

# GAZIANTEP ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ

ISSN: 2536-5339



Cilt: 8 Sayı:1 Mart 2023

Volume:8 Number:1 March 2023



## GAZIANTEP UNIVERSITY JOURNAL OF SPORT SCIENCE

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

*2023, Cilt 8, Sayı 1* | *2023, Volume 8, Issue 1*  
Çevrimiçi Basım Tarihi: Mart 2023 | Publishing Date: March 2023  
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 Gaziantep Üniversitesi, TÜRKİYE  
Dr. Mehmet GÜNAY Gazi Üniversitesi, TÜRKİYE  
Dr. Vedat ÇINAR Fırat Üniversitesi, TÜRKİYE  
Dr. Mürsel BİÇER, Necmettin Erbakan Üniversitesi, TÜRKİYE  
Dr. Taner AKBULUT, Fırat Üniversitesi, TÜRKİYE  
Dr. Çağrı ÇELENK Erciyes Üniversitesi, TÜRKİYE  
Dr. Stevo POPOVIC University of Montenegro, MONTENEGRO  
Dr. Robert C. SCHNEIDER Brockport College in the State University of New York, USA  
Dr. Christoph BREUER German Sport University, GERMANY  
Dr. Kaukab AZEEM Faculty of Physical Education Department, SAUDI ARABIA  
Dr. Simona PAJAUJIENE Lithuanian Sports University, LITHUANIA  
Dr. Fatih ÇATIKKAŞ Manisa Celal Bayar Üniversitesi, TÜRKİYE  
Dr. Hakkı ULUCAN Erciyes Üniversitesi, TÜRKİYE  
Dr. Dusan MITIĆ Faculty of Sport and Physical Education University of Belgrade, 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. Melike ESENTAŞ Manisa Celal Bayar Üniversitesi, TÜRKİYE  
Dr. Serdar GERİ Mardin Artuklu Üniversitesi, TÜRKİYE  
Dr. Mustafa Yaşar ŞAHİN Gazi Üniversitesi, TÜRKİYE  
Dr. Mustafa ÖZDAL Gaziantep Üniversitesi, TÜRKİYE  
Dr. Ünal TÜRKÇAPAR Kyrgyzstan Turkey Manas University, KYRGYZSTAN  
Dr. Nevzat DİNÇER Batman Üniversitesi, TÜRKİYE  
Dr. Ifet MAHMUTOVIĆ University of Sarajevo, BOSNIA AND HERZEGOVINA  
Dr. Burak GÜRER Gaziantep Üniversitesi, TÜRKİYE  
Dr. Mücahit SARIKAYA Van 100. Yıl Üniversitesi, TÜRKİYE  
Dr. Mir Hamid SALEHİAN Tabriz Islamic Azad University, İRAN

## BU SAYININ HAKEM KURULU / REFEREES OF THIS ISSUE; 2023, 8(1)

Dr. Mustafa ÖZDAL  
Dr. Ramazan ERDOĞAN  
Dr. Burak GÜRER  
Dr. Fikret ALINCAK  
Dr. Mehmet ÖZTAŞ  
Dr. Salih ÖNER  
Dr. Yakup Zühtü BİRİNCİ  
Dr. Hüseyin TOPÇU  
Dr. Mehmet VURAL  
Dr. Zinnur GEREK

---

## **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. Ülkemizde yaşanan deprem felaketinden etkilenen iller arasında olmamız ve birçok insanımızı kaybettiğimizden dolayı derin üzüntüsünü yaşıyoruz. Sizlerin değerli, özverili çalışmaları ve desteği ile 8. yılında, 2023 yılının birinci sayısı olan cilt 8 sayı 1, toplamda 9 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**

TR83 İlleri (Amasya, Samsun, Çorum, Tokat) Devlet İlkokullarındaki Anasınıflarının Beden Eğitimi ve Oyun Etkinliklerine Yönelik İmkânlarının Değerlendirilmesi  
*İskender GÜLER* **01-17**

Spor Bilimleri Fakültesinde Öğrenim Gören Antrenörlük Bölümü Öğrencilerinin Liderlik Tarzı Algılarının İncelenmesi  
*Eyyüp SARIKOL, Pelin USTAOĞLU HOŞVER* **18-30**

Sporcuların Batıl İnanç, Sürekli ve Durumluk Kaygı Düzeylerinin Takım ve Bireysel Sporlar Açısından İncelenmesi  
*Deniz BEDİR, Sevinç NAMLI, Eda YILMAZ, Hazal YUMUŞ, Emre KÖYLÜ* **31-43**

Yaz Spor Okuluna Katılan Yüzücülerin Covid-19'a Yakalanma Kaygılarının İncelenmesi  
*Ali YILDIRIM, Mehmet Ozan ŞAHİN* **44-56**

Investigation of Cognitive Performance of Amateur Boxers  
*Serkan PANCAR, Batuhan YENİYOL* **84-92**

Gençlik Merkezi Üyelerinin Yer Bağlılık Düzeylerinin İncelenmesi  
*Yılmaz AKSOY, Hacı Ali ÇAKICI, Kaan KARAKUŞ* **106-115**

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

The Effect of Yoga Exercises on Body Composition and Quality of Life in Sedentary Women  
*Mustafa Adem DEMİREZER, Mürsel BİÇER* **57-69**

**REKREASYON / RECREATION**


Dünden Bugüne Passolig Pazarlama İletişimi Süreci  
*Özlem KARAMAN, Selçuk Bora ÇAVUŞOĞLU* **70-83**

Fitness ve Vücut Geliştirme Yapan Bireylerin Sağlıklı Yaşam Alışkanlıklarının İncelenmesi  
*Yunus BERK, Mustafa BİNGÖL* **93-105**

TR83 İlleri (Amasya, Samsun, Çorum, Tokat) Devlet İlkokullarındaki Anasınıflarının Beden Eğitimi ve Oyun Etkinliklerine Yönelik İmkânlarının Değerlendirilmesi

İskender GÜLER\*<sup>1</sup> 

<sup>1</sup> Amasya Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, AMASYA

 DOI: 10.31680/gaunjss.1148647

Orijinal Makale / Original Article

Geliş Tarihi / Received: 25.07.2022

Kabul Tarihi / Accepted: 12.12.2022

Yayın Tarihi / Published: 25.03.2023

Öz

Bu çalışmada, TR83 illeri (Amasya, Samsun, Çorum, Tokat)'nde bulunan devlet ilkokulları anasınıflarındaki beden eğitimi ve oyun etkinliklerine yönelik imkânlarının araştırılması amaçlandı. Araştırmanın örneklemini TR83 illeri devlet ilkokullarında görev yapan toplam 215 anasınıfı öğretmeni oluşturdu. Çalışmadaki tüm bulgular hazırlanan bir bilgi formu ile elde edildi. Bilgi formu okullardaki anaokulu öğretmenlerine online olarak gönderilerek doldurulması sağlandı. Bulgular frekans ve yüzde değerleri alınarak analiz edildi. TR 83 illeri devlet ilkokullarındaki anasınıfı öğrencilerinin yalnızca % 52,6'sının sağlık kontrolünden geçirildiği belirlendi. Okullardaki anasınıflarının sadece % 25,1'inin oyun salonu ve % 15,3'ünün oyun alanına, yaklaşık % 60-70'inin zihinsel, ritim ve taklit geliştirmeye yönelik oyun malzemelerine, yaklaşık % 45'den daha azının çeşitli beden eğitimi ve oyun malzemelerine sahip olduğu, mevcut olan malzemelerin de ancak % 19'unun her öğrencinin aynı anda kullanabileceği sayıda olduğu gözlemlendi. Anasınıflarının yaklaşık % 25'inin beden eğitimi ve oyun faaliyetleri açısından yeterli olabildiği; mevcut imkânlar, öğretmenlerin üretim ve özel çabalarıyla % 60,9'unun beden eğitimi ve oyun faaliyetleri açısından amacına ulaştığı şeklindeki öğretmen görüşleri ile tespit edildi. Sonuç olarak, TR83 illeri devlete bağlı ilkokullarda öğretmenlerin üretim yetenekleri, özel çaba ve özverileriyle anasınıflarının beden eğitimi ve oyun faaliyetleri kısmen amacına ulaşabiliyorsa da beden eğitimi ve oyun faaliyetlerine yönelik imkânlarının oldukça kısıtlı olduğu söylenebilir.

**Anahtar Kelimeler:** TR83 İlleri, Anasınıfı, Beden Eğitimi ve Oyun İmkânları

**The Evaluation of Opportunities of Physical Education and Game Activities in State Primary Schools in the TR83 Provinces (Amasya, Samsun, Çorum, Tokat)**  
**Abstract**

In this study, it was aimed to investigate the possibilities for physical education and play activities of kindergartens in state primary schools in TR83 provinces (Amasya, Samsun, Çorum, Tokat). The sample of the study consisted of 215 kindergarten teachers working in state primary schools in TR83 provinces. All the findings in the study were obtained with an information form prepared. The information form was sent online to the kindergarten teachers in the schools and filled in. Findings were analyzed by taking frequency and percentage values. It was determined that only 52.6% of the kindergarten students in TR 83 provinces state primary schools had a health check. Only 25.1% of the kindergartens in schools have a game room and 15.3% have a playground, about 60-70% have play materials for mental, rhythm and imitation development, less than 45% have various physical education and games. It was observed that only 19% of the available materials were enough for each student to use at the same time. Approximately 25% of the kindergartens can be sufficient in terms of physical education and play activities; the existing opportunities were determined by the teachers' opinions that 60.9% of them achieved their purpose in terms of physical education and game activities with the production and special efforts of the teachers. At result; although the physical education and play activities of the kindergartens can partially reach their goals with the production skills, special efforts and devotion of the teachers in the state primary schools of TR83 provinces, it can be said that the opportunities for physical education and play activities are quite limited.

**Keywords:** TR 83 Provinces, Kindergarten, Physical Education and Play Opportunities.

\* Sorumlu Yazar: İskender GÜLER

E-mail: iskender.guler@amasya.edu.tr

Bu çalışmanın verileri, Amasya Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Komisyonu tarafından desteklenen SEB-BAP 21-0219 no'lu projeden alınmıştır.

## Giriş

Okul öncesi eğitimi, 0-6 yaş çocukların kişisel özellik ve gelişim seviyelerine uygun, yüksek oranda uyarıcı çevre imkânlarını sağlayan; onların fiziksel, sosyal, bilişsel ve duygusal yönden gelişimlerini, toplumun kültürel değerleri, alışkanlıkları ve özellikleri doğrultusunda en iyi biçimde yönlendiren, bilinçli ve sistemli bir eğitim sürecidir (MEB, 1998) şeklinde tanımlanmaktadır. Fiziksel ve fizyolojik gelişimin sağlanması, sağlıklı yaşamın, hijyen alışkanlıklarının, sosyal davranışların, psikolojik özelliklerin, motor becerilerin geliştirilmesi, organizmanın güçlendirilmesi ve boş zamanların zevkli bir şekilde geçirilmesi okul öncesi beden eğitiminin oldukça önemli etkinliklerindedir (Güler ve Pepe, 2005; Günsel, 2004).

Çocuk yaratılışı gereği hareket etmek ve gelişmeye gereksinimi bulunan bir varlıktır. Çocukların bu ihtiyacına engel olunmamalı ve ilişkin tüm ihtiyaçları karşılanmalıdır. Engel olduğu takdirde, çocukta sinirlilik, öfke ve kin gibi normal olmayan duyguların ortaya çıkmasına neden olur. Etkinlik içerisinde bulunan çocuğun hareketlerine engel olmak yerine harekete teşvik edilmeli ve cesaretlendirilmelidir (Binbaşıoğlu, 1970; Gallae, 1982; Wilde, 2006).

Çocukları anlama, onlarla iletişim kurma ve dünyalarını paylaşmanın en önemli yollarından en sık kullanılanı, en doğal olanı ve en sağlıklı netice vereni oyundur. Oyun, her çocuğun gerçek yaşantısından daha çok benimsediği, daha çok içinde yaşadığı ve mutlu olduğu dünyasıdır. Okul öncesi ve ilkokul çocuklarının gelişimleri ve eğitimlerinde önemli bir role ve modele sahip olan oyun çocuğun vazgeçemediği uğraşdır. Oyun, içerisinde çalışma ve öğrenmeye ilişkin çok önemli olan içsel motivasyon öğeleri barındırmaktadır. Aynı zamanda oyun, çocuğun gelişimi için yaşamsal bir önem taşır ve çocuğun gelişimini yansıtır. Bir çocuğun fiziksel, fizyolojik ve ruhsal yönden sağlıklı gelişimi ve eğitimi için beslenme, oyun ve uyku kadar önemli bir gereksinimdir. Çocuk yaşamla ilişkin tüm deneyimleri genellikle oyun aracılığıyla öğrenir ve kazanır. Oyun sırasında çeşitli roller ve modeller üstlenerek dünyayı kendi duyularıyla algılamaya ve kavamaya çalışır. Yetişkinliğinde sürdüreceği uğraşlara, üstleneceği rol ve modellere oyun sayesinde hazırlanır (Dilekmen ve Bozan Türün, 2018; Erşan, 2006; Güler ve Özsoy, 2018; Kadim, 2012; Ulutaş, 2011).

Oyunun gelişimsel olarak önemi incelendiğinde, çocukların birçok fizyolojik sistemlerinin sağlıklı çalışmasına katkı sağladığı, katkı oluşturduğu kas gelişimine bağlı yürüme, koşma, sekme, atma, atlama, tırmanma, kayma vb. gelişimi yanında

tutma, çekme, kesme, boyama gibi fiziksel ve motor gelişimine ilişkin birçok beceri kazandırdığı görülmektedir. Ayrıca oyun sayesinde çocukların sevgi, mutluluk, üzüntü, korku, acı gibi pek çok duygusal tepkilerini kolaylıkla ifade edebildiği, başkalarıyla daha sağlıklı iletişim kurabildiği, iş birliği sağlayabildiği, insanlara karşı daha saygılı ve sorumluluk sahibi olabildiği ve toplumsal görev ve sorumlulukları rahatlıkla öğrenebildiği bildirilmektedir. Zihin ve dil gelişimi çerçevesinde oyunun; çocuklarda soru çözme, mantık yürütme, karar verme, seçim yapma, tanıma, keşfetme ve bellekte tutma gibi yetenekleri geliştirdiği, nesnelere düzene koyma, tasnifleme, sıralama, analiz etme gibi zihinsel süreçleri hızlandırdığı, hayal gücünü artırdığı bildirilmektedir. Ek olarak öğrendikleri ve kazanımlarını dile aktarabilen çocuklar, uzun cümleler kurarak sözcüklerle ifade etme yeteneğine de sahip olmaktadır. Oyun; çocukların tüm yönden gelişimini destekleyerek, sağlıklı yaşama, optimal gelişim ve sağlıklarının korunmasında önemli rol oynamaktadır (Cinel, 2006, Dilekmen ve Bozan Türün, 2018; Gökmen ve ark., 1995; Larson ve Zaichkowsky, 1995). Tüm bu bilgilerden hareketle bu çalışma, betimsel anlamda, çocukların tüm yönden gelişimini destekleyecek, sağlıklı yaşam sürme ve oyun aracılığıyla hareket gereksinimine imkan oluşturan anasınıflarının beden eğitimi ve oyun altyapısına ilişkin imkanlarının belirlenmesine ışık tutması beklenmektedir.

Bu çalışmada, TR 83 illeri (Amasya, Samsun, Çorum, Tokat)'deki devlet okulları bünyesinde yer alan anasınıflarının beden eğitimi ve oyun faaliyetlerine ilişkin imkânlarının araştırılması ve değerlendirilmesi amaçlandı.

## **Yöntem**

Araştırma bulguları, nicel araştırma yöntemi ile betimsel olarak Anasınıfı Bilgi Formu (Güler ve Pepe, 2005) kullanılarak elde edildi. Etik Kurul onayının alınması, tüm uygulamalar ve istatistiksel değerlendirmeler aşağıdaki paragraflarda ayrı ayrı başlıklar altında açıklandı:

## **Araştırma Grubu**

Araştırmanın örneklemini, yaklaşık olarak, Amasya'dan 10 ilkokuldan 30, Çorum'dan 25 ilkokuldan 56, Samsun'dan 70 ilkokuldan 88 ve Tokat'tan 20 ilkokuldan 41 olmak üzere geneli il merkezlerindeki devlet ilkokullarından toplam 215 anasınıfı öğretmeni oluşturdu. Okulların seçimlerinde, her ildeki sosyoekonomik çevreler de



dikkate alınarak, rastgele her anasınıfından en az bir öğretmen görüşünden yararlanılmaya çalışıldı.

### **Verilerin Toplanması**

Araştırma projesinin uygunluğuna ve yapılabiliğine ilişkin Etik Kurul Raporu alınmış olup, Anasınıfı Bilgi Formu'nun uygulamasına ilişkin Milli Eğitim Bakanlığı'ndan resmi izin alınarak ve her ildeki Milli Eğitim Şube Müdürleri ve illerdeki bir kısım ilkokul müdürleri ile ayrı ayrı görüşülerek anasınıfı öğretmenlerine e-posta ve/veya whatsapp sosyal paylaşım yolu ile gönderildi ve sanal ortamda doldurmaları ve tekrar aynı yol ile bize göndermeleri sağlandı. Anasınıfı Bilgi Formu (Güler ve Pepe, 2005), okulların bulunduğu sosyo-ekonomik düzey de dikkate alınarak, illerin merkezinde bulunan devlet okullarındaki anasınıflarının ulaşılabilen tüm öğretmenlerine uygulanmaya çalışıldı.

### **Verilerin Değerlendirilmesi**

Çalışmanın tüm bulgularının hem genel hem de illere göre frekans sayıları ve yüzde oranları alındı ve değerlendirildi. Yapılan bu çalışmada "Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi" kapsamında uyulması belirtilen tüm kurallara uyulmuştur. Yönergenin ikinci bölümü olan "Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiğine Aykırı Eylemler" başlığı altında belirtilen eylemlerden hiçbiri gerçekleştirilmemiştir. Bu araştırma, Amasya Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu tarafından 11.06.2020 tarih ve 15386878-044 sayılı 40 nolu kararıyla etik olarak kabul edildi.

### **Bulgular**

Araştırmaya yönelik tüm sonuçlar aşağıdaki tablolarda ayrı ayrı verildi:

**Tablo 1.** İlkokullardaki anasınıfı öğrencilerinin sağlık kontrolünden geçirilme durumları

<b>Değişkenler</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Evet	113	52,6
Hayır	102	47,4
<b>Toplam</b>	<b>215</b>	<b>100,0</b>

Tablo 1'de görüldüğü gibi, ilkokullardaki anasınıfı öğrencilerinin ancak % 52,6'sı sağlık kontrolünden geçirilmektedir.

**Tablo 2.** İllere göre ilkokullardaki anasınıfı öğrencilerinin sağlık kontrolünden geçirilme durumları

İller	Değişkenler	f	%
Amasya	Evet	25	83,3
	Hayır	5	16,7
	<b>Toplam</b>	30	100,0
Çorum	Evet	44	78,6
	Hayır	12	21,4
	<b>Toplam</b>	56	100,0
Samsun	Evet	18	20,5
	Hayır	70	79,5
	<b>Toplam</b>	88	100,0
Tokat	Evet	26	63,4
	Hayır	15	36,6
	<b>Toplam</b>	41	100,0

Tablo 2’de ilkokullardaki anasınıfı öğrencilerinin Amasya’da % 83,3’ünün, Çorum’da % 78,6’sının, Samsun’da % 20,5’inin ve Tokat’ta da % 63,4’ünün sağlık kontrolünden geçirildikleri görülmektedir.

**Tablo 3.** İlkokulların mevcut anasınıfı sayıları ve haftalık beden eğitimi ve oyun saatleri durumu

Değişkenler	Anasınıfı Sayıları		Beden Eğitimi ve Oyun Saatleri	
	f	%	f	%
1-3 sınıf/saat	101	47	45	20,9
4-6 sınıf/saat	107	49,8	128	59,5
7 ve üzeri sınıf/saat	7	3,3	42	19,5
<b>Toplam</b>	215	100	215	100

Tablo 3’de görüldüğü gibi, tüm ilkokulların mevcut anasınıfı sayıları ve haftalık beden eğitimi ve oyun saatleri incelendiğinde anasınıfı sayılarının 1-3 adet arasında % 47, 4-6 adet arasında % 49,8 ve 7 adet ve üzerinde 3,3; haftalık beden eğitimi ve oyun saatlerinin 1-3 saat arasında % 20,9, 4-6 saat arasında % 59,5 ve 7 saat ve üzerinde 19,5 oranında bulunmaktadır.

**Tablo 4.** İllere Göre İlkokulların Mevcut Anasınıfı Sayıları ve Haftalık Beden Eğitimi ve Oyun Saatleri Durumu

İller	Değişkenler	Anasınıfı Sayıları		Beden Eğitimi ve Oyun Saatleri	
		f	%	f	%
Amasya	1-3 sınıf/saat	23	76,7	9	30,0
	4-6 sınıf/saat	7	23,3	18	60,0
	7 ve üzeri sınıf/saat	0	0,0	3	10,0
	<b>Toplam</b>	30	100,0	30	100,0
Çorum	1-3 sınıf/saat	20	35,7	10	17,9
	4-6 sınıf/saat	36	64,3	36	64,3
	7 ve üzeri sınıf/saat	0	0,0	10	17,9

	<b>Toplam</b>	56	100,0	56	100,0
Samsun	1-3 sınıf/saat	32	36,4	19	21,6
	4-6 sınıf/saat	49	55,7	48	54,5
	7 ve üzeri sınıf/saat	7	8,0	21	23,9
	<b>Toplam</b>	88	100,0	88	100
Tokat	1-3 sınıf/saat	26	63,4	7	17,1
	4-6 sınıf/saat	15	36,6	26	63,4
	7 ve üzeri sınıf/saat	0	0,0	8	19,5
	<b>Toplam</b>	41	100,0	41	100,0

Tablo 4'te illere göre ilkokulların mevcut anasınıfı sayıları ve haftalık beden eğitimi ve oyun saatleri incelendiğinde anasınıfı sayılarının Amasya için 1-3 adet arasında % 76,7, 4-6 adet arasında % 23,3, 7 adet ve üzerinde 0,0 ve haftalık beden eğitimi ve oyun saatlerinin 1-3 saat arasında % 30,0, 4-6 saat arasında % 60,0, 7 saat ve üzerinde 10,0; Çorum için 1-3 adet arasında % 35,7, 4-6 adet arasında % 64,3, 7 adet ve üzerinde 0,0 ve haftalık beden eğitimi ve oyun saatlerinin 1-3 saat arasında % 17,9, 4-6 saat arasında % 64,3, 7 saat ve üzerinde 17,9; Samsun için 1-3 adet arasında % 36,4, 4-6 adet arasında % 55,7, 7 adet ve üzerinde 8,0 ve haftalık beden eğitimi ve oyun saatlerinin 1-3 saat arasında % 21,6, 4-6 saat arasında % 54,5, 7 saat ve üzerinde 23,9; Tokat için ise 1-3 adet arasında % 63,4, 4-6 adet arasında % 36,6, 7 adet ve üzerinde 0,0 ve haftalık beden eğitimi ve oyun saatlerinin 1-3 saat arasında % 17,1, 4-6 saat arasında % 63,4, 7 saat ve üzerinde 19,5 oranında olduğu görülmektedir.

**Tablo 5.** Okulların beden eğitimi ve oyun salonu ve oyun alanı durumu

<b>Değişkenler</b>	<b>Beden Eğitimi ve Oyun Salonu</b>		<b>Beden Eğitimi ve Oyun Alanı</b>	
	<b>f</b>	<b>%</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Var	54	25,1	33	15,3
Yok	161	74,9	182	84,7
<b>Toplam</b>	215	100,0	215	100,0

Tablo 5'te görüldüğü gibi, tüm anasınıflarının beden eğitimi ve oyun etkinliklerine yönelik oyun salonu ve oyun alanı incelendiğinde; yalnızca % 25,1'inin oyun salonu, % 15,3'ünün de oyun alanı bulunmaktadır.

**Tablo 6.** İllere göre okulların beden eğitimi ve oyun salonu ve alanı durumu

<b>İller</b>	<b>Değişkenler</b>	<b>Beden Eğitimi ve Oyun Salonu</b>		<b>Beden Eğitimi ve Oyun Alanı</b>	
		<b>f</b>	<b>%</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Amasya	Var	9	30,0	5	16,7
	Yok	21	70,0	25	83,3
	<b>Toplam</b>	30	100,0	30	100,0

Çorum	Var	21	37,5	7	12,5
	Yok	35	62,5	49	87,5
	<b>Toplam</b>	56	100,0	56	100,0
Samsun	Var	12	13,6	13	14,8
	Yok	76	86,4	75	85,2
	<b>Toplam</b>	88	100,0	88	100,0
Tokat	Var	12	29,3	8	19,5
	Yok	29	70,7	33	80,5
	<b>Toplam</b>	41	100,0	41	100,0

İllere göre anasınıflarının beden eğitimi ve oyun etkinliklerine yönelik oyun salonu ve oyun alanı imkânları incelendiğinde; Amasya'da % 30,0'inin oyun salonu, % 16,7'inin oyun alanı; Çorum'da % 37,5'inin oyun salonu, % 12,5'inin oyun alanı; Samsun'da % 13,6'inin oyun salonu, % 14,8'inin oyun alanı ve Tokat'ta % 29,3'ünün oyun salonu, % 19,5'inin oyun alanı bulunduğu gözlenmiştir (Tablo 6).

**Tablo 7.** Anasınıflarındaki zihinsel, ritim ve taklit geliştirmeyi amaçlayan beden eğitimi ve oyun araçları durumu

Değişkenler	Zihinsel		Ritim		Taklit	
	f	%	f	%	f	%
Var	33	15,3	26	12,1	20	9,3
Kısmen var	116	54,0	129	60,0	107	49,8
Yok	66	30,7	60	27,9	88	40,9
<b>Toplam</b>	215	100,0	215	100,0	215	100,0

Tablo 7'de, anasınıflarının, kısmen var ile birlikte % 69,3'ünün zihinsel, % 72,1'inin ritim, % 59,1'inin de taklit geliştirmeye yönelik araç ve gerece sahip olduğu görülmektedir.

**Tablo 8.** İllere göre anasınıflarındaki zihinsel, ritim ve taklit geliştirmeyi amaçlayan beden eğitimi ve oyun araçları durumu

İller	Değişkenler	Zihinsel		Ritim		Taklit	
		f	%	f	%	f	%
Amasya	Var	5	16,7	3	10,0	2	6,7
	Kısmen var	16	53,3	20	66,7	20	66,7
	Yok	9	30,0	7	23,3	8	26,7
	<b>Toplam</b>	30	100,0	30	100,0	30	100,0
Çorum	Var	6	10,7	8	14,3	5	8,9
	Kısmen var	35	62,5	34	60,7	28	50,0
	Yok	15	26,8	14	25,0	23	41,1
	<b>Toplam</b>	56	100,0	56	100,0	56	100,0
Samsun	Var	13	14,8	8	9,1	8	9,1
	Kısmen var	46	52,3	54	61,4	42	47,7
	Yok	29	33,0	26	29,5	38	43,2
	<b>Toplam</b>	88	100,0	88	100,0	88	100,0
Tokat	Var	9	22,0	7	17,1	5	12,2
	Kısmen var	19	46,3	21	51,2	17	41,5
	Yok	13	31,7	13	31,7	19	46,3
	<b>Toplam</b>	41	100,0	41	100,0	41	100,0

Tablo 8'de görüldüğü üzere, anasınıflarının, kısmen varlar ile birlikte Amasya'dakilerin % 70,0'ünün zihinsel, % 76,7'sinin ritim, % 73,4'ünün de taklit; Çorum'dakilerin % 73,2'sinin zihinsel, % 75,0'ünün ritim, % 58,9'unun de taklit; Samsun'dakilerin % 66,1'inin zihinsel, % 70,5'inin ritim, % 56,8'inin de taklit ve Tokat'takilerin % 68,3'ünün zihinsel, % 68,3'ünün ritim, % 53,7'sinin de taklit geliştirmeye yönelik araç ve gerece sahip olduğu görülmektedir.

**Tablo 9.** Anasınıflarının bazı beden eğitimi ve oyun malzemelerine sahip olma durumu

Değişkenler	Var		Kısmen var		Yok		Toplam	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Denge aleti	15	7,0	21	9,8	179	83,3	215	100,0
Jimnastik minderi	64	29,8	30	14,0	121	56,3	215	100,0
Jimnastik sopası	3	1,4	10	4,7	202	94,0	215	100,0
Jimnastik topu	8	3,7	10	4,7	197	91,6	215	100,0
Jimnastik çemberi	53	24,7	31	14,4	131	60,9	215	100,0
Sağlık veya fırlatma topu	10	4,7	20	9,3	185	86,0	215	100,0
Step tahtası	4	1,9	10	4,7	201	93,5	215	100,0
Stafet malzemesi	4	1,9	19	8,8	192	89,3	215	100,0

Tablo 9 incelendiğinde, anasınıflarının, kısmen varlar ile birlikte, yalnızca % 16,8'inin denge aleti, % 43,8'inin jimnastik minderi, % 6,1'inin jimnastik sopası, % 8,4'ünün jimnastik topu, % 39,1'inin jimnastik çemberi, % 14,0'ünün sağlık veya fırlatma topu, % 6,6'sının step tahtası ve % 10,7'sinin de stafet malzemelerine sahip bulunduğu görülmektedir.

**Tablo 10.** İllere göre anasınıflarının bazı beden eğitimi ve oyun malzemelerine sahip olma durumu

İller	Değişkenler	Var		Kısmen var		Yok		Toplam	
		f	%	f	%	f	%	f	%
Amasya	Denge aleti	5	16,7	1	3,3	24	80,0	30	100,0
	Jimnastik minderi	6	20,0	5	16,7	19	63,3	30	100,0
	Jimnastik sopası	0	0,0	3	10,0	27	90,0	30	100,0
	Jimnastik topu	0	0,0	2	6,7	28	93,3	30	100,0
	Jimnastik çemberi	3	10,0	5	16,7	22	73,3	30	100,0
	Sağlık topu	1	3,3	2	6,7	27	90,0	30	100,0
	Step tahtası	1	3,3	2	6,7	27	90,0	30	100,0
	Stafet malzemesi	2	6,7	2	6,7	26	86,7	30	100,0
Çorum	Denge aleti	4	7,1	10	17,9	42	75,0	56	100,0
	Jimnastik minderi	27	48,2	9	16,1	20	35,7	56	100,0
	Jimnastik sopası	1	1,8	2	3,6	53	94,6	56	100,0
	Jimnastik topu	3	5,4	4	7,1	49	87,5	56	100,0
	Jimnastik çemberi	16	28,6	7	12,5	33	58,9	56	100,0
	Sağlık topu	2	3,6	5	8,9	49	87,5	56	100,0
	Step tahtası	1	1,8	3	5,4	52	92,9	56	100,0

Samsun	Stafet malzemesi	1	1,8	5	8,9	50	89,3	56	100,0
	Denge aleti	6	6,8	4	4,5	78	88,6	88	100,0
	Jimnastik minderi	23	26,1	15	17,0	50	56,8	88	100,0
	Jimnastik sopası	2	2,3	2	2,3	84	95,5	88	100,0
	Jimnastik topu	3	3,4	3	3,4	82	93,2	88	100,0
	Jimnastik çemberi	22	25,0	13	14,8	53	60,2	88	100,0
	Sağlık topu	4	4,5	6	6,8	78	88,6	88	100,0
	Step tahtası	1	1,1	3	3,4	84	95,5	88	100,0
	Stafet malzemesi	0	0,0	7	8,0	81	92,0	88	100,0
Tokat	Denge aleti	0	0,0	6	14,6	35	85,4	41	100,0
	Jimnastik minderi	8	19,5	1	2,4	32	78,0	41	100,0
	Jimnastik sopası	0	0,0	5	12,2	36	87,8	41	100,0
	Jimnastik topu	2	4,9	1	2,4	38	92,7	41	100,0
	Jimnastik çemberi	12	29,3	6	14,6	23	56,1	41	100,0
	Sağlık topu	3	7,3	7	17,1	31	75,6	41	100,0
	Step tahtası	1	2,4	2	4,9	38	92,7	41	100,0
Stafet malzemesi	1	2,4	5	12,2	35	85,4	41	100,0	

Tablo 10 incelendiğinde, anasınıfının, kısmen varlar ile birlikte, Amasya'dakilerin yalnızca % 20,0'ünün denge aleti, % 36,7'sinin jimnastik minderi, % 3,3'ünün jimnastik sopası, % 6,7'sinin jimnastik topu, % 26,7'sinin jimnastik çemberi, % 10,0'ünün sağlık veya fırlatma topu, % 10,0'ünün step tahtası ve % 13,4'ünün de satafet malzemeleri; Çorum'dakilerin yalnızca % 25,0'ünün denge aleti, % 64,3'ünün jimnastik minderi, % 5,4'ünün jimnastik sopası, % 12,5'inin jimnastik topu, % 41,1'inin jimnastik çemberi, % 12,5'inin sağlık veya fırlatma topu, % 7,2'sinin step tahtası ve % 10,7'sinin de satafet malzemeleri; Samsun'dakilerin yalnızca % 11,3'ünün denge aleti, % 45,1'inin jimnastik minderi, % 4,6'sının jimnastik sopası, % 6,8'inin jimnastik topu, % 39,8'inin jimnastik çemberi, % 11,3'ünün sağlık veya fırlatma topu, % 4,5'inin step tahtası ve % 8,0'ünün de satafet malzemeleri ve Tokat'takilerin yalnızca % 16,6'sının denge aleti, % 21,9'unun jimnastik minderi, % 12,2'sinin jimnastik sopası, % 7,3'ünün jimnastik topu, % 43,9'unun jimnastik çemberi, % 24,4'ünün sağlık veya fırlatma topu, % 7,3'ünün step tahtası ve % 14,6'sının da satafet malzemeleri bulunmaktadır.

