veriler normal dağılım göstermektedir. Son olarak ölçeklere ait histogram ve Q-Q Plots tabloları incelenmiş ve verilerin normal dağıldığı varsayılmıştır. Verilerin analizinde parametrik testlerden bağımsız gruplar T-Testi, tek yönlü varyans analizi (One-Way ANOVA) ve Pearson korelasyon testleri kullanılmıştır.

### Bulgular

**Tablo 3.** İlköğretim Beden Eğitimi Dersi Tutum Ölçeği (İBEDTÖ) ve Beden Eğitimi Dersi Mutluluk Düzeyi Ölçeği (BEDMDÖ) Puanlarının Ortaokul Öğrencilerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Karşılaştırılması T-testi Sonuçları

| Ölçek  | Alt Boyutlar | Cinsiyet | n   | $\bar{x}$ | ss   | sd  | t    | p            |
|--------|--------------|----------|-----|-----------|------|-----|------|--------------|
| İBEDTÖ | Bilişsel     | Erkek    | 285 | 4,59      | 0,49 | 600 | 2,04 | <b>0,04*</b> |
|        |              | Kız      | 317 | 4,50      | 0,51 |     |      |              |
|        | Duyuşsal     | Erkek    | 285 | 4,61      | 0,44 | 600 | 4,28 | <b>0,00*</b> |
|        |              | Kız      | 317 | 4,44      | 0,55 |     |      |              |
|        | Toplam       | Erkek    | 285 | 4,60      | 0,44 | 600 | 3,31 | <b>0,00*</b> |
|        |              | Kız      | 317 | 4,47      | 0,49 |     |      |              |
| BEDMDÖ | Toplam       | Erkek    | 285 | 4,48      | 0,54 | 600 | 4,59 | <b>0,00*</b> |
|        |              | Kız      | 317 | 4,28      | 0,56 |     |      |              |

\* $p < 0.05$

(İBEDTÖ): İlköğretim Beden Eğitimi Dersi Tutum Ölçeği

(BEDMDÖ): Beden Eğitimi Dersi Mutluluk Düzeyi Ölçeği

Tablo 3'e göre ortaokul öğrencilerinin cinsiyet değişkeni bakımından İBEDTÖ bilişsel alt boyutları ( $t_{600}=2,04$ ;  $p=0,04$ ), duyuşsal alt boyutları ( $t_{600}=4,28$ ;  $p=0,00$ ) ile İBEDTÖ toplam ( $t_{600}=3,31$ ;  $p=0,00$ ) puanlarında ve BEDMDÖ toplam ( $t_{600}=4,59$ ;  $p=0,00$ ) puanlarında istatistiksel açıdan anlamlı fark tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ).

İBEDTÖ bilişsel alt boyutunda erkek öğrencilerin ortalama puanları  $\bar{x}_{\text{Erkek}}=4,59$  iken kız öğrencilerin ortalama puanlarının  $\bar{x}_{\text{Kız}}=4,50$  olduğu, İBEDTÖ duyuşsal alt boyutunda erkek öğrencilerin ortalama puanları  $\bar{x}_{\text{Erkek}}=4,61$  iken kız öğrencilerin ortalama puanlarının  $\bar{x}_{\text{Kız}}=4,44$  olduğu, İBEDTÖ toplam puanlarında erkek öğrencilerin ortalama puanları  $\bar{x}_{\text{Erkek}}=4,60$  iken kız öğrencilerin ortalama puanlarının  $\bar{x}_{\text{Kız}}=4,47$  olduğu tespit edilmiştir. BEDMDÖ toplam puanlarında ise erkek öğrencilerin ortalama puanları  $\bar{x}_{\text{Erkek}}=4,48$  iken kız öğrencilerin ortalama puanlarının  $\bar{x}_{\text{Kız}}=4,28$  olduğu tespit edilmiştir.

**Tablo 4.** Ortaokul öğrencilerinin sınıf düzeyi dağılımlarına göre İBEDTÖ ve BEDMDÖ puanlarının ANOVA sonuçları

| Ölçek  | Alt boyut | Sınıf    | n   | $\bar{x}$ | ss   | sd              | F     | p            | Fark       |
|--------|-----------|----------|-----|-----------|------|-----------------|-------|--------------|------------|
| İBEDTÖ | Bilişsel  | 5. Sınıf | 235 | 4,61      | 0,48 | 2<br>599<br>601 | 3,239 | <b>0,04*</b> | 5>6<br>5>7 |
|        |           | 6. Sınıf | 181 | 4,51      | 0,52 |                 |       |              |            |
|        |           | 7. Sınıf | 286 | 4,49      | 0,51 |                 |       |              |            |
|        |           | Toplam   | 602 | 4,54      | 0,50 |                 |       |              |            |
|        | Duyuşsal  | 5. Sınıf | 235 | 4,57      | 0,45 | 2<br>599<br>601 | 2,463 | 0,09         | Fark yok   |
|        |           | 6. Sınıf | 181 | 4,46      | 0,56 |                 |       |              |            |
|        |           | 7. Sınıf | 286 | 4,51      | 0,51 |                 |       |              |            |
|        |           | Toplam   | 602 | 4,52      | 0,51 |                 |       |              |            |
|        | Toplam    | 5. Sınıf | 235 | 4,59      | 0,44 | 2<br>599<br>601 | 3,044 | <b>0,04*</b> | 5>6        |
|        |           | 6. Sınıf | 181 | 4,49      | 0,50 |                 |       |              |            |
|        |           | 7. Sınıf | 286 | 4,50      | 0,47 |                 |       |              |            |
|        |           | Toplam   | 602 | 4,53      | 0,47 |                 |       |              |            |
| BEDMDÖ | Toplam    | 5. Sınıf | 235 | 4,39      | 0,50 | 2<br>599<br>601 | 0,203 | 0,82         | Fark yok   |
|        |           | 6. Sınıf | 181 | 4,38      | 0,59 |                 |       |              |            |
|        |           | 7. Sınıf | 286 | 4,36      | 0,60 |                 |       |              |            |
|        |           | Toplam   | 602 | 4,38      | 0,56 |                 |       |              |            |

\* $p<0,05$

Tablo 4 incelendiğinde İBEDTÖ duyuşsal alt boyutu puan ortalamalarında ( $F_{2-601}=2,463$ ;  $p=0,09$ ) ve BEDMDÖ toplam puan ortalamalarında ( $F_{2-601}=0,203$ ;  $p=0,82$ ) ortaokul öğrencilerinin sınıf düzeyleri arasında anlamlı bir fark tespit edilememiştir ( $p>0,05$ ). İBEDTÖ duyuşsal alt boyutunda 5. Sınıf puan ortalamaları ( $\bar{x}_{5.\text{Sınıf}}=4,57$ ), 6. Sınıf puan ortalamaları ( $\bar{x}_{6.\text{Sınıf}}=4,46$ ) ile 7. Sınıf puan ortalamaları ( $\bar{x}_{7.\text{Sınıf}}=4,51$ ) ve BEDMDÖ toplam puanlarında 5. Sınıf puan ortalamaları ( $\bar{x}_{5.\text{Sınıf}}=4,39$ ), 6. Sınıf puan ortalamaları ( $\bar{x}_{6.\text{Sınıf}}=4,38$ ) ve 7. Sınıf puan ortalamaları ( $\bar{x}_{7.\text{Sınıf}}=4,36$ ) olarak tespit edilmiştir. İBEDTÖ bilişsel alt boyutu puan ortalamalarında ( $F_{2-601}=3,239$ ;  $p=0,04$ ) ve İBEDTÖ toplam puan ortalamalarında ( $F_{2-601}=3,044$ ;  $p=0,04$ ) istatistiksel olarak anlamlı

fark tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Araştırmada gruplar arasındaki farkı belirlemek için varyansların homojen olmaması nedeni ile Post-Hoc Games-Howell testi uygulanmıştır. İBEDTÖ bilişsel alt boyutunda 5. Sınıfların puan ortalamalarının ( $\bar{x}_{5.Sınıf}=4,61$ ) 6. Sınıf puan ortalamaları ( $\bar{x}_{6.Sınıf}=4,51$ ) ve 7. Sınıf puan ortalamalarına ( $\bar{x}_{7.Sınıf}=4,49$ ) göre, İBEDTÖ toplam puanlarında 5. Sınıfların puan ortalamalarının ( $\bar{x}_{5.Sınıf}=4,59$ ), 6. Sınıf puan ortalamaları ( $\bar{x}_{6.Sınıf}=4,49$ ) ve 7. Sınıf puan ortalamalarına ( $\bar{x}_{7.Sınıf}=4,50$ ) göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ).

**Tablo 5.** İBEDTÖ ve BEDMDÖ Puanlarının Ortaokul Öğrencilerinin Düzenli Olarak Egzersiz Yapma Durumuna Göre Karşılaştırılması

| Ölçek  | Alt Boyutlar | Düzenli Egzersiz Yapma Durumu | n   | $\bar{x}$ | ss   | sd  | t    | p            |
|--------|--------------|-------------------------------|-----|-----------|------|-----|------|--------------|
| İBEDTÖ | Bilişsel     | Evet                          | 324 | 4,64      | 0,46 | 600 | 5,12 | <b>0,00*</b> |
|        |              | Hayır                         | 278 | 4,43      | 0,53 |     |      |              |
|        | Duyuşsal     | Evet                          | 324 | 4,62      | 0,45 | 600 | 5,13 | <b>0,00*</b> |
|        |              | Hayır                         | 278 | 4,41      | 0,55 |     |      |              |
|        | Toplam       | Evet                          | 324 | 4,63      | 0,42 | 600 | 5,51 | <b>0,00*</b> |
|        |              | Hayır                         | 278 | 4,42      | 0,51 |     |      |              |
| BEDMDÖ | Toplam       | Evet                          | 324 | 4,49      | 0,49 | 600 | 5,32 | <b>0,00*</b> |
|        |              | Hayır                         | 278 | 4,25      | 0,60 |     |      |              |

\* $p<0.05$

Tablo 5'e göre ortaokul öğrencilerinin düzenli olarak egzersiz yapma durumu bakımından İBEDTÖ bilişsel alt boyutlarında ( $t_{600}=5,12$ ;  $p=0,00$ ), duyuşsal alt boyutlarında ( $t_{600}=5,13$ ;  $p=0,00$ ), İBEDTÖ toplam ( $t_{600}=5,51$ ;  $p=0,00$ ) puanlarında ve BEDMDÖ toplam ( $t_{600}=5,32$ ;  $p=0,00$ ) puanlarında istatistiksel açıdan anlamlı fark tespit edilmiştir ( $p<0.05$ ).

İBEDTÖ bilişsel alt boyutunda düzenli egzersiz yapıyorum cevabını veren öğrencilerin ortalama puanlarının ( $\bar{x}_{Evet}=4,64$ ) iken düzenli egzersiz yapmıyorum cevabını veren öğrencilerin ortalama puanlarının ( $\bar{x}_{Hayır}=4,43$ ) olduğu, İBEDTÖ duyuşsal alt boyutunda düzenli egzersiz yapıyorum cevabını veren öğrencilerin ortalama puanlarının ( $\bar{x}_{Evet}=4,62$ ) iken düzenli egzersiz yapmıyorum cevabını veren öğrencilerin ortalama puanlarının ( $\bar{x}_{Hayır}=4,41$ ) olduğu, İBEDTÖ toplam puanlarında düzenli egzersiz yapıyorum cevabını veren öğrencilerin ortalama puanlarının ( $\bar{x}_{Evet}=4,63$ ) iken düzenli egzersiz yapmıyorum cevabını veren öğrencilerin ortalama puanlarının  $\bar{x}_{Hayır}=4,42$  olduğu tespit edilmiştir.

**Tablo 6.** İBEDTÖ ve BEDMDÖ Puanlarının Ortaokul Öğrencilerinin Okul Takımlarında Yer Alma Durumuna Göre Karşılaştırılması

| Ölçek  | Alt Boyutlar | Okul Takımlarında Yer Alma Durumu | n   | $\bar{x}$ | ss   | sd  | t    | p            |
|--------|--------------|-----------------------------------|-----|-----------|------|-----|------|--------------|
| İBEDTÖ | Bilişsel     | Evet                              | 132 | 4,59      | 0,50 | 600 | 1,12 | 0,26         |
|        |              | Hayır                             | 470 | 4,53      | 0,50 |     |      |              |
|        | Duyuşsal     | Evet                              | 132 | 4,61      | 0,50 | 600 | 2,44 | <b>0,02*</b> |
|        |              | Hayır                             | 470 | 4,49      | 0,51 |     |      |              |
|        | Toplam       | Evet                              | 132 | 4,60      | 0,46 | 600 | 1,86 | 0,06         |
|        |              | Hayır                             | 470 | 4,51      | 0,47 |     |      |              |
| BEDMDÖ | Toplam       | Evet                              | 132 | 4,60      | 0,48 | 600 | 5,86 | <b>0,00*</b> |
|        |              | Hayır                             | 470 | 4,31      | 0,57 |     |      |              |

\* $p<0.05$

Tablo 6'ya göre ortaokul öğrencilerinin okul takımlarında yer alma durumu değişkeni bakımından İBEDTÖ bilişsel alt boyutları ( $t_{600}=1,12$ ;  $p=0,26$ ) ve İBEDTÖ toplam alt boyutları ( $t_{600}=1,86$ ;  $p=0,06$ ) puanlarında istatistiksel açıdan anlamlı fark tespit edilememiştir ( $p>0,05$ ). Ancak İBEDTÖ duyuşsal alt boyutları ( $t_{600}=2,44$ ;  $p=0,02$ ) ve BEDMDÖ toplam alt boyutları ( $t_{600}=5,86$ ;  $p=0,00$ ) puanlarında istatistiksel açıdan anlamlı fark tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ).

İBEDTÖ bilişsel alt boyutunda okul takımlarında yer aldığını belirten öğrencilerin ortalama puanlarının  $\bar{x}_{\text{Evet}}=4,59$  iken okul takımlarında yer almadığını belirten öğrencilerin ortalama puanlarının  $\bar{x}_{\text{Hayır}}=4,53$  olduğu, İBEDTÖ duyuşsal alt boyutunda okul takımlarında yer aldığını belirten öğrencilerin ortalama puanlarının  $\bar{x}_{\text{Evet}}=4,61$  iken okul takımlarında yer almadığını belirten öğrencilerin ortalama puanlarının  $\bar{x}_{\text{Hayır}}=4,49$  olduğu ve İBEDTÖ toplam puanlarında okul takımlarında yer aldığını belirten öğrencilerin ortalama puanlarının  $\bar{x}_{\text{Evet}}=4,60$  iken okul takımlarında yer almadığını belirten öğrencilerin ortalama puanlarının  $\bar{x}_{\text{Hayır}}=4,51$  olduğu tespit edilmiştir. BEDMDÖ toplam puanlarında ise okul takımlarında yer aldığını belirten öğrencilerin ortalama puanlarının  $\bar{x}_{\text{Evet}}=4,60$  iken okul takımlarında yer almadığını belirten öğrencilerin ortalama puanlarının  $\bar{x}_{\text{Hayır}}=4,31$  olduğu tespit edilmiştir.

**Tablo 7.** İBEDTÖ ve BEDMDÖ Puanları Pearson korelasyon test sonuçları

|               |   | İBEDTÖ Toplam | İBEDTÖ Bilişsel | İBEDTÖ Duyuşsal |
|---------------|---|---------------|-----------------|-----------------|
| BEDMDÖ Toplam | r | ,599**        | ,511**          | ,612**          |
|               | p | <b>,000</b>   | <b>,000</b>     | <b>,000</b>     |
|               | n | 602           | 602             | 602             |

\*\* $p<0,001$

Yapılan pearson korelasyon analizi sonucuna göre BEDMDÖ toplam puanları ile İBEDTÖ toplam puanları arasında pozitif yönde, orta düzeyde ve anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ( $r=,599$ ;  $p<0,001$ ). Ayrıca İBEDTÖ bilişsel alt boyutu ile BEDMDÖ toplam puanları arasında pozitif yönde, orta düzeyde ve anlamlı bir ilişki

( $r=,511$ ;  $p<0,001$ ) ve yine İBEDTÖ duyuşsal alt boyutu ile BEDMDÖ toplam puanları arasında pozitif yönde, orta düzeyde ve anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ( $r=,612$ ;  $p<0,001$ ).

## **Tartışma**

Katılımcıların cinsiyet değişkeni bakımından t testi ile yapılan analiz sonucunda ölçeğin tüm alt boyutları ve toplam puanlarında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık meydana geldiği görülmüştür. Çolak (2019) yaptığı çalışmada cinsiyet parametrelerine göre beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutum puanları mukayese edildiğinde kız ve erkeklerin tutum puanları bakımından istatistiki olarak aralarında anlamlılık olduğunu belirlemiştir. Benzer olarak Gürsoy, Gürsoy, Zekioğlu ve Çamlıyer, (2020), yapmış oldukları araştırmada beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutum ve davranış toplam skoru ile öğrenmeye yönelik sorumluluk toplam skorlarının cinsiyete göre karşılaştırıldığında kız öğrencilerin lehine istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuşlar ve sonuç olarak çalışmamızdan elde ettiğimiz bulgular ile paralellik gösterdiği görülmüştür. Literatürde cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık gösteren birçok çalışma mevcut olup çalışmamızın sonuçlarıyla paralellik göstermektedir (Başer, 2009; Colquitt, Walker, Langdon, McCollum ve Pomazal, 2012; Çelik ve Pular, 2011; Hünük, 2006, Taşğın ve Tekin, 2009; Karaman, 2019; Şentürk, 2019; Yücekaya, 2020; Zeng, Hipscher ve Leung, 2011). Öte yandan İnan (2019), çalışmasında üstün yetenekli öğrencilerin cinsiyetlerine göre beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumları arasında anlamlı farklılık olmadığı sonucuna ulaştığı gibi literatürde cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık göstermeyen çalışmalara da rastlanmaktadır (Balyan, Yerlikaya Balyan ve Kiremitçi, 2012; Biçer, 2021; Gürbüz ve Özkan, 2012; Kılıç ve Çimen, 2018; Stelzer, Ernest, Fenster ve Langford, 2004; Taşmektepligil, Yılmaz ve İmamoğlu, 2006). Bunula birlikte ölçeğin tüm alt boyutlarında erkek öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine karşı olan tutumları ve mutluluk düzeyleri ile kız öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine karşı olan tutumları ve mutluluk düzeyleri arasında erkek öğrenciler lehine anlamlılık olduğu görülmüştür. Böylelikle erkek öğrencilerin, kız öğrencilere kıyasla beden eğitimi ve spor dersine ilişkin daha fazla olumlu tutum sergiledikleri ve mutluluk düzeyinin daha yüksek olduğu sonucuna varılmaktadır. Bu sonucu Zeng vd. (2011), tarafından yapılan araştırmada cinsiyet farklılıklarıyla ilgili olarak erkek çocuklar ile kız çocuklar arasındaki farklılığı mevcut

çalışmasında erkek çocuklar lehine anlamlı bulmuş ve benzer olarak Oktay (1991), araştırmasında öğrenim gören erkeklerin kızlara nispeten beden eğitimi dersine ilişkin sergiledikleri tutum puanlarının olumlu ve yüksek olduğu sonucuna ulaşarak çalışmamızın sonucuyla paralellik göstermektedir (Çetin, 2007; Gürbüz, 2011; Yücekaya, 2020).

Sınıf düzeyi değişkenine göre yapılan ANOVA testi sonucuna göre İBEDTÖ duyuşsal alt boyutu puan ortalamalarında ve BEDMDÖ toplam puan ortalamalarında ortaokul öğrencilerinin sınıf seviyelerine ilişkin anlamlılığa rastlanılamamıştır. Gürbüz (2011) çalışmasında öğrencilerin verdikleri yanıtlar neticesinde sınıf düzeyleriyle beden eğitimi ve spor dersine karşı göstermiş oldukları tutumlar arasında anlamlı bir farklılığa rastlayamamıştır. Bu sonuç ile çalışmamızı destekler niteliktedir. Literatürde bu sonuç ile paralellik gösteren çalışmalar da bulunmaktadır (Biçer, 2021; Karaman, 2019; Şentürk, 2019). Araştırmamızda sınıf derecesi yükseldikçe beden eğitimi ve spor dersinden duyulan mutluluk düzeyinde düşüş gözlenmektedir. Yücekaya (2020) çalışmasında öğrencilerin sınıf değişkeni açısından beden eğitimi ve spor dersi mutluluk seviyeleri 5, 6 ve 7. Sınıf öğrencilerinin 8. sınıf öğrencilerine kıyasla anlamlı bir şekilde yüksek bularak araştırmamızdan elde edilen sonucu desteklemektedir. Öte yandan çalışmamızda İBEDTÖ bilişsel alt boyutu puan ortalamalarında ve İBEDTÖ toplam puan ortalamalarında istatistiki olarak anlamlı bir farklılığa rastlanılmıştır. Öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine ilişki tutumları, okudukları sınıfa seviyesine bağlı olarak anlamlı bir şekilde değişmektedir. Beşinci sınıflarda eğitim-öğretim gören erkek ve kız öğrencilerin beden eğitimi dersine karşı tutumları altıncı sınıflarda eğitim gören erkek ve kız öğrencilerin gösterdiği tutumlarına kıyasla ölçek toplam puanlarında daha olumlu olduğu neticesine varılmıştır. Beşinci sınıfta eğitim-öğretim gören öğrencilerin yedinci sınıfta okuyan öğrencilere göre ölçek bilişsel alt boyut puanlarında tutum ortalamaları daha yüksek olduğundan anlamlı fark tespit edilmiştir. Hünük (2006)'ün yapmış olduğu araştırmanın sonucuna baktığımızda farklı sınıf kademelerinde okuyan öğrencilerden elde edilen sonuçlarda istatistiksel olarak birtakım farklılıklar tespit edilmiştir. Erkek ve kız öğrencilerin sınıf seviyesi arttıkça tutum puanları ortalamalarının azaldığı görülmüştür. Yıldız ve Özbek, (2018) yapmış oldukları çalışmada öğrencilerin sınıf düzeyine göre beden eğitimi dersine olan olumlu tutumlarında, sınıf düzeyi yükseldikçe azalma tespit edilmişlerdir. Bu çalışmalarda elde edilen sonucu destekleyen bazı çalışmalar literatürde mevcuttur (Haladyna ve

Thomas, 1979; Holoğlu Girgin, 2006; Koca ve Aşçı, 2004; Krouscas, 1999; Taşdemir, 2019). Bu çalışmalardaki bulgular elde ettiğimiz bulgularla örtüşmektedir.

Katılımcıların beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutumları ve mutluluk düzeylerinin düzenli egzersiz yapma alışkanlığı değişkenine göre bağımsız örneklem t testi ile yapılan analiz sonucunda düzenli spor yapmayan öğrencilerin, beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutum ile mutluluk düzeyi puanları düzenli spor yapan öğrencilere göre düşük olduğu gözlenmiş ve anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Çolak (2019) yapmış olduğu bir araştırmada bulgularımızı destekler nitelikte düzenli spor yapan ve düzenli spor yapmayan öğrencilerin tutum puanları aralarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığa ulaşmıştır. Aynı şekilde Başar ve Sarı (2018) çalışmasında elde ettiği bulgulara göre düzenli spor yapanlar ile yapmayanlar arasında istatistiki açıdan anlamlılığın bulunduğunu ifade etmişlerdir. Bu çalışmalardan elde edilen sonuçlar araştırmamızın sonucu ile paralellik göstermektedir. Literatür incelemesinde çalışmamızın bulguları ile paralellik gösteren sonuçlar elde edilen çalışmalar da mevcuttur (Hünük, 2006; Khazae-pool, Sadeghi, Majlessi ve Rahimi Froushani, 2015). Öte yandan araştırmaya katılan öğrencilerden düzenli olarak spor yapma alışkanlığının bulunanların oranı, düzenli olarak spor yapma alışkanlığının bulunmayanlara göre yüksek olduğu tespit edilmiştir. Literatürde çalışmamızdan elde edilen sonuçları destekleyen birçok çalışma bulunmaktadır (Hagger, Chatzisarantis, Culverhouse ve Biddle 2003; Wallhead ve Ntoumanis, 2004). Buna rağmen araştırmamızdan elde edilen sonuçlarla benzerlik göstermeyen çalışmalara pek rastlanmamakla birlikte Aksoydan ve Çakır (2011) yapmış oldukları çalışmada düzenli spor yapma alışkanlığı ile ilgili anlamlılık tespit edememişlerdir. Düzenli olarak spor etkinliklerine katılan çocuklarda mutluluk hormonlarının salgılanması ile birlikte birçok psikolojik olumsuz faktör en aza indirgenmektedir. Aksine spor yapmayan çocuklarda çeşitli tutum ve davranışların spor yapanlara oranla daha olumsuz yönde seyrettiği söylenebilir.