**Tablo 11.** Beden eğitimi ve oyun açısından anasınıfı imkânlarının yeterli olma, her öğrenciye beden eğitimi ve oyun malzemesi düşme ve beden eğitimi ve oyun faaliyetlerinin amacına ulaşma durumları

Değişkenler	İmkân Yeterliği		Malzeme Düşmesi		Amaca Ulaşma	
	f	%	f	%	f	%
Evet	13	6,0	8	3,7	34	15,8
Kısmen	39	18,1	33	15,3	97	45,1
Hayır	163	75,8	174	80,9	84	39,1
<b>Toplam</b>	215	100,0	215	100,0	215	100,0

Öğretmen görüşlerine göre beden eğitimi ve oyun imkanları açısından anasınıflarının, kısmenler ile birlikte, % 24,1'inin yeterli, % 19,0'unda her öğrenciye malzeme düştüğü ve bu imkanlarla % 60,9'unun beden eğitimi ve oyun faaliyetleri açısından amacına ulaştığı görülmektedir (Tablo 11).

**Tablo 12.** İllere göre beden eğitimi ve oyun açısından anasınıfı imkanlarının yeterli olma, her öğrenciye beden eğitimi ve oyun malzemesi düşme ve beden eğitimi ve oyun faaliyetlerinin amacına ulaşma durumları

İller	Değişkenler	İmkan Yeterliği		Malzeme Düşmesi		Amaca Ulaşma	
		f	%	f	%	f	%
Amasya	Evet	3	10,0	1	3,3	6	20,0
	Kısmen	5	16,7	3	10,0	15	50,0
	Hayır	22	73,3	26	86,7	9	30,0
	<b>Toplam</b>	30	100,0	30	100,0	30	100,0
Çorum	Evet	1	1,8	1	1,8	7	12,5
	Kısmen	14	25,0	11	19,6	32	57,1
	Hayır	41	73,2	44	78,6	17	30,4
	<b>Toplam</b>	56	100,0	56	100,0	56	100,0
Samsun	Evet	4	4,5	1	1,1	12	13,6
	Kısmen	14	15,9	11	12,5	34	38,6
	Hayır	70	79,5	76	86,4	42	47,7
	<b>Toplam</b>	88	100,0	88	100,0	88	100,0
Tokat	Evet	5	12,2	5	12,2	9	22,0
	Kısmen	6	14,6	8	19,5	16	39,0
	Hayır	30	73,2	28	68,3	16	39,0
	<b>Toplam</b>	41	100,0	41	100,0	41	100,0

Öğretmen görüşlerine göre beden eğitimi ve oyun imkanları açısından anasınıflarının, kısmenler ile birlikte, Amasya'da yalnızca % 26,7'sinin yeterli, yalnızca % 13,3'ünde her öğrenciye malzeme düştüğü ve bu imkanlarla % 70,0'inin beden eğitimi ve oyun faaliyetleri açısından amacına ulaştığı; Çorum'da yalnızca % 26,8'inin yeterli, yalnızca % 21,4'ünde her öğrenciye malzeme düştüğü ve bu imkanlarla % 69,6'sının beden eğitimi ve oyun faaliyetleri açısından amacına ulaştığı; Samsun'da yalnızca % 20,5'inin yeterli, yalnızca % 13,6'sında her öğrenciye malzeme düştüğü ve bu imkanlarla % 52,2'sinin beden eğitimi ve oyun faaliyetleri açısından amacına ulaştığı ve Tokat'ta yalnızca % 26,8'inin yeterli, yalnızca % 31,7'sinde her öğrenciye malzeme düştüğü ve bu imkanlarla % 61,0'inin beden eğitimi ve oyun faaliyetleri açısından amacına ulaştığı görülmektedir (Tablo 12).

**Tablo 13.** Anasınıfı Öğretmenlerinin Beden Eğitimi ve Oyun Faaliyetlerinde Beden Eğitimi Öğretmenlerinden Yararlanma Durumu

Değişkenler	f	%
Yararlanıyor	13	6,0
Kısmen Yararlanıyor	12	5,6

Yararlanmıyor	190	88,4
<b>Toplam</b>	<b>215</b>	<b>100,0</b>

Tablo 13'de görüldüğü gibi, anasınıfı öğretmenlerinin, kısmen yararlananlarda dahil, ancak % 11,6'sı beden eğitimi ve oyun faaliyetlerinde beden eğitimi öğretmenlerinden yararlanmaktadır.

**Tablo 14.** İllere Göre Anasınıfı Öğretmenlerinin Beden Eğitimi ve Oyun Faaliyetlerinde Beden Eğitimi Öğretmenlerinden Yararlanma Durumu

İller	Değişkenler	f	%
Amasya	Yararlanıyor	1	3,3
	Kısmen Yararlanıyor	3	10,0
	Yararlanmıyor	26	86,7
	<b>Toplam</b>	<b>30</b>	<b>100,0</b>
Çorum	Yararlanıyor	6	10,7
	Kısmen Yararlanıyor	1	1,8
	Yararlanmıyor	49	87,5
	<b>Toplam</b>	<b>56</b>	<b>100,0</b>
Samsun	Yararlanıyor	2	2,3
	Kısmen Yararlanıyor	4	4,5
	Yararlanmıyor	82	93,2
	<b>Toplam</b>	<b>88</b>	<b>100,0</b>
Tokat	Yararlanıyor	4	9,8
	Kısmen Yararlanıyor	4	9,8
	Yararlanmıyor	33	80,5
	<b>Toplam</b>	<b>41</b>	<b>100,0</b>

Tablo 14'te anasınıflarının, kısmen yararlananlar da dahil, Amasya'da ancak % 13,3'ünün, Çorum'da ancak % 12,5'inin, Samsun'da ancak % 6,8'inin ve Tokat'ta ise ancak % 19,6'sının beden eğitimi ve oyun faaliyetlerinde beden eğitimi öğretmenlerinden yararlandıkları görülmektedir.

## Tartışma

Psikomotor gelişim dönemi temel hareketler dönemi içerisinde yer alan ve normal zeka ve fiziksel fonksiyon düzeyinde olan 4-6 yaşlarındaki anasınıfı öğrencileri lokomotor (hareket), manipulatif (beceri) ve dengeleme gibi temel hareketler yeteneğine sahiptirler. Bu yaşlardaki çocuklar temel hareket ve becerilerini mekanik olarak yeterince, koordineli ve kontrollü olarak yapılabilir. Ayrıca, temel hareket ve becerileri kapsayan hantal motor aktiviteleri öğrenme yanında kaşıkla yeme ve makasla kesme gibi ince motor becerileri de gelişmektedir. Bunun yanında, doğru öğrenme ve düzeltme içerikli hareket ve beceri eğitimi yoksunluğu, birçok hareket şeklinde, çocukların yaşamları süresince bu evrede kalmalarına neden olabilmektedir



(Gallaue 1982a; Gökmen ve ark. 1995; Güler ve Pepe, 2005; Larson and Zaichkowsky 1995; Muratlı 1997). Mustafa Kemal Atatürk, "Gençlerin sıhhatli ve gülbüz olmaları için yaşadıkları bölgenin sıhhi şartlarını temin etmek, devlet halinde bulunan siyasi teşekküllerin en birinci ödevidir. Ondan sonra, en küçük yaştan en son yaşa yani insan ömrünün vasati süresince derece beden faaliyeti önemli yer tutar ve tutmalıdır da" (Güler ve Pepe, 2005; Öztürk 1998) demiştir. Oysa TR83 illerindeki devlet ilkokulları anasınıflarındaki öğrencilerin ancak % 52,6'sı sağlık kontrolünden geçirilmekte (Tablo 1), hemen hemen diğer yarısı geçirilmemektedir. İllerdeki öğrencilerin durumları ayrı ayrı incelendiğinde Amasya'dakilerin % 83,3'ünün, Çorum'dakilerin % 78,6'sının, Samsun'dakilerin % 20,5'inin ve Tokat'takilerin ise % 63,4'ünün sağlık kontrolünden geçirildikleri görülmekte (Tablo 2), Samsun'daki öğrencilerin oranının oldukça düşük bulunduğu gözlenmektedir. Hareket eğitimi, beceri öğrenimi ve oyun eğitime tabi tutulacak olan çocukların sağlık şartlarının hazırlanması ve tesis edilmesine başta sağlık kontrollerinin yaptırılmasıyla başlanması oldukça önemlidir. Bunun yanında, tüm anasınıfları beden eğitimi ve oyun faaliyetlerine ilişkin oyun salonu ve oyun alanı durumları değerlendirildiğinde; yalnızca % 25,1'inin oyun salonu, % 15,3'ünün de oyun alanına sahip olduğu (Tablo 5); illere göre bakıldığında da Amasya'da % 30,0'ünün oyun salonu, % 16,7'inin oyun alanı; Çorum'da % 37,5'inin oyun salonu, % 12,5'inin oyun alanı; Samsun'da % 13,6'ının oyun salonu, % 14,8'inin oyun alanı ve Tokat'ta % 29,3'ünün oyun salonu, % 19,5'inin oyun alanı bulunabildiği (Tablo 6) gözlenmiştir. Ayrıca, mevcut anasınıfı sayıları ve haftalık beden eğitimi ve oyun saatleri incelendiğinde ise anasınıfı sayılarının 1-3 adet arasında % 47,0, 4-6 adet arasında % 49,8 ve 7 adet ve üzerinde 3,3; haftalık beden eğitimi ve oyun saatlerinin 1-3 saat arasında % 20,9, 4-6 saat arasında % 59,5 ve 7 saat ve üzerinde 19,5 oranında (Tablo 3) gözlenmektedir. Mevcut anasınıfı sayıları ve haftalık beden eğitimi ve oyun saatleri illere göre ele alındığında anasınıfı sayılarının Amasya için 1-3 adet arasında % 76,7, 4-6 adet arasında % 23,3 ve haftalık beden eğitimi ve oyun saatlerinin 1-3 saat arasında % 30,0, 4-6 saat arasında % 60,0, 7 saat ve üzerinde 10,0; Çorum için 1-3 adet arasında % 35,7, 4-6 adet arasında % 64,3 ve haftalık beden eğitimi ve oyun saatlerinin 1-3 saat arasında % 17,9, 4-6 saat arasında % 64,3, 7 saat ve üzerinde 17,9; Samsun için 1-3 adet arasında % 36,4, 4-6 adet arasında % 55,7 ve haftalık beden eğitimi ve oyun saatlerinin 1-3 saat arasında % 21,6, 4-6 saat arasında % 54,5, 7 saat ve üzerinde 23,9; Tokat için ise 1-3 adet arasında % 63,4, 4-6 adet arasında %

36,6 ve haftalık beden eğitimi ve oyun saatlerinin 1-3 saat arasında % 17,1, 4-6 saat arasında % 63,4, 7 saat ve üzerinde 19,5 oranında olduğu (Tablo 4) görülmektedir. Bu yaş çocuklarda fiziksel etkinlikler ve oyunun önemli olduğu vurgulanırken (Gallaue 1982a, Gökmen ve Ark. 1995, Güler ve Pepe, 2005; Larson and Zaichkowsky 1995, Muratlı 1997, Öztürk, 1998) beden eğitimi ve oyun alanlarının genel olarak % 30,0'un, tüm illerde ise %40,0'in altında bulunması ve haftalık ders saatlerinin beklenenden düşük bulunması oldukça düşündürücüdür ve üzerinde durulması gerekmektedir. İlaveten, son zamanlarda çocuk oyunlarının dış mekandan iç mekana yönelmiş olması ve bu durumun çocukların sağlıklı şekilde gelişimlerini bir kısım yönleri ile olumsuz etkilemesi dikkate alındığında, çocukların havadar spor salonları ve açık alanlarda beden eğitimi ve oyun imkanı sunabilecek yeterli donanıma sahip açık alanların önemi (Çelik, 2012) daha da önem kazanmaktadır.

Bununla birlikte, tüm illerdeki anasınıflarının, kısmen var ile birlikte % 69,3'ünün zihinsel, % 72,1'inin ritim, % 59,1'inin de taklit geliştirmeye yönelik araç ve gerece sahip olduğu (Tablo 7); illere göre ise, Amasya'dakilerin % 70,0'ünün zihinsel, % 76,7'sinin ritim, % 73,4'ünün de taklit; Çorum'dakilerin % 73,2'sinin zihinsel, % 75,0'ünün ritim, % 58,9'unun de taklit; Samsun'dakilerin % 66,1'inin zihinsel, % 70,5'inin ritim, % 56,8'inin de taklit ve Tokat'takilerin % 68,3'ünün zihinsel, % 68,3'ünün ritim, % 53,7'sinin de taklit geliştirmeye yönelik araç ve gerece sahip oldukları (Tablo 8) görülmektedir. Okul öncesi eğitimi, çocukların bedensel, zihinsel, duygusal gelişimini ve iyi ve olumlu alışkanlıklar kazanmasını sağlamayı ve onları ilköğretime hazırlamayı amaçlamaktadır (Baran ve ark., 2007; Çelik, 2012). Çocuklarda beden eğitimi ve oyun aktiviteleri aktif düşünme ve sorunları çözme becerileri ve kavram gelişimi gibi bilişsel becerileri yanında küçük ve büyük kas motor gelişimi, duygusal ve toplumsal yaşam becerilerinin gelişimini desteklemektedir. Ayrıca bu etkinlikler ile çocuğun bedensel farkındalığı da artırılmaktadır (Özyürek ve ark., 2015). Bu sonuçlar illerin anasınıflarının çoğunluğunun zihinsel, ritim ve taklit geliştirmeye yönelik imkanlara sahip oldukları söylenebilir ve literatürce desteklenmektedir.

Yine tüm illerin anasınıflarının, kısmen varlar ile birlikte, yalnızca % 16,8'inin denge aleti, % 43,8'inin jimnastik minderi, % 6,1'inin jimnastik sopası, % 8,4'ünün jimnastik topu, % 39,1'inin jimnastik çemberi, % 14,0'ünün sağlık veya fırlatma topu, % 6,6'sının step tahtası ve % 10,7'sinin de satafet malzemelerine sahip bulunduğu (Tablo 9); iller ayrı ayrı incelendiğinde ise, Amasya'dakilerin yalnızca % 20,0'ünün

denge aleti, % 36,7'sinin jimnastik minderi, % 3,3'ünün jimnastik sopası, % 6,7'sinin jimnastik topu, % 26,7'sinin jimnastik çemberi, % 10,0'ının sağlık veya fırlatma topu, % 10,0'ının step tahtası ve % 13,4'ünün de satafet malzemeleri; Çorum'dakilerin yalnızca % 25,0'ının denge aleti, % 64,3'ünün jimnastik minderi, % 5,4'ünün jimnastik sopası, % 12,5'inin jimnastik topu, % 41,1'inin jimnastik çemberi, % 12,5'inin sağlık veya fırlatma topu, % 7,2'sinin step tahtası ve % 10,7'sinin de satafet malzemeleri; Samsun'dakilerin yalnızca % 11,3'ünün denge aleti, % 45,1'inin jimnastik minderi, % 4,6'sinin jimnastik sopası, % 6,8'inin jimnastik topu, % 39,8'inin jimnastik çemberi, % 11,3'ünün sağlık veya fırlatma topu, % 4,5'inin step tahtası ve % 8,0'ının de satafet malzemeleri ve Tokat'takilerin yalnızca % 16,6'sinin denge aleti, % 21,9'unun jimnastik minderi, % 12,2'sinin jimnastik sopası, % 7,3'ünün jimnastik topu, % 43,9'unun jimnastik çemberi, % 24,4'ünün sağlık veya fırlatma topu, % 7,3'ünün step tahtası ve % 14,6'sinin de satafet malzemeleri (Tablo 10)'ne sahip buldukları görülmektedir. Ayrıca, öğretmen görüşlerine göre beden eğitimi ve oyun imkanları açısından tüm illerdeki anasınıflarının, kısmenler ile birlikte, % 24,1'inin yeterli, % 19,0'unda her öğrenciye malzeme düştüğü ve bu imkanlarla % 60,9'unun beden eğitimi ve oyun faaliyetleri açısından amacına ulaştığı (Tablo 11); iller tek tek değerlendirildiğinde de Amasya'da yalnızca % 26,7'sinin yeterli, yalnızca % 13,3'ünde her öğrenciye malzeme düştüğü ve bu imkanlarla % 70,0'inin beden eğitimi ve oyun faaliyetleri açısından amacına ulaştığı; Çorum'da yalnızca % 26,8'inin yeterli, yalnızca % 21,4'ünde her öğrenciye malzeme düştüğü ve bu imkanlarla % 69,6'sinin beden eğitimi ve oyun faaliyetleri açısından amacına ulaştığı; Samsun'da yalnızca % 20,5'inin yeterli, yalnızca % 13,6'sında her öğrenciye malzeme düştüğü ve bu imkanlarla % 52,2'sinin beden eğitimi ve oyun faaliyetleri açısından amacına ulaştığı ve Tokat'ta yalnızca % 26,8'inin yeterli, yalnızca % 31,7'sinde her öğrenciye malzeme düştüğü ve bu imkanlarla % 61,0'inin beden eğitimi ve oyun faaliyetleri açısından amacına ulaştığı (Tablo 12) göz önündedir. Oysa biliniyor ki, 5-6 yaş çocuklara, gelişimlerine uygun yürüme ve koşma, atma ve atlama, kaldırma ve taşıma, eğilme ve doğrulma, itme, çekme, fırlatma ve denge egzersizleri ile manüplatif egzersizlerin yaptırılması (Günsel 2004; Özyürek ve ark., 2015) oldukça önemli ve kaçınılmazdır. Bununla birlikte, lokomotor içerikli koşu, sekme, sıçrama ve atlama gibi beceriler; manipulatif içerikli atma ve fırlatma, yakalama ve ayakla topa vurma gibi beceriler ve dengeleme içerikli temel hareket yeteneğine sahip olan ve bu özelliklerinin karakteristik ve iyileştirici

şekilde geliştirilmesi gereken (Gökmen ve ark., 1995; Güler ve Pepe, 2005; Günsel 2004, Larson ve Zaichkowsky 1995; Muratlı 1997) çocukların, yeterli alt yapı ve malzemeye sahip okullarda eğitilmesi ve sağlıklı optimal gelişiminin tesis edilmesi gerekmektedir. Çalışmanın sonucundan tespit edilenlere dikkat edildiğinde TR83 illeri devlet ilkokullarındaki anasınıflarının alt yapı ve malzeme imkânlarının oldukça kısıtlı olduğu görülmektedir. Bu kısıtlı malzemelerden aynı anda genelinin yararlanamadığı bir ortamda koordinatif yetenek, temel hareket, denge ve koordinasyona yönelik davranışların kazandırılması ne ölçüde sağlanabilecektir. Bu kısıtlı imkânlarla, planlanan hedeflere ne derece ve ne kadar zamanda ulaşılacağı düşündürücüdür. Okul öncesi eğitimin niteliği, içerisinde bulunan eğitim-öğretim koşullarından etkilenmekte, niteliğin artırılmasında, kurumdaki araç-gereç ve kaynaklar, öğretmen ve diğer personel gibi etkenlerin katkısı bulunmaktadır. Özellikle, eğitim-öğretim sürecinde hem eğitim öğretimin etkili olabilmesi hem de en uygun düzeyde hedeflere ulaşılabilmesinde öğretmenlerin katkısı yüksektir. Öğretmenler eğitim-öğretim ile ilgili bilimsel ve teknolojik, ekonomik ve sosyo kültürel açıdan donanımlı, alanı ile ilgili iyi bir eğitim almış olması gerekmektedir (Kanbay Ak ve ark., 2016; Kuran, 2002). Tüm illerdeki ilkokul anasınıfı öğretmenlerinin, kısmen yararlananlarda dahil, ancak % 11,6'sı beden eğitimi ve oyun faaliyetlerinde beden eğitimi öğretmenlerinden yararlanmakta (Tablo 13) oldukları; TR83 illeri ayrı ayrı ele alındığında, Amasya'da ancak % 13,3'ünün, Çorum'da ancak % 12,5'inin, Samsun'da ancak % 6,8'inin ve Tokat'ta ise ancak % 19,6'sının beden eğitimi ve oyun faaliyetlerinde beden eğitimi öğretmenlerinden yararlanmakta (Tablo 14) oldukları aşırıdır. Özellikle de branşında öğretmenlerin, toplumların gereksinim duyduğu her meslekten bireylerin yetiştirilmesi ve milletin geleceğinin şekillendirmesi gibi kutsal bir görevi üstlenmiş olması (Kanbay Ak ve ark., 2016) göz önüne alındığında okul öncesi öğretmenlerinin beden eğitimi öğretmenlerinden daha etkin yararlanması beklenirdi.

Sonuç olarak; TR83 illeri (Amasya, Samsun, Çorum, Tokat) devlet ilkokullarındaki anasınıflarında öğretmenlerin kendi kişisel yetenekleri, özel çaba ve özverileriyle beden eğitimi ve oyun etkinlikleri düşük düzeyde amacına ulaşabiliyorsa da; tüm illerde beden eğitimi ve oyun faaliyetlerine ilişkin imkanların oldukça kısıtlı ve yetersiz olduğu söylenebilir.

Bu sonuçlardan hareketle, TR83 illeri (Amasya, Samsun, Çorum, Tokat) devlet ilkokullarındaki anasınıflarında, çocukların sağlıklı olarak fiziksel, fizyolojik, zihinsel,

sosyal ve ruhsal olarak tüm gelişimlerine optimal katkı oluşturulması amacıyla beden eğitimi ve oyun etkinliklerine ilişkin imkanların üst düzeye çıkarılması ve fonksiyonel hale getirilmesi önerilmektedir.

## **Kaynaklar**

- Baran, M., Yılmaz, A., Yıldırım, M. (2007).Okul Öncesi Eğitimin Önemi ve Okul Öncesi Eğitim Yapılarındaki Kullanıcı Gereksinimleri (Diyarbakır Huzurevleri Anaokulu Örneği). *DÜ Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi* 8, 27-44.
- Binbaşıoğlu, C. (1970). *Çocuk Gelişimi ve Eğitimi*, Ankara.
- Çelik, A. (2012). Okul Öncesi Eğitim Kurumlarında Açık Alan Kullanımı: Kocaeli Örneği. *Atatürk Üniv. Ziraat Fak. Derg.*, 43 (1), 79-88.
- Cinel, N. (2006). Farklı Sosyo Ekonomik Düzeydeki 3-6 Yaş Çocuğu Olan Anne Babaların Oyuncak ve Oyun Materyalleri Hakkındaki Görüşlerinin ve Bu Yaş Grubu Çocukların Sahip Oldukları Oyuncak ve Oyun Materyallerinin İncelenmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Dilekmen, M., Bozan Türün, N. (2018). Okul Öncesi Eğitimde Oyunun Öğretmen Görüşlerine Göre Değerlendirilmesi Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi, 37, 43-56.
- Erşan, Ş. (2006). Okul Öncesi Eğitim Kurumlarına Devam Eden 6 Yaş Grubundaki Çocukların Oyun ve Çalışma (İş) İle İlgili Algılarının İncelenmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Gallaue, D.L. (1982a). *Understanding Motor Development in Children*, New York: John Wiley and Sons (Akt. Gökmen, H., Karagül, T. ve Aşçı, F.H. (1995). *Psikomotor Gelişim*, Ankara: GSGM Yayın No: 139.).
- Gökmen, H., Karagül, T. ve Aşçı, F.H. (1995). *Psikomotor Gelişim*, Ankara: GSGM Yayın No: 139.
- Güler, D., Özsoy, O. (2018). The Preschool and Primary School Educational Games: A Teachers' Perspective, *European Journal of Education Studies*, 4 (5), 26-34.
- Güler, D. ve Pepe, K. (2005). Burdur ve Isparta Devlet İlköğretim Okullarındaki Anasınıflarının Beden Eğitimi ve Oyun Etkinliklerine Yönelik İmkânlarının Değerlendirilmesi, 16-19 Kasım 2005 1. Burdur Sempozyumu, BURDUR.

- Günsel, A.M. (2004). Okul Öncesinde Beden Eğitimi Ve Uygulamaları, Ankara: Anı Yayıncılık.
- Kadim, M. (2012). Okul Öncesi Öğretmenlerinin Oyun Öğretimine Yönelik Öz-Yeterliliklerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bolu.
- Kanbay Ak, G., Yıldırım, B., Kadioğlu Ateş, H. (2016). Okul Öncesi öğretmenlerinin Mesleki Yeterlilik Algılarının İncelenmesi (Başakşehir İlçesi Örneği). *Akademik Bakış Dergisi*, 55, 89-108.
- Kuran K. (2002). Okul ve Sınıf Ortamı (Editör: A. Türkoğlu) Öğretmenlik Mesleğine Giriş, Mikro Yayınları, Ankara
- Larson, G.A. and Zaichkowsky, L.D. (1995). Physical, Motor and Fitness Development In Children And Adolescents, *Journal Of Education*, 177 (2), 25-55.
- Muratlı, S. (1997). Antrenman Bilimi Işığında Çocuk ve Spor, Ankara: Bağırhan Yayınevi.
- Milli Eğitim Bakanlığı (MEB) Okul Öncesi Eğitimi Genel Müdürlüğü (1998). Cumhuriyetimizin 75'inci Yılında Okul Öncesi Eğitimi. Ankara, s. 11-18.
- Öztürk, F. (1998). Toplumsal Boyutlarıyla Spor, Ankara.
- Özyürek, A., Özkan, İ., Begde, Z., Yavuz, NF. (2015). Okul Öncesi Dönemde Beden Eğitimi ve Spor. *International Journal of Science Culture and Sport (IntJSCS)*, Special Issue 3, 479-488.
- Ulutaş, A. (2011). Okul Öncesi Dönemde Drama ve Oyunun Önemi. *Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4 (6), 233-242.1-18.
- Wilde, J. (2006). Öfke Sorunu Yaşayan Çocuklara Yönelik Uygulamalar. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, (Çev: Özmen, A.), 39 (1); 135-144.


## Spor Bilimleri Fakültesinde Öğrenim Gören Antrenörlük Bölümü Öğrencilerinin Liderlik Tarzı Algılarının İncelenmesi

Eyyüp SARIKOL\*<sup>1</sup> 

Pelin USTAOĞLU HOŞVER<sup>2</sup> 

<sup>1</sup> Iğdır Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İĞDIR

<sup>2</sup> Düzce Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, DÜZCE

 DOI: 10.31680/gaunjss.1243219

### Orijinal Makale / Original Article

Geliş Tarihi / Received: 27.01.2023

Kabul Tarihi / Accepted: 25.02.2023

Yayın Tarihi / Published: 25.03.2023

### Öz

İnsanlık tarihinin çok eski dönemlerine kadar dayanan liderlik kavramıyla birlikte, etkili liderlik ile başarılı antrenörlüğün doğru orantılı olduğu düşünülmektedir. Liderlik stilleri, bu stillerin performansa katkısı, sporcuyla başarılı kılması, sporcu-antrenör ilişkisini güçlendirmesi, antrenör sporcu iletişimini kuvvetlendirmesi, sporcuların motivasyonunun olumlu yönde arttırması liderlik açısından antrenörlüğe olumlu katkı sağladığı düşünülmektedir bu bilgiler ışığında bu araştırmanın amacı; spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören antrenörlük bölümü öğrencilerinin liderlik tarzı algılarının incelenmesidir. Araştırma grubunu 2022-2023 eğitim-öğretim yılından Iğdır Üniversitesi SBF'de (Spor Bilimleri Fakültesi) öğrenim gören 206 gönüllü öğrenci oluşturmuştur. Araştırma da veri toplama yöntemi olarak "Kişisel Bilgi Formu", ile Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri Ölçeği (ÇYLYÖ) kullanılmıştır. Elde edilen veriler SPSS istatistik programı kullanılarak analiz edilmiştir. Araştırma bulgularına göre; araştırma grubunun cinsiyet değişkeni, lisanslı sporcu olma durumu, yaş değişkeni, sınıf değişkeni, gelir durumu, haftalık spor yapma süresi ve yaptığı spor türüne göre çok yönlü liderlik yönelimleri ölçeği toplam puan ve ölçek tüm alt boyutları toplam puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı görülmüştür. Araştırma grubunun spor yapma durumu ile çok yönlü liderlik yönelimleri ölçeği toplam puan ve ölçek alt boyutlarında politik liderlik toplam puan ortalaması arasında anlamlı farklılık olduğu belirlenirken, ölçek alt boyutları insan kaynaklı liderlik ve yapısal liderlik puan ortalaması arasında anlamlı farklılık olmadığı görülmüştür, araştırma grubunun sporun hayatınızdaki önemi ile çok yönlü liderlik yönelimleri ölçeği toplam puan ve ölçek alt boyutlarından insan kaynaklı liderlik toplam puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu belirlenirken, ölçek alt boyutları politik liderlik, karizmatik liderlik ve yapısal liderlik toplam puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı belirlenmiştir. Sonuç olarak; araştırmada yer alan öğrencilerin liderlik düzeylerinin yüksek olduğu ve ikinci sınıf öğrencilerin liderlik özelliklerinin daha yüksek olduğu görülmüştür.

**Anahtar Kelimeler:** Spor, Liderlik, Motivasyon, Fair play

## Examination of The Leadership Style Perceptions of The Students in the Faculty of Sports Sciences

### Abstract

It is thought that effective leadership and successful coaching are directly proportional to the concept of leadership, which dates back to the very old times of human history. Leadership styles, their contribution to performance, making the athlete successful, strengthening the athlete-coach relationship, strengthening the coach-athlete communication, increasing the motivation of the athletes positively are thought to contribute positively to coaching in terms of leadership. The aim of this study is to examine the leadership style perceptions of the students of the coaching department studying at the faculty of sports sciences. The research group consisted of 206 volunteer students studying at Iğdır University SBF (Faculty of Sports Sciences) in the 2022-2023 academic year. In the research, "Personal Information Form" and Multidimensional Leadership Orientations Scale (CYLYÖ) were used as data collection methods. The obtained data were analyzed using the SPSS statistical program. According to the research findings; It was seen that there was no statistically significant difference between the total score of the multi-directional leadership orientation scale and the total score of all sub-dimensions of the research group according to the gender variable, status of being a licensed athlete, age variable, class variable, income status,

\* Sorumlu Yazar: Eyyüp SARIKOL

E-mail: eyupcan-87@hotmail.com

weekly sports time and type of sports. . While it was determined that there was a significant difference between the sporting status of the research group and the total score of the versatile leadership orientation scale and the total score of the political leadership in the scale sub-dimensions, it was seen that there was no significant difference between the sub-dimensions of the human-based leadership, charismatic leadership and structural leadership. While it was determined that there was a statistically significant difference between the importance of sports in your life and the total score of the versatile leadership orientations scale and the total score of human-induced leadership from the sub-dimensions, there was no statistically significant difference between the total score of the sub-dimensions of political leadership, charismatic leadership and structural leadership. In conclusion; It was seen that the leadership levels of the students in the research were high and the leadership characteristics of the second year students were higher.

**Keywords:** Sports, Leadership, Motivation, Fair play

## Giriş

Liderlik kavramı, insanlık tarihinin çok eski dönemlerine kadar dayanan bir olgudur. İnsanoğlu bir toplumun doğal üyesi olarak dünyaya gelir ve sosyal bir canlı olarak hayatını devam ettirir. İnsanoğlu bu süreçte bazı gereksinimlerini kendi giderebilirken bazılarını ise başkalarından aldığı destekle giderebilmektedir. İşte bu süreç içerisinde insanların kendi başına gideremediği gereksinimler için onlara kılavuzluk edip yol gösterecek, iş birliği yaparak zorlukların üstesinden gelmesine destek sağlayacak bir lidere ihtiyaç duymaktadırlar (Dursun vd., 2019).

İşbirliğinin gerçekleştiği ortamlarda bazı bireyler diğerlerinden daha baskın rol üstlenerek ön planda yer alırlar ve diğer grup mensuplarının onayı ile lider konumunda bulunurlar (Tekin ve. Zorba, 2017). Bir grup ya da örgütteki bireyleri belirli bir amaç doğrultusunda kontrol altına alabilme yeteneğine sahip olan, insanları kendi istekleri doğrultusunda etkileyip onlara yol gösteren ve onların istekleri be ihtiyaçları doğrultusunda onlara yol çizen eğitimcilere lider denir (Baltaş, 2003).

Liderler en yüksek mevkide yer alan, sosyal yapının bir parçasıdır ve sosyal hareketlerin kontrol altında tutulması amacıyla ön planda bulunan bir bireydir (İbicioğlu, vd., 2009). Sosyal becerilerini kullanabilen, kararlı, sorumluluk üstlenmekten korkmayan, etkileyici konuşma becerisine sahip, farklı durumlara ve zorluklara uyum sağlayabilen, kavramsal düşünme becerisine sahip, kendine güvenen, ikna edebilme gücüne sahip liderlerin işlerinde daha başarıları oldukları düşünülmektedir (Atar ve Özbek, 2009).

Kirkpatrick ve Locke (1991); liderlik özelliğine sahip kişilerde başarıma arzusuna sahip olma, azim, tutku girişkenlik, özgüven, güdülenme, duygusal güçlülük, motivasyon, dürüstlük, bilişsel beceri gibi özelliklere sahip olduklarını düşünmektedirler (Kirkpatrick ve Locke, 1991). Son yıllarda yapılan araştırmalarda da yukarıda belirtilen özelliklere paralel olarak iyi bir liderde bulunması gereken özelliklere; gerçeklik, mizah duygusu, çalışanların sağlık sorunları ile yakından ilgilenme, çalışanlarının başarılarını



kutlama ve motivasyonlarını arttırmaya yönelik girişimde bulunma gibi özellikler de eklemiştir (Karadağ, 2013).

Farklı kişilik özellikler taşıyan liderlerin benzer durumlarda farklı davranışlar gösterdikleri farklı bilim insanları tarafından farklı çalışmalarla ortaya konulmuş bir bilgidir. Bu bilgi ışığında farklı kişilik özelliklerine sahip antrenörlerin farklı liderlik tarzlarının olduğu düşünülmektedir (Gough, 1984; Lord 1986, Hogan, 1994; Thomas, 1996, akt. İbicioğlu vd. 2009). Sporda ise; lider antrenörlerin farklı durumlarda farklı tutumlar sergilemeleri beklenebilir fakat bu durum antrenörlerin kişisel özelliklerine göre benzer durumlar göstermesini beklemek de mümkündür (Williams 1993).

Liderlik açısından antrenörlük; tek bir amaç için hareket eden takım üyelerinin ya da sporcuların eğitimli bir lider tarafından doğru ve zekice yönlendirilmesidir. (Yılmaz, 2008). Son yıllarda yapılan spor araştırmalarında, etkili liderlik ile başarılı antrenörlüğün doğru orantılı olduğu belirtilmektedir. Liderlik stilleri, bu stillerin performansa katkısı, sporcuyu başarılı kılması, sporcuyu ve antrenör ilişkisini güçlendirmesi, takımın birbirleriyle olan bağını arttırması, antrenör sporcuyu iletişimini kuvvetlendirmesi, sporcuların motivasyonunun olumlu yönde arttırması liderlik açısından antrenörlüğe olumlu katkı sağladığı düşünülmektedir (Karadağ, 2013).

Bu bilgiler ışığında bu araştırmanın amacı; spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören antrenörlük bölümü öğrencilerinin liderlik tarzı algılarının incelenmesidir.

## Yöntem

Araştırma grubunu 2022-2023 eğitim-öğretim yılından Iğdır Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören 206 (82 kadın, 124 erkek) gönüllü öğrenci oluşturmuştur. Araştırma da veri toplama yöntemi olarak anket kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan ölçek iki bölümden oluşmakta olup, ilk bölümde araştırmacı tarafından hazırlanan "Kişisel Bilgi Formu", ile ikinci bölümde ise öğrencilerin liderlik algı düzeylerini belirlemeye yönelik Dursun ve ark., (2019) tarafından geliştirilen "Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri Ölçeği (ÇYLYÖ)" kullanılmıştır.

**Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri Ölçeği (ÇYLYÖ):** Beşli likert tipi ölçek formunun derecelenmesi, alt boyutları ve puan sınırları; Ölçek Alt Boyutları, Politik Liderlik (5 madde), İnsan Kaynaklı Liderlik (5 madde), Karizmatik Liderlik (5 madde), Yapısal Liderlikdir. Derecelendirme: 1: Tamamen Katılmıyorum, 2: Katılmıyorum, 3: Kararsızım, 4: Katılıyorum, 5: Tamamen Katılıyorum

## Verilerin Analizi

Veriler SPSS istatistik programı kullanılarak analiz edilmiştir. Araştırma grubunun demografik bilgileri ve liderlik algı düzeyleri tanımlayıcı istatistikler olarak yüzde, frekans, aritmetik ortalama ve standart sapma teknikleri kullanılarak özetlenmiştir. Verilerin normallik analizi değerlendirildiğinde, normal dağılım göstermediği belirlenen verilerin analizinde non-parametrik testler kullanılmıştır. İki bağımsız grup ortalamalarını karşılaştırmak ve aralarındaki anlamlılığını test etmek amacıyla Mann Whitney U testi, üç veya daha fazla sayıda grubun ortalamaları arasındaki farklılığın anlamlılığını test etmek amacıyla Kruskal Wallis testi uygulanmıştır. Anlamlılık değeri  $p < 0,05$  kabul edilmiştir.

## Bulgular

**Tablo 1.** Araştırma grubunun demografik bilgileri

		Frekans	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kadın	82	39,8
	Erkek	124	60,2
Yaş	18-21 yaş	74	35,9
	22-25 yaş	116	56,3
	26-29 yaş	16	7,8
Sınıf	İkinci sınıf	62	30,1
	Üçüncü sınıf	34	16,5
	Dördüncü sınıf	110	53,4
Gelir Durumu	1500 TL ve altı	133	64,6
	1501-3000 TL	31	15
	3001-4500 TL	16	7,8
	4500 TL ve üzeri	26	12,6
Spor Yapıyor musunuz?	Evet	164	79,6
	Hayır	42	20,4
Lisanslı Sporcu musunuz?	Evet	98	47,6
	Hayır	108	52,4
Haftalık Spor Yapma Süresi	1 saat ve altı	47	22,8
	1-3 saat	71	34,5
	4 saat ve üzeri	88	42,7
Yaptığınız Spor Türü	Bireysel	100	48,5
	Takım	42	20,4
	Her ikisi	64	31,1
Sporun Hayatınızdaki Önemi	Önemsiz	93	45,1
	Çok önemli	113	54,9

Tablo 1 incelendiğinde araştırma grubunun; %39,8'inin kadın, %60,2'sinin erkek olduğu, %56,3'ünün 22-25 yaş aralığında olduğu, %53,4'ünün dördüncü sınıfta eğitim gördüğü belirlenmiştir. Öğrencilerin %64,6'sının 1500 TL'inin altında gelir düzeyine sahip olduğu, %79,6'sının spor yaptığı, %52,4'ünün herhangi bir spor lisansına sahip olmadığı ve %42,7'sinin haftada 4 saat ve üzeri spor yaptıkları

görülmüştür. Araştırma grubunun %48,5'inin bireysel spor yaptığı ve %54,9'u için sporun çok önemli olduğu belirlenmiştir.

**Tablo 2.** Araştırma Grubunun Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği Madde Ortalamaları

	X	SS
Mantıklı düşünürüm.	4,21	1,09
Başkalarının sorunlarına karşı duyarlıyım.	4,17	1,05
İnsanları harekete geçirme yeteneğine sahibim	3,80	1,01
Dikkatli plan yaparım.	3,91	1,00
Planlanan işlerin zamanında bitirilmesine önem veririm	4,07	1,11
İnsanları ikna etmede başarılıyım.	3,85	1,04
Problemleri mantıklı düşünerek çözerim.	4,06	1,02
Başkasının fikirlerini önemserim.	3,97	1,13
Güç sahibi insanların desteğini almada başarılıyım	3,67	1,05
İnsanları etkileme yeteneğine sahibim.	3,79	,99
İnsanlar için ilham kaynağıyım.	3,50	,99
İnsanlar arasındaki sorunları çözme konusunda gayretliyim.	3,96	1,13
Yaratıcı bir insanımdır.	3,81	1,11
İnsanlara yardım etmeyi severim.	4,24	1,09
Kendimi karizmatik bulurum	3,70	1,28
Heyecan verici yeni fikirler yaratırım	3,78	1,10
İyi bir dinleyiciyim.	<b>4,20</b>	<b>1,05</b>
Zorluklara rağmen başarıya ulaşıyorum.	<b>4,02</b>	<b>1,09</b>
Doğru kararlar vermede başarılıyım.	<b>3,94</b>	<b>1,19</b>
<b>Politik liderlik alt boyut toplam puan ortalaması</b>	<b>18,59</b>	<b>3,86</b>
<b>İnsan kaynaklı liderlik alt boyut toplam puan ortalaması</b>	<b>20,53</b>	<b>4,41</b>
<b>Karizmatik liderlik alt boyut toplam puan ortalaması</b>	<b>19,24</b>	<b>4,23</b>
<b>Yapısal liderlik alt boyut toplam puan ortalaması</b>	<b>16,25</b>	<b>3,32</b>
<b>Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri ölçeği toplam puan ortalaması</b>	<b>74,63</b>	<b>13,85</b>

Tablo 2 incelendiğinde araştırma grubunun; “İnsanlara yardım etmeyi severim” ifadesinin  $4,24 \pm 1,09$  madde ortalamasına sahip olduğu, “Mantıklı düşünürüm” ifadesinin  $4,21 \pm 1,09$  madde ortalamasına sahip olduğu ve öğrencilerin genel olarak yüksek düzeyde katıldığı görülmüştür. Araştırma grubunun “İnsanlar için ilham kaynağıyım” ifadesinin  $3,50 \pm ,99$  madde ortalamasına sahip olduğu, “Güç sahibi insanların desteğini almada başarılıyım” ifadesinin  $3,67 \pm 1,05$  madde ortalamasına sahip olduğu ve katılımcıların genel olarak orta düzeyde katıldıkları görülmüştür. Araştırma grubunun çok yönlü liderlik yönelimleri ölçeği toplam puan ortalaması  $74,63 \pm 13,85$  ile yüksek düzeyde olduğu, politik liderlik alt boyut toplam puan ortalamasının  $18,59 \pm 3,86$  olduğu, insan kaynaklı liderlik alt boyut toplam puan

ortalaması 20,53±4,41 olduğu, karizmatik liderlik alt boyut puan ortalaması 19,24±4,23 ve yapısal liderlik alt boyut toplam puan ortalamasının ise 16,25±3,32 olduğu tespit edilmiştir.

**Tablo 3.** Araştırma Grubunun Cinsiyet Değişkenine Göre Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri Ölçeği Mann Whitney-U Testi Analizleri

Boyut	Cinsiyet	N	Sıra Ortalama	Sıra Toplam	U	Z	P
Politik Liderlik	Kadın	82	101,37	8312,00	4909,000	-,420	0,67
	Erkek	124	104,91	13009,00			
İnsan Kaynaklı Liderlik	Kadın	82	111,03	9104,50	4466,500	-	0,13
	Erkek	124	98,52	12216,50			
Karizmatik Liderlik	Kadın	82	98,81	8102,50	4699,500	-,922	0,35
	Erkek	124	106,60	13218,50			
Yapısal Liderlik	Kadın	82	103,09	8453,00	5050,000	-,082	0,93
	Erkek	124	103,77	12868,00			
Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri ölçeği toplam	Kadın	82	103,12	8456,00	5053,000	-,074	0,94
	Erkek	124	103,75	12865,00			

\*p<0,05

Tablo 3 incelendiğinde araştırma grubunun cinsiyet değişkeni ile çok yönlü liderlik yönelimleri ölçeği toplam puan ve ölçek alt boyutları puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı belirlenmiştir (p>0.05).

**Tablo 4.** Araştırma Grubunun Spor Yapma Durumuna Göre Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri Ölçeği Mann Whitney-U Testi Analizleri

Boyut	Spor Yapma Durumu	N	Sıra Ortalama	Sıra Toplam	U	Z	P
Politik Liderlik	Evet	164	108,98	17872,00	2546,000	-2,616	0,00*
	Hayır	42	82,12	3449,00			
İnsan Kaynaklı Liderlik	Evet	164	106,83	17519,50	2898,500	-1,593	0,11
	Hayır	42	90,51	3801,50			
Karizmatik Liderlik	Evet	164	107,59	17644,50	2773,500	-1,953	0,05
	Hayır	42	87,54	3676,50			
Yapısal Liderlik	Evet	164	106,83	17519,50	2898,500	-1,598	0,11
	Hayır	42	90,51	3801,50			
Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri ölçeği	Evet	164	108,31	17762,50	5053,000	-2,289	0,02*
	Hayır	42	84,73	3558,50			

\*p<0,05

Tablo 4 değerlendirildiğinde araştırma grubunun spor yapma durumu ile çok yönlü liderlik yönelimleri ölçeği toplam puan ve ölçek alt boyutlarında politik liderlik toplam puan ortalaması arasında anlamlı farklılık olduğu belirlenirken (p<0,05) ölçek alt boyutları insan kaynaklı liderlik, karizmatik liderlik ve yapısal liderlik puan ortalaması arasında anlamlı farklılık olmadığı görülmüştür (p>0,05).

**Tablo 5.** Araştırma Grubunun Lisanslı Sporcu Olma Durumuna Göre Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri Ölçeği Mann Whitney-U Testi Analizleri

Boyut	Lisanslı Sporcu	N	Sıra Ort.	Sıra Toplam	U	Z	P
Politik Liderlik	Evet	98	108,38	10621,00	4814,0	-1,123	0,26
	Hayır	108	99,07	10700,00			
İnsan Kaynaklı Liderlik	Evet	98	105,03	10292,50	5142,5	-,352	0,72
	Hayır	108	102,12	11028,50			
Karizmatik Liderlik	Evet	98	11,62	10939,00	4496,0	-1,871	0,06
	Hayır	108	96,13	10382,00			
Yapısal Liderlik	Evet	98	110,41	10820,50	4614,5	-1,601	0,10
	Hayır	108	97,23	10500,50			
Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri ölçeği toplam	Evet	98	110,62	10840,50	4594,5	-1,633	0,10
	Hayır	108	97,04	10480,50			

\*p<0,05

Tablo 5 değerlendirildiğinde araştırma grubunun lisanslı sporcu olma durumu ile çok yönlü liderlik yönelimleri ölçeği toplam puan ve ölçek tüm alt boyutları toplam puan ortalaması arasında anlamlı farklılık olmadığı belirlenmiştir (p>0,05).

**Tablo 6.** Araştırma Grubunun Sporun Hayatınızdaki Önemi Durumuna Göre Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri Ölçeği Mann Whitney-U Testi Analizleri

Boyut	Sporun Hayatınızdaki Önemi	N	Sıra Ortalama	Sıra Toplam	U	Z	P
Politik Liderlik	Önemsiz	93	95,78	8907,50	4536,5	-1,694	0,09
	Çok Önemli	113	109,85	12413,50			
İnsan Kaynaklı Liderlik	Önemsiz	93	92,83	8633,00	4262,0	-2,347	0,01*
	Çok Önemli	113	112,28	12688,00			
Karizmatik Liderlik	Önemsiz	93	94,74	8810,50	4439,5	-1,922	0,05
	Çok Önemli	113	110,71	12510,50			
Yapısal Liderlik	Önemsiz	93	95,88	8917,00	4546	-1,680	0,09
	Çok Önemli	113	109,77	12404,00			
Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri ölçeği toplam	Önemsiz	93	92,59	8610,50	4239,5	-2,385	0,01*
	Çok Önemli	113	112,48	12710,50			

\*p<0,05

Tablo 6 incelendiğinde araştırma grubunun sporun hayatınızdaki önemi ile çok yönlü liderlik yönelimleri ölçeği toplam puan ve ölçek alt boyutlarından insan kaynaklı liderlik toplam puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu belirlenirken (p<0,05), ölçek alt boyutları politik liderlik, karizmatik liderlik ve yapısal liderlik toplam puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı belirlenmiştir (p>0,05).

**Tablo 7.** Araştırma Grubunun Yaş Değişkenine Göre Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri Ölçeği Kruskal Wallis H Testi Analizleri

Boyut	Yaş	N	Sıra Ortalama	Kruskal Wallis H	
				X <sup>2</sup>	p
Politik Liderlik	18-21 yaş	74	98,99	,715	0,69
	22-25 yaş	116	105,61		
	26-29 yaş	16	109,06		
İnsan Kaynaklı Liderlik	18-21 yaş	74	103,17	,078	0,96
	22-25 yaş	116	104,21		
	26-29 yaş	16	99,91		
Karizmatik Liderlik	18-21 yaş	74	107,28	1,454	0,48
	22-25 yaş	116	99,47		
	26-29 yaş	16	115,19		
Yapısal Liderlik	18-21 yaş	74	104,11	3,327	0,18
	22-25 yaş	116	99,68		
	26-29 yaş	16	128,34		
Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri ölçeği toplam	18-21 yaş	74	103,23	,757	0,68
	22-25 yaş	116	101,98		
	26-29 yaş	16	115,78		

\*p<0,05

Tablo 7 incelendiğinde araştırma grubunun yaş değişkeni ile çok yönlü liderlik yönelimleri ölçeği toplam puan ve ölçek tüm alt boyutları toplam puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı belirlenmiştir (p>0,05).

**Tablo 8.** Araştırma Grubunun Sınıf Değişkenine Göre Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri Ölçeği Kruskal Wallis H Testi Analizleri

Boyut	Sınıf	N	Sıra Ortalama	Kruskal Wallis H	
				X <sup>2</sup>	p
Politik Liderlik	Birinci Sınıf	62	92,20	3,297	0,19
	İkinci Sınıf	34	110,93		
	Üçüncü Sınıf	110	107,57		
İnsan Kaynaklı Liderlik	Birinci Sınıf	62	100,55	2,733	0,25
	İkinci Sınıf	34	118,84		
	Üçüncü Sınıf	110	100,42		
Karizmatik Liderlik	Birinci Sınıf	62	100,24	,311	0,85
	İkinci Sınıf	34	103,04		
	Üçüncü Sınıf	110	105,48		
Yapısal Liderlik	Birinci Sınıf	62	98,15	2,721	0,25
	İkinci Sınıf	34	118,29		
	Üçüncü Sınıf	110	101,94		
Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri ölçeği toplam	Birinci Sınıf	62	96,40	1,881	0,39
	İkinci Sınıf	34	113,59		
	Üçüncü Sınıf	110	104,39		

\*p<0,05

Tablo 8 değerlendirildiğinde araştırma grubunun sınıf değişkeni ile çok yönlü liderlik yönelimleri ölçeği toplam puan ve ölçek tüm alt boyutları toplam puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı görülmüştür (p>0,05).

**Tablo 9.** Araştırma Grubunun Gelir Durumuna Göre Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri Ölçeği Kruskal Wallis H Testi Analizleri

Boyut	Gelir Durumu	N	Sıra Ortalama	Kruskal Wallis H	
				X <sup>2</sup>	p
Politik Liderlik	1500 TL ve altı	133	105,78	2,542	0,46
	1501-3000 TL	31	89,98		
	3001-4500 TL	16	115,66		
	4501 TL ve üzeri	26	100,48		
İnsan Kaynaklı Liderlik	1500 TL ve altı	133	108,77	4,280	0,23
	1501-3000 TL	31	95,94		
	3001-4500 TL	16	105,38		
	4501 TL ve üzeri	26	84,80		
Karizmatik Liderlik	1500 TL ve altı	133	104,62	,511	0,91
	1501-3000 TL	31	96,95		
	3001-4500 TL	16	101,75		
	4501 TL ve üzeri	26	106,63		
Yapısal Liderlik	1500 TL ve altı	133	104,76	3,795	0,28
	1501-3000 TL	31	87,34		
	3001-4500 TL	16	102,09		
	4501 TL ve üzeri	26	117,21		
Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri Ölçeği toplam	1500 TL ve altı	133	105,52	1,244	0,74
	1501-3000 TL	31	93,24		
	3001-4500 TL	16	109,31		
	4501 TL ve üzeri	26	101,85		

\*p<0,05

Tablo 9 değerlendirildiğinde araştırma grubunun gelir durumu ile çok yönlü liderlik yönelimleri ölçeği toplam puan ve ölçek tüm alt boyutları toplam puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı belirlenmiştir (p>0,05).

**Tablo 10.** Araştırma Grubunun Haftalık Spor Yapma Süresine Göre Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri Ölçeği Kruskal Wallis H Testi Analizleri

Boyut	Haftalık Spor Yapma Süresi	N	Sıra Ortalama	Kruskal Wallis H	
				X <sup>2</sup>	p
Politik Liderlik	1 saat ve altı	47	115,43	4,927	0,08
	1-3 saat	71	91,74		
	4 saat ve üzeri	88	106,62		
İnsan Kaynaklı Liderlik	1 saat ve altı	47	106,24	1,274	0,52
	1-3 saat	71	97,10		
	4 saat ve üzeri	88	107,20		
Karizmatik Liderlik	1 saat ve altı	47	118,20	4,907	0,08
	1-3 saat	71	93,48		
	4 saat ve üzeri	88	103,73		
Yapısal Liderlik	1 saat ve altı	47	107,96	3,950	0,13
	1-3 saat	71	92,29		
	4 saat ve üzeri	88	110,16		
Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri Ölçeği toplam	1 saat ve altı	47	115,89	4,965	0,08
	1-3 saat	71	91,81		
	4 saat ve üzeri	88	106,31		

\*p<0,05

Tablo 10 değerlendirildiğinde araştırma grubunun haftalık spor yapma süresi durumuna göre çok yönlü liderlik yönelimleri ölçeği toplam puan ve ölçek tüm alt

boyutları toplam puan ortalaması arasında anlamlı farklılık olmadığı belirlenmiştir ( $p>0,05$ ).

**Tablo 11.** Araştırma Grubunun Yaptığı Spor Türüne Göre Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri Ölçeği Kruskal Wallis H Testi Analizleri

Boyut	Yaptığı Spor Türü	N	Sıra Ortalama	Kruskal Wallis H	
				X <sup>2</sup>	p
Politik Liderlik	Bireysel	100	108,75	1,733	0,42
	Takım	42	95,25		
	Her ikisi de	64	100,72		
İnsan Kaynaklı Liderlik	Bireysel	100	103,10	2,559	0,27
	Takım	42	115,21		
	Her ikisi de	64	96,44		
Karizmatik Liderlik	Bireysel	100	105,34	,300	0,86
	Takım	42	104,18		
	Her ikisi de	64	100,19		
Yapısal Liderlik	Bireysel	100	104,15	,694	0,70
	Takım	42	108,69		
	Her ikisi de	64	99,09		
Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri Ölçeği toplam	Bireysel	100	106,17	,648	0,72
	Takım	42	104,62		
	Her ikisi de	64	98,60		

\* $p<0,05$

Tablo 11 incelendiğinde araştırma grubunun yaptığı spor türüne göre çok yönlü liderlik yönelimleri ölçeği toplam puan ve ölçek tüm alt boyutları toplam puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı görülmüştür ( $p>0,05$ ).

## Tartışma

Bu araştırma spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören antrenörlük bölümü öğrencilerinin liderlik tarzı algılarını incelemek için yapılmıştır. Araştırma bulgularına göre; araştırma grubunun cinsiyet değişkeni, lisanslı sporcu olma durumu, yaş değişkeni, sınıf değişkeni, gelir durumu, haftalık spor yapma süresi ve yaptığı spor türüne göre çok yönlü liderlik yönelimleri ölçeği toplam puan ve ölçek tüm alt boyutları toplam puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı görülmüştür. Yine araştırma grubunun spor yapma durumu ile çok yönlü liderlik yönelimleri ölçeği toplam puan ve ölçek alt boyutlarında politik liderlik toplam puan ortalaması arasında anlamlı farklılık olduğu belirlenirken, ölçek alt boyutları insan kaynaklı liderlik, karizmatik liderlik ve yapısal liderlik puan ortalaması arasında anlamlı farklılık olmadığı görülmüştür, araştırma grubunun sporun hayatınızdaki önemi ile çok yönlü liderlik yönelimleri ölçeği toplam puan ve ölçek alt boyutlarından insan kaynaklı liderlik toplam puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu belirlenirken, ölçek alt boyutları politik liderlik, karizmatik liderlik ve yapısal liderlik toplam puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı



belirlenmiştir. Özdemir, Buyruk ve Güngör (2018), yaptıkları çalışma sonucunda öğretmen adaylarının liderlik yönelimlerinde cinsiyet ve yaş değişkenlerine göre anlamlı farklılık olmadığını ortaya koymuşlardır. Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin liderlik özelliklerinin incelendiği bir araştırma sonucunda, öğrencilerin liderlik özelliklerinde cinsiyete göre anlamlı farklılık olmadığı görülmüştür (Kurtyemez, 2021). Elde edilen sonuçlar cinsiyet değişkeni ile ilgili elde ettiğimiz bulgulara paralellik göstermektedir. Çetintaş (2019), antrenörlerin liderlik yönelimleriyle ilgili bir çalışma yapmıştır. Çalışma sonucunda, antrenörlerin liderlik yönelimlerinde cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık olduğu ve bu farklılığın erkek antrenörlerin lehine olduğu anlaşılmıştır. Aynı çalışmada yaş değişkenine göre de anlamlı farklılıklar olduğu ve yaş büyüdükçe liderlik yönelimleri puanlarının yükseldiği anlaşılmıştır.

Liderlik davranışlarının incelendiği bir araştırmanın (İbicioğlu, Özmen & Taş, 2009) bulgularına göre, liderlik davranışı yaş değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmaktadır ve yaş arttıkça liderlik davranışı olumlu etkilenmektedir. Özen ve Eroğlu (2022) egzersiz ve spor bilimleri öğrencilerinin liderlik tarzlarını değerlendirdiği çalışmada, öğrencilerin liderlik yönelimleri ile cinsiyet, bireysel sporlar, takım kaptanlığı ve takım sporları açısından anlamlı farklılığın olduğunu, sınıf değişkeni açısından farklılık olmadığını belirlemişlerdir.

Arslan ve Uslu (2013), öğretmen adaylarının liderlik yönelimlerini ortaya koyan bir çalışma sonucunda, liderlik yönelimlerinin yaş değişkenine göre anlamlı şekilde farklılık gösterdiğini ortaya koymuşlardır. Buna göre, yaşı büyük olanların liderlik yönelimleri ortalaması daha yüksek bulunmuştur. Akgül ve Gül (2022), güreş antrenörlerin liderlik özellikleri ve ahlaki zeka düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada, katılımcıların liderlik özelliklerin yüksek olduğunu ve liderlik özellikleri ile ahlaki zekaya ait empati ve vicdan alt boyutları arasında pozitif bir ilişki olduğunu ifade etmişlerdir.

Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin liderlik özelliklerinin incelendiği bir çalışma sonucunda (Kurtyemez, 2021), öğrencilerin yaşlarının liderlik özelliklerini etkilediği ve yaş arttıkça bu özelliğin daha iyiye gittiğini ortaya koyulmuştur. Bu sonuçlar, liderlik becerisinin yaşla birlikte geliştirilebilir bir beceri olabileceğini düşündürmektedir. Bu çalışmaların (İbicioğlu, Özmen & Taş, 2009; Arslan ve Uslu, 2013; Çetintaş, 2019; Kurtyemez, 2021) bulguları, yaş değişkeni ile ilgili elde ettiğimiz bulgularla çelişmektedir. Literatür incelendiğinde, konuyla ilgili daha fazla çalışma yapılması gerektiği düşünülmektedir.

Güler ve ark., (2020) spor lisesi öğrencilerinin liderlik yönelimlerini belirledikleri çalışmada, öğrencilerin liderlik yönelimleri ile spor yapma durumu ve süresine göre anlamlı farklılık olduğunu ifade etmişlerdir. Çevik ve Alan (2021), ebelik bölümü öğrencilerinin liderlik yönelimlerini inceledikleri çalışmada, liderlik yönelimleri arttıkça mesleki aidiyet duygusunun arttığını ifade etmişlerdir.

Cengiz ve Güllü (2018), spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin liderlik yönelimlerini ortaya koyan bir çalışma yapmıştır. Çalışmanın bulgularına göre, öğrencilerin liderlik yönelimleri cinsiyet değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaşmamaktadır. Lisanslı sporcu olup olmama durumlarına göre ise anlamlı şekilde farklılık göstermektedir. Buna göre lisanslı sporcular politik liderlik alt boyutunda lisanslı sporcu olmayanlara göre daha yüksek puanlar elde etmişlerdir. Çalışmamız bulgularına göre, politik liderlik alt boyutunda spor yapma değişkenine göre anlamlı farklılık vardır. Bu farklılık spor yapan öğrencilerin lehinedir. Bu sonuç, çalışmamızdaki spor yapma durumu değişkeninden elde ettiğimiz bulgularla örtüşmektedir.

Sonuç olarak; araştırmada yer alan öğrencilerin liderlik düzeylerinin yüksek olduğu ve ikinci sınıf öğrencilerin liderlik özelliklerinin daha yüksek olduğu görülmüştür.