Katılımcıların verdiği cevaplar neticesinde beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutumları okul takımlarında yer alma durumlarına göre bağımsız örneklem T-testi ile yapılan analiz sonucunda İBEDTÖ duyuşsal alt boyutları ve BEDMDÖ toplam alt boyutlarında anlamlı farklılık meydana geldiği belirlenmiştir. Filiz (2018) tarafından yapılan araştırmada öğrenciler okul takımında yer bulma durumlarına göre incelenmiş ve öğrencilerin verdikleri cevaplar neticesinde yapılan istatistik sonucu anlamlılık tespit



edilmiştir. Yaptığımız çalışma neticesinde ulaşılan sonuçlar ile paralellik gösteren Yıldız ve Özbek (2018) ile Topalli (2019) gibi çalışmalar da mevcuttur. Literatür incelendiğinde çalışmamızdan elde ettiğimiz sonuçları desteklemeyen bir araştırmaya rastlanılamamıştır. Öte yandan okul takımlarında yer alma değişkeni açısından okul takımında yer alan öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumları ile mutluluk düzeyi puanlarında okul takımında yer almayan öğrencilere göre tüm alt boyutlarda yüksek olduğu tespit edilmiştir. Yani okul takımında yer alan öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumları olumlu ve bu öğrenciler dersten aldıkları mutluluk düzeyi de okul takımında yer almayan öğrencilere göre daha yüksektir sonucuna ulaşılmıştır. Sonuçlardan anlaşılacağı üzere okul takımında yer almanın beden eğitimi ve spor dersine karşı olan tutumları ve mutluluk düzeylerinin arttırdığı görülmektedir.

Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumları ve mutluluk düzeylerine ilişkin erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumlarının ve mutluluk düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmektedir. Akabinde alt sınıflarda derse karşı tutumlarının ve mutluluk düzeylerinin daha yüksek olduğu gözlenmektedir. Ortaokul öğrencilerinin sportif faaliyetlere katılım sağlaması adına desteklenmesi en önemli unsurlardan olup, öğrencilerin sporla iç içe büyüyen, düzenli spor yapan, okul spor faaliyetlerine katılan bireyler olmaları derse karşı tutumları ile mutluluk düzeylerini olumlu yönde etkileyen bir faktör olduğu görülmüştür. Bununla birlikte öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumlarının arttığı ve mutluluk düzeylerinin yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Buradan hareketle ortaokul öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumlarının ve mutluluk düzeylerinin belirlenmesi, öğrencilerin sportif faaliyetlere yönlendirilmesi ve desteklenmesi ile doğrudan ilişkili olduğu düşünülmektedir.

## **Öneriler**

Araştırmadan elde edilen sonuçlar bağlamında beden eğitimi öğretmenleri, okul yöneticileri, kurum ve kuruluşlara yönelik öneriler:

- Düzenli spor yapma alışkanlığının oluşabilmesi için bireylere erken yaşlarda ulaşmak önemlidir. Bu nedenle ilkokul müfredatında bulunan spor ve fiziki etkinlikler dersine beden eğitimi ve spor öğretmenleri girmesi gerekmektedir.
- Sporun ülkemizde sadece hobi, eğlence ve sağlık amacıyla gerçekleştirilen etkinlikler şeklinde görülmesi nedeniyle bir yaşam tarzı haline getirmek için spor

kültürü bilinci oluşturulmalı ve bireylerin boş zamanlarda spor yapma alışkanlığı kazandırılmalıdır.

- Her dönem düzenli olarak yetenek taraması yapılmalı ve belirlenen öğrencilerin kulüplere yönlendirilerek lisanslı sporcu olmaları sağlanmalıdır. Böylece bu durumun ülke sporuna da katkı sağlayacağı düşünülmektedir.
- Çalışmada erkek öğrencilerin, kız öğrencilere kıyasla beden eğitimi ve spor dersine ilişkin daha fazla olumlu tutum sergiledikleri ve mutluluk düzeyinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu nedenle kız çocuklarının bireysel veya takım spor faaliyetlerine katılımı için kurs veya çalışmalara daha fazla katılmaları yönünden desteklenmelidir.
- Okul aile birliği ve yerel yönetimler gibi birimlerle işbirliği yapılarak okul spor faaliyetleri kapsamında daha çok öğrencinin katılımı sağlayacak etkinliklere yer verilmeli ve katılım noktasında malzeme, ulaşım gibi unsurlarda gerekli olan destek sağlanmalıdır.
- Mutluluk düzeyi yüksek olan fertler toplulukları şekillendirmeye ve geliştirmeye katkı sağlamaktadır. Bu nedenle mutluluğa olumlu etkisi olan beden eğitimi ve spor derslerinin devlet tarafından önemsenmesi ve desteklenmesi toplumların gelişmesine önemli düzeyde katkı sağlayacağı düşünülmektedir.
- Spor yapma alışkanlığının oluşabilmesi ve beden eğitimi dersine yönelik tutum ve mutluluk düzeylerini ortaya koymak adına farklı örneklem gruplarına daha geniş kapsamlı araştırmalar yapılabilir. İlgili araştırmalar artırılarak sonrasında bölgesel farkların ne olduğu belirlenip ortak sorunlar üzerine çalışılabilir.
- Beden eğitimi ve spor dersine ilişkin yapılan bilimsel çalışmalardan elde edilen sonuçlar göz önünde bulundurulmalı ve beden eğitimi ve spor dersi öğretim planları oluşturulurken öğrencilerin beklentileri, ihtiyaçları, derse yönelik tutumları dikkate alınarak olumsuz tutumlarını olumlu hale getirecek kazanımlar ve etkinlikler şeklinde planlanmalıdır.

## Kaynaklar

- Abbasoğlu, E. (2011). *Beden Eğitimi Öğretmeni Adaylarının Öğretmenlik Mesleğine İlişkin Tutum ve Benlik Saygılarının İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi: T.C. Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Trabzon.
- Aksoydan, E., & Çakır, N. (2011). Adölesanların Beslenme Alışkanlıkları, Fiziksel Aktivite Düzeyleri ve Vücut Kitle İndekslerinin Değerlendirilmesi. *Gülhane Tıp Dergisi*, 254-270.
- Aybek, A. (2007). *Öğrencilerin Beden Eğitimi Dersine ve Ders Dışı Etkinliklere Yönelik Tutumlarında Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Rolü*. Yüksek Lisans Tezi: T.C. Ondokuzmayıs Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Samsun.

- Aydilek, E. (2019). *Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının Yaşam Doyumları ve Beden Eğitimi Öğretmenlik Mesleğine Yönelik Tutumları*. Yüksek Lisans Tezi: T.C. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Samsun.
- Aydın, M. S. (2017). *Kütahya İlinde Bulunan İlköğretim Kurumları İkinci Kademedeki Öğrenim Gören Öğrenci ve Görev Yapan Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Beden Eğitimi ve Spor Dersine Yönelik Görüş ve Tutumlarının İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi: T.C. Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kütahya.
- Balcıoğlu, B. (1998). *Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Öğrencilerinin Değer Sistemleri ve Sorun Çözmedeki Yeterlilikleri*. Yüksek Lisans Tezi: T.C. Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Kocaeli.
- Baltacı, A. (2018). Nitel araştırmalarda örnekleme yöntemleri ve örnek hacmi sorunsalı üzerine kavramsal bir inceleme. *Bitlis Eren Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(1), 231-274.
- Balyan, M., Yerlikaya Balyan, K., & Kiremitçi, O. (2012). Farklı Sportif Etkinliklerin İlköğretim 2. Kademe Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersine Yönelik Tutum, Sosyal Beceri ve Öz yeterlik Düzeylerine Etkileri. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 196-201.
- Başar, S., & Sarı, İ. (2018). Düzenli Egzersizin Deperasyon, Mutluluk ve Psikolojik İyi Oluş Üzerine Etkisi. *İnönü Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 25-34.
- Başar, S. A. (2009). *Öğretmen Niteliklerinin Beden Eğitimi Dersi Alan Öğrencilerin Bu Dersine Karşı Olan Tutumlarına Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi: T.C. Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bolu.
- Biçer, Ş. (2021). *Lise Düzeyinde Öğrenim Gören Öğrencilerin Beden Eğitimi ve Spor Dersine Yönelik Tutumlarının İncelenmesi (Siirt-Kurtalan Örneği)*. Yüksek Lisans Tezi: T.C Bursa Uludağ Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Bursa.
- Bird, J. M., & Markle, R. S. (2012). Subjective Well-being in School Environments: Promoting Positive Youth Development Through Evidence-based Assessment and Intervention. *American Journal of Orthopsychiatry*, 61-66.
- Bodur, M. (2006). *Eğitim Fakültesi Programlarının Farklı Lise Çıkışlı Öğrencilerin Öğretmenlik Tutumlarına Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi: T.C. Uludağ Üniversitesi

Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Eğitim Programları ve Öğretim Bilim Dalı, Bursa.

Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2008). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Pegem A Yayıncılık.

Colquitt, G., Walker, A., Langdon, J. L., McCollum, S., & Pomazal, M. (2012). Exploring Student Attitudes Toward Physical Education and Implications For Policy. *Sport Scientific and Practical Aspects*, 9(2), 5-12.

Çelik, Z., & Pular, A. (2011). Ortaöğretim Öğrencilerinin Beden Eğitimi ve Spora İlişkin Tutumları. *Van Yüzüncüyıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi Özel Sayısı*, 115-121.

Çetin, M. (2007). *Ortaöğretim Öğrencilerinin Beden Eğitimi ve Spora İlişkin Tutumlarının Karşılaştırılması (Kırşehir İl Örneği)*. Yüksek Lisans Tezi: T.C. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bilim Dalı, Ankara.

Çolak, F. Ş. (2019). *Ortaokul Öğrencilerinin Beden Eğitimi ve Spor Dersine Yönelik Tutumlarının Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi (Erzurum İli Örneği)*. Yüksek Lisans Tezi: T.C. Atatürk Üniversitesi Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Ana Bilim Dalı Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Bilim Dalı, Erzurum.

Delextrat, A. A., Warner, S., Graham, S., & Neupert, E. (2016). An 8-week Exercise Intervention Based on Zumba Improves Aerobic Fitness and Psychological Well-Being In Healthy Women. *Journal of Physical Activity and Health*, 131-139.

Duman, T. (2018). *Beden Eğitimi ve Spor Öğretmen Adaylarının Öğretmenlik Mesleğine Yönelik Tutumları ve Akademik Öz Yeterlilik Düzeylerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi: T.C. Hitit Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Çorum.

Filiz, M. A. (2018). *Ortaokul Çağındaki Çocukların Beden Eğitimi ve Spor Dersine Yönelik Tutumları İle Okula Bağlanma Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi: T.C. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Spor Eğitimi Anabilim Dalı Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, İstanbul.

- Gürbüz, A. (2011). *İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Beden Eğitimi ve Spor Dersine İlişkin Tutumlarının Belirlenmesi (Muğla İl Örneği)*. Muğla: T.C. Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı.
- Gürbüz, A., & Özkan, H. (2012). İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Beden Eğitimi ve Spor Dersine. *Pamukkale Spor Bilimleri Dergisi*, 78-89.
- Gürsoy, S., Gürsoy, R., Zekioğlu, A., & Çamlıyer, H. (2020). Ortaokul Öğrencilerinin Beden Eğitimi ve Spor Dersine Yönelik Tutumları İle Öğrenmeye Karşı Sorumluluk Davranışları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Uluslararası Akademik Psikolojik Danışma ve Rehberlik Araştırmaları Dergisi*, 9-17.
- Hagger, M. S., Chatzisarantis, N. L., Culverhouse, T., & Biddle, S. J. (2003). The processes by which perceived autonomy support in physical education promotes leisure-time physical activity intentions and behavior: A trans-contextual model. *Journal of Educational Psychology*, 95(4), 784-795.
- Haladyna, T., & Thomas, G. (1979). The attitudes of elementary school children toward school and subject matters. *The Journal of Experimental Education*, 48(1), 18-23.
- Holoğlu Girgin, O. (2006). *İlköğretim İkinci Kademe Öğrenim Gören Kız Öğrencilerin Beden Eğitimi Dersine Karşı Tutumları*. Yüksek Lisans Tezi: T.C. Uludağ Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Eğitim-Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Bursa.
- Hünük, D. (2006). *Ankara İli Merkez İlçelerindeki İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersine İlişkin Tutumlarının Sınıf Düzeyi, Öğrenci Cinsiyeti, Öğretmen Cinsiyeti ve Spora Aktif Katılımları Açısından Karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi: T.C. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- İnan, S. A. (2019). *Üstün Yetenekli ve Normal Gelişim Gösteren Öğrencilerin Beden Eğitimi ve Spor Dersine Yönelik Tutumlarının İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi: T.C. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı, Ankara.
- Kalemoğlu Varol, Y., Ünlü, H., & Erbaş, M. K. (2016). İlköğretim Beden Eğitimi Dersi Tutum Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 27 (1), 16–26.
- Kangal, A. (2013). Mutluluk Üzerine Kavramsal Bir Değerlendirme ve Türk Hane Halkı İçin Bazı Sonuçlar. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 214-233.

- Kangalgil, M., Hünük, D., & Demirhan, G. (2006). İlköğretim, Lise ve Üniversite Öğrencilerinin Beden Eğitimi ve Spora İlişkin Tutumlarının Karşılaştırılması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 17 (2), 48-57.
- Karaman, E. (2019). *Ortaokul Öğrencilerinin Beden Eğitimi ve Spor Dersine Karşı Tutumlarının Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi (Erzurum İl Örneği)*. Yüksek Lisans Tezi: T.C. Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzincan.
- Kaya, A. (2020). *İlköğretim Kurumları İkinci Kademedeki Öğrenim Gören Öğrencilerin Beden Eğitimi ve Spor Dersine Yönelik Görüş ve Tutumlarının İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi: T.C. Bartın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Bartın.
- Kaya, A., Balay, R., & Göçen, A. (2012). Öğretmenlerin alternatif ölçme ve Değerlendirme Tekniklerine İlişkin Bilme, Uygulama ve Eğitim İhtiyacı Düzeyleri. *International Journal of Human Sciences*, 9(2), 1303-5134.
- Khazae-pool, M., Sadeghi, R., Majlessi, F., & Rahimi Foroushani, A. (2015). Effects of Physical Exercise Programme on Happiness Among Older People. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 22(1), 47-57.
- Kılıç, T., & Çimen, P. N. (2018). Ortaokul ve Lise Öğrencilerinin Beden Eğitimi ve Spor Dersine Karşı. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 1-13.
- Koca, C., & Aşçı, H. F. (2004). Atletik Yeterlik Düzeyi ve Cinsiyetin Beden Eğitime Yönelik Tutum Üzerine Etkisi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 15-24.
- Krouscas, J. A. (1999). *Middle school students' attitudes towards a physical education program*. Doktora Tezi: Virginia Polytechnic Institute and State University, Blacksburg, Virjinya.
- Oktay, A. (1991). Öğretmen Mesliği ve Öğretmen Nitelikleri. *Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Dergisi*, (3), 187-193.
- Öncü, E. (2007). *Bursa İlinde Bulunan İlköğretim Okullarına Bağlı Anasınıflarında Görev Yapan Yönetici ve Öğretmenler İle Anasınıflarına Devam Eden Çocukların Anne-Babalarının Kurumun Fiziksel Güvenliğine İlişkin Görüşleri*. Yüksek Lisans Tezi: T.C. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Çocuk Gelişimi Eğitimi Anabilim Dalı, Ankara.

- Özdemir, M. (2019). *Lise ve Ortaokul Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersi Sportmenlik Davranışları İle Sorumluluk Duygu ve Davranışları Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi: T.C. Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Erzincan.
- Phillips, S., & Silverman, S. (2012). Development of an instrument to assess fourth and fifth grade students' attitudes toward physical education. *Journal of Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 16(4), 316-327.
- Stelzer, J., Ernest, J. M., Fenster, M. J., & Langford, G. (2004). Attitudes Toward Physical Education: A Study Of Highschool Students From Four Countries- Austria, Czechrepublic, England, And USA. *College Student Journal*, 38 (2), 171-178.
- Şentürk, K. (2019). *Ortaokulda Öğrenim Gören Öğrencilerin ve Ebeveynlerinin Beden Eğitimi ve Spor Dersine Yönelik Tutumlarının İncelenmesi (Şanlıurfa-Halfeti Örneği)*. Yüksek Lisans Tezi: T.C. Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using Multivariate Statistics (sixth ed.)*. Boston: Pearson.
- Taşdemir, N. (2019). *Öğrencilerin Beden Eğitimi ve Spor Dersine Yönelik Tutumlarının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi (Ağrı İli Hamur İlçesi Örneği)*. Yüksek Lisans Tezi: Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı.
- Taşgın, Ö., & Tekin, M. (2009). Çeşitli Değişkenlere Göre İlköğretim ve Orta Öğretim Kurumlarında Öğrenim Gören Öğrencilerin Beden Eğitimi ve Spor Dersine İlişkin Tutum ve Görüşleri. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 457-466.
- Taşmektepligil, Y., Yılmaz, Ç., & İmamoğlu, O. (2006). İlköğretim Okullarında Beden Eğitimi Ders Hedeflerinin Gerçekleşme Düzeyi. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 139-147.
- Topalli, M. (2019). *Genel Ortaokul ve İmam Hatip Ortaokullarında Eğitim Gören Öğrencilerin Beden Eğitimi ve Spor Dersine Karşı Tutumlarının Karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi: T.C. Atatürk Üniversitesi Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Tschannen-Moran, M., Hoy, A. W., & Hoy, W. K. (1998). Review of Educational Research. *Teacher Efficacy: Its Meaning and Measure.*, 68(2), 202-248.

- Uğraş, S., & Serbes, Ş. (2019). Beden Eğitimi Dersi Mutluluk Düzeyi Ölçeği Geçerlik ve Güvenilirlik Çalışması. *Journal of Global Sport and Education Research*, II (2), 1-10.
- Uzun Dönmez, M., & İmamoğlu, O. (2020). Comparison of Attention Levels in Primary School Students in Terms of Gender and Physical Activity. *Asian Journal of Education and Training*, 6(2), 256-260.
- Wallhead, L. T., & Ntoumanis, N. (2004). Effects of a sport education intervention on students' motivational responses in physical education. *Journal of teaching in physical education*, 23(1), 4-18.
- Wojcik, S., Hovasapian, A., Graham, J., Motyl, M., & Ditto, P. (2015). Conservatives report, but liberals display, greater happiness. *Bilim*, 1243-1246.
- Yaldız, A. S., & Özbek, O. (2018). İlköğretim Okullarında Beden Eğitimi Dersine Yönelik Öğrenci ve Ana-Baba Tutumları. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 26(1), 75-81.
- Yamaner, F. (2002). Beden eğitimi ve spora giriş. *Emek Matbaacılık ve Reklamcılık*, 10.
- Yetgin, A. (2020). *İlkokulda Okuduğunu Anlama Yaratıcı Okuma Eleştirel Düşünme ve Üstbilişsel Farkındalık: İlişkisel Tarama Modelinde Bir Araştırma*. Yüksek Lisans Tezi: T.C. Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İlköğretim Sınıf Öğretmenliği Anabilim Dalı Sınıf Öğretmenliği Bilim Dalı, Kırıkkale.
- Yücekaya, M. A. (2020). Ortaokul Öğrencilerinin Beden Eğitimi ve Spor Dersi Mutluluk Düzeylerinin İncelenmesi. *Uluslararası Dağcılık ve Tırmanış Dergisi*, 3(1), 27-37.
- Zeng, H. Z., Hipscher, M., & Leung, R. W. (2011). Attitudes of High School Students Toward Physical Education and Their Sport Activity Preferences. *Journal of Social Sciences*, 7 (4): 529-537.



## Spor Yapan Lise Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş ve Özerklik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Musa ÇİMEN<sup>1\*</sup> 

Özer YILDIZ<sup>1</sup> 

<sup>1</sup>Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, KONYA

 DOI: 10.31680/gaujss.1146465

### Örijinal Makale / Original Article

Geliş Tarihi / Received: 21.07.2022

Kabul Tarihi / Accepted: 08.09.2022

Yayın Tarihi / Published: 22.09.2022

### Öz

Bu araştırmanın amacı, spor yapan lise öğrencilerinin öznel iyi oluş ve özerklik düzeyleri arasındaki ilişkinin farklı değişkenlere göre incelenmesidir. Araştırmanın örneklemini Karaman İl Millî Eğitim Müdürlüğü'ne bağlı farklı liselerde öğrenim gören ve amaçlı örnekleme yöntemi ile seçilen 533 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmada katılımcıların demografik bilgilerini belirlemek için "Kişisel Bilgi Formu", öznel iyi oluş düzeylerini belirlemek için Özen (2005) tarafından geliştirilen "Öznel İyi Oluş Ölçeği (ÖİÖÖ)" ve özerklik düzeylerini belirlemek için Noom ve ark. (2001) tarafından geliştirilen, Musaağaoğlu (2004) tarafından Türkçe'ye uyarlaması yapılan ve Özdemir (2016) tarafından ölçeğin orijinal formuna göre geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılan "Ergen Özerklik Ölçeği (EÖÖ)" kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre; cinsiyet ve düzenli antrenman yapma değişkeni ile Öznel İyi Oluş Ölçeği arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık belirlenmiş, spor branşı değişkeni ile Öznel İyi Oluş Ölçeği arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Cinsiyet değişkeni ile Ergen Özerklik Ölçeği duygusal özerklik alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık belirlenmiş, işlevsel özerklik ve tutumsal özerklik alt boyutlarında ise anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Spor branşı değişkeni ile Ergen Özerklik Ölçeği duygusal özerklik, işlevsel özerklik ve tutumsal özerklik alt boyutlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Düzenli antrenman yapma değişkeni ile Ergen Özerklik Ölçeği alt boyutlarından işlevsel özerklik ve tutumsal özerklik alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık belirlenmiş, duygusal özerklik alt boyutunda anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Öznel İyi Oluş Ölçeği ile Ergen Özerklik Ölçeği alt boyutlarından tutumsal özerklik arasında istatistiksel olarak pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu, duygusal özerklik alt boyutunda ise negatif yönlü anlamlı bir ilişkinin olduğu tespit edilmiş, işlevsel özerklik alt boyutunda ise anlamlı bir ilişkinin olmadığı belirlenmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Spor, lise, öğrenci, öznel iyi oluş, özerklik

## Investigation of the Relationship Between Subjective Well-Being and Autonomy Levels of Doing Sports High School Students

### Abstract

The aim of this study is to examine the relationship between subjective well-being and autonomy levels of high school students who do sports according to different variables. The research was carried out with the relational survey model, one of the general survey models. The sample of the research consisted of 533 high school students who study in different high schools affiliated to the Karaman Provincial Directorate of National Education selected by purposive sampling method. In the study were used the "Personal Information Form" to determine the demographic information of the participants, the "Subjective Well-Being Scale (SWBS)" developed by Özen (2005) to determine the subjective well-being levels, and the "Adolescent Autonomy Scale (AAS)" developed by Noom et al. (2001) and adapted into Turkish by Musaağaoğlu (2004) and for which validity and reliability studies were conducted by Özdemir (2016) according to the original form of the scale to determine autonomy levels. According to the results obtained from the research; A statistically significant difference was determined between gender and regular training variable and Subjective Well-Being, and no significant difference was found between the sports branch variable and Subjective Well-Being. A statistically significant difference was determined between the gender variable and the emotional autonomy sub-dimension of the Adolescent Autonomy Scale, but no significant difference was observed in the functional autonomy and attitudinal autonomy sub-dimensions. There was no

\*Sorumlu Yazar: Musa ÇİMEN

e-mail: musacimen1@hotmail.com

Bu araştırma Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı'nda 2021 yılında Yüksek Lisans tezi olarak sunulmuştur.

significant difference between the sport branch variable and the emotional autonomy, functional autonomy and attitudinal autonomy sub-dimensions of the Adolescent Autonomy Scale. There was a statistically significant difference between the regular training variable and the functional autonomy and attitudinal autonomy sub-dimensions of the Adolescent Autonomy Scale, but no significant difference was observed in the emotional autonomy sub-dimension. It was determined that there was a statistically positive and significant relationship between the Subjective Well-Being Scale and attitudinal autonomy, one of the sub-dimensions of the Adolescent Autonomy Scale, while there was a negative significant relationship in the emotional autonomy sub-dimension, while there was no significant relationship in the functional autonomy sub-dimension.

**Keywords:** Sports, high school, student, subjective well-being, autonomy

## Giriş

Spor ve sportif faaliyetler; sorumluluk, yardımlaşma ve iş birliği eğilimi ile bireylerin sosyalleşmesine yardımcı olan önemli bir faaliyet alanı olarak bilinmekte ve bunun yanında insan sağlığı üzerinde birçok yönden olumlu etki eden bir olgu olarak da görülmektedir.