## **Kaynaklar**

- Akgül, K. A., & Gül, M. (2022). Güreş Antrenörlerinin Liderlik Özellikleri ile Ahlaki Zekâ Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 21-25.
- Arslan, H., & Uslu, B. (2013). Öğretmen Adaylarının Liderlik Yönelimlerinin İncelenmesi/Examining the Leadership Orientations of Pre-Service Teachers. *e-Uluslararası Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 5(1), 42-60.
- Atar, E. & Özbek, O. (2009). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin liderlik davranışları. *Spormetre* 7, 51-9.
- Baltaş, A. (2003), Liderlik yetkinlikleri. *Kaynak Dergisi*, Sayı: 14.
- Cengiz, R. ve Güllü, S. (2018). Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Liderlik Yönelimleri ile Fiziksel Saygı Düzeylerinin İncelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 3(4): 94-108.
- Çetintaş, Y. (2019). Karate antrenörlerinin liderlik yönelimlerinin incelenmesi, Master's thesis, Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

- Çevik, A. & Alan, S. (2021). Ebelik Bölümü Öğrencilerinin Liderlik Yönelimleri İle Ebelik Mesleğine Aidiyet Durumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Kadın Sağlığı Hemşireliği Dergisi*, 7 (3) , 182-196.
- Dursun, M., Günay, M., & Yenel, İ. F. (2019). Çok yönlü liderlik yönelimleri ölçeği (ÇYLYÖ): geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Uluslararası Yönetim Akademisi Dergisi*, 2(2),
- Güler, B., Dursun, M. & Gunay, M. (2020). Spor Lisesi Öğrencilerinin Liderlik Yönelimlerinin İncelenmesi. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 6 (2) , 576-587.
- İbicioğlu, H., Özmen, H. İ., & Taş, S. (2009). Liderlik Davranışı ve Toplumsal Norm İlişkisi: Ampirik Bir Çalışma. *Suleyman Demirel University Journal Of Faculty Of Economics & Administrative Sciences*, 14(2).
- Karadağ, D. (2013). Yüzme antrenörlerinin bir liderlik özelliği olan iletişim becerilerinin yüzücülerin motivasyonları üzerindeki etkisi (Doctoral dissertation, Marmara Üniversitesi (Turkey)).
- Kirkpatrick AS, Locke AE. (1991). 'Leadership: Do Traits Mater?' *Academy of Management Executive*. Vol.5, No:2.
- Kurtyemez, H. (2021). Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Liderlik Özellikleri ile Başarı Yönelimleri Arasındaki İlişki: Samsun İli Örneği. Basılmamış Yüksek Lisans Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Samsun.
- Özdemir, Y., Buyruk, H., & Güngör, S. (2018). Öğretmen Adaylarının Eleştirel Düşünme Eğilimi ile Liderlik Yönelimleri Arasındaki İlişki. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(2), 548-571.
- Özen, G. & Eroğlu, S. (2022). Egzersiz Ve Spor Bilimleri Bölümü Öğrencilerinin Liderlik Tarzlarının İncelenmesi: (İDÜ ÖRNEĞİ) . *Uluslararası Beden Eğitimi Spor ve Teknolojileri Dergisi*, 3(2),1-7.
- Tekin, A. & Zorba, E. (2017). Spor ve rekreasyon organizasyonlarında etkili liderlik. *Atatürk Üniversitesi Besyo Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 1 (2).
- Williams, J. M. E. (1993). *Applied sport psychology: Personal growth to peak performance*. Mayfield Publishing Co.
- Yılmaz İ. (2008). Sporcu Algıları Çerçevesinde Farklı Spor Branşlarındaki Antrenörlerin Liderlik Davranış Analizleri ve İletişim Beceri Düzeyleri. *Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi*.

## Sporcuların Batıl İnanç, Sürekli ve Durumluk Kaygı Düzeylerinin Takım ve Bireysel Sporlar Açısından İncelenmesi

Deniz BEDİR\*<sup>1</sup> 


Sevinç NAMLI<sup>1</sup> 

Eda YILMAZ<sup>1</sup> 

Hazal YUMUŞ<sup>1</sup> 

Emre KÖYLÜ<sup>1</sup> 

<sup>1</sup> Erzurum Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, ERZURUM

 DOI: 10.31680/gaunjs.1247115

Orijinal Makale / Original Article

Geliş Tarihi / Received: 03.02.2023

Kabul Tarihi / Accepted: 27.02.2023

Yayın Tarihi / Published: 25.03.2023

### Öz

Yapılan araştırmalar çoğunlukla kaygının spor performansı üzerinde olumsuz bir etkisi olduğunu ortaya koymuştur. Ancak, kaygının spor performansı üzerindeki zararlı etkilerinin altında yatan süreçler henüz yeterince araştırılmamıştır. Bu kapsamda araştırmanın amacı sporcuların kullanmış oldukları batıl inanç davranışlarının ve spor türünün durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri üzerindeki etkisinin incelenmesidir. Araştırmaya üniversiteler arası müsabakalarda mücadele eden 236 erkek sporcu katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Kişisel Bilgi Formu, Sporda Batıl İnanç Ölçeği ve Sürekli ve Durumluk Kaygı Ölçeği kullanılmıştır. Bağımsız değişkenlerin durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin ne ölçüde yordayıcısı olduğunu belirlemek için Aşamalı Çoklu Regresyon analizi uygulanmıştır. Elde edilen sonuçlar oyun ve karşılaşma öncesi kullanılan davranışlar, dua etme ve uğurlu nesnelere kullanma gibi batıl inanç davranışlarının kaygı düzeylerinin önemli yordayıcıları olduğunu ortaya koymuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Ritüel, Kaygı, Performans, Psikolojik Beceri.

## Investigation of Athletes' Superstitious Beliefs, Trait and State Anxiety Levels in Terms of Team and Individual Sports

### Abstract

Research has revealed chiefly that anxiety harms sports performance. However, the processes underlying the detrimental effects of anxiety on sports performance have not yet been sufficiently investigated. This study examines the effects of superstitious behaviors and sport type on state and trait anxiety levels. A total of 236 male athletes competing in inter-university competitions participated in the study. Personal Information Form, Superstitious Belief Scale in Sports, and State-Trait and Trait Anxiety Scale were used as data collection tools. Stepwise Multiple Regression analysis was applied to determine the extent to which independent variables predict state and trait anxiety levels. The results revealed that superstitious behaviors such as behaviors used before games and competitions, praying, and using lucky objects were significant predictors of anxiety levels.

**Keywords:** Ritual, Anxiety, Performance, Psychological Skills

\* Sorumlu Yazar: Deniz BEDİR

e-mail: denizbedir@hotmail.com

## Giriş

Basketbol efsanesi Michael Jordan, Chicago Bulls takımındayken şanslı mavi Kuzey Carolina şortunu giyebilmek için (Damisch ve ark., 2010) uzun takım şortunu tercih etmesi NBA'de bir akıma ilham vermiştir (Domotor ve ark., 2016). Ancak, batıl davranış(lar)ını sergileyen dünya çapındaki tek sporcu o değildir. Tenis efsanesi Björn Borg, Wimbledon turnuvalarına hazırlanırken hep sakal bırakırdı ve aynı marka gömlek giyerdi. Gömleğin 1976'dan 1980'e kadar arka arkaya beş Wimbledon şampiyonluğu kazanmasına yardımcı olduğuna inanmaktaydı (Newkey-Burden, 2014). Ayrıca, kariyerinde üç Conn Smythe kupası kazanan Montreal Canadiens buz hokeyi takımının ünlü kalecisi Patrick Roy, sporculuk döneminde çok sayıda batıl inançlı davranış göstermiştir. Düzenli olarak direklere temas etmesi ve onlarla konuşması ayrıca bir pak kaleden saptığında onlara teşekkür etmesi bunlardan yalnızca birkaçıdır (Concordian, 2012). Bu tür davranışlar, spor performansıyla ilgili olumlu bir sonuç veya beklenti bağlamında gerçekleştirilir (Domotor ve ark., 2016).

Ritüeller veya batıl inançlar insan hayatının birçok yönüyle ilgili olduğu gibi spor müsabakalarının bir parçası olarak kabul edilir. Genellikle batıl inançlar olarak algılanan ritüeller, insanlar arasında varlığını sürdürmüştür. Bunlar büyüdü düşünme, belirli sözlere inanma, ritüelleştirilmiş davranışlar, olayların "alamet" olarak yorumlanması, uğurlu nesnelere, tarihlere vb. inanmayı içerir (Delacroix & Valérie, 2008). Sporcu davranışlarının gözlemlenmesinin yanı sıra araştırma raporları da (Schipper & Van Lange, 2006) sporda müsabaka öncesi ritüellerin yaygınlığını doğrulamaktadır. Ritüeller genellikle kaygıyı azaltmak için kullanılır (Basiaga-Pasternak, 2019). Çünkü yüksek kaygı müsabaka performansını önemli ölçüde düşüren önemli bir psikolojik faktördür (Smith ve ark., 1995). Bu durumla başa çıkabilmek için sporcu ve antrenörler birçok farklı psikolojik müdahale veya yöntem kullanmaktadırlar. Genellikle mentör/spor psikoloğu gibi üçüncü kişilerden destek alınması gerekliliği bu yöntemlerin nispeten daha az sporcu tarafından kullanılmasına sebep olmaktadır. Buna rağmen her ne kadar davranış ile olayın sonucu arasında nedensel bir bağlantı olmasa da yapılan araştırmalar her beş profesyonel sporcudan dördünün müsabaka öncesinde en az bir batıl batıl inanç davranışlarını sergilediği tespit edilmiştir (Basiaga-Pasternak, 2019).

Batıl inançların yanı sıra yapılan sporun türünün de (bireysel/takım) kaygı durumlarına etki ettiği bilinmektedir (Pluhar ve ark., 2019). Çünkü organize spor

katılımı, tek başına egzersizin ötesinde kaygı, depresyon, umutsuzluk duyguları, intihar düşüncesi ve intihar girişimleri, yasa dışı uyuşturucu kullanımı ve tütün ürünlerinin içilmesi riskinde azalma ile ilişkilidir (Miller ve ark., 2002; Miller & Hoffman, 2009; Pedersen ve ark., 2017). Bu kapsamda batıl inanç davranışlarının ve spor türünün sporcuların durumluk ve sürekli kaygı düzeylerini ne ölçüde etkilediğini ortaya koymak özellikle antrenör ve sporcular için yüksek kaygı ile mücadelede yol gösterici olacağı düşünülmektedir. Bu kapsamda yapılan araştırmanın amacı, sporcuların kullanmış oldukları batıl inanç davranışlarının ve spor türünün durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri üzerindeki etkisinin incelenmesidir.

## **Yöntem**

Bu çalışmada nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel desen kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli, iki veya daha fazla değişkenin birlikte bir değişim içerisinde olma durumunu ve derecesini belirlemeyi amaçlayan bir modeldir (Büyüköztürk ve ark., 2022). Yayın etiğine uygun olarak etik kurul onayı Atatürk Üniversitesi Rektörlüğü Spor Bilimleri Fakültesi Alt Etik Kurulunun 20.06.2022 tarihli oturumunda alınan E-70400699-050.02.04-2200183831 sayılı kararı ile alınmıştır. Ayrıca tüm katılımcılara gönüllü onam formu imzalatılmıştır.

## **Evren ve Örneklem**

Çalışmanın evrenini üniversiteler arası yarışlara katılım gösteren sporcular oluştururken örneğini ise bu müsabakalara katılan 236 erkek sporcu oluşturmaktadır. Bu sporcuların 107'si (%45,4) bireysel, 129'u (%54,6) ise takım sporuyla ilgilenmektedir.

## **Veri Toplama Araçları**

Araştırmada kişisel bilgi formunun yanı sıra sporcuların batıl inanç durumlarını ölçmek için "Sporda Batıl İnanç Ölçeği" ve kaygı düzeylerini belirlemek için "Sürekli ve Durumluk Kaygı Ölçeği" kullanılmıştır. Veriler sporculardan müsabaka gününde ve müsabaka öncesinde toplanmıştır.

Kişisel Bilgi Formu: Çalışmaya katılan bireylerin demografik özelliklerini tespit etmek için kişisel bilgi formu (cinsiyet, yaş, eğitim durumu, spor yaşı, spor branşı) araştırmacılar tarafından hazırlanmıştır ve katılımcılara uygulanmıştır.

Sporda Batıl İnanç Ölçeği: Sporda batıl inanç ölçeği Buhrmann ve Zaugg (1981) tarafından sporcuların batıl inançlarını ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek 40 maddelik likert tipi olup 7 ayrı bölümden meydana gelmektedir. Ölçeğin Türkçe'ye adaptasyonu Barut (2008) tarafından yapılan ölçeğin test tekrar korelasyon katsayısı 0.95 olarak hesaplanmıştır. Ölçek 37 maddeden, 5'li likert tipi şeklindedir. 1-hiç etkili değil, 2-az etkili 3-ara sıra etkili 4-Etkili ve 5-çok etkili olacak şekilde soruları yanıtlamaları vermeleri gerekmektedir. Ölçekten alınabilecek puan aralığı ise; çok düşük (1-1.8), düşük (1.81-2.6), düşük (2.61-3.4), yüksek (3.41-4.2) ve son olarak çok yüksek (4.21-5) batıl davranışların ortalamasını ifade etmektedir. Yedi gruptan meydana gelen ölçeğin bölümleri sırasıyla şu şekildedir. Giyim ve görünüş, uğurlu sayılan nesnelere, oyun ve karşılaşma öncesi kullanılan davranışlar, oyun ve karşılaşma sırasında kullanılan davranışlar, takım davranışları ve dua etme şeklinde gruplandırılmaktadır. Yapılan araştırmanın örneklemini takım ve bireysel dalda mücadele eden sporcular oluşturduğu için takım davranışlarını içeren "takım davranışları" alt boyutuna ait 33. ve 34. maddeler ve "dua etme" alt boyutunda yer alan 36. madde ölçekten çıkarılmıştır.

Sürekli ve Durumluk Kaygı Ölçeği: Spielberger ve ark. (1983) tarafından psikolojik olarak sağlıklı ve sağlıklı olmayan kişilerin durumluk ve sürekli kaygı seviyelerinin belirlenmesi amacıyla oluşturulmuştur. Ölçek Öner ve Le Compte (1983) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Kısa maddelerden meydana gelen ölçek, katılımcının kendi kendini değerlendirmeye aldığı bir ölçek türüdür. Durumluk kaygı formu, sadece o anda hissedilenler ile ilgili bilgi verirken, sürekli kaygı ölçeği son yedi gündür hissedilenleri ölçmek amacıyla oluşturulmuştur. Durumluk ve sürekli kaygı envanteri 20'şer maddeden oluşmakta ve toplamda 40 soru yer almaktadır. 4'lü Likert tipinden oluşan bir ölçektir. Ölçekte normal ve hasta örneklem gruplarıyla yapılan çalışmalar sonucunda elde edilen güvenilirlik katsayılarını .83 ile .87 arasında değiştirmektedir (Koroğlu & Aydemir, 2000).

### **Verilerin Analizi**

Elde edilen veriler analiz edilerek eksik ya da hatalı veriler değerlendirme dışı tutuldu. Skewness ve Kurtosis, Kolmogorov-Smirnov Testi değerlerine ve Q-Q Grafik ve Histograma bakılarak verilerin normal dağılım varsayımlarını sağladığı tespit edildi. Bu doğrultuda aşamalı regresyon analizi varsayımlarından olan multicollinearity'i kontrol etmek için varyans şişme faktörü (variance inflation factor) (VIF) ve tolerans

değerleri kontrol edildi. Bütün VIF değerlerinin 10'dan küçük (2.38 ile 3.40 arasında), tolerans değerlerinin de .48 ile .79 arasında olduğu görüldü. Ayrıca verilere Durbin-Watson testi uygulanarak bu değerlerin 1.62 olduğu ve bunun sonucunda da verilerde oto-korelasyon olmadığı görüldü. Batıl inanç davranışları ve takım türü ile kaygı düzeyleri arasındaki ilişkiyi saptayabilmek için Pearson Korelasyon analizi yapıldı. Daha sonra batıl inanç davranışlarına ait giyim ve görünüş, uğurlu sayılan nesnelere, oyun ve karşılaşma öncesi kullanılan davranışlar, oyun ve karşılaşma sırasında kullanılan davranışlar, dua etme alt boyutları ve spor türü gibi bağımsız değişkenlerin durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin ne ölçüde yordayıcısı olduğunu belirlemek için aşamalı regresyon (stepwise) analizi uygulanmıştır. Aşamalı regresyon analizi, en uygun bağımsız değişkenleri seçmek için kullanılan elverişli bir analiz yöntemidir (İstmer, 2022). Bu araştırmada anlamlılık düzeyi 0.05 olarak kabul edilmiştir.

## Bulgular

Katılımcıların batıl inanç davranışları ve takım türü ile kaygı düzeyleri arasındaki Pearson Korelasyon değerleri Tablo 1'de verilmiştir.

**Tablo 1.** Bağımlı ve bağımsız değişkenlerin ortalama ve standart sapmaları ile değişkenler arasındaki korelasyon sonuçları

Değişken	n	M	SD	1	2	3	4	5	6	7
<sup>1</sup> Durumluk Kaygı	236	2,26	,78	-						
<sup>2</sup> Sürekli Kaygı	236	2,29	,65	,305**	-					
<sup>3</sup> Giyim ve Görünüş	236	1,62	,69	-,411**	-,041	-				
<sup>4</sup> Uğurlu Nesnelere	236	1,63	,85	-,484**	-,005	,643**	-			
<sup>5</sup> Oyun Öncesi	236	1,92	,78	-,539**	-,090	,734**	,756**	-		
<sup>6</sup> Oyun Sırası	236	1,59	,94	-,394**	-,052	,535**	,638**	,624**	-	
<sup>7</sup> Dua Etme	236	3,29	1,43	-,451**	-,506**	,202**	,243**	,324**	,196**	-
<sup>8</sup> Spor Türü <sup>a</sup>	236	1,45	,49	,218**	-,044	-,157*	-,269**	-,257**	-,234**	-,084

<sup>a</sup> 1= takım sporları, 2= bireysel sporlar

\* p < .05. \*\* p < .01.

Tablo 1 incelendiğinde, katılımcıların durumluk kaygı düzeyleri ile batıl inanç davranışları ve bireysel sporlar arasında yüksek düzeyde negatif yönde korelasyon olduğu görülmektedir. Buna karşılık sürekli kaygı ile durumluk kaygı arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Sürekli kaygı ile batıl inanç davranışları arasında ise yalnızca dua etme alt boyutu arasında bir ilişki olması dikkat çekicidir.

Batıl inanç davranışları ve spor türünün durumluk kaygıyı yordama gücünü tespit etmek için yapılan aşamalı regresyon analiz sonuçları Tablo 2'de gösterilmiştir.



**Tablo 2.** Batıl inanç alt boyutlarının ve spor türünün durumluk kaygı üzerindeki etkilerinin aşamalı regresyon analizi sonuçları (n=236)

Etki	B	Standart Hata	Beta	t	p
Sabit	3,671	,123		29,641	,000**
Oyun Öncesi	-,302	,080	-,302	-3,768	,000**
Dua Etme	-,169	,029	-,309	-5,714	,000**
Uğurlu Nesnelere	-,164	,071	-,179	-2,287	,023*

R=0,635; R<sup>2</sup>=0,390; F=49,483; \*p<,05; \*\*p<,001

Batıl inanç davranışları ve spor türünün durumluk kaygıyı yordamada en güçlüden en zayıfa doğru sıralandığı model Tablo 2’de görülmektedir. Elde edilen sonuçlar oyun ve karşılaşma öncesi kullanılan davranışlar (-,302), dua etme (-,309) ve uğurlu nesnelere kullanma (-,179) gibi batıl inanç davranışlarının durumluk kaygıyı en güçlü şekilde yordadığını göstermektedir (%39). Oyun ve karşılaşma öncesi kullanılan davranışlar, dua etme ve uğurlu nesnelere kullanma değişkenlerinin durumluk kaygıyı negatif olarak yordaması bu tür ritüelleri kullanan sporcuların yüksek durumluk kaygı ile daha iyi mücadele edebildiğini göstermektedir. Ayrıca batıl inanç davranışları ve spor türünün sürekli kaygıyı yordama gücünü tespit etmek için yapılan aşamalı regresyon analiz sonuçları Tablo 3’te gösterilmiştir.

**Tablo 3.** Batıl inanç alt boyutlarının ve spor türünün sürekli kaygı üzerindeki etkilerinin aşamalı regresyon analizi sonuçları (n=236)

Etki	B	Standart Hata	Beta	t	p
Sabit	2,948	,104		28,208	,000**
Dua Etme	-,244	,026	-,537	-9,323	,000**
Uğurlu Nesnelere	,095	,043	,125	2,180	,030*

R=0,521; R<sup>2</sup>=0,272; F=43,466; \*p<,05; \*\*p<,001

Tablo 3 incelendiğinde batıl inanç alt boyutları ve spor türünün sürekli kaygı durumlarını iki aşamada yordadığını ve dua etme (-,537), uğurlu nesnelere kullanma (,125) alt boyutlarının durumluk kaygının en önemli iki yordayıcısı olduğu görülmektedir. Yordayıcı değişkenlerinin sürekli kaygıyı negatif olarak yordaması bu tür ritüelleri kullanan sporcuların yüksek sürekli kaygı ile daha iyi mücadele edebildiğini göstermektedir. Yapılan aşamalı regresyon analizine ek olarak spor türünün durumluk ve sürekli kaygı açısından bir farklılık içerip içermediğine yönelik yapılan karşılaştırma test sonuçları Tablo 4’te verilmiştir.

**Tablo 4.** Durumluk ve sürekli kaygının spor türü açısından karşılaştırılması

Kaygı Türü	Takım Sporları		Bireysel Sporlar		t(234)	p	Cohen's d
	M	SD	M	SD			
Durumluk Kaygı	2,109	,691	2,451	,841	-3,371	,000**	-.449
Sürekli Kaygı	2,326	,532	2,267	,770	,665	,506	.090

\*\*p<,001

Tablo 4 incelendiğinde sporcuların yapmış oldukları spor türünün durumluk kaygı düzeylerinde farklılığa yol açtığı görülmektedir. Elde edilen bulgular, takım sporuyla ilgilenen sporcuların bireysel sporlarla ilgilenen sporculara göre daha düşük düzeyde durumluk kaygı yaşadığını göstermektedir.

## Tartışma

Kaygının spor performansı üzerindeki etkileri spor psikolojisinin temel araştırma alanlarından biri olmaya devam etmektedir (Hanin, 2000; Woodman & Hardy, 2001). Rekabetçi sporlarda sporcuların baskı altında iyi performans göstermeleri gerektiği düşünüldüğünde, spor müsabakaları potansiyel olarak tehdit edici değerlendirici durumlar olarak düşünülebilir ve bu nedenle muhtemelen yüksek kaygı seviyeleri ortaya çıkarabilir. Araştırmacılar çoğunlukla kaygının spor performansı üzerinde olumsuz bir etkisi olduğunu bildirmiştir (Kleine, 1990; Woodman ve Hardy, 2003). Bu etki ayrıca birçok farklı spor alanında da gösterilmiştir. Örneğin, kaygının futbol penaltı vuruşlarında (Jordet, 2009; Wilson ve ark., 2009), kaya tırmanışında (Nieuwenhuys ve ark., 2008; Pijpers ve ark., 2006), golf vuruşunda (Vine ve ark., 2011) veya masa tenisinde (Williams ve ark., 2002) performansı bozan önemli bir faktör olduğu defalarca gösterilmiştir. Ancak, kaygının spor performansı üzerindeki zararlı etkilerinin altında yatan süreçler henüz yeterince araştırılmamıştır (Janelle, 2002) ve bu nedenle etkili olabilecek faktörlerin belirlenmesi oldukça önemli görünmektedir. Bu kapsamda yapılan araştırmada kaygıyla ilişkili olabileceği düşünülen batıl inanç davranışları ve spor türünün durumluk ve sürekli kaygıya etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Elde edilen sonuçlar batıl inanç davranışı olan oyun ve karşılaşma öncesi kullanılan davranışlar, dua etme ve uğurlu nesnelere kullanmanın durumluk kaygının önemli yordayıcıları olduğunu ortaya koymuştur. Bu bulguya ek olarak yapılan analizler dua etme ve uğurlu nesnelere kullanma davranışlarının sürekli kaygının önemli yordayıcısı olduğunu göstermiştir. Yapılan araştırmalar oyun öncesi ritüellerin, duanın ve uğurlu nesnelere kullanımının en yaygın batıl inanç davranışı olduğunu ortaya koymuştur (Ptacek, 2016). Ancak herhangi bir batıl inanç davranışının sıkça kullanılması onun

müsabaka performansına olumlu katkı yaptığı anlamına gelmemektedir. Bleak ve Frederick (1998) yapmış olduğu çalışmada en yaygın batıl inanç davranışlarının giyim ve görünüş ile ilgili olmasına rağmen en az etkili olan batıl inançlar arasında yer aldığını belirtmiştir. Örneğin, Gana futbol takımlarında yapılan araştırmada elit futbolcuların en etkili batıl inanç davranışlarının dua olduğu vurgulanmıştır (Ofori ve ark., 2013). Yapılan bir başka araştırmada ise uğurlu nesnelerin sporcuların özgüvenini arttırmada en etkili batıl inanç davranışı olduğu ortaya konulmuştur (Ptacek, 2016). Karşılaşma öncesi yapılan rutinler durumluk kaygının önemli yordayıcıları arasında olmasına rağmen sürekli kaygıyı önemli düzeyde yordamaması araştırmanın dikkat çekici bulgusudur. Bu sonuç sporcuların müsabaka öncesi artan kaygı seviyelerinin durumluk olmasından ve kaygı seviyesindeki anlık artışın kontrol altına alınabilmesi için sporcuların belli rutinler oluşturmasıyla açıklanabilir.

Araştırmanın bir diğer önemli bulgusu ise takım ve bireysel sporlardaki kaygı düzeylerindeki farklılıktır. Elde edilen sonuçlar, bireysel sporlarda mücadele eden sporcuların takım sporlarındakilere oranla daha yüksek kaygı seviyelerine sahip olduğunu göstermektedir. Yapılan araştırmalar takım sporuyla ilgilenen bireylerin bireysel fiziksel aktivite türleriyle ilgilenen bireylerden daha olumlu bir ruh sağlığına sahip olduğunu göstermiştir (Eime ve ark., 2013). Organize sporlar, azalan depresif semptomlar, artan benlik saygısı ve gelişmiş sosyal yetenekler ile ilişkilendirilmiştir (Sabiston ve ark., 2016; Vella ve ark., 2017). Takım sporları, bireylerin başkalarıyla iyi çalışmayı ve bir gruba etkili bir şekilde katkıda bulunmayı öğrenmeleri için bir fırsat sağlar (Sabiston ve ark., 2016). Ortaya çıkan destek ve kabul görme duygusu, muhtemelen depresif semptomların azaltılmasında ayrılmaz bir rol oynamakta ve akranlarla sağlıklı ilişkilere yol açmaktadır (Boone & Leadbeater, 2006; Eime ve ark., 2013). Boone ve Leadbeater (2006), koçluk, beceri geliştirme ve akran desteğine sahip takımlardaki olumlu deneyimlerin, sosyal kabul duygularına katkıda bulunduğunu, vücut memnuniyetsizliğini azalttığını ve nihayetinde ergenler arasında daha az depresif semptomlara yol açtığını bulmuştur.

Bireysel sporcuların başarıları tamamen kendi becerilerine ve antrenmanlarına bağlı olduğu için daha yüksek düzeyde hazırlık yapabilmektedir (Kajbafnezhad ve ark., 2011). Yine de bu artan sorumluluk duygusu, kaybettikten sonra yoğun bir utanç veya suçluluk duygusuna yol açabilir (Nixdorf ve ark., 2016). Takım sporları rekabet, takım dinamikleri veya koçluk sorunları nedeniyle bazen streslidir, ancak bireysel sporlar,

depresif semptomlarla bağlantılı olan başarısızlıktan sonra utanç gibi daha büyük içsel atıflara neden olabilir (Boone & Leadbeater, 2006; Hanrahan & Cerin, 2009). Nixdorf ve ark. (2016), yapmış oldukları çalışmada bireysel spor yapan elit genç sporcuların, takım sporları yapanlara göre depresyondan daha fazla muzdarip olduğunu bildirmektedir. Sabiston ve ark. (2016), lise boyunca takım sporlarıyla uğraşan gençlerin hayatlarının ilerleyen dönemlerinde daha az depresif semptom bildirdiklerini, ancak aynı durumun bireysel sporlar için geçerli olmadığını ortaya koymaktadır.

Sonuç olarak yüksek kaygı seviyelerinin sporcuların performansları üzerinde olumsuz sonuçlar doğurduğu ve yüksek kaygı seviyesiyle başa çıkabilen sporcuların optimum performans sergileyerek daha fazla sportif başarıya ulaştığı söylenebilir. Batıl inanç davranışları sporcuların yüksek kaygıyla başa çıkmasında önemli bir araç olarak kullanılmaktadır. Özellikle oyun ve karşılaşma öncesi ritüeller, dua etme ve uğurlu nesnelere kullanma durumluk kaygıyı, dua etme ve uğurlu nesnelere kullanma ise sürekli kaygının önemli yordayıcılarıdır. Bu bilgiler ışığında antrenörler sporcuların kaygı ile mücadele edebilmesinde buna benzer ritüeller oluşturmalarını teşvik etmelidirler. Ayrıca bireysel sporlarda mücadele eden sporcuların takım sporlarındakilere kıyasla daha yüksek kaygı seviyelerine sahip olmaları antrenörler ve yöneticiler tarafından sürekli göz önünde bulundurulmalı ve yıllık antrenman programlarında kaygıyı kontrol etmeye yönelik psikolojik beceri müdahalelerine daha fazla yer verilmelidir.

### **Kaynaklar**

- Barut, A. İ. (2008). Sporda batıl davranış ve öz-yeterlik ilişkisi. Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi.
- Basiaga-Pasternak, J. (2019). Pre-performance rituals and anxiety among young Polish and Ukrainian football players. *Baltic J Heal Phys Activity*, 11(4), 69-76.
- Bleak, J. L., & Frederick, C. M. (1998). Superstitious behavior in sport: Levels of effectiveness and determinants of use in three collegiate sports. *Journal of Sport Behavior*, 21(1), 1.
- Boone, E. M., & Leadbeater, B. J. (2006). Game on: Diminishing risks for depressive symptoms in early adolescence through positive involvement in team sports. *Journal of Research on Adolescence*, 16(1), 79-90.
- Buhrmann, H. G., & Zaugg, M. K. (1981). Superstitions among basketball players: An investigation of various forms of superstitious beliefs and behavior among

- competitive basketballers at the junior high school to university level. *Journal of Sport Behavior*, 4(4), 163–174.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2022). *Eğitimde Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Pegem Akademi.
- Concordian. (2012). A look at pre-game rituals and superstitions from your stingers. Retrieved 15.06.2015 from <http://theconcordian.com/2012/10/a-look-at-pre-game-rituals-and-superstitions-from-your-stingers/>
- Damisch, L., Stoberock, B., & Mussweiler, T. (2010). Keep Your Fingers Crossed! How Superstition Improves Performance. *Psychological Science*, 21(7), 1014-1020.
- Delacroix, E., & Valérie, G. (2008). Understanding, defining and measuring the trait of superstition. *Selected Proceedings of the IAREP/SABE, LUISS in Rome*.
- Domotor, Z., Ruiz-Barquin, R., & Szabo, A. (2016). Superstitious behavior in sport: A literature review. *Scandinavian Journal of Psychology*, 57(4), 368-382.
- Eime, R. M., Young, J. A., Harvey, J. T., Charity, M. J., & Payne, W. R. (2013). A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents: informing development of a conceptual model of health through sport. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 10.
- Hanin, Y. L. (2000). Emotions in sport. *Human Kinetics*.
- Hanrahan, S. J., & Cerin, E. (2009). Gender, level of participation, and type of sport: Differences in achievement goal orientation and attributional style. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 12(4), 508-512.
- İstmer. (2022). Aşamalı regresyon analizi. İstatistik Merkezi. Retrieved 15.01.2023 from <https://www.istmer.com/asamali-regresyon-analizi-neden-kullanilir>
- Janelle, C. M. (2002). Anxiety, arousal and visual attention: A mechanistic account of performance variability. *Journal of Sports Sciences*, 20, 237–251.
- Jordet, G. (2009). Why do English players fail in soccer penalty shootouts? A study of team status, self-regulation, and choking under pressure. *Journal of Sports Sciences*, 27, 97–106.
- Kajbafnezhad, H., Ahadi, H., Heidarie, A. R., Askari, P., & Enayati, M. (2011). Difference between team and individual sports with respect to psychological skills, overall emotional intelligence and athletic success motivation in Shiraz city athletes. *Journal of Physical Education and Sport*, 11(3), 249.