Spor faaliyetleri, doğal olarak içerisinde bulunan ortamda tüm bireyleri farklı yönlerde etkileyerek bireylerin farklı alanlarda gelişim düzeylerini desteklemektedir (İlhan, 2008). Spor doğrudan veya dolaylı olarak bireylerin sosyalleşmelerine etki eder, bireyler spor faaliyetleri sayesinde tanımadıkları insanlarla tanışma imkanı bulur ve iletişim kurarlar. Spor etkinliklerinde, farklı düşüncelerden, farklı inançlardan, farklı kültürlerden insanlarla tanışma imkanı sağlayarak yeni arkadaş ortamlarının oluşmasına da zemin hazırlar. Spor yaparken daha önce hiç iletişim kurulmayan bireylere karşı saygı duyma, onlara başarı dileme, tebrik etme, yardım etme, sevgi, hüznün, gibi birçok duygu paylaşımı yaşanır. Spor faaliyetleri bize kurallara uyma, kararlara saygı duyma, kazanma, kaybetme, öfke kontrolü, galibiyet sevinci, mağlubiyet üzüntüsü gibi farklı deneyimler de kazandırır. Dolayısıyla spor bireylerin fiziksel, zihinsel, duygusal ve toplumsal açıdan gelişimleri, takım çalışmasının kolaylaştırılması, dayanışma kültürünün oluşması ve toplumsal kimliğin kazanılmasında etkin yollardan biridir. Sporun bireylere sosyal kimlik duygusu, grup üyeliği hissi kazandırması yanında, sosyalleşme üzerinde de olumlu etkileri vardır (Küçük ve Koç, 2004). Sporun insanoğlunun fizyolojik, psikolojik ve mental sağlığına önemli ölçüde katkı sağladığı ve insanları mutlu ettiği bilinmektedir. Sportif faaliyetlere katılan bireylerde faaliyet esnasında beyin, serotonin hormonu salgılamakta ve serotonin hormonunun salgılanması da bireye kendisini mutlu hissettirmektedir (Cihangir Çankaya, 2005).

İyi bir hayat sürmenin temelinde öznel iyi oluşun olduğu varsayılmaktadır. Bireylerin yaşamlarının irdelenmesini içeren öznel iyi oluş kavramı duygusal ve zihinsel yönleri içine alan çok boyutlu bir yapıya sahiptir (Diener, 1984). Düzenli spor yapan

insanlar spor yapmayan insanlarla karşılaştırıldıkları zaman spor yapan insanların spor yapmayan insanlara göre daha mutlu oldukları ve hayatlarından daha fazla keyif aldıklarını söylemek mümkündür. İnsan yaşamında mutluluk kelimesiyle ifade edilen kavram, psikoloji alanında “öznel iyi oluş” olarak ifade edilmektedir. Öznel iyi oluş literatürde, insanların yaşamlarından hoşnut olma derecesi olarak tanımlanmıştır (Cihangir Çankaya, 2005).

Özerklik kavramı Latince *autos* (öz) ve *nomos* (yönetim) kelimelerinin birleşmesinden oluşmaktadır. Özerkliğe ilişkin bir toplumun veya bireyin kendi kurallarına uygun yaşaması, kendi kurallarına göre hareket etmesi, kendi belirlediği yasa ve düzen dahilinde hayatını devam ettirmesi şeklinde değerlendirmeler yapılmıştır. Özerklik kavramı; daha yaygın bir ifadeyle bireylerin kendi kendini yönetmesi, kendi davranışlarının sorumluluğunu alması, yeni karar alabilmesi gibi başka bireylerden bağımsız ve aktif işleyişi ifade etmektedir (Özdemir, 2016). Bir başka tanıma göre özerklik, kişinin kendini düzenlemesi, bir taraftan sosyal bağların devam ettirilmesi bir taraftan da bağımsızlığı içine alan birçok özelliği barındırması olarak açıklanmaktadır (Zimmer Gembeck ve Collins, 2008).

Sporun, bireylerin özellikle müsabaka esnasında bireysel sorumluluk almalarına, liderlik yapmalarına ve kritik kararlar almalarına yol açtığı, bunun da doğrudan veya dolaylı olarak bireylerin sorumluluk duygusu, karar verme yeteneği gibi birçok özelliğini olumlu yönde geliştirdiği bilinmektedir. Bu durum sporun bireylerin öznel iyi oluş ve özerklik gelişim düzeylerini olumlu yönde etkilediğini göstermektedir. Bu araştırmanın amacı; spor yapan lise öğrencilerinin bazı değişkenlere göre öznel iyi oluş ve özerklik düzeyleri arasında ilişkide anlamlı fark olup olmadığını belirleyerek, sporun öznel iyi oluş ve özerklik düzeyleri arasındaki ilişkiyi etkileyip etkilemediğini ortaya koymaktır.

## **Yöntem**

### **Araştırmanın Modeli**

Araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden betimsel yöntem kullanılmış ve araştırma genel tarama modellerinden ilişki tarama deseni ile değerlendirilmiştir. Tarama modelleri, geçmişte ya da halen var olan bir durumu, olduğu şekliyle betimleyen (Karasar, 2005), ilişki tarama modelleri ise iki ya da daha çok sayıdaki değişken arasındaki birlikte değişimin varlığını ve/veya derecesini belirleyen modellerdir (Büyüköztürk ve ark., 2017).

## **Araştırmanın Evreni ve Örneklemi**

Araştırmanın evrenini, Karaman İl Millî Eğitim Müdürlüğü'nden alınan veriler doğrultusunda farklı liselerde öğrenim gören, 6408 lise öğrencisi oluşturmaktadır. Örneklem seçiminde 0,05 tolerans gösterilebilir hata için 30.000 kişiden oluşan bir evren içerisinde seçilecek 379 kişinin örneklem açısından yeterli olacağı ifade edilmektedir (Ural ve Kılıç, 2005). Güvenirliği yüksek tutabilmek için araştırmanın örneklemini, farklı okul türlerinden amaçlı örnekleme yöntemi ile seçilen 223 kadın, 310 erkek toplam 533 lise öğrencisi oluşturmuştur.

## **Veri Toplama Araçları**

*Kişisel Bilgi Formu:* Araştırmacılar tarafından geliştirilen kişisel bilgi formunda; lise öğrencilerinin cinsiyet, spor branşı ve düzenli antrenman yapma durumlarını içeren sorular bulunmaktadır.

*Öznel İyi Oluş Ölçeği:* "Öznel İyi Oluş Ölçeği (ÖİÖÖ)" Tuzgöl-Dost (2004) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde geliştirilmiş, Özen (2005) tarafından lise formu geliştirilerek lise öğrencileri üzerinde geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmış 5'li Likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin güvenilirliğine biri test- tekrar- test, diğeri iç tutarlılık olmak üzere iki yolla bakılmıştır. Güvenirlik çalışmaları sonucunda, ölçeğin Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı .91; test- tekrar- test uygulaması sonucu hesaplanan Pearson momentler çarpım korelasyon katsayısı .82 olarak bulunmuştur (Özen, 2005).

*Ergen Özerklik Ölçeği:* "Ergen Özerklik Ölçeği (EÖÖ)" Noom ve ark. (2001) tarafından geliştirilmiş, Musaağaoğlu (2004) tarafından Türkçe'ye uyarlanmış ve Özdemir (2016) tarafından ölçeğin orijinal formuna göre geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmış bir ölçektir. Özdemir (2016) ölçeğin üç faktörlü yapısı üzerinden ölçme modeli çalışmış ve sonuçlar kabul edilebilir düzeyde uyum değerleri üretmiştir ( $\chi^2 [42, N = 346] = 132.61.754$ ,  $\chi^2/df=3.15$ ; CFI=0.90; RMSEA=0.079). Üç faktörlü yapı için Cronbach Alfa iç tutarlılık değerleri duygusal özerklik için .69, işlevsel özerklik için .53 ve tutumsal özerklik için .81 olarak hesaplanmıştır.

## **Verilerin Toplanması**

Verilerin toplanması amacıyla Karaman Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü ve Karaman İl Millî Eğitim Müdürlüğü'nün önerileri dikkate alınarak belirlenen öğrencilere 15.10.2020 - 15.01.2021 tarihleri arasında veri toplama aşaması "Covid 19" salgını dikkate alınarak online iletişim araçları kullanılarak gerçekleştirilmiştir.

## Verilerin Analizi

Verilerin analizinde SPSS 22 paket programı kullanılmıştır. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek için çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri incelenmiş, verilerin normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. Veriler tanımlayıcı istatistikler, cinsiyet, düzenli antrenman yapma durumu ve spor branşı değişkenleri ile Öznel İyi Oluş Ölçeği ve Ergen Özerklik Ölçeği arasında farkı belirlemek için ANOVA ve MANOVA testi uygulanmıştır. Katılımcıların öznel iyi oluş düzeyleri ile ergen özerklik alt boyutları arasındaki ilişkiyi belirlemek için kanonik korelasyon testi kullanılmıştır.

## Bulgular

Katılımcıların cinsiyet değişkenine göre 223'ünün kadın (%41.8), 310'unun erkek (%58.2) lise öğrencisinden oluştuğu belirlenmiştir. Katılımcıların spor branşı değişkenine göre 42'sinin (%7.9) atletizm, 37'sinin (%6.9) badminton, 53'ünün (%9.9) basketbol, 36'sinin (%6.8) bisiklet, 71'inin (%13.3) futbol, 39'unun (%7.3) güreş, 41'inin (%7,7) hentbol, 38'inin (%7.1) judo, 46'sinin (%8.6) taekwondo, 67'sinin (%12.6) voleybol ve 63'ünün (%11.8) branşı olmayan katılımcılardan oluştuğu tespit edilmiştir. Katılımcıların düzenli antrenman durumu değişkenine göre 322 kişinin (%60.4) antrenmanlara düzenli katıldığı, 211 kişinin (%39.6) ise antrenmanlara düzenli katılmadıkları saptanmıştır.

**Tablo 1.** Cinsiyet, Spor Branşı ve Düzenli Antrenman Yapma Durumu Değişkenleri ile Öznel İyi Oluş Ölçeği ANOVA Sonuçları

|  | <i>df</i> | <i>Ort. Kare</i> | <i>F</i> | <i>P</i> | <i>ŋ</i> <sup>2</sup> |
|--|-----------|------------------|----------|----------|-----------------------|
| Cinsiyet                                     | 1         | 591.95           | 4.85     | .03*     | .01                   |
| Spor Branşı                                  | 10        | 79.51            | .65      | .77      | .01                   |
| Düzenli Antr. Yapma                          | 1         | 773.09           | 6.33     | .01*     | .01                   |
| Cinsiyet, Spor Branşı,<br>Düzenli Ant. Yapma | 9         | 124.31           | 1.02     | .43      | .02                   |
| Hata   | 490       | 122.16           |          |          |                       |
| Toplam                                       | 533       |                  |          |          |                       |

Tablo 1 incelendiğinde, katılımcıların Öznel İyi Oluş Ölçeği ile cinsiyet, spor branşı ve düzenli antrenman yapma durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ( $F_{(9)} = 1.02$ ,  $p > .05$ ). Ana etkiler incelendiğinde, cinsiyet ( $F_{(1)} = 4.85$ ,  $p < .05$ ) ve düzenli antrenman yapma durumu ( $F_{(1)} = 6.33$ ,  $p < .05$ ) değişkenlerinde anlamlı bir farklılık belirlenmiştir. Erkek katılımcıların öznel iyi oluş düzeyleri kadın katılımcıların özel iyi oluş düzeylerinden yüksek bulunmuştur. Düzenli

antrenman yapan katılımcıların öznel iyi oluş düzeylerinin yapmayan katılımcıların öznel iyi oluş düzeylerinden daha yüksek olduğu saptanmıştır. Spor branşı değişkeni incelendiğinde ise anlamlı bir farklılık görülmemiştir ( $F_{(10)}=.65$ ,  $p>.05$ ).