<https://efsupit.ro/images/stories/imgs/JPES/2011/9/Microsoft%20Word%20-%20Art%2039.pdf>

- Kleine, D. (1990). Anxiety and sport performance: A meta-analysis. *Anxiety, Stress, and Coping*, 2, 113–131.
- Köroğlu, E., & Aydemir, Ö. (2000). *Psikiyatride kullanılan klinik ölçekler*. Hekimler Yayın Birliği.
- Miller, K. E., Barnes, G. M., Melnick, M. J., Sabo, D. F., & Farrell, M. P. (2002). Gender and racial/ethnic differences in predicting adolescent sexual risk: Athletic participation versus exercise. *Journal of Health and Social Behavior*, 43(4), 436-450. <https://doi.org/10.2307/3090236>
- Miller, K. E., & Hoffman, J. H. (2009). Mental Well-Being and Sport-Related Identities in College Students. *Sociology of Sport Journal*, 26(2), 335-356. <https://doi.org/10.1123/ssj.26.2.335>
- Newkey-Burden, C. (2014, November 5). 10 sportsmen and their strange superstitions. *The Telegraph*. <http://www.telegraph.co.uk/men/the-filter/11208062/10-sportsmen-and-their-strange-superstitions.html>
- Nieuwenhuys, A., Pijpers, J. R., Oudejans, R. R. D., & Bakker, F. C. (2008). The influence of anxiety on visual attention in climbing. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 30, 171–185. <https://doi.org/10.1123/jsep.30.2.171>
- Nixdorf, I., Frank, R., & Beckmann, J. (2016). Comparison of Athletes' Proneness to Depressive Symptoms in Individual and Team Sports: Research on Psychological Mediators in Junior Elite Athletes. *Frontier in Psychology*, 7, 893.
- Ofori, P. K., Biddle, S., & Lavalley, D. (2013). The role of superstition among professional footballers in Ghana. *Athletic Insight*, 14(2), 117-127. <https://rke.abertay.ac.uk/en/publications/the-role-of-superstition-among-professional-footballers-in-ghana>
- Öner, N., & Le Compte, A. (1983). *Süreksiz Durumluk/Sürekli Anksiyete Envanteri El Kitabı*, 1. Baskı, İstanbul, Boğaziçi Üniversitesi Yayınları, 1-26.
- Pedersen, M. T., Vorup, J., Nistrup, A., Wikman, J. M., Alstrom, J. M., Melcher, P. S., Pfister, G. U., & Bangsbo, J. (2017). Effect of team sports and resistance training on physical function, quality of life, and motivation in older adults. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 27(8), 852-864.

- Pijpers, J. R., Oudejans, R. R. D., Bakker, F. C., & Beek, P. J. (2006). The role of anxiety in perceiving and realizing affordances. *Ecological Psychology*, 18, 131–161.
- Pluhar, E., McCracken, C., Griffith, K. L., Christino, M. A., Sugimoto, D., & Meehan, W. P. (2019). Team Sport Athletes May Be Less Likely To Suffer Anxiety or Depression than Individual Sport Athletes. *Journal of Sports Science and Medicine*, 18(3), 490-496.
- Ptacek, T. J. (2016). The relationship between superstition and confidence in sport [Unpublished master's thesis]. The University of North Dakota.
- Sabiston, C. M., Jewett, R., Ashdown-Franks, G., Belanger, M., Brunet, J., O'Loughlin, E., & O'Loughlin, J. (2016). Number of Years of Team and Individual Sport Participation During Adolescence and Depressive Symptoms in Early Adulthood. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 38(1), 105-110.
- Schippers, M. C., & Van Lange, P. A. M. (2006). The psychological benefits of superstitious rituals in top sport: A study among top sportspersons. *Journal of Applied Social Psychology*, 36(10), 2532-2553.
- Smith, R. E., Smoll, F. L., & Barnett, N. P. (1995). Reduction of children's sport performance anxiety through social support and stress-reduction training for coaches. *Journal of applied developmental psychology*, 16(1), 125-142.
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., Lushene, R., Vagg, P. R., & Jacobs, G. A. (1983). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory*. Consulting Psychologists Press.
- Williams, A. M., Vickers, J. N., & Rodrigues, S. T. (2002). The effects of anxiety on visual search, movement kinematics, and performance in table tennis: A test of Eysenck and Calvo's processing efficiency theory. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 24, 438–455.
- Wilson, M. R., Wood, G., & Vine, S. J. (2009). Anxiety, attentional control, and performance impairment in penalty kicks. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 31, 761–775.
- Woodman, T., & Hardy, L. (2001). Stress and anxiety. In R. N. Singer, H. A. Hausenblas, & C. M. Janelle (Eds.), *Handbook of Sport Psychology* (pp. 127–170). Wiley.

Bedir D, Namlı S, Yılmaz E, Yumuş H, Köylü E. (2023). Sporcuların Batıl İnanç, sürekli ve Durumluk Kaygı Düzeylerinin Takım ve Bireysel Sporlar Açısından İncelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 8(1), 31-43.

---

Vella, S. A., Swann, C., Allen, M. S., Schweickle, M. J., & Magee, C. A. (2017). Bidirectional Associations between Sport Involvement and Mental Health in Adolescence. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 49(4), 687-694.

Vine, S. J., Moore, L., & Wilson, M. R. (2011). Quiet eye training facilitates competitive putting performance in elite golfers. *Frontiers in Psychology*, 2, 1–9.




## Yaz Spor Okuluna Katılan Yüzücülerin Covid-19'a Yakalanma Kaygılarının İncelenmesi

Ali YILDIRIM\*<sup>1</sup> 

Mehmet Ozan ŞAHİN<sup>2</sup> 

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

<sup>2</sup> Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı, SAKARYA

 DOI: 10.31680/gaunjss.1242560

Orijinal Makale / Original Article

Geliş Tarihi / Received: 25.01.2023

Kabul Tarihi / Accepted: 18.02.2023

Yayın Tarihi / Published: 25.03.2023

### Öz

Bu araştırma, Nizip Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğü tarafından açılan yüzme yaz spor okuluna katılan yüzücülerin covid-19'a yakalanma kaygılarının incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırmanın örneklem grubunu yaz yüzme kursuna katılan 148'i Erkek, 76'sı Kadın olmak üzere 224 kişi oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak 'Kişisel Bilgi Formu', Tekkurşun ve ark. (2020) tarafından geliştirilen 'Covid-19 Yakalanma Kaygısı' ölçeği kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen veriler IBM SPSS 25.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Verilerin analizinde istatistiksel yöntem olarak; kişisel bilgilerin yüzdelerle dağılımının belirlenmesinde frekans analizinden faydalanılmıştır. Bağımsız gruplar için T-testi ve Anova testi kullanılmıştır ve anlamlılık düzeyi  $p < 0.05$  olarak alınmıştır. Elde edilen bulgularda katılımcıların cinsiyet değişkenine göre covid-19'a yakalanma kaygısı, bireysel kaygı alt boyutlarında kadınlar lehine istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür ( $p < 0,05$ ). Yaş, spor yılı ve kronik hastalık durumları gibi değişkenler açısından anlamlı bir farklılaşmaya rastlanılmamıştır ( $p > 0,05$ ). Sonuç olarak; Yüzme yaz kursuna katılan sporcuların Covid-19'a yakalanma kaygılarının kadınlarda daha fazla olduğu görülmüştür. Diğer taraftan sporcuların yaş, spor yılı ve kronik hastalık durumlarının Covid-19'a yakalanma kaygıları üzerinde anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Covid-19, Yüzme, Kaygı, Spor

## Investigation of Concerns of Conceiving Covid-19 of Swimmers Attending Summer Sports School

### Abstract

This research was carried out to examine the anxiety of catching covid-19 of swimmers who participated in the swimming summer sports school opened by the Nizip Youth Services and Sports Provincial Directorate. The sample group of the research consists of 224 people, 148 men and 76 women, who participated in the summer swimming course. 'Personal Information Form' as a data collection tool, Tekkurşun et al. (2020) 'Covid-19 Concern Anxiety' method in the analysis of data; Frequency analysis was used to determine the percentage distribution of personal information. T-test and Anova test were used for independent groups and the level of significance was taken as  $p < 0.05$ . According to the findings, it was seen that there was a statistically significant difference in favor of women in the sub-dimensions of covid-19 and individual anxiety according to the gender variable of the participants ( $p < 0.05$ ). No significant difference was found in terms of variables such as age, years of sports and chronic disease status ( $p > 0.05$ ). In conclusion; It has been observed that the anxiety of catching Covid-19 among the athletes participating in the swimming summer course is higher in women. On the other hand, it has been determined that there is no significant difference between the age, sports year and chronic disease status of the athletes on their anxiety about catching Covid-19.

**Keywords:** Covid-19, Swimming, Anxiety, Sport

\* Sorumlu Yazar: Ali YILDIRIM

e-mail: aalliyy@hotmail.com

## Giriş

Dünya Sağlık Örgütü'nün (WHO) yapmış olduğu açıklamaya göre dünya, korona virüse karşı ciddi bir tehlike ile karşılaştığını ifade etmiş ve bu hastalık durumunu pandemi olarak ilan etmiştir (WHO, 2020c). 2019 yılının aralık ayında nedeni tespit edilemeyen yerel bir akciğer iltihaplanması Çin'in Wuhan şehrinde ilk defa görülmüş ve uzmanlar tarafından yapılan incelemeler neticesinde ilk sonuçların SARS (şiddetli akut sendromu) ile benzerlik gösterdiği yeni tip korona virüs (COVID-19) ciddi tehlike oluşturan bir hastalık olduğu belirlenmiştir (WHO, 2020a). Covid-19 hastalığı bir ay gibi kısa bir zaman diliminde hızlı bulaşıcı özelliği olması (Liu, Liu ve Zhong, 2020) nedeniyle sadece Çin'i etkilemediği gibi aynı zamanda 27 ülkeye de sıçrayarak etkisi altına almıştır (WHO, 2020b). Vakalarda görülen rahatsızlıkların solunum yolu enfeksiyonu, kalp krizi, böbrek yetmezliği, zatürrenin yanı sıra bir çok organ yetmezliğine sebebiyet verecek yüksek oranda sağlık sorunlarına (Yalçın ve ark., 2020) yol açtığı üst seviyelere kadar görülen morbidite ve mortaliteye sebep olduğu yapılan incelemeler sonunda rapor edilmiştir (Lipsitch ve ark. 2020). Dünya'da hızlı bir şekilde yayılan ve gittiği yerlerde ciddi hasarlara sebep olan korona virüs salgını ülkemizde ise 2020 yılının mart ayında ilk vakası görülmeye başlanmış olup bu vaka sayısı bir ay içerisinde yüz bini geçen sayıya ulaşmıştır. Salgının gittikçe hızlı yayılım göstermesi ile birlikte 17 Nisan 2020 tarihinde vaka durumlarını belirten raporların incelenmesi üzerine Amerika ülkesi başta olmak üzere, Avrupa'nın bazı ülkeleri (Almanya, İtalya, Fransa, Birleşik Krallıklar ve İspanya) ve Orta Asya da vaka sayılarındaki durum oldukça fazla olduğu belirtilmiştir (Memikoğlu 2020).

Salgın gereği birçok ülkede korona virüs yayılımını engellemek için önemli tedbirler alınmıştır. Bu tedbirler sonucunda sosyal hayat ve ekonomi oldukça güç bir hal almıştır (Tekin, 2020). Birçok sosyal hayatımızı etkisi altına alan Covid-19 pandemisi spor yaşantımızda olumsuz yönde etkilemiştir. Salgın sebebiyle birçok sportif organizasyonların belirlenen tarihten daha ileri bir zamana alınması ya da iptal edilmesi sonucunda (antrenman alanlarının kapanması, sokağa çıkma kısıtlaması vs.) sporcular antrenman salonlarına ve yarışma ortamlarına uzak kalmalarına sebep olmuştur. (Özgün ve ark., 2021). Bu duruma birçok turnuva ya da organizasyon örnek verilebilir. Dünya Salon Atletizm Şampiyonası, Formula 1 yarışları, 2020 Tokyo Olimpiyatları, UEFA Şampiyonlar Ligi maçları, boks maçları vb. spor organizasyonları iptal edilmiş ya da daha ileri bir tarihe ertelenmiştir. Spor salonları ve fitness merkezi kapalı alanlarda yapılan faaliyetlerin yanı sıra açık hava etkinlikleri içeren alanların da

kısıtlanması spor alanını olumsuz etkilemiştir. Bundan dolayı sporcular antrenman planlamalarında değişikliğe gitmişlerdir (Yıldız, 2020). Covid-19 salgınının ne zaman biteceği ve tedavi yöntemindeki belirsizlik gibi durumlar pandemi hakkında birçok cevapsız sorularla birlikte insanların evlerine kapandığı, çevresine karşı uzak kaldığı, hareketsiz bir yaşam tarzına bağlı fiziksel ve psikolojik sağlık sorunlarını da beraberinde getirmektedir.

Yaşantımızı olumsuz etkileyen Covid-19 salgını psikolojik açıdan kaygı, stres, korku ve endişe gibi sorunları da gün yüzüne çıkarmaktadır (Özdin ve ark., 2020). Sporcunun kaygı düzeyi, performansı ve psikolojik durumları (Kılınçarslan ve ark., 2019), ile kapsamlı bir bütün halindedir. Son yıllarda yapılan araştırmalar neticesinde başarıyı sağlayan etmenin sadece fiziksel faktör olmadığı bununla birlikte stres, motivasyon ve kaygı gibi psikolojik özelliklerinde başarı sağladığı görülmektedir (Karabulut ve Mavi-Var, 2019). 2020 yılında Tokyo'da yapılması planlanan olimpiyat oyunlarına uzun zamandır antrenman yaparak hazırlanan sporcunun, olimpiyatların ileri bir tarihe ertelenmesi haberini duyması stres ve kaygı durumunu yol açacağı araştırmacılar tarafından düşünülmektedir. Covid-19 salgını, sporcuların motivasyonunu ve tekrar olimpiyatlara hazırlanma istek ve enerjilerini düşürmelerine sebep olmuş olabilir (Clemente-Suárez vd, 2020). Covid-19 salgınında yaşanan bu olaylar doğrultusunda pandemi sürecinde spor salonlarının kapatılması, turnuva ve spor organizasyonların iptal edilmesi ya da başka bir tarihe ertelenmesi, sporcuların antrenman planlamasını değiştirmeleri ve bireysel antrenmanlara yönelmeleri gibi yaşadıkları salgın tedbirleri sporcuların hem fiziksel hem de psikolojik açıdan olumsuz etkilediği düşünülmektedir (Yıldız, 2020).

Kaygı kavramı; şiddetli, uzun süre devam eden ve bireyde kalıcı etki yaratan durumlarda ortaya çıktığı düşünülmektedir. Kaygı içerisinde olan bireylerde terleme, endişelenme, el ve yüzde kızarıklık, odaklanamama gibi bir takım fiziksel ve fizyolojik durumlar görülebilmektedir (Apa, 2000). Karantina sürecinde insanda oluşabilecek psikolojik düzeyi inceleme amacıyla yakın zamanlı yapılan bir derlemeye göre sosyal yaşantımızın kısıtlanması, bireyde psikolojik bir baskı oluşturduğunu ifade etmiştir (Brooks ve ark., 2020). İnsanlar, dünyada meydana gelen değişim ve gelişime uyum sağlayabilmesi için birtakım strese maruz kalabilmektedirler. Bu stres birey kendi ve sosyal yaşantılarını olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Roddenberry ve ark., 2010). Bu tarz durumlarda birbiriyle bağlantılı olan stres, kaygı ve başa çıkma gibi kavramlar ön plana çıkmaktadır. Bireyde görülen stres, yüksek oranda kaygıya yol açarken,

yaşam kalitesinin de düşük seviyelerde görülmesine neden olabilmektedir (Racic ve ark.)

Literatürde yaz spor okullarına katılım gösteren sporculara yönelik yapılan birçok çalışma bulunmaktadır. Yüzme kursuna katılan çocukların Covid-19'a yakalanma kaygısını incelemek amacıyla yapılmış olmasından dolayı çalışmamızın özgünlüğünü oluşturmakta ve aynı konuya yönelik yapılacak olan çalışmalara rehberlik niteliği taşıması açısından önem teşkil etmektedir.

## **Yöntem**

Bu araştırma, Nizip Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğü tarafından açılan yüzme yaz spor okuluna katılan yüzücülerin covid-19'a yakalanma kaygılarının incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırmada, betimsel tarama metodu kullanılarak evren hakkında bilgilere ulaşma imkanı sağlamaktadır (Sönmez ve Alacapınar, 2019). Araştırmada şu sorulara yanıt aranmıştır;

1. Katılımcıların yaş değişkeni açısından covid-19'a yakalanma kaygılarında farklılık var mıdır?
2. Katılımcıların cinsiyet değişkeni açısından covid-19'a yakalanma kaygılarında farklılık var mıdır?
3. Katılımcıların kronik bir rahatsızlığa sahip olma durumu değişkeni açısından covid-19'a yakalanma kaygılarında farklılık var mıdır?
4. Katılımcıların spor yılı değişkeni açısından covid-19'a yakalanma kaygılarında farklılık var mıdır?

## **Evren ve Örneklem**

Araştırmanın evrenini Nizip Gençlik Hizmetleri ve Spor İl müdürlüğü tarafından açılan yaz spor okullarına katılan sporcular oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise yüzme branşında yaz spor okuluna katılan yüzücüler oluşturmaktadır

## **Veri Toplama Aracı**

**Kişisel Bilgi Formu:** Araştırmacı tarafından oluşturulan ve çalışmaya katılım sağlayan katılımcıların bazı demografik özelliklerini tespit etmeye yönelik sorular hazırlanmıştır. Kişisel bilgi formunda yaş, cinsiyet, herhangi bir kronik rahatsızlığa sahip olma ve spor yılı ile ilgili sorular yer almaktadır.

**COVID-19 Yakalanma Kaygısı Ölçeği:** 16 madde ve 2 alt boyuttan meydana gelen Covid-19 Kaygısı ölçeği, Covid-19'a yakalanma düzeylerini tespit etmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek beşli likert tipinden oluşmakla birlikte ölçeğin maddeleri; 1, 2, 3, 4

ve 5 olarak derecelendirilmiştir. Derecelendirilen bu maddeler sırasıyla “1=Kesinlikle Katılmıyorum”, “2=Katılmıyorum”, “3=Kararsızım”, “4=Katılıyorum”, “5=Kesinlikle Katılıyorum” şeklinde ifade edilmektedir. Ölçeğin sadece 2. maddesi olumsuz ifadeler bulundurmaktadır. Covid-19'a yakalanma kaygısı ölçeğinde yer alan alt boyutlarından ilki olan ve 11. maddeye kadar yer alan Bireysel Kaygı Faktöründen elde edilebilecek en yüksek puan 55 iken, en düşük puan ise 11'dir. Alt boyutlarından ikinci kısım ve ölçeği oluşturan son 5 madde olan Sosyalleşme Kaygı Faktöründen elde edilebilecek puan en yüksek 25 puan iken en düşüğü ise 5'tir. Ölçeğin tamamı için hesaplanan Cronbach Alfa katsayısı. 933, “Bireysel Kaygı” alt boyutu için hesaplanan Cronbach Alfa katsayısı. 823 ve “Sosyalleşme Kaygısı” alt boyutu için hesaplanan Cronbach alpha katsayısı. 802 olarak bulunmuştur (Tekkurşun ve ark. 2020). Yaptığımız çalışma sonucunda Ölçeğin Cronbach's Alpha değeri 0,760 olarak bulunmuştur.

### Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen veriler SPSS 25.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Kişisel bilgilerin yüzdeler dağılımının belirlenmesinde frekans analizinden faydalanılmıştır. Araştırmaya katılanların cinsiyet ve herhangi bir kronik rahatsızlığa sahip olma durumlarına göre araştırmada kullanılan ölçek puanlarını analiz etmek için Independent Samples T test kullanılırken ikiden fazla kategorili demografik değişkenlere göre ölçek puanlarının karşılaştırılmasında One Way ANOVA analizi kullanılmıştır, kullanılan analizlerde anlamlılık düzeyi  $p < 0,05$  olarak belirlenmiştir.

### Bulgular

**Tablo 1.** Katılımcıların demografik bilgilerine ilişkin frekans ve yüzdeler dağılımları.

Değişken	Alt Değişken	f	%
Cinsiyet	Kadın	76	33,9
	Erkek	148	66,1
Yaş	17-20 Yaş	69	30,8
	21-24 Yaş	68	30,4
	25 Yaş ve Üzeri	87	38,8
Kronik Rahatsızlığı Olanlar	Evet	12	5,4
	Hayır	212	94,6
Kaç Yıldır Yüzme Sporunu Uğraşıyorsunuz	1-3 Yıl	55	24,6
	4-6 Yıl	106	47,3
	7 Yıl ve Üzeri	63	28,1

Araştırmaya katılan 224 katılımcının 148'i erkek (%66.01) ve 76'sı (%33.09) kadındır. Araştırmaya katılanların yaş değişkenine göre, 17-20 yaş 69 kişi (%30.08), 21-24 yaş 68 kişi (%30.04) iken 25 yaş ve üzeri yaş aralığına sahip olanlar 87 kişi (%38.08) olarak dağılım göstermiştir. Katılımcıların 212'si (%94.06) kronik rahatsızlığı

olmadığını belirtirken, 12'si (%5.04) kronik bir rahatsızlığa sahip olduğunu belirtmiştir. Katılımcıların 55'i (%24,6) 1-3 yıl, 106'sı (%47,3) 4-6 yıl ve 63'ü (%28,1) 7 yıl ve üzerinde yüzme sporu ile uğraştığı görülmektedir.

**Tablo 2.** Covid-19'a yakalanma kaygısı ölçeği puanlarının cinsiyet değişkeni açısından independent T test analizi.

Değişken	Gruplar	N	$\bar{x}$	Ss	t Testi	
					t	p
Bireysel Kaygı	Kadın	76	3,38	0,680	3,226	0,001
	Erkek	148	3,04	0,850		
Sosyalleşme Kaygısı	Kadın	76	2,74	1,007	2,088	0,038
	Erkek	148	2,42	1,126		

Katılımcıların, cinsiyet değişkenine göre Covid-19'a yakalanma kaygısı alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma görülmüştür ( $p < 0,05$ ).

**Tablo 3.** Covid-19'a yakalanma kaygısı ölçeği puanlarının kronik hastalık değişkeni açısından Independent T test analizi.

Değişken	Gruplar	N	$\bar{x}$	ss	t Testi	
					t	p
Bireysel Kaygı	Evet	12	3,20	0,676	0,241	0,814
	Hayır	212	3,15	0,819		
Sosyalleşme Kaygısı	Evet	12	2,15	0,870	- 1,531	0,149
	Hayır	212	2,55	1,105		

Katılımcıların kronik hastalığa sahip olma değişkeni ile Covid-19'a yakalanma kaygısı alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir ( $p > 0,05$ ).

**Tablo 4.** Covid-19'a yakalanma kaygısı ölçeği puanlarının yaş değişkeni açısından tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları

Değişken	Gruplar	N	$\bar{x}$	ss	F	p
Bireysel Kaygı	17-20 Yaş	69	3,015	0,777	1,584	0,207
	21-24 Yaş	68	3,024	0,763		
	25 Yaş ve Üzeri	87	3,020	0,866		
Sosyalleşme Kaygısı	17-20 Yaş	69	2,350	0,963	1,450	0,237
	21-24 Yaş	68	2,655	1,134		
	25 Yaş ve Üzeri	87	2,574	1,156		

Katılımcıların yaş değişkeni ile Covid-19'a yakalanma kaygısı alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir ( $p > 0,05$ )

**Tablo 5.** Covid-19'a Yakalanma Kaygısı Ölçeği Puanlarının Spor Yılı Değişkeni Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

Değişken	Gruplar	N	$\bar{x}$	ss	F	p
Bireysel Kaygı	1-3 Yıl	55	3,138	0,106	0,312	0,732
	4-6 Yıl	106	3,127	0,081		
	7 Yıl ve Üzeri	63	3,022	0,100		
Sosyalleşme Kaygısı	1-3 Yıl	55	2,043	0,136	0,408	0,666
	4-6 Yıl	106	2,053	0,109		
	7 Yıl ve Üzeri	63	2,061	0,141		

Katılımcıların spor yılı değişkeni ile Covid-19'a yakalanma kaygısı alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir ( $p>0,05$ ).

## Tartışma

Araştırmamıza katılan yüzme yaz spor okulu sporcularının cinsiyet, yaş, kronik bir hastalığı olup olmadığı ve spor yılı değişkenlerine göre Covid-19'a yakalanma kaygıları incelenmiştir.

Araştırmamıza katılanların 148'i erkek (%66.01) ve 76'sı (%33.09) kadındır, cinsiyet değişkeni bakımından erkeklerin daha fazla katılım sağladığı görülmektedir. Katılımcıların %30.08'inin 17-20 yaş aralığında, %30.04'ünün 21-24 yaş aralığında ve %38.08'inin 25 yaş ve üzeri aralığında olduğu görülmektedir. %94.06'sının kronik bir rahatsızlığı olmadığı ve %47.03'nün 4-6 yıl arasında spor yaptığı tespit edilmiştir.

Katılımcıların, covid-19'a yakalanma kaygısı alt boyutlarını cinsiyet değişkenine göre incelediğimizde istatistiki olarak bireysel kaygı alt boyutunda ve sosyalleşme alt boyutunda kadınlar lehine anlamlılık tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Sporcuların yeni tip koronavirüse (Covid-19) yakalanma kaygı düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi amacıyla Yıldız ve ark. (2021) tarafından yapılan çalışma sonucunda cinsiyet değişkenine göre koronavirüse yakalanma kaygılarında anlamlı farklılık saptanmıştır. Türktemiz, Bayraktar, Çobanoğlu ve Nalbant (2020) tarafından yapılan çalışmanın sonuçlarıyla araştırmamızın sonuçları yakınlık sağlamaktadır. Söz edilen çalışmanın neticesinde de cinsiyet değişkeni yönünden Covid-19'a yakalanma kaygı ölçeğinin alt boyutlarından yer alan kadın sporcuların daha anlamlı bir şekilde yüksek sayısal değerlere ulaştıklarına varılmıştır. Güler ve Cicioğlu (2021) tarafından yapılmış olan başka bir çalışmada cinsiyetin COVID-19'a yakalanma kaygısı açısından bir belirleyici nitelikte olduğu ve kadın sporcuların COVID-19'a yakalanma kaygılarının daha anlamlı bir biçimde yüksek sayısal değerlere sahip olduğu tespit edilmiştir. Elit sporcular ile sedanterler arasındaki kaygı düzeyleri isimli araştırmada, Covid-19'a

bulaşma riskinin kadınların erkeklere göre daha yüksek bireysel kaygı puanlarına ulaştıkları tespit edilmiştir (Demir ve ark., 2021). Çalışmamızın sonuçlarıyla literatürde elde edilen sonuçlar arasında paralellik olduğu görülmektedir. Bunun nedeni olarak kadınların erkeklere göre daha panik bir yapıda olmaları gösterilebilir.

Katılımcıların kronik hastalığa sahip olma değişkeni ile Covid-19'a yakalanma kaygısı alt boyutlarından bireysel kaygı ve sosyal kaygı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir ( $p>0,05$ ). Bisiklet sporcularının kronik hastalık değişkenine ilişkin sonuçlar incelendiğinde Covid-19'a yakalanma kaygısı alt boyutlarında anlamlı farklılıklar saptanmamıştır (Kılıç, 2022). Kasar ve ark. (2016), yapmış oldukları çalışma sonuçlarına göre katılımcılarda kronik hastalıkların bulunmasının kaygı düzeyini her zaman arttırmayacağını öngörmüştür.

Katılımcıların yaş değişkeni ile Covid-19'a yakalanma kaygısı alt boyutlarından bireysel kaygı ve sosyal kaygı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir ( $p>0,05$ ). Amatör futbolcuların yeni tip koronavirüse yakalanma kaygıları ile psikolojik iyi olma düzeylerinin değerlendirilmesi amacıyla yapılan çalışma sonucuna göre, katılımcılardan elde edilen yaş değişkenine göre Covid-19'a yakalanma kaygısı ölçeğinin alt boyutlarından bireysel kaygı ile sosyalleşme kaygısının istatistiksel değeri ile birlikte koronavirus kaygısı kapsamında yer alan sayısal verilerin bütününde istatistiksel yönden anlamlı bir farklılık olmadığı görülmemiştir (Serbest, 2021). Batu (2020), yüzücüler ile yapmış olduğu çalışmada yaş değişkenine göre bireysel kaygı ve sosyalleşme kaygısı ve ulaşılan toplam ölçek puanında farklı 18 yaş ile 19-25 yaş olmak üzere iki farklı yaş aralığındaki yüzücüler arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğuna ulaşmıştır. Bu araştırma elde ettiğimiz bulgularımız ile yakınlık göstermemektedir. Spor merkezi üyelerinin Covid-19'a yakalanma kaygılarının incelenmesi amacıyla yapılan çalışmanın sonucuna göre yaş değişkenine ilişkin anlamlı farklılık görülmezken, ölçek alt boyut puanlarında en çok bireysel ve sosyal kaygıyı 22-26 yaş kategorisi aralığında olan sporcular hissettiği görülmüştür (Vaizoğlu ve ark. 2022). Çifçi ve Demir (2020) yaptıkları çalışmada futbolcuların yaş değişkenine göre kaygı düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığını belirtmişlerdir.

Katılımcıların spor yılı değişkeni ile Covid-19'a yakalanma kaygısı alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir ( $p>0,05$ ). Sporcuların pandemi döneminde COVID-19'a yakalanma kaygı düzeylerinin incelenmesi amacıyla yapılan çalışmada bireysel ya da takım sporu yapma değişkeni yönünden takım



sporcularının istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde daha üst seviyelerde COVID-19'a yakalanma kaygı skorlarına ulaştıkları tespit edilmiştir (Ağduman, 2021). Yıldız 2020 yılında elit sporcular üzerinde yürütmüş olduğu çalışmasında bireysel spor yapan bireylerin Covid-19'a yakalanma bireysel kaygısının takım sporları yapan bireylere oranla daha yüksek olduğunu ifade etmiştir (Yıldız, 2020). Erbaş (2005), ve Bingöl ve ark. (2012), farklı gruplarla yaptıkları araştırmalarında, katılımcıların spor deneyiminin sürekli ve durumluk kaygı düzeyleri üzerinde bir etkisinin olmadığını rapor etmişlerdir. Egzersiz yılı değişkenine göre Yeni Tip Koronavirüse (Covid-19) Yakalanma Kaygısını incelediğimizde Covid-19'a Yakalanma Kaygısı alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Egzersiz yılının bireylere yönelik herhangi bir kaygı yaratacak durum olmadığı düşünülebilir (Türktemiz ve ark. 2020). Amatör futbolcuların yeni tip koronavirüse yakalanma kaygıları ile psikolojik iyi olma seviyelerinin incelenmesi amacıyla yapılan çalışmanın sonucuna göre araştırma grubunun spor tecrübeleri doğrultusunda koronavirüse yakalanma kaygısını incelediğimizde bireysel kaygı ve sosyalleşme kaygıları arasında istatistiksel yönden anlamlı bir farklılık görülmemektedir (Serbest, 2021). Kim ve ark (2020) yaptığı çalışmada fiziksel temaslı sporla uğraşan sporcuların, temasın olmadığı sporlara göre kaygı düzeyinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Atasoy ve ark. (2018) üniversitede eğitim gören Taekwondo sporcularına uyguladıkları çalışmalarında yine spor yaşının kaygı düzeyine etkisinin olmadığını belirtmişlerdir.

Yüzme branşı ile uğraşan sporcuların Covid-19 a yakalanma kaygılarının kadınlarda daha fazla olduğu görülmüştür. Diğer taraftan sporcuların yaş, spor yılı ve kronik hastalık durumlarının Covid-19'a yakalanma kaygıları üzerinde anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Covid-19'a yakalanma kaygısını en alt seviyeye düşürmek için bireyler yüzme branşına yönlendirilmelidir. Covid-19'a yakalanma kaygısına ilişkin çalışmalar arttırılabilir, farklı örneklem grupları ile çalışmalar yapılabilir.

## **Kaynaklar**

- Ağduman, F. (2021). Sporcuların pandemi döneminde COVID-19'a yakalanma kaygı düzeylerinin incelenmesi. *GERMENİCA Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 1-14.
- APA. (2000). *Diagnostic and Statistical Manual Of Mental Disorders*. 4. Washington, DC: American Psychiatric Press; text revision.

- Atasoy, M., Karabulut, E.O., Var, L. (2018). The research on the negative evaluation anxiety of taekwondo players by different variables. *Turkish Journal of Sport and Exercise*; 20(3), 158-162.
- Başaran, M.H. (2008). Sporcularda durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi (Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
- Batu, B. (2020). Yüzme Sporcularının Yeni Tip Koronavirüse Yakalanma Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi (Yayınlanmış yüksek lisans tezi). Kafkas Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Kars.
- Bedir, R. (2008). Taekwondo milli takım sporcularının durumluk kaygı düzeylerinin başarıya etkisi (Master's thesis, Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
- Bingöl, H., Çoban, B., Bingöl, Ş., Gündoğdu, C. (2012). Üniversitelerde Öğrenim Gören Taekwondo Milli Takım Sporcularının Maç Öncesi Kaygı Düzeylerinin Belirlenmesi. *Türk Spor ve Egzersiz Dergisi*, 14(1), 121-125.
- Brooks, S.K., Webster R.K., Smith LE et al (2020). The Psychological Impact Of Quarantine And How To Reduce It: Rapid Review Of The Evidence. *Lancet*: 395, 912–920.
- Clemente-Suárez, V.J., Fuentes-García, J.P., de la Vega Marcos, R., & Patiño, M.J.M. (2020). Modulators of the Personal and Professional Thr Perception of Olympic Athletes in the Actual COVID-19 Crisis. *Frontiers in Psychology*.
- Çifçi, F. Demir, A. (2020). Covid-19 Pandemisinde Türk Profesyonel Futbolcuların Covid-19 Korkusu ve Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi. *Spor ve Rekreasyon Araştırmaları Dergisi*, 2(ÖS1), 26-38.
- Demir, G.T., Bulğay, C. Çakır, O.V., Bayraktar, I. Çetin, E. (2021). Examination of the anxiety of catching the novel coronavirus (COVID-19) in elite athletes and sedentaries: Examination of the anxiety of catching the novel coronavirus (COVID-19) in elite athletes and sedentaries. *IJERI: International Journal of Educational Research and Innovation*, (15), 360-372.
- Erbaş, M.K. (2005). Üst düzey basketbolcularda durumluk kaygı düzeyleri ve performans ilişkisi. Yüksek Lisans Tezi. Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kütahya.
- Güler, H. ve Cicioğlu, H.İ. (2021). Sedanter ve sporcuların yeni tip koronavirüse yakalanmada bireysel kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Journal of Human Sciences*, 18(1), 67-75.

- Karabulut, E.O., Mavi, V.S. (2019). Taekwondocuların Durumluk ve Sürekli Kaygılarının Müsabaka Performansı ve Yaralanma Durumu ile İlişkisi. *Türk Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 47- 54.
- Kasar, S.K., Karaman, E., Şahin, D.S., Yıldırım, Y., Aykar, F.Ş. (2016). Yaşlı Bireylerin Yaşadıkları Ölüm Kaygısı ile Yaşam Kalitesi Arasındaki İlişki. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*; 5(2); 48-55.
- Kılıç, M. (2022). Bisiklet Branşındaki Sporcuların Covid-19'a Yakalanma Kaygılarının İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı.
- Kılınçarslan, G., Genç, H., Bayrakdar, A., Kayantaş, İ. (2019). Investigation of Basketball Ability Levels and some Performance Characteristics of Male and Female Students. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8(1), 1336-1344.
- Kim, Y.J., Cho, J.H. (2020). Correlation between preventive health behaviors and psycho-social health based on the leisure activities of South Koreans in the COVID-19 crisis. *International journal of environmental research and public health*, 17(11), 4066.
- Lipsitch, M., Swerdlow, D. L., Finelli, L. (2020). Defining the epidemiology of Covid19 – Studies needed. *New England Journal of Medicine*, 382, 1194-1196. DOI: 10.1056/NEJMp2002125.
- Liu, X., Liu, J., Zhong, X. (2020). Psychological State of College Students During COVID-19 Epidemic.
- Memikoğlu, O.K, Genç, V. (2020). COVID-19. E-Kitap, Ankara Üniversitesi Basımevi, Ankara.
- Özdin, S., Bayrak, Özdin, Ş. (2020). Levels and predictors of anxiety, depression and health anxiety during COVID-19 pandemic in Turkish society: The importance of gender. *International Journal of Social Psychiatry*, 0020764020927051.
- Özgün, A., Türkmen, M., Ayhan, B. (2021). Sporcuların Covid-19'a yakalanma kaygısı ve spora bağlılık durumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 7(1), 298-315.
- Racic, M., Todorovic, R., Ivkovic, N., Masic, S., Joksimovic, B., Kulic, M. (2017). Self-Perceived Stress İn Relation To Anxiety, Depression And Health-Related Quality Of Life Among Health Professions Students: A Cross-Sectional Study From Bosnia And Herzegovina. *Slov J Public Heal*: 56, 251–259.

- Roddenberry, A., Renk, K. (2010). Locus Of Control And Self-Efficacy: Potential Mediators Of Stress, İllness, And Utilization Of Health Services In College Students. *Child Psychiatry Hum Dev*: 41, 353–370.
- Rowland, D. L., Van Lankveld, J. J. (2019). Anxiety and Performance in Sex, Sport, and Stage: Identifying Common Ground. *Frontiers in psychology*, 10.
- Serbest, E. (2021). Amatör Futbolcuların Yeni Tip Koronavirüse Yakalanma Kaygıları ile Psikolojik İyi Olma Düzeylerinin Değerlendirilmesi (İstanbul Örneği). İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Antrenör Eğitimi Anabilim Dalı, İstanbul.
- Sönmez, V., Alacapınar, F.G. (2019). Örneklendirilmiş bilimsel araştırma yöntemleri. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Tekin, B. (2020). Covid-19 Pandemisi Döneminde Ülkelerin Covid-19, Sağlık ve Finansal göstergeler Bağlamında Sınıflandırılması: Hiyerarşik Kümeleme Analizi Yöntemi. *Finans Ekonomi ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 5(2), 336-349.
- Tekkurşun Demir, G., Cicioğlu, H.İ., İlhan, EL. (2020). Sporcuların Yeni Tip Koronavirüse (Covid-19) Yakalanma Kaygısı Ölçeği (SYTKYKÖ): Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Journal of Human Sciences*, 17 (2), 458-468.
- Türktemiz, H., Bayraktar, I., Çobanoğlu, H. O. ve Nalbant, Ö. (2020). Spor salonlarında egzersiz yapan sporcuların yeni tip koronavirüse (COVID-19) yakalanma kaygılarının incelenmesi. III. International Conference On COVID-19 Studies Kongresine sunulan bildiri, Ankara.
- Vaizoğlu, Z., Gacar, A., Tan, Ç. (2022). Spor Merkezi Üyelerinin Covid-19'a Yakalanma Kaygıları. 3rd International Symposium on Global Pandemics and Multidisciplinary Covid-19 Studies. Cappadocia.
- WHO (2020a). WHO statement regarding cluster of pneumonia cases in Wuhan, China. Terriwed from. <https://www.who.int/china/news/detail/09-01-2020-whostatement-regarding-cluster-of-pneumonia-cases-in-wuhan-china>.
- WHO (2020b). Coronavirus disease 2019 situation reports. <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/situationreports> Dateaccessed: February 17, 2020.
- WHO (2020c). Coronavirus Retriwed from, [www.who.int/healthtopic/coronavirus#tab\\_1](http://www.who.int/healthtopic/coronavirus#tab_1).

- Yalçın, Ş., Çılbır, E., Karadurmuş, N., Özet, A., Turhal, N.S. (2020). COVID-19 Pandemisi Döneminde Tıbbi Onkolojide Kanserli Hastaya Yaklaşım İlkeleri. *Türkiye Klinikleri COVID-19*, 1(8), 45-49.
- Yıldız, A. B., Nilüfer, Ç. A. T., Doğu, G. A. (2021). Sporcuların Yeni Tip Koronavirüse (Covid-19) Yakalanma Kaygı Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Gazi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, 26(4), 453-464.
- Yıldız, Y. (2020). Examination of the anxiety situations of catching The new type of coronavirus (COVID-19) in elite Athletes. *Journal of Human Sciences*, 17(4), 1275.
- Yüksel, A. (2021). Covid-19 Pandemi döneminde elit sporcuların uyku kalitesi ile beslenme durumunun değerlendirilmesi. *OPUS International Journal of Society Researches*, 17(Pandemi Özel Sayısı), 3918-3942.


## The Effect of Yoga Exercises on Body Composition and Quality of Life in Sedentary Women

Mustafa Adem DEMİREZER\*<sup>1</sup> 

Mürsel BİÇER<sup>2</sup> 

<sup>1</sup> Gaziantep Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, *GAZİANTEP*

<sup>2</sup> Necmettin Erbakan Üniversitesi, Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor, *KONYA*

 DOI: 10.31680/gaunjss.1221997

Orijinal Makale / Original Article

Geliş Tarihi / Received: 20.12.2022

Kabul Tarihi / Accepted: 05.03.2023

Yayın Tarihi / Published: 25.03.2023

### Abstract

The aim of this study is to investigate the effects of yoga exercises on body composition, flexibility, and quality of life in sedentary women. In line with this aim, the one-group pretest-posttest research design was used in the study. A total of 33 sedentary women who are between the ages of 20-47, live in Gaziantep, and started doing sports as of the beginning of pandemic restrictions voluntarily participated in our study. SF-36 Quality of Life questionnaire and body measurements were used as data collection tools. A program of yoga exercises was applied to participants three times a week for 10 weeks. At the end of the study, a statistical difference in favor of the posttest was determined between the mean values of the pretest and posttest in the quality of life questionnaire ( $p < 0.05$ ). Similarly, statistically significant differences were obtained between the pre-measurements and post-measurements upon comparing the body composition measurements ( $p < 0.05$ ). As a result, it can be expressed that yoga exercises have a positive effect on life satisfaction and enable attaining positive results regarding body composition in sedentary women.

**Keywords:** Yoga, Sedentary Women, Quality of Life, Body Composition

### Introduction

Yoga is an ancient discipline designed to bring balance and health to the physical, mental, emotional and spiritual dimensions of the individual. Yoga is often depicted as a metaphor of a tree and consists of eight aspects or "limbs": yama (universal ethics), niyama (individual ethics), asana (physical postures), pranayama (breath control), pratyahara (control of the senses), dharana (concentration), dyana (meditation), and samadhi (happiness). As a popular practice for a long time in India, yoga has become increasingly common in Western society. In a national, population-based telephone survey ( $n = 2055$ ), 3.8% of respondents reported that they practiced

\* Sorumlu Yazar: Mustafa Adem DEMİREZER

E-mail: ademdemirezer@hotmail.com

yoga in the previous year and cited wellness (64%) and specific health conditions (48%) as motivations to do yoga (Iyengar, 1976; Saper et al., 2004). Yoga significantly reduces heart rate and systolic and diastolic blood pressure (Damodaran et al. 2002; McCaffrey et al. 2005).

Several literature reviews have been conducted examining the effect of yoga on certain health conditions such as cardiovascular disease (Raub, 2002), metabolic syndromes (Innes, Bourguignon, Taylor, 2005), diabetes (Upadhyay, Balkrishna, Upadhyay, 2008), cancer (Bower et al., 2005) and anxiety (Kirkwood et al., 2005). Galantino et al. published a systematic review of the effects of yoga on children. These reviews have contributed to numerous research results confirming the positive health benefits of yoga. Most studies have compared yoga to other treatment modalities, most commonly exercise, meditation, and traditional medicine. However, little has been written about what distinguishes yoga from other forms of treatment (Galantino et al., 2004).

In order for a person to continue his life, he must be able to do the exercises he needs to do in daily work. While movement is defined as a behavior or attitude that has a major role in human life, mobility is needed to ensure continuity of life, social relations and development (Tran et al., 2001). Mobility, which is the physical need of life; includes health, vitality, energy and many life activities (Godfrey et al., 2008).

People with a good standard of living are constantly trying to create a balance in order to maintain their current situation. Dundar states that the maintenance of this balance is achieved by the functioning of most systems in our body, especially the nervous and endocrine systems, and that these systems arise from the effort of establishing a balance in order to meet the structural and functional needs of our body in sports during any activity, movement or training (Dündar, 2017).

One of the indicators that increase the standard of living and satisfaction is body composition. Body composition can be shown between both objective and subjective indicators because people with proper body analysis will gain self-confidence, thus it can be said that their living standards are affected. Some studies have revealed a statistically significant relationship between body analysis, physical activity, and standard of living (Lasaite, Krasauskiene, 2009; Alexa et al., 2022).

The aim of this study is to reveal how yoga exercises affect the quality of life and body composition in women who do not do sports, and to make exercise

recommendations for maintaining a healthy life in the light of the findings. It is thought that these recommendations will benefit both individuals and life coaches.

## Method

In this study, the effect of yoga exercises on quality of life and body composition in sedentary women was investigated. The experimental research design suitable for the purpose of the study was chosen, but since there was no control group, a single group pretest-posttest experimental design was used. In this research design, the effect of the application is tested with a study on a single group; There is no randomness and no matching. In other words, the independent variable is applied as in other experimental designs, but in this design it is applied to a single group. However, measurements are made both before and after the study (Büyüköztürk et al., 2013).

33 women who volunteered among the sedentary individuals who started to do sports since the end of the pandemic bans were included in the yoga practice. The age range of the participants ranged from 20 to 47. The purpose of the application was explained to the participants and they were asked to sign the Informed Consent Form stating that they participated in the study voluntarily.

In accordance with the purpose of the study, the Quality of Life (Short Form 36) Form developed by Ware and Sherbourne (Ware and Sherbourne, 1992) and adapted into Turkish by Koçyiğit was used to obtain data on the quality of life of the participants (Koçyiğit et al., 1999). The reliability coefficient of the data collection tool used in the study was analyzed with the Cronbach Alpha test. The formula required to calculate the sub-dimensions of the Quality of Life (SF36) Form is as follows (Demiral et al., 2006).

**Table 1.** Formula to find the values of the sub-parameters

SF36 subparameter	Calculation formula
Physical Function	$(3+4+5+6+7+8+9+10+11+12) / 10$
Physical Role Difficulty	$(13+14+15+16) / 4$
Emotional Role Difficulty	$(17+18+19) / 3$
Energy	$(23+27+29+31) / 4$
Mental Health	$(24+25+26+28+30) / 5$
Social Functionality	$(20+32) / 2$
Pain	$(21+ 22) / 2$
General Health	$(1+33+34+35+36) / 5$



## Training Protocol

A 10-week yoga practice program was prepared for this study, which we conducted to examine the effects of yoga exercises on body composition and quality of life in sedentary women. This prepared yoga program was applied to the volunteer participants 3 days a week at one-day intervals. Participants were given information about how to eat, but no special nutrition program was given.

A yoga program consisting of 20 movements was given to the participants and 5-15 minutes of routine warm-up, breathing, stretching and stretching movements were performed before each training. In the training program, 10 movements, which are the basis of yoga, were performed in the first four weeks; In the next six weeks, mid-level practice exercises were performed. The training was done three days a week with one-day intervals.

## Statistical Analysis

The descriptive statistics of the data sets obtained as a result of the study are given with mean, standard deviation for numerical data, and frequency and percentage analysis for categorical variables. Paired t-test was used in the pretest/posttest comparison of the obtained variables. Analyzes were carried out with the help of SPSS 22.0 program.  $p < 0.05$  Significance level was chosen.

## Results

**Table 2.** Demographic characteristics of the participants

Variables	N (%)	
Age	20-25	5 (15,15 )
	26-30	10 (30,3 )
	31-35	7 (21,21 )
	26-40	8 (24,24 )
	41 and above	3 (9,09 )
Sports history (Mean±Standard Deviation (min-max))	4,27 ± 1,75 (2-6)	

15.15% (n=5) of the participants were in the 20-25 age range, 30.3% (n=10) were in the 26-30 age range, 21.21% (n=7) were 31-35 age range, 24.24% (n=8) are in the 26-40 age range and 9.09% are 41 and over. In addition, the average of the participants' sports history was determined as  $4.27 \pm 1.75$  (Table 2).

**Table 3.** Pretest-posttest comparison of participants' body parameters

Variables	Pre-test (Mean±Standard Deviation)	Post-test (Mean±Standard Deviation)	P
Weight	63,15 ± 10,58	61,47 ± 9,91	0,001*
BMI	22,98 ± 3,3	22,36 ± 3,11	0,001*
Fat rate	27,45 ± 6,61	25,93 ± 6,64	0,001*
Fat mass	17,85 ± 6,73	16,43 ± 6,37	0,001*
Lean mass	45,27 ± 5,08	45,03 ± 4,73	0,281
Waist	76,33 ± 10,52	74,42 ± 10,43	0,001*
Belly	81,42 ± 11	79,3 ± 10,6	0,001*
Hip	100,27 ± 8,39	98,21 ± 7,76	0,001*
Basin	100,61 ± 9,32	98,79 ± 8,86	0,001*
Leg	57,97 ± 7,21	56,7 ± 6,83	0,001*
Arm	28,03 ± 3,11	27,58 ± 2,57	0,017*

\*p<0.05; Paired t test

When Table 3 is examined, the comparison of the pre-test and post-test body parameters of the participants is given. Accordingly, a statistically significant difference was determined between pretest and posttest values of weight, BMI, fat rate, fat mass, waist, belly, hip, basin, leg and arm measurements (p<0.05). Participants' weight, BMI, fat rate, fat mass, waist, belly, hip, basin, leg and arm measurements decreased after the applied training program. On the other hand, no statistically significant difference was found in the comparison of the pre-test and post-test in the lean mass of the participants (p>0.05).

**Table 4.** Pretest-posttest comparison of participants' quality of life scale scores

Variables	Pre-test (Mean±Standard Deviation)	Post-test (Mean±Standard Deviation)	P
Physical Function	77,27 ± 16,91	94,09 ± 11,76	0,001*
Physical Role Difficulty	82,58 ± 21,18	96,21 ± 11,04	0,001*
Emotional Role Difficulty	80,81 ± 34,39	87,88 ± 29,84	0,228
Energy	64,85 ± 13,89	75,3 ± 15,51	0,001*
Mental Health	71,03 ± 12,08	73,94 ± 12,09	0,015*
Social Functionality	75,38 ± 14,14	78,41 ± 16,32	0,211
Pain	80,83 ± 13,25	89,85 ± 12,05	0,001*
General Health	66,52 ± 14,71	77,88 ± 15,71	0,001*
SF36 Total	74,91 ± 9,1	84,2 ± 10,61	0,001*

\*p<0.05; Paired t test

The pretest/posttest comparison of the participants' scores on the sub-dimensions of the quality of life scale is given in Table 3. Accordingly, the physical function, physical role difficulty, energy, mental health, pain, general health and SF36 total score averages of the participants showed a statistically significant difference in the pre-test post-test comparison (p<0.05). Participants' post-test physical function, physical role difficulty, energy, mental health, pain, general health and SF36 total score averages increased compared to pre-test mean scores. On the other hand, no

statistically significant difference was found in the pretest/posttest comparison in the emotional role difficulty and social functionality scores of the participants ( $p>0.05$ ).

## **Discussion**

Considering the analysis of the data obtained from the Quality of Life (SF36) Form after the 10-week program applied in the study, the mean scores of physical function, physical role difficulty, energy, mental health, pain, general health and SF36 show statistically significant differences in the comparison of the pretest and posttest ( $p < 0.05$ ). Participants' post-test physical function, physical role difficulty, energy, mental health, pain, general health and SF36 total score averages increased compared to pre-test mean scores. On the other hand, no statistically significant difference was found in the pretest/posttest comparison in the emotional role difficulty and social functionality scores of the participants ( $p>0.05$ ).

According to the comparison of the pretest posttest body parameters of the participants, a statistically significant difference was determined between the pretest posttest values of weight, BMI, fat rate, fat mass, waist, belly, hip, basin, leg and arm measurements ( $p<0.05$ ). Participants' weight, BMI, fat rate, fat mass, waist, belly, hip, basin, leg and arm measurements decreased after the applied yoga exercise program. On the other hand, no statistically significant difference was found in the comparison of the pre-test and post-test in the lean mass of the participants ( $p>0.05$ ).

In the review of Ross et al. about the health benefits of yoga, the most common intervention used as a comparison is exercise. Twelve studies were found in this study comparing the effects of yoga and exercise, of which nine focused on adults and three on the elderly. Excluding studies with no gender information or involving only one gender (menopausal subjects), 597 (68.4%) of the 873 subjects included in the 12 studies were female (Ross and Thomas, 2010). Most of the studies involved some form of aerobic exercise: walking, running, dancing or riding a stationary bike, as well as some form of stretching (West et al., 2004; Hagins et al., 2007; Sinha et al., 2007). Two studies compared yoga with light, non-aerobic exercises and stretching (Chattha et al., 2008; Yurtkuran, Alp, Yurtkuran, Dilek, 2007).

Yoga appears to be equal to or superior to exercise in relieving certain symptoms associated with diabetes, multiple sclerosis, menopause, kidney disease, and schizophrenia (Ross and Thomas, 2010).

Gordon et al. compared the effects of 6 months of weekly classes and home yoga practice with aerobic exercise and stretching. Compared with baseline measures and a control group, both yoga and exercise resulted in significant decreases in fasting blood glucose at 3 and 6 months (29.48% and 27.43%, respectively,  $p < 0.0001$ ). Both the exercise and yoga groups exhibited improvements in total serum cholesterol ( $p < 0.0001$ ) and very low-density lipoprotein ( $p=0.036$ ) compared with controls. Malondialdehyde, an indicator of oxidative stress, decreased significantly in the yoga and exercise groups (19.9% and 18.1%, respectively,  $p<0.0001$ ) for both, and superoxide dismutase, a measure of oxidative status, increased by 24.08% in the yoga group and 20.18% in the exercise group ( $p < 0.05$ ) for both (Gordon et al., 2008).

Yoga is effective in the prevention and management of stress and stress-related disorders (Davendra, 2014). Yoga has been shown to be effective in relieving symptoms of mental illness, including depression (Shapiro et al., 2007; Krishnamurthy and Telles, 2007; Woolery, Myers, Sternlieb, Zeltzer, 2004), anxiety (Smith et al., 2007), obsessive-compulsive disorder (Shannahoff-Khalsa et al., 1999) and schizophrenia (Duraiswamy et al., 2007). Duraiswamy et al. compared the effects of 4 months of daily yoga asana and pranayama exercise on psychosis symptoms in 61 schizophrenic patients receiving antipsychotic treatment. Exercise intervention included walking, running, sitting and standing, and relaxation (activities very similar to yoga). Both the yoga and exercise groups showed significant reductions in psychotic symptoms, but the yoga group showed significantly better improvement ( $F = 5.0$ ,  $p = 0.03$ ). The yoga group scored significantly better than the exercise group on social and occupational functioning ( $F=7.98$ ,  $p<0.01$ ) and psychological, social, and environmental subscales of quality of life as measured on the World Health Organization Quality of Life BREF form (all  $p < 0.01$ ), (Duraiswamy et al., 2007).

Other studies using exercise interventions that closely simulate yoga actions have found clear differences between yoga and exercise. Yurtkuran et al. conducted a single-blind, randomized study comparing the effects of mild range-of-motion exercises and yoga on hemodialysis-related symptoms in 37 renal failure patients. After twice-weekly 3-month sessions of predominantly standing and sitting asanas and meditation, the yoga group showed significant reductions in pain (37%), fatigue (55%), and sleep disturbance (25%) as measured by visual analog scales. ; these changes were significantly better than those in the exercise group ( $p = 0.03$ ,  $p = 0.008$ ,  $p = 0.04$ , respectively). The yoga group also showed strength in grip strength (+15%) and urea

(29%), creatinine (-14%), alkaline phosphatase (15%), total cholesterol (15%), erythrocytes (p11%), and hematocrit (p13%). These changes were also better than those in the control group (all  $p < 0.05$ ) (Yurtkuran et al., 2007).

Chattha and colleagues compared the effects of an 8-week regimen of daily asana and pranayama with an intervention that mimics yoga activities using non-strenuous walking and stretching exercises. The yoga group scored significantly better in vasomotor symptoms ( $p < 0.05$ ) and neuroticism ( $p < 0.05$ ) compared to those who exercised. Analysis of the data from the Greene Climacteric Scale revealed that the yoga group showed significant improvement in all three factors: psychological, somatic, and vasomotor ( $p < 0.001$ ), while the exercise group showed significant improvement in only the psychological factor ( $p < 0.05$ ). The yoga group also exhibited a significantly greater reduction in stress levels measured by the Perceived Stress Scale (PSS) than the exercise group ( $p < 0.0001$ , effect size  $\frac{1}{4}$  1.10 and 0.27, respectively) (Chattha et al., 2008). When we look at these findings, which are similar to the results of our study, it is seen that both exercise and sports and doing yoga make the subjects feel better, but it can be said that yoga seems to be more successful in alleviating physical symptoms and stress perceptions.

Although this study shows that long-term yoga and exercise may have similar cardiac benefits, it can be said that they have several methodological weaknesses, including the use of an appropriate sample and the failure to control physical activity in the yoga group (Ross and Thomas, 2010; Duren et al., 2008).

Although exercise has been shown to definitively improve fitness parameters, only a few studies have examined the fitness effects of yoga (Hagins et al., 2007; Tran et al., 2001). Tran et al. reported significant increases in strength, muscular endurance, flexibility, and VO<sub>2</sub>max in 10 healthy volunteers after 8 weeks of asana and pranayama practices twice a week (Tran et al., 2001). The metabolic expenditure of experienced yoga practitioners during a yoga session was similar to walking on a treadmill at 3.2 km=hour; this is lower than the moderate physical activity recommendations recommended by the American College of Sports Medicine at the time of the study. However, the authors concluded that more strenuous yoga practices involving continuous movement were comparable to walking 4.8 km=hour on a treadmill and could provide sufficient intensity to improve cardiorespiratory fitness in sedentary individuals (Hagins et al., 2007).

Yurtaydın investigated the effects of 8-week hatha yoga exercises on some physiological and motoric parameters in sedentary women. As a result of the study consisting of 30 participants (experimental group: 15, control group: 15), it was reported that sedentary women who had hatha yoga exercise improved in flexibility, balance, leg strength, back strength and hand grip strength parameters (Yurtaydın, 2016). Akbulut investigated the effects of yoga on balance and physical fitness of obese women. In the study conducted with 55 participants, 30 women in the experimental group were subjected to a two-month yoga program. As a result of the study, it was stated that yoga had positive effects on balance and physical fitness in obese women (Akbulut, 2016).

Overweight and obesity are strong risk factors for diabetes, hypertension, and ischemic heart disease. Yoga has been found to be helpful in the management of obesity. It has been reported that three months of yoga asanas and pranayama exercises every day for three months under the supervision of a yoga specialist cause a decrease in body weight, body mass index (BMI), waist and hip ratio (Balaji, Smitha, Sadat, 2011).

In the study of Baş, which examined the effects of yoga and exercise on healthy young individuals, 33 young individuals were divided into two groups as experimental and control groups. While the experimental group (N: 17) received hatha yoga training, the control group (N: 16) was subjected to classical exercises. It was reported that physical fitness characteristics improved in both the yoga group and the exercise group. However, it was observed that the group who received yoga training improved more in balance, flexibility, anaerobic power, muscular endurance and agility. For this reason, it was stated that yoga was more effective than the classical exercise training method and suggested that the hatha yoga variety could be applied as an effective training model for healthy people (Baş, 1998). In his study on 51 volunteers, Taşpınar recorded significantly positive changes in the development of psycho-social factors of the hatha yoga group and the resistance exercises group, which were subjected to 50 minutes of training for 7 weeks and three days a week. While no change was observed in the control group, which was not subjected to any study, it was reported that there was no superiority between the yoga and exercise groups (Taşpınar, 2010).

Yağlı examined the effects of aerobic and yoga exercises on quality of life and functional capacity in patients diagnosed with breast cancer. In the study, 40 patients were randomly divided into two groups. In the 6-week, three days a week, one hour

studies, the experimental group received yoga training in addition to aerobic exercises, while the control group worked only with aerobic exercises. As a result, a statistically significant difference was found in peripheral muscle strength, six-minute walk test distance and perception of quality of life in both groups. In addition, more significant improvements were found in the experimental group in terms of symptoms such as posture, muscle shortness, pain, anxiety and depression levels, fatigue and constipation compared to the aerobic exercise group (Yağlı, 2012). The SF36 Quality of Life Scale was used in the study of Bardakçı and Biçer in which they examined the effects of exercises performed with functional sports equipment on the quality of life of sedentary women. As a result of the study, when the pretest and posttest averages of the data obtained from the quality of life scale were compared, it was found that there was a statistically significant difference in favor of the posttest (Bardakçı and Biçer 2022).

In our study, we examined the effects of yoga on quality of life and body composition in sedentary women. Studies in the literature examining the effects of yoga on the perception of quality of life, mental health, life satisfaction and physical fitness support our findings. In this context, we think that yoga will positively affect life satisfaction and body composition in sedentary individuals and can be preferred as an exercise model. We think that studies with different sample groups and different experimental groups will be beneficial.

## References

- Akbulut T. (2016). Obez Kadınlarda Yoga Tedavisinin Denge ve Fiziksel Uygunluk Üzerine Etkisi, İstanbul Medipol Üniversitesi Sağlık Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Alexa A, QuesnelDA, Larumbe-Zabala E, Olmedillas H, Graell-BernaM, Pérez-Ruiz M, Fernandez-del-Valle M. (2022). Progressive resistance exercise as complementary therapy improves quality of life and body composition in anorexia nervosa: A randomized controlled trial, *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 48, 1-9.
- Balaji P. A. Smitha V.R. Sadat A.S. (2011). Effects of yoga — pranayama practices on metabolic parameters and anthropometry in type 2 diabetes. *Int Multidiscip Res J*, 1:1-4.