**Tablo 2.** Cinsiyet Spor Branşı ve Düzenli Antrenman Yapma Durumu Değişkenleri ile Ergen Özerklik Ölçeği MANOVA Sonuçları

|   |                    | <i>F</i> | <i>Hipotez Sd</i> | <i>Hata Sd</i> | <i>P</i> | <i>ŋ</i> <sup>2</sup> |
|---|--------------------|----------|-------------------|----------------|----------|-----------------------|
| Cinsiyet                                | Pillai's Trace     | 2.48     | 3.00              | 488.00         | .06      | .02                   |
|   | Wilks' Lambda      | 2.48     | 3.00              | 488.00         | .06      | .02                   |
|   | Hotelling's Trace  | 2.48     | 3.00              | 488.00         | .06      | .02                   |
|   | Roy's Largest Root | 2.48     | 3.00              | 488.00         | .06      | .02                   |
| Spor Branşı                             | Pillai's Trace     | 1.07     | 30.00             | 1470.00        | .36      | .02                   |
|   | Wilks' Lambda      | 1.07     | 30.00             | 1433.05        | .36      | .02                   |
|   | Hotelling's Trace  | 1.07     | 30.00             | 1460.00        | .37      | .02                   |
|   | Roy's Largest Root | 1.67     | 10.00             | 490.00         | .09      | .03                   |
| Düzenli Antr. Yapma                     | Pillai's Trace     | 4.77     | 3.00              | 488.00         | .00      | .03                   |
|   | Wilks' Lambda      | 4.77     | 3.00              | 488.00         | .00      | .03                   |
|   | Hotelling's Trace  | 4.77     | 3.00              | 488.00         | .00      | .03                   |
|   | Roy's Largest Root | 4.77     | 3.00              | 488.00         | .00      | .03                   |
| Cinsiyet Spor Branşı Düzenli Ant. Yapma | Pillai's Trace     | 1.35     | 27.00             | 1470.00        | .11      | .02                   |
|   | Wilks' Lambda      | 1.35     | 27.00             | 1425.85        | .11      | .02                   |
|   | Hotelling's Trace  | 1.35     | 27.00             | 1460.00        | .11      | .02                   |
|   | Roy's Largest Root | 2.50     | 9.00              | 490.00         | .01      | .04                   |

Tablo 2 incelendiğinde, cinsiyet, spor branşı ve düzenli antrenman yapma durumu değişkenleri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ( $F_{(27)}= 1.35$ ,  $p>.05$ ). Anlamlı farklılık belirlenmediği için ana etkiler tablosu hazırlanmıştır.

**Tablo 3.** Cinsiyet, Spor Branşı ve Düzenli Antrenman Yapma Durumu Değişkenleri ile Ergen Özerklik Ölçeği Alt Boyutları Ana Etkiler Tablosu

|                   | <i>Bağımlı Değişken</i> | <i>df</i> | <i>Ort. Kare</i> | <i>F</i> | <i>P</i> | <i>ŋ</i> <sup>2</sup> |
|-------------------|-------------------------|-----------|------------------|----------|----------|-----------------------|
| Cinsiyet          | Duygusal Özerklik       | 1         | 2.02             | 4.29     | .04*     | .01                   |
|                   | İşlevsel Özerklik       | 1         | .20              | .72      | .40      | .00                   |
|                   | Tutumsal Özerklik       | 1         | .52              | 3.18     | .08      | .01                   |
| Spor Branşı       | Duygusal Özerklik       | 10        | .64              | 1.36     | .20      | .03                   |
|                   | İşlevsel Özerklik       | 10        | .36              | 1.31     | .22      | .03                   |
|                   | Tutumsal Özerklik       | 10        | .10              | .63      | .79      | .01                   |
| Düzenli Ant. Yap. | Duygusal Özerklik       | 1         | .12              | .26      | .61      | .00                   |
|                   | İşlevsel Özerklik       | 1         | 1.30             | 4.74     | .03*     | .01                   |
|                   | Tutumsal Özerklik       | 1         | 1.84             | 11.25    | .00*     | .02                   |
| Hata              | Duygusal Özerklik       | 490       | .47              |          |          |                       |
|                   | İşlevsel Özerklik       | 490       | .27              |          |          |                       |
|                   | Tutumsal Özerklik       | 490       | .16              |          |          |                       |
| Toplam            | Duygusal Özerklik       | 533       |                  |          |          |                       |
|                   | İşlevsel Özerklik       | 533       |                  |          |          |                       |
|                   | Tutumsal Özerklik       | 533       |                  |          |          |                       |

Tablo 3 incelendiğinde, cinsiyet değişkeni ile Ergen Özerklik Ölçeği duygusal özerklik alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık belirlenmiştir ( $F_{(1, 490)}=$

4.29,  $p < .05$ ). Kadın katılımcıların duygusal özerklik düzeylerinin erkek katılımcıların duygusal özerklik düzeylerinden daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. İşlevsel özerklik ( $F_{(1, 490)} = .72$ ,  $p > .05$ ) ve tutumsal özerklik ( $F_{(1, 490)} = 3.18$ ,  $p > .05$ ) alt boyutlarında ise istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmemiştir.

Spor branşı değişkeni ile Ergen Özerklik Ölçeği alt boyutlarından duygusal özerklik ( $F_{(10, 490)} = 1.36$ ,  $p > .05$ ), işlevsel özerklik ( $F_{(10, 490)} = 1.31$ ,  $p > .05$ ) ve tutumsal özerklik ( $F_{(10, 490)} = .63$ ,  $p > .05$ ) alt boyutlarında anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Düzenli antrenman yapma değişkeni ile Ergen Özerklik Ölçeği alt boyutlarından işlevsel özerklik ( $F_{(1, 490)} = 4.74$ ,  $p < .05$ ) ve tutumsal özerklik ( $F_{(1, 490)} = 11.25$ ,  $p < .05$ ) alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Düzenli antrenman yapan katılımcıların yapmayan katılımcılara göre işlevsel özerklik ve tutumsal özerklik düzeylerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Duygusal özerklik ( $F_{(1, 490)} = .26$ ,  $p > .05$ ) alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmemiştir.

**Tablo 4.** Öznel İyi Oluş Ölçeği İle Ergen Özerklik Ölçeği Alt Boyutları Korelasyon Sonuçları

|                   |                   | Öznel İyi Oluş | Tutumsal Özerklik | Duygusal Özerklik | İşlevsel Özerklik |
|-------------------|-------------------|----------------|-------------------|-------------------|-------------------|
| Öznel İyi Oluş    | Korelasyon Değeri | 1              | .24               | -.09              | .07               |
|                   | p                 |                | .00*              | .05               | .13               |
| Tutumsal Özerklik | Korelasyon Değeri | .24            | 1                 | -.11              | .14               |
|                   | p                 | .00*           |                   | .01*              | .00               |
| Duygusal Özerklik | Korelasyon Değeri | -.09           | -.11              | 1                 | .17               |
|                   | p                 | .05            | .01*              |                   | .00*              |
| İşlevsel Özerklik | Korelasyon Değeri | .07            | .14               | .17               | 1                 |
|                   | p                 | .13            | .00*              | .00*              |                   |

Tablo 4 incelendiğinde, katılımcıların Öznel İyi Oluş Ölçeği ile Ergen Özerklik Ölçeği alt boyutlarından tutumsal özerklik arasında istatistiksel olarak pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir ( $r = .24$ ,  $p < .05$ ). Duygusal özerklik alt boyutunda ise istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmemiş, katılımcıların öznel iyi oluş düzeyleri ile duygusal özerklik düzeyleri arasında negatif yönlü bir ilişki belirlenmiştir ( $r = -.09$ ,  $p < .05$ ). Öznel iyi oluş düzeyleri ile işlevsel özerklik alt boyutu arasında anlamlı ilişki saptanmamıştır ( $r = .07$ ,  $p > .05$ ).

## Tartışma

Tablo 1'deki bulgular incelendiğinde, katılımcıların öznel iyi oluş düzeyleri ile cinsiyet, spor branşı ve düzenli antrenman yapma durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Ana etkiler tablosu incelendiğinde, cinsiyet

ve düzenli antrenman yapma durumu değişkenlerinde anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Cinsiyet değişkeni açısından erkek katılımcıların öznel iyi oluş düzeylerinin kadın katılımcıların öznel iyi oluş düzeylerinden daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu sonuca göre erkek katılımcıların öznel iyi oluş düzeylerinin kadın katılımcılara göre daha yüksek olmasının sebebi olarak erkeklerin sportif etkinliklere katılım oranının kadınlara oranla daha fazla olması gösterilebilir. Ayrıca toplumsal cinsiyet rollerinin kadınların aleyhine olmasının da bu sonucun çıkmasında etkili olduğu söylenebilir.

Özdemir (2019) lise öğrencilerin fiziksel aktivite ve öznel iyi oluş düzeylerini araştırdığı çalışmada, erkek öğrencilerin öznel iyi oluş düzeylerinin kadın öğrencilere göre yüksek olduğunu tespit etmiştir. Spor yapma değişkeni ile doğrudan bağlantılı olmayan, lise ve üniversite öğrencileri, orta yaş grubundaki bireylerin öznel iyi oluş düzeylerini inceleyen araştırmalarda, erkeklerin öznel iyi oluş düzeylerinin kadınlardan yüksek olduğu belirlenmiştir (Güler, 2019; Eryılmaz ve Ercan, 2011; Akın ve Şentürk, 2012; Tümkaya, 2011; Saföz Güven, 2008).

Araştırma bulgularının aksine, lise öğrencileri, öğretmenler, ergenler üzerinde yapılan araştırmalarda, cinsiyet değişkeni ile öznel iyi oluş düzeyi arasında anlamlı farklılık olmadığını (Solak-Şimşek, 2019; Alim, 2018; Uğur, 2013; Tatay, 2015; Eken, 2010; Mahon, Yarcheski ve Yarcheski, 2005; Kıvılcım, 2014), öğretmen adayları üzerinde yapılan araştırmalarda ise kadınların öznel iyi oluş düzeylerinin erkeklerden daha yüksek olduğunu ortaya koyan araştırmalar da bulunmaktadır (Gündoğdu ve Yavuzer, 2012; Dilmaç ve Bozgeyikli, 2009). Ayrıca Ben-Zur (2003), ergenlerde kişisel ve ebeveyn faktörlerinin öznel iyi oluşla ilişkisini araştırdığı çalışmada, kadınların olumsuz etkilenme düzeylerinin erkeklerden daha yüksek olduğunu belirlemiştir.

Ana etkiler tablosu incelendiğinde, düzenli antrenman yapan katılımcıların öznel iyi oluş düzeylerinin yapmayan katılımcılardan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Spor günümüzde bireylerin sadece fiziksel açıdan gelişmesi için değil, bireylere psikolojik ve sosyolojik açılardan da olumlu etkileri olan bir disiplin olarak ele alınmaktadır. Bu bağlamda spor, bireylerin psiko-sosyal gelişimlerini de önemli katkılar sunan bir alandır. Bu nedenle araştırmada düzenli antrenmanlara katılım sağlamanın katılımcıların öznel iyi oluş düzeylerinin yüksek olmasında etkili olduğu düşünülmektedir.

Kaplan (2016), boş zamanlarında egzersiz aktivitelerine katılan bireylerin katılmayan bireylere göre öznel iyi oluş düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Morgan (1996), fiziksel egzersizin bireylerin psikolojik iyi olma haline ve



öznel iyi oluş üzerine olumlu etkileri olduğunu ve düzenli sportif etkinliklerin bireylerin öznel iyi oluş düzeylerini arttırdığını ortaya koymuştur. Çağlayan-Tunç (2015) spor yapan üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeylerinin spor faaliyetlerine katılmayan öğrencilere göre daha yüksek olduğunu belirlemiştir. Sezer (2011) düzenli olarak spor yapan ortaöğretim öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeylerinin spor yapmayan öğrencilere oranla daha yüksek olduğunu saptamıştır. Bunun yanında, boş zamanlarını spor yaparak değerlendiren öğrencilerin öznel iyi oluş düzeylerinin boş zamanlarını müzik dinleyerek ve bilgisayar başında değerlendiren öğrencilerden daha yüksek olduğunu, düzenli spor aktivitelerinin öğrencilerin öznel iyi oluş düzeylerine pozitif yönde etki ettiğini ifade etmiştir. Mallı (2018) okul spor faaliyetlerine katılım sağlayan lise öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeylerinin arttığını, katılım sağlamayan öğrencilerin ise sınıf düzeyi yükseldikçe öznel iyi oluş düzeylerinin azaldığı sonucuna ulaşmıştır.

Ana etkiler tablosu incelendiğinde, spor branşı değişkeni ile öznel iyi oluş arasında anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Mallı (2018) okul spor faaliyetlerine katılan lise öğrencilerini spor branşı açısından değerlendirdiğinde, spor branşı ile öznel iyi oluş düzeyi arasında anlamlı bir farklılık olmadığını tespit etmiştir.