- Bardakçı G.S., Biçer M. (2022). Sedanter Kadınlarda Fonksiyonel Spor Ekipmanları İle Yapılan Egzersizlerin Yaşam Kalitesi Üzerine Etkisi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*. 2022. 7 (2).163-175.
- Baş U. (1998). Hatha Yoga ve Klasik Egzersiz Yaklaşımının Sağlıklı Gençlerde Postür ve Fiziksel Uygunluk Üzerine Etkileri, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi, Ankara.
- Bower J, Woolery A, Sternlieb B, Garet D. (2005). Yoga for cancer patients and survivors. *Cancer Control*. 12:165–171.
- Büyükoztürk Ş, Akgün ÖE, Karadeniz Ş, Demirel F, Kılıç E. (2013). Bilimsel araştırma yöntemleri. Ankara: Pegem Akademi.
- Chattha R, Nagarathna R, Venkatram P, Hongasandra N. (2008). Treating the climacteric symptoms in Indian women with an integrated approach to yoga therapy: A randomized control study. *Menopause*, 15:862–870.
- Damodaran A, Malathi A, Patil N, et al. (2002). Therapeutic potential of yoga practices in modifying cardiovascular risk profile in middle aged men and women. *J Assoc Physicians India*. 50:633–639.
- Davendra K.T. (2014). Yoga and Health. *Indian Journal of Community Medicine/Vol 39, issue 2, April*.
- Demiral Y, Ergor G, Unal B, Semin S, Akvardar Y, Kivircik B, Alptekin K. (2006). Normative data and discriminative properties of short form 36 (SF-36) in Turkish urban population. *BMC publichealth*, 6, 247.
- Dündar U. (2017). Antrenman Teorisi, 10.Baskı, Ankara: Nobel Akademi Yayıncılık Eğitim Danışmanlık Tic. Ltd. Şti.
- Duraiswamy G, Thirthalli J, Nagendra HR, Gangadhar BN. (2007). Yoga therapy as an add-on treatment in the management of patients with schizophrenia: A randomized controlled trial. *Acta Psychiatr Scand* ,10:226–232.
- Duren CM, Cress ME, McCully KK. (2008). The influence of physical activity and yoga on central arterial stiffness. *Dyn Med*, 7:1–8.
- Galantino ML, Bzdewka TM, Eissler-Russo JL, et al. (2004). The impact of modified hatha yoga on chronic low backpain: A pilot study. *Altern Ther Health Med*, 10:56–59.
- Godfrey ACRMDOG, Conway R, Meagher D, ÓLaighin G. (2008). Direct measurement of human movement by accelerometry. *Medical Engineering and Physics*, 30(10), 1364-1386.



- Gordon LA, Morrison EY, McGrowder DA, et al. (2008). Effect of exercise therapy on lipid profile and oxidative stress indicators in patients with type 2 diabetes. *BMC Complement Altern Med*, 8:article21.
- Hagins M, Moore W, Rundle A. (2007). Does practicing hatha yoga satisfy recommendations for intensity of physical activity which improves and maintains health and cardiovascular fitness? *BMC Complement Altern Med*, 7:1–9.
- Innes K.E, Bourguignon C, Taylor A.G. (2005). Risk indices associated with the insulin resistance syndrome, cardiovascular disease, and possible protection with yoga: A systematic review. *J Am Board Fam Pract*. 18:491–519.
- Iyengar BKS. (1976). *Light on Yoga*. 2nd ed. New York: SchockenBooks.
- Kirkwood G, Rampes H, Tuffrey V, et al. (2005). Yoga for anxiety: A systematic review of tree search evidence. *Br J Sports Med*. 39:884–891.
- Koçyiğit H, Aydemir Ö, Fişek G, Ölmez N, Memiş A. (1999). SF36'nin Türkçe için güvenilirliği ve geçerliliği. *İlaçveTedaviDergisi*, 12(2), 102-106.
- Krishnamurthy MN, Telles S. (2007). Assessing depression following two ancient Indian interventions: Effects of yoga and Ayurveda on older adults in a residential home. *J Gerontol Nurs*, 33:17–23.
- Lasaite L, Krasauskiene A. (2009). Psychological state, quality of life, and body composition in postmenopausal women with osteoporosis in Lithuania. *Arch Osteoporos*, 4, 85–90.
- McCaffrey R, Ruknui P, Hatthakit U, Kasetomboon P. (2005). The effects of yoga on hypertensive persons in Thailand. *Holist Nurs Pract*. 19:173–180.
- Raub JA. (2002). Psychophysiologic effects of hatha yoga on musculoskeletal and cardio pulmonary function: a literature review. *J Altern Complement Med*. 8:797–812.
- Ross A. Thomas S. (2010). The Health Benefits of Yoga and Exercise: A Review of Comparison Studies. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*. Volume 16, Number 1, pp. 3–12
- Saper R., Eisenberg D., Davis R., Culpepper L., Phillips R. S. (2004). Prevalence and Patterns of Adult Yoga Use In The United States: Results of A National Survey, *Altern Ther Health Med*, X, 2: 44–48.
- Shannahoff-Khalsa DS, Ray LE, Levine S, et al. (1999). Randomized controlled trial of yogic meditation techniques for patients with obsessive-compulsive disorder. *CNS Spectrums*. 4:34–47.

- Shapiro D, Cook IA, Davydov DM, et al. (2007). Yoga as a complementary treatment of depression: Effects of traits and moods on treatment outcomes. *Evid Based Complement Alternat Med*, 4:493–502.
- Sinha S, Singh SN, Monga YP, Ray US. (2007). Improvement of glutathione and total antioxidant status with yoga. *J Alternat Complement Med*, 13:1085–1090.
- Smith C, Hancock H, Blake-Mortimer J, Eckert K. (2007). A randomized comparative trial of yoga and relaxation to reduce stress and anxiety. *Complement Ther Med*, 15:77–83.
- Taşpınar B. (2010). Hatha Yoga ve Dirençli Egzersizlerin Erişkinlerde Psiko-Sosyal Faktörlere Etkilerinin Karşılaştırılması, Pamukkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Doktora Tezi, Denizli.
- Tran MD, Holly RG, Lashbrook J, Amsterdam EA.(2001). Effects of Hatha yoga practice on health-related aspects of physical fitness. *Prev Cardiol*, 4:165–170.
- Upadhyay AK, Balkrishna A, Upadhyay RT. (2008). Effect of pranayama (voluntary regulated yoga breathing) and yogasana (yoga postures) in diabetes mellitus (DM): A scientific review. *J Complement Integr Med*. 5: article 3. Online document at: [www.bepress.com=jicm=vol5=iss1=3](http://www.bepress.com=jicm=vol5=iss1=3) Accessed January 7, 2010
- Ware JE Jr, Sherbourne CD. (1992). The MOS 36-item short-form health survey (SF-36). I. Conceptual frame work and item selection. *MedCare*, 30(6), 473-483.
- West J, Otte C, Geher K, Johnson J, et al. (2004). Effects of Hatha yoga and African dance on perceived stress, affect, and salivary cortisol. *Ann Behav Med*, 28:114–118.
- Woolery A, Myers H, Sternlieb B, Zeltzer L. (2004). A yoga intervention for young adults with elevated symptoms of depression. *Altern Ther Health Med*, 10:60–63.
- Yağlı V. N. (2012). Meme Kanseri Geçirmiş Hastalarda Aerobik Egzersiz Eğitiminin ve Yoga Temelli Egzersiz Programının Fonksiyonel Kapasite ve Yaşam Kalitesi Üzerine Etkilerinin Karşılaştırılması, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Doktora Tezi, Ankara.
- Yurkuran M, Alp A, Yurkuran M, Dilek K. (2007). A modified yoga-based exercise program in hemodialysis patients: A randomized controlled study. *Complement Ther Med*, 15:164–171.
- Yurtaydın Y. (2016). Sedanter Kadınlarda 8 Haftalık Hatha Yoga Egzersizlerinin Bazı Fizyolojik ve Motorik Parametreler Üzerine Etkilerinin İncelenmesi. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi, Muğla.


## Dünden Bugüne Passolig Pazarlama İletişimi Süreci

Özlem KARAMAN\*<sup>1</sup> 

Selçuk Bora ÇAVUŞOĞLU<sup>2</sup> 

<sup>1</sup> İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Sosyal Bilimler MYO, İSTANBUL

<sup>2</sup> İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Spor Bilimleri Fakültesi, İSTANBUL

 DOI: 10.31680/gaunjss.1238286

### Orijinal Makale / Original Article

Geliş Tarihi / Received: 17.01.2023

Kabul Tarihi / Accepted: 04.03.2023

Yayın Tarihi / Published: 25.03.2023

### Öz

Pazarlama iletişimi, müşterilerle ilişki kurmayı sağlayan marka mesajlarını planlama, uygulama ve izleme sürecidir. Bu doğrultuda, markalar belirli araç ve yöntemlerin birlikteliği ve armonisinden yararlanmaktadır. Bu makalenin amacı ise, Passolig (futbolda elektronik kart uygulaması) örneği üzerinden pazarlama iletişimi unsurlarını açıklamak ve kullanımına ışık tutmaktır. Araştırma kapsamında, ilk bölümde pazarlama iletişimi konusu kavramsal olarak ele alınmış, sonraki bölümünde ise Passolig markasının pazarlama iletişimi uygulamaları incelenmiştir. Bu amaçla, 2018-2022 yıllarını içine alan geniş kapsamlı bir dijital doküman, görsel ve video taraması yapılmıştır. Passolig markasının pazarlama iletişimi uygulamalarına dair elde edilen bilgiler, içerik analizi yapılarak kavramsal temalara ayrılmış; doğrudan alıntı ve görsellerle desteklenerek yorumlanmıştır. Araştırma bulguları, Passolig markasının, incelemeyi kapsayan dönemde ikincil medya ortamlarından çok, kendi iletişim ortam ve araçları ile pazarlama iletişimi faaliyetlerini yürüttüğünü; web sayfası ve e-posta araçlarının etkin olarak kullanıldığını; sosyal medyada ise hedef kitleyle etkileşime girmediğini ortaya koymuştur. Ayrıca, markanın, incelenen dönemde, pazarlama iletişimi stratejisi bakımından farklılaşmaya gitmediği görülmüştür. Sonuç olarak; Passolig markasının entegre bir pazarlama iletişimi stratejisi uygulamadığı; kullanılan farklı iletişim ortam ve araçlarının birbirinden bağımsız ve etkileşime dayanmayan bir yapıya sahip olduğu tespit edilmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Pazarlama İletişimi, Passolig, Elektronik Kart, E-bilet

## Passolig Marketing Communication: From Past to Present

### Abstract

Marketing communication is the process of planning, implementing, and monitoring brand messages that build customer relationships. Brands benefit from the unity and harmony of specific tools and methods. This article aims to explain the marketing communication elements and shed light on their use through the example of Passolig (an electronic card application for football). Within the research scope, we conceptually discussed the marketing communication subject in the first part and the marketing communication applications of the Passolig brand in the next part. In this context, a comprehensive digital document, visual and video scan was conducted covering 2018-2022. We divided the information obtained about the marketing communication practices of the Passolig brand into conceptual themes, interpreted by supporting with direct quotations and visuals. According to the content analysis findings, Passolig brand carries out marketing communication activities with its communication media and tools rather than secondary media in the review period. It uses web pages and e-mail tools effectively and does not interact with the target audience on social media. The brand did not differentiate in marketing communication strategy in the examined period. In conclusion, Passolig does not implement an integrated marketing communication strategy. The different communication media and tools used have a structure that is disconnected from each other and not based on interaction.

**Keywords:** Marketing Communication, Passolig, Electronic Card, E-Ticket

\* Sorumlu Yazar: Özlem KARAMAN

E-mail: okaraman@iuc.edu.tr

\*Bu makale, birinci yazarın doktora tezinden faydalanılarak üretilmiştir.

## Giriş

Geniş kitleleri etkileyebilme gücü olan futbol, küreselleşmenin de etkisiyle, serbest piyasa ekonomisi içinde önemli bir sektör haline gelmiştir (Talimciler, 2008). Sporun, spor etkinliğinin ve özelinde futbolun iletişimi ve pazarlaması bu sektörde çalışan uygulayıcı ve akademisyenlerin en üretken olduğu konu başlıklarıdır. Futbolda şiddet konusu ise bu alanda çalışan araştırmacılar tarafından en fazla ele alınan alt başlıklardan biridir. Bu ilginin sebebi, sporun doğasından kaynaklanan rekabet duygusu ve kazanma hırsına, taraftarlık psikolojisinin eklenmesiyle oluşan şiddet ve düzensizlik ortamının toplumu tehdit eder hale gelmesidir (Üstünel ve Alkurt, 2015). Futbol oyunu sırasında veya sonrasında ortaya çıkan şiddet, dünyada olduğu gibi ülkemizde de önemli bir sorundur (Donuk, 2006). Türkiye’de yaşanan olumsuzluklara çare üretmek üzere kamu otoritelerince zaman zaman farklı uygulamalar hayata geçirilmektedir. Türk futbol tarihinde bir dönüm noktası olan 31/3/2011 tarih ve 6222 sayılı Sporda Şiddet ve Düzensizliğin Önlenmesine dair Kanun’la futbol maçı izlemek belirli kurallara bağlanmıştır. İlgili kanuna dayanarak, 2013 yılında yapılan ihale ile, Türkiye Futbol Federasyonu Süper Lig ve TFF 1. Futbol Ligi’nde oynanan futbol müsabakalarına ilişkin olarak bilet satışlarına aracılık hizmetleri işi için bir banka; stadlardaki altyapı dönüşümü, geçiş kontrolü, görüntüleme, entegre biletleme ve gişe hizmetlerini yürütmek üzere ise özel bir firmayı yetkilendirilmiştir.

Yeni dönemle birlikte, Türkiye’de maç izlemek amacıyla herhangi bir stadyuma girmek isteyen taraftarların, kişisel kimlik bilgilerini içeren bir elektronik akıllı kart alması zorunlu hale gelmiştir. Entegratör firma tarafından yaratılan yeni markanın adı “Passolig” olmuştur. E-bilet uygulamasının, seyircileri futboldan soğuttuğu ve futbolla ilgili kurumları prestij ve popülerite kaybına uğrattığı gibi eleştiriler futbol çevreleri tarafından uygulamaya girdiği günlerde yüksek sesle dile getirilmiştir (Üstünel ve Alkurt, 2011). Uygulamanın yürürlüğe girdiği ilk sene, seyirci sayısında önemli oranda düşüş yaşanmıştır (Mumcu ve Karakullukçu, 2019). Bu nedenle, Türk futbolunda devrim niteliğinde bir adım olan bu sistem konusunda taraftarların bilgilendirilmesi, benimseyerek desteklemelerinin sağlanması için etkin iletişim faaliyetlerinin hayata geçirmesi zaruri hale gelmiştir.

Bu çalışmada, Passolig markasının pazarlama iletişimi stratejisinin belirli bir dönemi kapsayacak şekilde ortaya konması hedeflenmektedir. Bu doğrultuda, ilk bölümde pazarlama iletişimi ve ilişkili kavramlara değinilecek, sonraki bölümlerde ise Passolig markası pazarlama iletişimi uygulamaları görsel örneklerle desteklenerek

incelenecektir. Araştırmanın çalışma dönemi 2018-2022 yıllarını kapsamaktadır. Markanın pazarlama iletişimi uygulamalarının ilk örnekleri sorumlu araştırmacının tez içeriğinden faydalanılarak; 2018 yılı sonrasındaki uygulama örnekleri ise dijital doküman analizi bulgularından faydalanılarak sunulmuştur. Uygulama örneklerinin zaman içinde web ortamından kaldırılmış olması durumu dikkate alınmalıdır.

### **Pazarlama İletişimi Kavramı ve Temel Bileşenleri**

Pazarlama iletişimini, promosyon yani tutundurmanın geniş kapsamlı bir biçimi olarak tanımlamak mümkündür. 1980'lerde pazarlama literatüründe ortaya çıkan pazarlama iletişimi, 1990'lı yıllardan bu yana iletişim teknolojisi ve internetin etkisiyle büyük bir değişime uğramıştır (Dole, 2012).

Pazarlama iletişimi, müşterilerle ilişki kurmayı sağlayan marka mesajlarını planlama, uygulama ve izleme sürecidir (Duncan, 2005). Pazarlamanın başarısı, iletişim stratejisinin doğru kurgulanmasına bağlıdır. İletişim faaliyeti, hedef kitleyi bilgilendirmenin ötesinde, hedef kitlenin tutum ve davranışlarını istenen yönde değiştirmeyi, geliştirmeyi ve ikna etmeyi kapsamaktadır. Pazarlama iletişim yöntemleri zaman içinde evrim geçirmiş, bazılarının gücü zayıflamış, bazı yöntemlerin ise popüleritesi artmıştır. Örneğin pazarlama iletişiminin en güçlü ayağı olarak kabul edilen reklam, teknolojik bir evrim geçirirken, tüketicilerin reklama karşı tutumlarında değişimler yaşanmıştır. Araştırmacılar, günümüzde tüketicilerin geleneksel reklam mesajlarını almaktan kaçındığını, neredeyse yüzde 80'inin bir şirketi reklam dışındaki yollarla tanımayı tercih ettiğini ortaya koyan istatistikler sunmaktadır (Wilcox vd., 2015).

Günümüzde teknoloji ve internet, markalara çok çeşitli iletişim araçları sunarken diğer yandan mesajların bu seçenekler havuzunda kaybolma riskini beraberinde getirmektedir. Hedef kitleye ulaşan mesajların kopuk ve kafa karıştırıcı olmamasını sağlamak ve bir markanın iletişim noktalarını tutarlı bir bütün halinde toplayarak yürütülen bütünleşik pazarlama iletişimi, markalar için ideal iletişim stratejisidir. Bu strateji doğrultusunda markalar, belirli araç ve yöntemlerin birlikteliği ve armonisinden yararlanmaktadır. Bunları ana gruplara ayırmak mümkündür: Reklam, Halkla İlişkiler, Kişisel satış, Doğrudan Pazarlama, Satış Geliştirme, Sosyal Medya.

Pazarlama iletişimi, spor sektöründe de spor tüketicisine ulaşmak; onların tutum ve algılarını değiştirmek için etkin olarak kullanılmaktadır. Bu çalışmada pazarlama iletişimi kavramı ve yöntemleri Passolig markası uygulamalarından örnekler sunularak açıklanmıştır.

## **Yöntem**

### **Araştırmanın Modeli**

Passolig markasının 2018-2022 yılları arasında hayata geçirmiş olduğu pazarlama iletişim uygulamalarını ortaya koymayı amaçlayan bu çalışmada, nitel analiz yöntemlerinden biri olan içerik analizi kullanılmıştır. İçerik analizi, araştırmacıların elde ettiği verileri belirli kavramlar ve temalar çerçevesinde bir araya getirerek ve önceden belirlenmiş temalara göre sınıflandırarak yorumladığı bir araştırma yöntemidir (Yıldırım ve Şimşek, 2008).

### **Veri Toplama Araçları**

Bu çalışmada, Passolig markasının pazarlama iletişimi uygulamaları kavramsal temalara ayrılarak incelenmiştir. Veriler, pazarlama iletişiminin temel unsurları olan “Reklam”, “Halkla İlişkiler”, “Kişisel Satış”, “Doğrudan Pazarlama”, “Satış Geliştirme” ve “Sosyal Medya” olmak üzere altı temel kavrama göre sınıflandırılmıştır. Araştırmanın analiz birimi olarak web görselleri, videolar, haber metinleri ve sosyal medya paylaşımları esas alınmıştır. Sınırlanmış bir dönemi kapsayan çalışmanın 2018 yılı verileri için araştırmacılar tarafından hazırlanmış olan doktora tez içeriğinden faydalanılmış, sonraki yıllar içinse kamuya açık internet kaynakları taranmıştır.

### **Verilerin Analizi**

Bu araştırma kapsamında yapılan geniş kapsamlı dijital doküman, görsel ve video taraması sayesinde elde edilen veriler, ilişkili olduğu pazarlama iletişimi kavramı çerçevesinde değerlendirilip doğrudan alıntı ve görsellerle desteklenerek yorumlanmıştır.

## **Bulgular**

Bu bölümde, Passolig markası pazarlama iletişimi uygulamaları Reklam, Halkla İlişkiler, Kişisel satış, Doğrudan Pazarlama, Satış Geliştirme ve Sosyal Medya unsurları açısından ayrı ayrı ve görsel örnekler verilerek açıklanacaktır.

### **Passolig Marka İletişiminin Reklam Unsurları Açısından İncelenmesi**

Reklam, geleneksel iletişim karmaşasının en belirgin unsurudur. Reklam, kitle iletişim araçları aracılığıyla alıcılara, ürüne, belirli ürün özelliklerine, fiyata, paketlemeye, ticari markaya ve logoya dair ikna edici bilgiler sunar (Nagy ve Hajdu, 2022).

Passolig markasının akıllarda kalan ilk reklam çalışması olan ve 2014 yılında yayınlanan ve Kadir Çöpdemir'in baş rolünde oynadığı reklam filmi, e-bilet satın almayan taraftarları şiddete eğilimli ve kural tanımaz kişiler olarak yansıtıyor olması gerekçesiyle dava konusu olmuş ve Uluslararası Reklam Uygulama Esasları'na aykırı olduğu gerekçesiyle yayından kaldırılmıştır (Görsel 1).



**Görsel 1:** İlk reklam filmi kesiti (www.youtube.com)

Bursaspor Kulübünün Passolig kart sahibi olmayı özendirmek amacıyla 2014 yılında hazırlattığı ve futbolcuların rol aldığı reklam filmi ilk reklam uygulamalarından biridir (Görsel 2).



**Görsel 2:** 2.reklam filmi kesiti (www.youtube.com)

Passolig-Aktifbank ortaklığı sebebiyle markanın web sayfasında zaman zaman Aktifbank reklamlarına yer verdiği görülmektedir (Görsel 3). Marka, ilerleyen süreçte reklam uygulamalarını sosyal medyada yoğunlaştırmıştır. Futbolcuların ve ünlülerin kullanıldığı video reklamların zaman zaman sosyal medya platformlarında yayınlandığı görülmektedir (Görsel 4).

**Vade Bekletmez, Masraf Almaz! Yüksek Faizle Günlük Kazanç Sağlar!**

Sen de hemen nkolaybono.com'a tıkla dilediğin zaman faiz kaybetmeden paranı alabilme olanağıyla kazanmaya başla.

[Kazanmaya Başla](#)

**N KOLAY bono**

**%18,50 = %19,59\***

Mevduat Faizi  
N KOLAY BONO İLE  
HEMEN KAZAN!

\*Stopaj avantajıyla 6 aya kadar vadede %18,50 faizli N KOLAY BONO, %19,59 mevduat faiz oranına denktir.

**Görsel 3:** 2018 yılı web sayfası reklamı (www.passolig.com.tr)



**Görsel 4:** 2019 yılı Facebook video reklam kesiti (www.facebook.com)

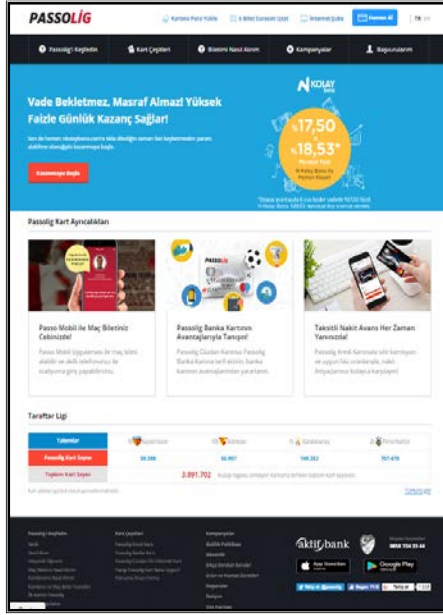
Şirket, 2019 yılına kadar yalnızca futbolda biletleme hizmeti sunarken bu tarihten sonra konser, tiyatro, basketbol, atölye vb. etkinlik biletleri satışına başlamıştır. Bu strateji değişikliği bir biletleme platformu olan Passo markasını bu alanda hizmet sunan diğer markalarla rekabete sokmuştur. Bu nedenle bu mecrada yoğun bir reklam trafiğinin olduğu izlenmektedir.

### **Passolig Marka İletişiminin Halkla İlişkiler Unsurları Açısından İncelenmesi**

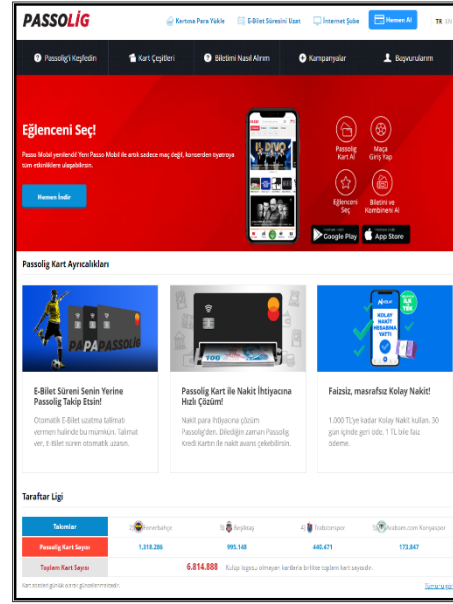
Tüketicilerin bilinçlenerek reklamın güvenilirliğini sorgulaması, kurumsal vatandaşlık olgusunun önem kazanması ve yoğun rekabet, halkla ilişkilerin pazarlama iletişimi içindeki yerini belirginleştirmiştir (Peltekoğlu, 2014). Halkla ilişkiler, diğer pazarlama iletişimi unsurlarından farklı olarak, sadece satışlara değil, müşterileri bilgilendirmeye, onları anlamaya, uzun vadede güven ve inandırıcılığa ve bunları başararak marka kültürü oluşturmaya odaklanmaktadır.

Şirket, web sitesi ve mobil uygulamalarını, büyük ölçüde kurum, marka ve bilet satış süreci hakkında hedef kitleyi bilgilendirme amaçlı kullanmaktadır. Kart satışını yapan web sitesinde (passolig.com.tr) kart türü bilgileri, ücretler, satınalma prosedürü, kampanya bilgileri, duyurular, sosyal medya pluginleri ve iletişim bilgileri gibi başlıklara yer verildiği izlenmektedir. Sayfa, sabit ve hareketli layoutlarla hareketlendirilmiştir. Sayfa tasarımında 2018-2022 yılları arasında farklılaşmaya gidilmediği görülmektedir. E-bilet satışını yapan web sitesinde de (passo.com.tr) diğeriyle benzer amaçlara hizmet eden başlıkların yer aldığı gözlenmekle birlikte, 2019 yılından sonra etkinlik ve farklı kampanya duyurularının sayfada yer bulduğu görülmektedir (Görsel 5-6). Web sayfası, çevrim içi ve çevrim dışı kanallarla aynı görsel özellikleri taşımaktadır.



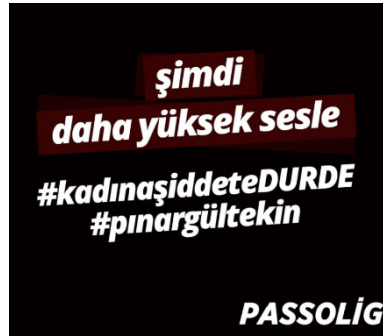


Görsel 5: 2018 yılı web sayfası arayüzü



Görsel 6: 2022 yılı web sayfası arayüzü

İşletmelerin, olumlu bir itibara sahip olmak ve varlıklarını devam ettirebilmek için topluma karşı sorumluluklarını yerine getirme konusunda çaba harcamaları gerekmektedir. Kurumsal sosyal sorumluluk bağlamında halkla ilişkilerden alınan destek, olumlu algı ve farkındalığın oluşmasını sağlamaktadır (Gedikçi ve Öndoğan, 2021). Passolig markası da, zaman zaman sosyal sorunlara dikkat çekmek amacıyla dijital medyada paylaşımlar yapmaktadır (Görsel 7).



Görsel 7: Temmuz 2020 Facebook sayfası paylaşımı (www.facebook.com)

Passolig, mobil cihazların ve uygulamaların, sosyal ağ sitelerinin kullanıldığı, e-bilet sistemine dayanan, dijital bir markadır. Firma, mobil uygulamasının geliştirilmesi aşamasında kodlama odaklı bir fikir maratonu düzenlemiştir; yapılan yarışmada başarılı olan katılımcılara 10.000 TL ödül verilmiştir (Görsel 8). Bu organizasyon, eğlence ve ödül unsurları barındıran bir halkla ilişkiler etkinliği olarak ilgi çekmiştir.



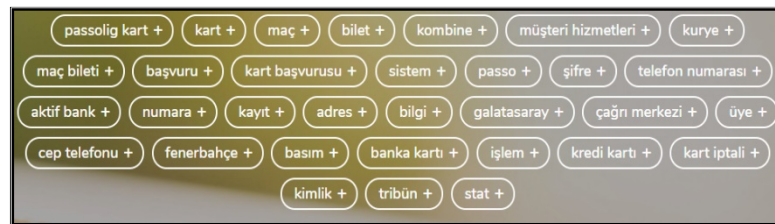
**Görsel 8:** Fikir Maratonu Duyurusu (passolighackathon.splashthat.com)

Firmanın, sistem yürürlüğe girdikten sonra oluşan tepki ve dile getirilen eleştirilere karşı reaktif bir halkla ilişkiler stratejisi uygulamadığı tespit edilmiştir. E-bilet sistemine tepkilerin en fazla olduğu 2016-2020 yılları arasında şirket genel müdürü olarak görev yapan Ceyhun Kazancı, düzenlenen basın toplantısı ve etkinliklerde Passolig ile ilgili güncel konularda bilgilendirici açıklamalar yapmış, zaman zaman eleştirileri cevaplamıştır (Görsel 9).



**Görsel 9:** 2018 yılı Hürriyet gazetesi haberi

Passolig firması, futbol tüketicisinin karta yönelik şikayet ve eleştirilerini dile getirdiği internet platformlarından biri olan şikayetvar.com sitesinde üye marka olarak eleştirilere cevap vermektedir. Talep ve şikayetler platform üzerinde çeşitli başlıklar altında gruplanmaktadır (Görsel 10).



**Görsel 10:** Şikayetvar.com Passolig şikayet başlıkları

2018 yılında yıllık şikayet sayısı 8750 iken cevaplama oranı %100 olmuş; 2022 yılında ise yıllık şikayet sayısı 6827'e inerek, cevaplama oranı da %93'e düşmüştür. Bu durum şirketin, taraftarların talep ve şikayetlerini yanıtlama konusunda geçmişe oranla daha isteksiz ve pasif bir tavır aldığını göstermektedir.

### **Passolig Marka İletişiminin Kişisel Satış Unsurları Açısından İncelenmesi**

Kişisel satış, yüzyüze iletişime odaklanan bir yöntemdir. Dijital bir marka olarak doğmuş olan Passolig markası ise, satış ve pazarlama operasyonunu büyük ölçüde web üzerinden yürütmektedir. Kart ve bilet satış işlemlerini elektronik uygulamalar ve aracı firmalar kullanarak gerçekleştirmektedir. Bu araçlar; Passo mobil, passo.com.tr, N Kolay İşyerleri, N Kolay İşlem Merkezleri ve stadyum gişeleridir.

Ülke çapında yaygın 32 gişe noktasında ise, Passolig çalışanları futbol izleyicileriyle yüzyüze iletişim kurmakta; bilgi vererek, şikayetleri dinleyerek ve problemleri çözerek markayı temsil etmektedir.

### **Passolig Marka İletişiminin Doğrudan Pazarlama Unsurları Açısından İncelenmesi**

Doğrudan pazarlama, hedef kitleden ölçülebilir yanıtlar elde etmeyi amaçlayan etkileşimli bir iletişim şeklidir ve temelde veritabanları üzerine kuruludur (Nagy ve Hajdu, 2022). E-posta, mobil mesaj ve telefonla pazarlama, doğrudan iletişim yöntemleridir. Doğrudan pazarlama geniş veri bankalarının gücünden faydalanarak uygulanmaktadır. Maça girmek için zorunlu olması sebebiyle Passolig e-elektronik kart ve bilet sistemi de, büyük bir veri bankası oluşturmuştur. Şirket, hedef kitleye dair pek çok kişisel veriyi kullanma olanağında sahiptir. Bu veri sahipliğinin gücünden faydalanan marka, duyurum ve reklamlarını, mobil sms ve e-mail gibi veritabanlı pazarlama yöntemlerini kullanarak hedef kitlesine ulaştırmaktadır:

Burada dikkat çeken ve eleştiriye sebep olan konu ise; Passolig üye veri tabanının, entegratör firmayla birlikte, e-bilet sistemiyle ilişkili olan *TFF, kulüpler, Maliye ve İçişleri Bakanlığı, Bankalararası Kart Merkezi, MasterCard ve Sponsorlar* gibi kurum ve firmalar tarafından da kullanılabilmesidir. Bu kurumlar da, Passolig kart sahiplerinin kişisel bilgilerine ulaşabilme olanağına sahiptir. Bu durum, kullanıcı verilerinin bu firmaların pazarlama faaliyetlerinde ve özellikle de bankacılık hizmeti pazarlamasında kullanılmasına olanak sağlamaktadır (Özocak, 2014).