Tablo 2'deki bulgular incelendiğinde, katılımcıların özerklik düzeyleri ile cinsiyet, spor branşı ve düzenli antrenman yapma durumları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı belirlenmiştir. Bulgularda anlamlı bir farklılık çıkmamasının nedeni olarak araştırmaya katılan lise öğrencilerinin sosyal ve kültürel özelliklerinin benzer olması gösterilebilir. Bunun yanı sıra, özerklik gelişiminde yaş faktörünün etkili olduğu düşünüldüğünde, belli bir tecrübe ve olgunluğa ulaşamayan katılımcı grubunun özerklik düzeyinin cinsiyet, spor branşı ve düzenli antrenman değişkenlerine herhangi bir etkisinin olmadığı söylenebilir.

Karasu (2013) ergen bireyler, Ünlü (2020) öğretmenler, Karadayı (1996) üniversitede okuyan öğrenciler üzerine yapmış oldukları araştırmalarda, özerklik düzeyi ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık olmadığını tespit etmişlerdir.

Araştırma bulgularının aksine, Karimi ve Besharat (2010) takım ve bireysel sporlarda dayanıklılık, sosyotropi, özerkliği karşılaştırdığı ve bu kişilik özelliklerinin spor başarısı üzerindeki etkisini araştırdığı çalışmalarında, takım ve bireysel spor yapan sporcuların özerklik düzeylerinin önemli ölçüde yüksek olduğunu saptamışlardır.

Tablo 3'teki bulgular incelendiğinde, katılımcıların Ergen Özerklik Ölçeği alt boyutlarından duygusal özerklik, işlevsel özerklik ve tutumsal özerklik düzeyleri ile cinsiyet, spor branşı ve düzenli antrenman yapma durumları bulguları ana etkiler

tablosu incelendiğinde, spor yapan lise öğrencilerinin cinsiyet ile Ergen Özerklik Ölçeği alt boyutlarından duygusal özerklik arasında anlamlı bir farklılık olduğu ve farklılığın kadın öğrenciler lehine olduğu, işlevsel özerklik ve tutumsal özerklik alt boyutları açısından erkek ve kadın öğrenciler arasında herhangi bir anlamlı farklılık olmadığı belirlenmiştir. Duygusal özerkliğin yaş faktörü ile ya da ergenlik dönemi süreciyle beraber gelişim gösterdiği ve bu doğrultuda kadın öğrencilerin ergenlik dönemini erkeklere göre daha önce tamamladıkları düşünüldüğünde, lise düzeyindeki kadın öğrencilerin duygusal özerklik düzeylerinin erkeklere göre daha yüksek olmasının bu nedenden kaynaklandığı söylenebilir. İşlevsel ve tutumsal özerklik düzeylerinin kadın ve erkek öğrencilerde benzer olmasının, katılımcıların yaşlarının birbirlerine yakın olması ve benzer gelişim özelliklerini taşımalarından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Spor yapma değişkeni göz önünde bulundurulmadan yapılan araştırmalarda; Steinberg ve Silverberg (1986) 10-16 yaş aralığındaki kadınların erkeklere göre daha yüksek duygusal özerklik düzeyine sahip olduğunu tespit etmişlerdir. Ayrıca duygusal özerkliği, cinsiyet, yaş, akran baskısına karşı gösterilen duyarlılık, özgüven duygusu ve sosyal sınıf farklılıklarının oluşturduğu etkilere göre açıklamaya çalışmışlar, akran baskısına ve duygusal özerkliğe gösterilen duyarlılığın, cinsiyetle ilişkili olduğunu ifade etmişlerdir. Sesli ve Demir Başaran (2015), Akyüz (2011), Yılmaz (2007), Chen (1994) kadın katılımcıların duygusal özerklik düzeylerinin erkek katılımcılardan daha yüksek olduğunu ortaya koymuşlardır.

Araştırma bulgularının aksine, Huey ve Henry (2005), Çoban (2013), Fleming (2005) özerklik düzeyi ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir fark olmadığı sonucuna ulaşmışlardır.

Spor yapan lise öğrencilerinin özerklik düzeyleri spor branşı değişkeni açısından değerlendirildiğinde, Ergen Özerklik Ölçeği alt boyutlarından duygusal özerklik, işlevsel özerklik ve tutumsal özerklik düzeyleri ile farklı spor branşları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı belirlenmiştir. Araştırmaya katılan lise öğrencilerinin büyük çoğunluğunun sporcu ve bundan dolayı benzer kazanımlara sahip olmasının, spor branşı yönünden anlamlı farklılık olmamasının sebebi olarak düşünülmektedir.

Güneş (2013) takım sporu ve bireysel spor ile uğraşan askeri okul öğrencilerinin özerk ve bağımlı kişilik özelliklerini incelediği çalışmasında, bireysel spor ve takım sporu ile uğraşan öğrenciler arasında anlamlı bir farklılık olmadığını tespit etmiştir.

Spor yapan lise öğrencilerinin özerklik düzeyleri düzenli spor yapma değişkeni açısından değerlendirildiğinde, Ergen Özerklik Ölçeği alt boyutlarından işlevsel

özerklik ve tutumsal özerklik düzeyleri arasında düzenli spor yapan öğrenciler lehine anlamlı bir farklılık saptanmıştır.

Bireylerin hayatlarının ilk yıllarından itibaren fiziksel, zihinsel ve sosyal yönden gelişim göstermesi ve spor etkinliklerinin bu gelişime olan katkısı dikkate alındığında; çeşitli nesnelere tutma, emekleme, yürüme, sıçrama, koşma, atlama gibi fiziksel gelişim süreçlerini; belirli bir yaşa geldiği zaman akran grupları ile ilişkiler kurma, bu ilişkilerde otorite kurma ya da otoriteye karşı durmaya çalışma gibi sosyal gelişim süreçlerini; çevresindeki gelişmeleri takip ederek dikkat, algı, strateji gibi zihinsel gelişim süreçlerini yaşadıkları ve tüm bu gelişim süreçlerinde sportif aktiviteler ve bu aktivitelere düzenli katılımın önemli bir rolünün olduğu yadsınamaz bir gerçektir. Bu bağlamda, düzenli antrenman yapan lise öğrencilerinin işlevsel özerklik ve tutumsal özerklik düzeylerinin daha yüksek olma nedeninin, spor etkinliklerinin bireylerin fiziksel, zihinsel ve sosyal gelişimlerine doğrudan ve dolaylı olarak kazandırmış olduğu planlama, farklı seçenekler geliştirme, başarıma arzusu ve strateji geliştirme gibi özelliklerden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Noom (1999) Ergen Özerklik Ölçeği alt boyutlarından işlevsel özerkliği bireylerin amaçlarına ulaşabilmesi için farklı yaklaşım şekillerine farklı yollara başvurma, yeterlilik, üstesinden gelebilme ve kontrol algısı arasında düzen kurmayı gerekli kılan amaçlarını gerçeğe dönüştürme konusunda strateji ve plan geliştirip üretme becerisini ortaya çıkarma, tutumsal özerkliği farklı seçenek ve imkan oluşturarak üretme, bu seçeneklerle ilgili karar alabilme, duygusal özerkliği ise bireylerin yaş gruplarından ve ebeveynlerinden duygusal anlamda bağımsızlaşma veya akranlarının baskısına karşı direnç, kendisine ve başkalarına karşı sorumluluk alma şeklinde ifade etmektedir. Bu bilgiler de dikkate alınarak, sporun özellikle ergenlik döneminde bireylerin hedef belirleme ve bu hedeflere ulaşma açısından kendini yeterli hissederek çeşitli stratejiler geliştirme bu stratejiler arasından uygun olanını seçme gibi hayata dair önemli beceriler edindiği söylenebilir. Duygusal özerklik boyutunda anlamlı farklılık olmamasının nedeni olarak lise öğrencilerinin henüz yeterli olgunluğa ulaşamaması gösterilebilir.

Ceylan ve ark. (2016) ekstrem bir spor olan uçurtma sörfünün otonomi üzerine etkilerini inceledikleri araştırmalarında, uçurtma sörfünün katılımcıların özerklik düzeylerini olumlu bir şekilde geliştirdiğini ortaya koymuşlardır. Büyükbasmacı ve Tazegül (2016) düzenli olarak spor yapan ve yapmayan bireylerin otonomik kişilik özelliklerini inceledikleri çalışmalarında, spor yapan bireylerin özerk kişilik özelliklerinin

yapmayan bireylerin özerk kişilik özellikleri düzeyinden daha yüksek olduğunu belirlemişlerdir. Musaağaoğlu'nun (2004) aktardığına göre, Enright ve ark. (1980)'nin 12-18 yaş aralığındaki ergen bireyler üzerine yaptıkları çalışmalarında, özerklik gelişiminin özellikle ergenlik döneminde yaşla beraber arttığını ve ergenlik döneminin sonlarına doğru bireylerin sosyal etkenlerden bağımsız olarak karar alma yeteneklerinin yükseldiğini tespit etmişlerdir. Aytan (2010) belirli bir amaca yönelik olarak yapılan ve özel bir davranış hali olan sporun, bireylerin hem fiziksel hem de sosyal ve psikolojik gelişimlerine olumlu etkileri olduğunu, sporun aşırı heyecan, sinirli olma durumu ve saldırganlık hali gibi eğilimleri düzelttiğini ve dolaylı olarak kişisel iradeyi güçlendirdiğini ifade etmiştir.

Spor yapan lise öğrencilerinin düzenli spor yapma değişkeni ile duygusal özerklik alt boyutu arasında anlamlı bir farklılık belirlenmemiştir.

Aydın (2015) ders haricinde spor etkinliklerine katılan ve katılmayan öğrencileri duygusal özerklik yönünden değerlendirdiği araştırmasında, spor etkinliklerine düzenli katılım gösteren ve göstermeyen öğrencilerin duygusal özerklik düzeylerinde anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Noom, Dekovic ve Meeus (2001)'un 12-18 yaş aralığındaki ergenlerin özerklik düzeyini inceledikleri araştırmalarında, duygusal özerklik gelişiminin yaşla beraber arttığı bulgusuna ulaşmışlardır. Yılmaz (2007) ortaokul öğrencilerinin özerklik düzeyini incelediği araştırmasında, duygusal özerkliği kişinin aileden ayrılması, bireyselleşmesi yani ergenlik süreci olarak değerlendirmiş, süreç sonunda duygusal özerklik düzeyinin süreç başlangıcına göre daha az olduğunu tespit etmiştir. Bu bulgularda göstermektedir ki, duygusal özerklik alan yazında daha çok bireyselleşme süreci olarak ifade edilmekte ve daha çok yaş faktörüne bağlı olarak olumlu yönde gelişmektedir.

Tablo 4'teki bulgular incelendiğinde, katılımcıların Öznel İyi Oluş Ölçeği ve Ergen Özerklik Ölçeği alt boyutları arasındaki ilişki bulgularında, Öznel İyi Oluş Ölçeği ile Ergen Özerklik Ölçeği alt boyutlarından tutumsal özerklik arasında istatistiksel olarak pozitif yönde anlamlı bir ilişki, duygusal özerklik alt boyutu ile öznel iyi oluş düzeyleri arasında negatif yönlü bir ilişki belirlenmiştir. Katılımcıların öznel iyi oluş düzeyleri ile işlevsel özerklik alt boyutu arasında ise anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir. Bu bulgulara göre öznel iyi oluş ile özerklik alt boyutlarından tutumsal özerklik arasında pozitif yönde anlamlı bir farklılığın ortaya çıkma nedeninin, katılımcıların büyük çoğunluğunun düzenli olarak antrenmanlara katılmasına bağlı olarak elde ettikleri kişisel kazanımlardan kaynaklandığı söylenebilir. Öznel iyi oluş ile özerklik alt

boyutlarından duygusal özerklik arasında negatif yönde anlamlı bir farklılığın olması da, araştırmaya katılan katılımcıların çoğunluğunun 9. ve 10. sınıf öğrencileri olmalarına ve dolayısıyla duygusal özerklik sürecini tamamlamamış olmalarına bağlanabilir.

Alan yazında öznel iyi oluş ve özerklik alt boyutları ile ilgili spor değişkeni göz önünde bulundurularak yapılan bir araştırmaya rastlanmamış olsa da, psiko-sosyal alanda öznel iyi oluş ve özerklik alt boyutlarından tutumsal, işlevsel ve duygusal özerkliğin birlikte araştırıldığı çalışmaların da sınırlı sayıda olduğu görülmektedir. Özer (2009) üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri ile özerklik düzeyleri arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğunu ifade etmiştir. Yine Qin ve ark. (2009), Hasebe ve ark. (2004), Smetana ve ark. (2004) öznel iyi oluş ile özerklik arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğunu belirlemişlerdir. Lamborn ve Steinberg (1993) ve Ryan ve Lynch (1989) duygusal özerklik üzerine yapmış oldukları çalışmalarda, duygusal özerklik düzeyleri yüksek olan ergenlerin duygusal özerklik düzeyleri düşük olan ergenlere kıyasla daha çok davranış problemi ve stres yaşadıkları sonucunu ortaya koymuşlardır. Başka bir ifadeyle, duygusal özerklik düzeyleri düşük olan bireylerin öznel iyi oluş düzeylerinin yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Dornbusch ve ark. (1990) ise öznel iyi oluş ile özerklik arasında negatif yönlü bir ilişki olduğunu tespit etmişlerdir. Araştırma bulgularının aksine, Güney (2017) ve Karakuş (2020) öznel iyi oluş ile duygusal özerklik arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde bir ilişki belirlemişlerdir.

### **Öneriler**

Düzenli spor yapan katılımcıların öznel iyi oluş düzeyleri anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Spor yapma alışkanlığının birçok olumlu etkisinden dolayı başta kamu kurum ve kuruluşları, yerel yönetimler ve üniversiteler spor, fiziksel aktivite, egzersiz vb. konularda araştırmalar yaparak projeler geliştirmeli ve başta okullar olmak üzere spor aktiviteleri yaygınlaştırılmalıdır. Sporun öznel iyi oluş ve özerklik düzeyleri üzerindeki etkilerini ortaya koyabilmek için geçmişte spor yapmış ancak sedanter bir hayat süren bireyler üzerinde de benzer araştırmalar yapılmalıdır.

### **Kaynaklar**

Akın, H. B., & Şentürk, E. (2012). Bireylerin mutluluk düzeylerinin ordinal lojistik regresyon analizi ile incelenmesi. *Öneri Dergisi*, 10(37), 183-193.

- Akyüz, D. (2011). *Ergenlerin ebeveynlerle yaşadıkları problemleri çözüm biçimleri ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkide özerkliğin aracı rolünün incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Alim, E. (2018). *Ergenlerde mükemmeliyetçilik, öznel iyi oluş ve depresyon arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Aydın, İ. (2015). *Ders dışı sportif etkinliklere katılan ve katılmayan öğrencilerin duygusal özerkliklerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Karadeniz Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Aytan, G. K. (2010). *Ortaöğretim öğrencilerinin sosyalleşmelerinde sporun etkileri*. Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Ben-Zur, H. (2003). Happy adolescents: The link between subjective well-being, internal resources, and parental factors. *Journal of Youth and Adolescence*, 32(2), 67-79.
- Büyükbasmacı, Y. E., & Tazegül, Ü. (2016). Düzenli olarak spor yapan ve yapmayan bireylerin sosyotropik-otonomik kişilik düzeylerinin karşılaştırılması. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 4(37), 611-617.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2017). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Ceylan, M., Akçakoyun, F., & Sukan, H. D. (2016). Bir ekstrem spor olarak uçurtma sörfünün sosyotropi ve otonomi düzeyi üzerindeki etkisi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 11(2), 1-9.
- Chen, Z. Y. (1994). *The positive and negative consequences of adolescent emotional autonomy: the relation of aspects of autonomy to academic achievement and socially disapproved behaviours*. Doctoral Thesis. Stanford University, California.
- Cihangir Çankaya, Z. (2005). *Öz belirleme modeli: Özerklik desteği, ihtiyaç doyumu ve iyi olma*. Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çağlayan-Tunç, A. (2015). *Sporun üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı ve öznel iyi oluş düzeylerine etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Çoban, A. E. (2013). Türkiye’de ergenlerin duygusal özerkliklerinin bazı demografik değişkenlere göre incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 38(169), 357-371.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.

- Dılmaç, B., & Bozgeyikli, H. (2009). Öğretmen adaylarının öznel iyi olma ve karar verme stillerinin incelenmesi. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(1), 171-187.
- Dornbusch, S. M., Ritter, P. L., Mont-Reynaud, R., & Chen, Z. (1990). Family decision-making and academic performance in a diverse high school population. *Journal of Adolescent Research*, 5, 143-160.
- Eken, A. (2010). *Ergenlerin anne-babaya bağlanma biçimleri öznel iyi oluş durumlarının sosyal yetkinlik beklentileriyle ilişkileri*. Yüksek Lisans Tezi. Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.
- Enright, R. D., Lapsley, D. K., Drivas, A. E., & Fehr, L. A. (1980). Parental influences on the development of adolescent autonomy and identity. *Journal of Youth and Adolescence*, 9(6), 529-545.
- Eryılmaz, A., & Ercan, L. (2011). Öznel iyi oluşun cinsiyet, yaş grupları ve kişilik özellikleri açısından incelenmesi. *Turkish Psychological Counseling & Guidance Journal*, 4(36), 139-149.
- Fleming, M. (2005). Adolescent autonomy: Desire, achievement and disobeying parents between early and late adolescence. *Australian Journal of Educational & Developmental Psychology*, 5, 1-16.
- Güler, Y. (2019). *Ergenlerde öznel iyi oluş, kimlik statüleri ve aile bütünlük duygusu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Ticaret Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Gündoğdu, R., & Yavuzer, Y. (2012). Eğitim Fakültesi öğrencilerinin öznel iyi oluş ve psikolojik ihtiyaçlarının demografik değişkenlere göre incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(23), 115-131.
- Güneş, E. (2013). *Takım sporu ve bireysel spor ile uğraşan sporcuların özerk ve bağımlı kişilik özelliklerinin belirlenmesi (Balıkesir Astsubay Meslek Yüksekokulu örneği)*. Yüksek Lisans Tezi. Balıkesir Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Balıkesir.
- Güney, M. A. (2017). *Ergenlerde duygusal özerklik, sosyal destek ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Hasebe, Y., Nucci, L., & Nucci, M. S. (2004). Parental control of the personal domain and adolescent symptoms of psychopathology: A Cross-National study in the United States and Japan. *Child Development*, 75, 815-828.

- Huey, E. L., & Henry, C. S. (2005). *Adolescent perceptions of emotional separation and empathic concern in relation to dimensions of parental induction*. Poster session presented at the biennial meeting of the Society for Research in Child Development, Atlanta, GA.
- İlhan, L. (2008). Zihinsel engelli çocuklar için beden eğitimi ve sporun genel gelişim süreçleri açısından önemi. *Çağdaş Eğitim Dergisi*, 350, 17-24.
- Kaplan, K. (2016). *Serbest zaman egzersiz katılımı, öznel iyi oluş, öz-yeterlik: Lise öğrencileri üzerinde bir inceleme*. Yüksek Lisans Tezi. Akdeniz Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Antalya.
- Karadayı, F. (1996). Baumrind'in anababa tutum ölçeğinin uyarlama, geçerlik, güvenirlik çalışması, III. *Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi Bilimsel Çalışmaları Kitapçığı*, Çukurova Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Adana, 65-73.
- Karakuş, E. (2020). *Ergenlerin duygusal özerkliklerini yordamada öznel iyi oluş ve ebeveyne bağlanmanın rolü*. Yüksek Lisans Tezi. Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.
- Karasar, N. (2005). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Karasu, H. (2013). *Ergenlerde özerkliğin yordayıcısı olarak bağlanma stilleri ve proaktif kişilik yapılarının incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tokat.
- Karimi, M., Besharat, M. A. (2010). Comparison of hardiness, sociotropy and autonomy in team and individual sports and investigating the impact of these personality characteristics on sport achievement. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 5, 855-858.
- Kıvılcım, P. (2014). *Öğretmenlerde iş doyumu, özyeterlik inancı ve yaşam doyumu ilişkisinin karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi. Toros Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Küçük, V., & Koç, H. (2004). Psiko-sosyal gelişim süreci içerisinde insan ve spor ilişkisi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 10, 131-141.
- Lamborn, S. D., & Steinberg, L. (1993). Emotional autonomy redux: revisiting Ryan and Lynch. *Child Development*, 64(2), 483-499.
- Mahon, N. E., Yarcheski, A., & Yarcheski, T. J. (2005). Happiness as related to gender and health in early adolescents. *Clinical Nursing Research*, 14(2), 175-190.



- Mallı, A. Y. (2018). *Ortaöğretim kurumlarında okul spor yarışmalarına katılan ve katılmayan öğrencilerin öznel iyi oluş düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzincan.
- Morgan, D. L. (1996). *Focus groups as qualitative research*. London: Sage Publications.
- Musaağaoğlu, C. (2004). *Ergenlik sürecinde özerkliğin gelişimi ile algılanan anne baba tutumları arasındaki ilişkiler*. Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Noom, M. (1999). *Adolescent autonomy: Characteristics and correlates*. Netherlands: Eburon Publishers.
- Noom, M. J., Dekovic, M., & Meeus, W. (2001). Conceptual analysis and measurement of adolescent autonomy. *Journal of Youth and Adolescence*, 30, 577-595.
- Özdemir, B. C. (2019). *Lise öğrencilerinin fiziksel aktivite ve öznel iyi oluş düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Trabzon Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Trabzon.
- Özdemir, M. (2016). *Ergenlik döneminde bağlanma, özerklik ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Özen, Ö. (2005). *Ergenlerin öznel iyi oluş düzeyleri*. Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Özer, G. (2009). *Öz-belirleme kuramı çerçevesinde ihtiyaç doyumu, içsel güdülenme ve bağlanma stillerinin üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluşlarına etkileri*. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Qin, L. L., Pomerantz, E. M. & Wang, Q. (2009). Are gains in decision making autonomy during early adolescence beneficial for emotional functioning? The case of the United States and China. *Child Development*, 80, 1705-1721.
- Ryan, R. M., & Lynch, J. H. (1989). Emotional autonomy versus detachment: Revisiting the vicissitudes of adolescence and young adulthood. *Child Development*, 60(2), 340-356.
- Saföz Güven, İ. G. (2008). *Fen ve genel lise öğrencilerinin cinsiyet ve sosyometrik statülerine göre öznel iyi oluş düzeyleri, genel sağlık örüntüleri ve psikolojik belirti türleri*. Yüksek Lisans Tezi. Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

- Sesli, Ç., & Demir-Başaran, S. (2015). Ortaöğretim öğrencilerinin özerklik düzeyleri ile kendini ayarlama düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(39), 21-41.
- Sezer, F. (2011). Ortaöğretim öğrencilerinin öznel iyi oluş durumlarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Millî Eğitim Dergisi*, 41(192), 74-85.
- Smetana, J. G., Campione-Barr, N., & Daddis, C. (2004). Longitudinal development of family decision making: Defining healthy behavioral autonomy for middle-class African American adolescents. *Child Development*, 75, 1418-1434.
- Solak-Şimşek, N. (2019). *Lise öğrencilerinde öznel iyi oluş ve öz şefkat arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans Tezi. Akdeniz Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Antalya.
- Steinberg, L., & Silverberg, S. B. (1986). The vicissitudes of autonomy in early adolescence. *Child Development*, 57(4), 841-851.
- Tatay, E. (2015). *Parçalanmış ve parçalanmamış aileye sahip ergenlerin akademik başarı, öznel iyi oluş ve yalnızlık düzeylerinin karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi. Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tokat.
- Tuzgöl Dost, M. (2004). *Üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri*. Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Tümkaya, S. (2011). Türk üniversite öğrencilerinde öznel iyi oluşu yordayan sosyodemografik değişkenler ve mizah tarzları. *Eğitim ve Bilim*, 36(160), 158-170.
- Uğur, E. (2013). *Lise öğrencilerinin kişilerarası ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaları ve saldırganlık tepkileri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Gaziantep Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Gaziantep.
- Ural, A., & Kılıç, İ. (2005). *Bilimsel araştırma süreci ve SPSS ile veri analizi*. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Ünlü, E. (2020). *Ortaokul öğretmenlerinin özerklik davranışlarının, öz yeterlik inançlarının, mesleğe yönelik tutumlarının incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Burdur.
- Yılmaz, Y. (2007). *Anne-baba tutumları ile ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin okul başarıları ve özerkliklerinin gelişimi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Zimmer Gembeck, M. J., & Collins, W. A. (2008). Autonomy development during adolescence. İçinde: G. R. Adams & M. D. Berzonsky (Eds.), *Blackwell handbook of adolescence* (pp. 175–204). Malden, MA: Blackwell Publishing.