### **Passolig Marka İletişiminin Satış Geliştirme Unsurları Açısından İncelenmesi**

Satış geliştirme, tüketicilerin belirli ürün veya hizmetleri satın almasını veya daha fazla ürünü daha sık satın almasını amaçlayan teşvik araçlarıdır (Kotler ve Keller,

2012). Bu yöntemlerden bazıları faydacı ve bazıları ise hazcıdır. Bu araçlardan biri olan fiyat indirimi, finansal faydaya odaklanırken; ürün numuneleri, hediyeler, yarışmalar ve etkinlikler, fuarlar ve sergiler ise müşteri tatminine ve sadakate odaklanır (Yeshin, 2006).

Passolig zaman zaman farklı satış geliştirme kampanyaları hayata geçirerek taraftarların ilgisini çekmeyi hedeflemekte; kurulduğundan beri, kart satışını ve marka bilinirliğini artırmak için farklı firmalarla işbirliği yaparak satış teşvik kampanyaları düzenlemektedir (Görsel 11).



**Görsel 11:** 2018 yılı kampanya duyurusu

2019 yılı Kasım ayında, sosyal medyada #BiletFriday etiketiyle duyurulan bir kampanya ile, bilet fiyatlarında farklı oranlarda indirim yapılacağı duyurulmuştur (Görsel 12).



**Görsel 12:** İndirim kampanyası duyurusu

Markanın satış geliştirme tekniklerinden en önemlisi ise, logolu taraftar kartı uygulaması sayesinde oluşturulan sadakat programıdır. Bu yolla, kulüp logolu Passolig kart sahibinin yaptığı her harcama kulübe de maddi katkı sağlamaktadır. Anlaşmalı şehirlerde ulaşım kartı olarak kullanılabilmesi özelliği satış tutundurmaya diğer örnektir. 2020 yılında yürürlüğe giren Promosyon kodu uygulaması ile marka, firmalara pazarlama ve satış faaliyetlerinin bir parçası olarak Passolig kartı bir ödül olarak verme seçeneği sunmuştur.

## **Passolig Marka İletişiminin Sosyal Medya Kullanımı Açısından İncelenmesi**

Dünyanın dört bir yanındaki insanlar sosyal medyayı çeşitli biçimlerde kullanmaktadır. Bunlar genel olarak (1) aile ve arkadaşlar gibi bilinen diğer kişilerle dijital olarak iletişim kurma ve sosyalleşme, (2) aynı ilgi alanlarına sahip bilinmeyen kişilerle buluşma ve (3) haber, dedikodu ve ürün incelemeleri gibi dijital içeriğe erişme ve katkıda bulunma olarak kategorize edilebilir (Appel vd., 2020). İnternet kullanıcıları, sosyal medya kanallarında, ürün/hizmetlerle ilgili özgürce içerik oluşturabilmekte ve bilgi ve deneyimlerini ağızdan ağıza yaymaktadır (Tsimonis ve Dimitriadis, 2014). Hem büyük hem de küçük işletmeler ise, tüketicilerin bilgi elde etmek ve yaymak için sosyal ağ siteleri gibi yeni medya araçlarına yönelmesinden önemli ölçüde yararlanmaktadır. Şirketler, bu yeni medya ortamlarına yönelerek, geniş kitlelere ulaşmakta, böylece geleneksel reklam ve pazarlama harcamalarından tasarruf etmektedir.

Passolig markasının da, Twitter, Facebook ve Instagram gibi sosyal medya platformlarında kurumsal hesaplarının oluşturulmuş olduğu görülmektedir. 2013 yılında twitter kullanıcısı olan markaya dair ilk paylaşım 29 Aralık 2017 tarihinde yapılmıştır. Günümüzde (21.11.2022) 72.4 B takipçisi olan hesapta, 2018 yılında günde ortalama 1 mesaj paylaşılırken, 2022 yılında paylaşım sıklığı ayda ortalama 2 mesaj olmuştur. Maç fikstürü, kampanya duyuruları, özel gün kutlamaları ve bazı önemli bilgilendirmelerin bu platformdan yapıldığı izlenmektedir. Passolig markası Facebook'ta da, Twitter'a benzer şekilde 71000 kullanıcı tarafından takip edilmekte ve zaman zaman farklı türden paylaşımlar yapmaktadır. Firmanın, Facebook hesabında faaliyet konusuna dair nadir paylaşım yaptığı, bu platformda özellikle resmi ve dini bayram, sokak hayvanları günü, anneler günü gibi özel gün kutlamalarına yer verdiği veya başarı elde etmiş sporcuları tebrik eden paylaşımlara yaptığı görülmektedir. Passolig markasının kullandığı diğer sosyal medya platformu olan Instagramda yalnızca 4235 hesap tarafından takip edildiği tespit edilmiştir (Görsel 13). Bu medya ortamında ağırlıklı olarak haftanın maçları bilgisinin paylaşıldığı ve bu platformun etkin bir iletişim aracı olarak kullanılmadığı görülmektedir. Marka, sosyal medya hesaplarında, kullanıcıların talep ve şikayetlerine yanıt vermemekte, takipçilerle etkileşime girmemektedir.



**Görsel 13:** Passolig Facebook sayfası ekran kesiti

## Sonuç

Yürürlüğe girdiği 2014 yılından beri Passolig uygulaması ile ilgili olarak birçok internet makalesi, haber, köşe yazısı, tez ve bilimsel makale yayınlanmıştır. Bu yayınların, çoğunlukla uygulamanın siyasi yönüne, futbolun endüstrileşmesi ve taraftar kimliğine etkisi ve futbol karşılaşmalarındaki şiddet olaylarını engellemedeki rolü gibi konulara odaklandığı görülmüştür. Passolig Kart uygulamasının, geleneksel ve sosyal medyada ve bilimsel alanyazında pazarlama iletişimi unsurları açısından ele alınmadığı tespit edilmiştir. Bu çalışma, bu eksiği tamamlamak amacıyla tasarlanmıştır.

Çalışma kapsamında, altı pazarlama iletişimi kavramına göre yapılan içerik incelemesi sonuçlarına göre;

Passolig markasının yürürlüğe girdiği ilk yıllarda geleneksel medyada reklam iletişimi yaptığı; günümüzde ise reklamlar için kurumsal sosyal medya hesaplarını kullandığı tespit edilmiştir. Şirket, web sitesi ve mobil uygulamalarını, marka ve bilet satış süreci hakkında bilgilendirme amaçlı halkla ilişkiler yapmak için kullanmaktadır. Üyelik sistemiyle çalışan elektronik kart sayesinde çok sayıda futbol izleyicisinin kişisel verisine sahip olan firma, bu güçten faydalanarak, duyurum ve reklamlarını, mobil sms ve e-mail gibi veritabanlı pazarlama yöntemlerini kullanarak ulaştırmakta ve yoğun olarak doğrudan pazarlama yapmaktadır. Marka, zaman zaman indirim, kupon ve sadakat kartı gibi satış geliştirme uygulamaları hayata geçirmektedir. Kişisel satış açısından ise, Passolig çalışanları, ülke çapında 32 gişe noktasında futbol izleyicileriyle yüzyüze iletişim kurmakta; bilgi vererek, şikayetleri dinleyerek ve problemleri çözerek markayı temsil etmektedir.

Araştırma sonuçları, Passolig markasının 2018-2022 yılları arasında pazarlama iletişimi stratejisi bakımından farklılaşmaya gitmediğini ortaya koymaktadır. Taraftarların stadda maç izlemek için kart ve e-bilet satın almasının zorunlu olması nedeniyle rekabet piyasası oluşmadığından; Passolig markası, etkileşime dayanmayan bir iletişim strateji izlemekte; ikincil medya ortamlarından çok kendi

medya araçları ile taraftarlara ulaşmayı yeterli görmektedir. Markanın entegre bir pazarlama iletişimi uygulamadığı; kullanılan farklı iletişim ortamlarının birbirinden kopuk olduğu görülmektedir. Oysa, pazarlama iletişiminin her bir unsuru farklı yöntemler kullanarak ortak bir amaca hizmet etmektedir. Bu nedenle, bir orkestranın enstrümanları gibi tek sesli olmaları, bütünsel pazarlama yönetim sürecinin gücü için bir gerekliliktir. İletişimde kullanılan araç ve yöntemlerin bütünleşik bir strateji ve ortak bir dil kullanılarak bir araya getirilmesi, hedef kitleler üzerinde etkisini artıracak ve marka imajının güçlenmesini sağlayacaktır. Özellikle sosyal medyanın etkin ve etkileşimli kullanımı, geniş kitlelerin takip ettiği markalara sadakat ve güvenin gelişmesinde önemli bir etkidir.

Çalışma kapsamında yapılan tespitler ışığında, bundan sonra yapılacak araştırmaların, Passolig uygulamasının iletişim faaliyetlerine yönelik taraftar algılarını ve pazarlama profesyonellerinin uygulamaya dair görüş ve önerilerini ortaya koymayı amaçlayan nitel veya nicel yöntemler kullanılarak tasarlanması önerilmektedir.

### **Kaynaklar**

- Appel, G., Grewal, L., & Hadi, R. (2020). The future of social media in marketing. *Journal of the Academic Marketing. Sci.* 48, 79–95.
- Aslaner, D.A. & Aslaner A.G. (2021) Dijital Dünyada Marka Olmak: Dijital Marka Yönetimi. Dijital Pazarlama İletişimi Ed. Duygu Aydın Aslaner Figen Sabırcan Ahmet İlkay Ceyhan. Kriter Yayınevi. E-kitap.
- Dole, V. S. (2012). Issues In Marketing Communication. *Marketing Management*. Retrieved from researchgate.net
- Donuk B., & Şenduran F. (2006), Futbolun Anatomisi, Ötüken Yayınevi, İstanbul
- Duncan, T. (2005). Principles of advertising & IMC, 2nd Edn. *Journal of Marketing Communications*, 11(4): 309–310.
- Gedikçi Öndoğan, A. (2021). Paydaş Yönetimi Yaklaşımı Doğrultusunda Kurumsal Sosyal Sorumluluk (KSS) ve Halkla İlişkilerin Rolü. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu Dergisi*, 24 (2), 528-539.
- Karaman, Ö. (2019). Türkiye’de Futbol Liglerinde Biletleme Uygulamasının Bütünleşik Pazarlama İletişimi Perspektifinden Değerlendirilmesi: Elektronik Bilet (Passolig Kart) Uygulaması Üzerine Bir Araştırma. İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Spor Yönetim Bilimleri Anabilim Dalı. Doktora Tezi. İstanbul.

Kotler, P. & Keller, K.L. (2012) *Marketing Management*. 14th Edition, Pearson Education.

Mumcu, H. E. & Karakullukçu, Ö. F. (2019). Passolig Uygulamasının Futbol İzleyicisi Üzerine Etkileri. *Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2 (2), 46-57.

Nagy, S., & Hajdu, G. (2022). The relationship between content marketing and traditional marketing communication tools. *Észak-magyarországi Stratégiai Füzetek*. <https://doi.org/10.32976/stratfuz.2021.25>

Özocak, G. (2014). *Spor Hukuku Yazıları*. İstanbul: İstanbul Barosu Yayınları.

Öztürk, G. (2006) Logonun Kurum Kimliği Üzerindeki Etkisi, *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. Yıl:5 Sayı:9, 1-17.

Peltekoğlu Balta, F. (2014). *Halkla İlişkiler Nedir?* Beta Yayınevi. 8.baskı. İstanbul

Tsimonis, G. & Dimitriadis, S. (2014). Brand strategies in social media. *Marketing Intelligence & Planning*, 32(3), 328–344.

Üstünel, R. & Alkurt, Z. (2011). Futbolda Şiddet ve Düzensizliğin Önlenmesi İçin 6222 Sayılı Yasanın Getirdiği Yeni Bir Uygulama: Elektronik Bilet ve Yaşanan Sorunlar. *Kara Harp Okulu Bilim Dergisi*, 21 (1), 0-2.

Yeshın, T. (2006). *Sales Promotion*. London: Thomson Learning.

Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2008). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri* (6. Baskı). Ankara. Seçkin Yayıncılık.

Wilcox, G.B., E.Y. Kang, & L.A. Chilek. (2015). Beer, wine, or spirits? Advertising's impact on four decades of category sales. *International Journal of Advertising* 34(4): 641–657.

Web kaynakları:

[www.passolig.com.tr](http://www.passolig.com.tr) (Erişim tarihi: 2018-2022)

[www.passo.com.tr](http://www.passo.com.tr) (Erişim tarihi: 2018-2022)

<https://www.sikayetvar.com/passolig> (Erişim tarihi: 17.06.2018)

<https://tr-tr.facebook.com/Passolig/> (Erişim tarihi: 14.11.2022)

<https://www.instagram.com/passolig/?hl=tr> (Erişim tarihi: 21.11.2022)

<http://www.hurriyet.com.tr/passolig-genel-mudurune-2-mac-ceza-40217576> (Erişim tarihi: 05.09.2018)

[https://twitter.com/passolig?ref\\_src=twsrc%5Egoogle%7Ctwcamp%5Eserp%7Ctwgr%5Eautho](https://twitter.com/passolig?ref_src=twsrc%5Egoogle%7Ctwcamp%5Eserp%7Ctwgr%5Eautho) (Erişim tarihi: 24.12.2022)

<https://passolighackathon.splashthat.com> (Erişim tarihi: 11.7.2018)




## Investigation of Cognitive Performance of Amateur Boxers

Serkan PANCAR\*<sup>1</sup> 

Batuhan YENİYOL<sup>1</sup> 

<sup>1</sup> Aksaray University, Sports Science Faculty, AKSARAY

 DOI: 10.31680/gaunjss.1241770

Original Makale / Original Article

Geliş Tarihi / Received: 24.01.2023

Kabul Tarihi / Accepted: 04.03.2023

Yayın Tarihi / Published: 25.03.2023

### Abstract

The aim of this study was to compare the cognitive performance of amateur boxers and sedentary people. 31 amateur male boxers (mean age = 20.42 ± 3.88) and sedentary healthy individuals (mean age = 20.65 ± 1.40) voluntarily participated in the study. The Stroop TBAG Form was applied to examine the cognitive performances of the participants. The given normal distribution was evaluated according to the Skewness and kurtosis values. Independent T-test was used for groups comparison. The relationship of continuous variables was evaluated by Pearson analysis. Significance level was accepted as p<0.05. SPSS v 26.0 (SPSS Inc., Chicago, IL, USA) package program was used. There was no significant difference in the number of corrections and errors in the Stroop test subsections between the groups. In addition, the relationship between the number of sparring, official matches and cognitive performance could not be determined. As a result, it can be said that there is no significant difference in cognitive performance between amateur boxers and healthy individuals.

**Keywords:** Cognitive Performance, Boxer, Stroop Test

### Introduction

Performance can be defined as the combination of motor skills and cognitive perceptions that are desired to be realized in a certain period of time (Bulğay et al., 2020). Many factors affect performance. These factors include endurance, strength (Pancar, Bicer, Ozdal, 2018), speed (Pancar and Uyduran, 2022), flexibility (Ozer et al., 2017), balance/coordination (Ay and Pancar, 2022; Ozdal et al., 2019; Bilgic et al., 2016), and cognitive performance. It is stated that performance and cognitive development are also supported by exercise, nutrition and some effective supplementary food intake (Tasdogan et al., 2020; Pancar, 2020). Performance should

\* Sorumlu Yazar: Serkan PANCAR

E-mail: sdpancar@gmail.com

not only be expressed as the development of motoric features but also should develop in the same direction with cognitive performance (Bitbrain, 2021).

Cognitive performance is affected by variables such as perception, attention, sportive learning, stress, and anxiety (Birinci et al., 2022). The athlete creates an algorithm in his mind about the positions he encounters in competition or similar environments, and he shows motor performance accordingly. There is also a relationship between motor performance and attention. Attention is the ability to diagnose, select, maintain focus, and ignore certain stimuli. These abilities play an important role in mental processes. In these processes, attention comes first and is accepted as an input channel (Ferdosi, 2002). Attention can be impaired by internal and external factors. Being affected by these factors, they move away from the environment and tire the mind, and attention disorder occurs. Impaired attention negatively affects cognitive performance, thus increasing the possibility of making mistakes (Zoccolotti et al., 2002). Although attention is important in almost every sport, it is critical in some branches. As a result of blows to the head in contact sports, cognitive functions such as attention, perception, and focus are damaged, and so the motor performance of the person may be negatively affected (Loosemore et al., 2007).

The cognitive performance (perception and attention) of the boxers should be at a high level during the competition or training. In these environments, while boxers play against each other in a strategy of cheating and then punching, the opponent's punch should be defended or avoided (Zorba et al., 1999). Mild brain damage, concentration disorder, amnesia, impaired inference and planning, and psychological and neurological deterioration may occur with the effect of a punch to the head in boxing (Rahmati et al., 2009). With these impairments, the boxer may lose the ability to acutely and chronically diagnose, select, maintain focus and ignore some stimuli, and cognitive performance may slow down (Zoccolotti et al. 2002).

The neurological effect of long pre-competition preparation training was ignored, and its effect on cognitive performance was not examined (Jordan et al., 1996). However, the effect of the blow to the head has been examined in professional boxing (Khani et al., 2012), but its effects on amateur boxing have been found in very few studies (Zazryn et al., 2006). Some studies have argued that amateur boxing has fewer neurological effects than professional boxing. The reason for this is that the number of rounds is less, the amateur boxing competition becomes a score-oriented game

instead of destroying the opponent, and at the same time, it is predicted that the use of boxing head guard reduces the neurological effect (Loosemore et al., 2007).

According to the literature review, the number of scientific studies examining the cognitive performance of amateur boxers is quite low. In this direction, this study had two aims. The first was to examine the relationship between the cognitive performance of amateur boxers, sparring (training match), and the number of official matches. The second aim was to compare the cognitive functions of amateur boxers and sedentary individuals.

## **Method**

### **Sample Size**

The sample size was made using the G\*Power 3.1 program. When Stroop test variable effect size  $d$  (effect size): 0.86 was taken, the sample number determined for Power: 0.80 and  $\alpha$ : 0.05 was determined as 36 people in total, including the control group ( $n=18$ ) and the boxer group ( $n=18$ ).

### **Participants**

31 amateur male boxers (mean age =  $20.42 \pm 3.88$  years) and sedentary healthy individuals (mean age =  $20.65 \pm 1.40$  years) voluntarily participated in the study. Participants were allowed to complete the Stroop tests only once. Before the test, they were asked not to consume alcohol and to continue their normal lives. The present study was conducted according to the Helsinki Declaration guidelines (Ethics committee-34183927-000-00000792078).

### **Data Collection**

The Stroop TBAG Form was applied to evaluate the cognitive performance of the participants in the study. The validity and reliability of this test has been proven (Karakas et al., 1999). The Stroop test had 5 forms with color names printed in different colors. In the first part; reading the words written in black, in the second part; reading the words written in different colors, in the third part; reading the colors in the circles with different colors, in the fourth part; reading colorful but meaningless words, in the fifth section; using the card used in the second part, the color of the text was asked to be read (Alderman et al., 2013). Participants were allowed to do the tests in a quiet room with adequate lighting. Time was measured with a stopwatch for each segment. The participants' time to complete the section separately for each section, the number

of errors, and the number of corrections, if they corrected the errors were recorded on the form evaluation sheet.

## Analysis

Arithmetic mean and standard deviation analyzes were performed for the descriptive values of the research group. Skewness and kurtosis values were examined to determine whether the data were normally distributed. It is accepted that the values are normally distributed if they are between -1.5 and +1.5. Independent group t-test was performed for comparisons between groups. Pearson analysis was used for correlation analysis of continuous variables. The significance criterion for all statistical tests was determined as  $p < 0.05$ . SPSS v 26.0 (SPSS Inc., Chicago, IL, USA) software was used for data analysis.

## Results

**Table 1.** The relationship between boxers' sparring and match numbers and the Stroop test

Variables (n=33)	Sparring Number	Stroop Test	Number of Matches
Number of Sparrings	1	-,027	-,287*
Stroop Test		1	-,126
Number of Matches			1

\* $p < 0.05$

Table 1 shows the results of the correlation analysis between the boxers' sparring and match numbers and the Stroop test. It was determined that there was no significant relationship between the sparring number and the Stroop test ( $r = -.027$ ;  $p > 0.05$ ) and between the number of matches and the Stroop test ( $r = -.126$ ;  $p > 0.05$ ). There was a significant correlation between the number of sparring and the number of matches ( $r = -.287$ ;  $p < 0.05$ ).

**Table 2.** Comparison of the Stroop test results of the participants

Grup	Stroop Test	$\bar{X} \pm SS$	t	p
Control Boxer	Part 1	7,69±1,27	,487	,628
		7,55±1,02		
Control Boxer	Part 2	7,78±1,09	-,937	,352
		8,05±1,26		
Control Boxer	Part 3	11,07±1,87	,454	,652
		10,87±1,41		
Control Boxer	Part 4	14,65±3,68	,271	,787
		14,42±3,17		
Control Boxer	Part 5	20,85±4,57	,523	,603
		20,22±4,91		

$p < 0.05$

In Table 2, the time taken by the participants to complete the 5 sections of the Stroop test separately was examined. In the comparison between the groups, it was determined that there was no significant difference in the completion times of the subsections of the test ( $p>0.05$ ).

**Table 3.** Comparison of the Stroop test error and correction results of the participants

	StroopTest	Group	N	Mean Rank	Sum of Ranks	Z	p
Error Numbers	Part 1	Control	31	33,56	1040,50	-1,471	,141
		Boxer	33	31,50	1039,50		
	Part 2	Control	31	32,00	992,00	-,969	,332
		Boxer	33	32,97	1088,00		
	Part 3	Control	31	32,61	1011,00	-,093	,926
		Boxer	33	32,39	1069,00		
	Part 4	Control	31	30,03	931,00	-1,705	,088
		Boxer	33	34,82	1149,00		
	Part 5	Control	31	32,18	997,50	-,150	,881
		Boxer	33	32,80	1082,50		
Correction Numbers	Part 1	Control	31	33,56	1040,50	-1,471	,141
		Boxer	33	31,50	1039,50		
	Part 2	Control	31	31,05	962,50	-1,003	,316
		Boxer	33	33,86	1117,50		
	Part 3	Control	31	32,48	1007,00	-,008	,994
		Boxer	33	32,52	1073,00		
	Part 4	Control	31	31,06	963,00	-,666	,505
		Boxer	33	33,85	1117,00		
	Part 5	Control	31	29,52	915,00	-1,283	,199
		Boxer	33	35,30	1165,00		

In Table 3, the comparisons of the number of errors and corrections in the Stroop test of the participants were examined. In the comparison between the groups, it was determined that there was no significant difference in the number of errors and corrections ( $p>0.05$ ).

## Discussion

In this study, the cognitive performances of amateur boxing athletes and healthy individuals were compared. In addition, the relationship between boxers' sparring and the number of matches, and their cognitive performance was examined. In the comparison, it was determined that there was no significant difference in the cognitive performances of the control group and amateur boxers, and there was no relationship between the number of matches and sparring of the boxers and their cognitive performance. Although there are many studies examining brain structure with different measurement methods, similar studies are very few in boxing.

A concussion may occur after a blow to the head. Accordingly, deterioration in brain functions may occur (Memmedov, 2014). If the head or face is hit, the brain will turn in the opposite direction. In this case, the brain becomes unable to function properly. In particular, the rotational speed of the brain can cause injury. Memory, concentration, reaction time, ability to learn new information and ability to solve problems are damaged when an athlete suffers a concussion (Yıldırım et al., 2020). Consistent with this information, Zahn and Mirsky (1999) examined the effect of head blows on cognitive processes (reaction time) with experimental intervention. In their study, they found that the group that received a blow to the head showed a slower and more variable reaction. It has been suggested that this difference is due to blows to the frontal lobe. However, the findings of this study do not support this. However, Loosemore et al. (2007) found no evidence between amateur boxing and chronic brain damage in their systematic review. Khani et al. (2012) compared the attention of amateur boxers who did sports for at least 4 years (n=30), who boxed for at most 1 year (n=30), and 400-800 m runners (n=30). They found that there was no significant difference in attention performance between the groups. Stojših et al. (2008) compared the pre- and post-match cognitive levels of amateur boxers. They showed that cognitive values at the end of the match did not change significantly compared to the values before the match.

According to the literature, there may be several reasons why blows to the head do not cause damage to the brain, and subsequently, cognitive processes are not adversely affected. In modern boxing, knockouts occur in very few numbers. Because in amateur boxing, athletes mostly focus on winning with technical points. For example, only 6 (1.8%) of 327 matches in the Barcelona Olympic Games boxing matches and only 1 (0.36%) out of 274 matches in the 2008 Beijing Olympic Games boxing matches resulted in a knockout (Khani et al., 2012). However, the small number of matches in amateur boxing can prevent the occurrence of brain damage. In addition, the referees follow the match closely in order to prevent the athletes from being harmed. In amateur, professional, and training matches of boxing federations, they end the match at the slightest sign of damage so that the athletes are not damaged (Bianco et al., 2013) Unlike these, it can be thought that these small damages to the head during this temporary period can be repaired if enough breaks are taken after the blows. Considering this aspect, although amateur boxing has a negative effect, the brains of

athletes may not be damaged because blows to the head are not repeated frequently (Khani et al., 2012).

As a result, it was determined that there was no difference between the cognitive performances of amateur boxers and healthy individuals, and the number of sparring and official matches of boxers did not adversely affect cognitive performance

## References

- Alderman, B. L., Olson, R. L., & Mattina, D. M. (2014). Cognitive function during low-intensity walking: A test of the treadmill workstation. *Journal of physical activity and health*, 11(4), 752-758.
- Ay S, Pancar Z. (2022). Effect of Aerobic Training Program on Anaerobic Strength, Balance and Speed Performance in Smokers and Non-Smokers. *Journal of Pharmaceutical Negative Results*, Volume 13(S6); 3081-3084.
- Bianco, M., Loosemore, M., Daniele, G., Palmieri, V., Faina, M., & Zeppilli, P. (2013). Amateur boxing in the last 59 years. Impact of rules changes on the type of verdicts recorded and implications on boxers' health. *British journal of sports medicine*, 47(7), 452-457.
- Bilgiç M, Pancar Z, Şahin B, Özdal M. (2016). Sedanter çocuklarda iki farklı anaerobik güç testi arasındaki korelasyonun incelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*. 1(2): 40-48.
- Birinci, Y. Z., Vatansever, Ş., Topçu, H., Şahin, Ş., Sağdilek, E., Taymur, İ., & Pancar, S. (2022). Acute effects of different types of exercises on insulin-like growth factor-1, homocysteine and cortisol levels in veteran athletes. 11(3), 968-974
- Bitbrain (2021). <https://www.bitbrain.com/blog/peak-brain-performance>. Erişim Tarihi: 08.11.2022
- Bulğay, C., Çetin, E., & Ergün, M. A. (2020). Sportif Performans ve BDNF ilişkisi. *GMJ*, 31, 686-689.
- Ferdosi, T. (2002). *Psychology of attention and inattentiveness*. Tehran, Iran: Shokufehaye Danesh, (pp 30-45). (in Iranian)
- Jordan, B. D., Matser, E. J., Zimmerman, R. D., & Zazula, T. (1996). Sparring and cognitive function in professional boxers. *The Physician and sports medicine*, 24(5), 87-98.

- Karakaş, S., Erdoğan, E., Sak, L., Soysal, A. Ş., Ulusoy, T., Ulusoy, İ. Y., & Alkan, S. (1999). Stroop Testi TBAG Formu: Türk kültürüne standardizasyon çalışmaları, güvenirlik ve geçerlik. *Klinik Psikiyatri*, 2(2), 75-88.
- Khani, M., Farrokhi, A., Kheslat, S. D. N., Sadri, K., & Farrar, A. (2012). Chronic Attention Impairments in Amateur Boxing: Effect of Repeated Blows to The Head. *Serbian journal of sports sciences*, (1).
- Loosemore, M., Knowles, C. H., & Whyte, G. P. (2007). Amateur boxing and risk of chronic traumatic brain injury: systematic review of observational studies. *Bmj*, 335(7624), 809.
- Memmedov, H. (2014). Boks ve kick boks spor müsabakalarının travmatik beyin hasarı oluşturma riskinin laboratuvar açısından değerlendirilmesi. Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Tıbbi Biyokimya Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi.
- Özdal M, Biçer M, Pancar Z. (2019). Effect on an eight-week core strength training on one-leg dynamic balance in male well-trained athletes. *Biology of Exercise*. 15(1), 125-135.
- Özer Y, Bozda Ö, Pancar Z. (2017). Acute Effect of Circuit Aerobic and Traditional Aerobic Training on Hamstring Flexibility in Sedentary Women. *European Journal of Physical Education and Sport Science*. 3(12):268-275.
- Pancar Z, Biçer M, Özda M. (2018). 12 – 14 yaş grubu bayan hentbolculara uygulanan 8 haftalık pliometrik antrenmanların seçilmiş bazı kuvvet parametrelerine etkisi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*. 9(1):18-24.
- Pancar Z, Uyduran MA. (2022). The Effects of Plyometric Exercises on Some Motoric Features in Floor Curling and Bocce Athletes. *International Journal of Early Childhood Special Education (INT-JECSE)*. 14 (5):6572-6576.
- Pancar Z. (2020). Effect of inspiratory muscle training with royal jelly supplement on iron metabolism in sedentary individuals. *African Educational Research Journal Special Issue* 8(1), pp. 69-73, August.
- Rahmati, M., Nazem, F., Shabani, M. K., & Noghabi, R. (2009). Investigating neuropsychological aspects of Qom city amateur boxers. *Olympic quarterly*, 43, 12-25.
- Stojsih, S., Boitano, M., Wilhelm, M., & Bir, C. (2008). A prospective study of punch biomechanics and cognitive function for amateur boxers. *British Journal of Sports Medicine*; Published Online First: 19 November.




- Taşdoğan A.M., Kılıç E.T., Pancar Z, Özdal M. (2020). A folk remedy: royal jelly improves lung capacity in smokers. *Progress in Nutrition*. Vol. 22, N. 1: 297-303
- Yıldırım, D. S., Akalan, C., & Ersöz, G. (2020). Sporda Beyin Sarsintisinin (Concussion) Etkileri: Sistematik Derleme. *Spor metre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 18(4), 14-27.
- Zahn, T. P., & Mirsky, A. F. (1999). Reaction time indicators of attention deficits in closed head injury. *Journal of Clinical and Experimental Neuropsychology*, 21(3), 352-367.
- Zazryn, T., Cameron, P., & mccrory, P. (2006). A prospective cohort study of injury in amateur and professional boxing. *British journal of sports medicine*, 40(8), 670-674.
- Zoccolotti, P., Caracciolo, B., Leclercq, M., & Zimmermann, P. (2002). *Applied Neuropsychology of Attention: Theory, Diagnosis and Rehabilitation*.
- Zorba, E., Ziyagil, A., & Erdemi İ. (1999). Türk ve rus boks milli takımlarına bazı fizyolojik kapasite ve antropometrik yapılarının karşılaştırılması. *Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 7-25.

## Fitness ve Vücut Geliştirme Yapan Bireylerin Sağlıklı Yaşam Alışkanlıklarının İncelenmesi

Yunus BERK\*<sup>1</sup> 

Mustafa BİNGÖL<sup>1</sup> 

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

 DOI: 10.31680/gaunjss.1252030

Orijinal Makale / Original Article

Geliş Tarihi / Received: 16.02.2023

Kabul Tarihi / Accepted: 04.03.2023

Yayın Tarihi / Published: 25.03.2023

### Öz

Bu çalışmanın amacı fitness ve vücut geliştirme yapan bireylerin sağlıklı yaşam alışkanlıkları davranışlarını ve yapılan sporun bu davranışlar üzerindeki etkisini incelemektir. Çalışmaya 170 kadın, 305 erkek olmak üzere toplam 475 kişi katılmıştır. Veri toplama aracı olarak demografik bilgi formu ve "Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği II" kullanılmıştır. Verilerin analizinde, betimleyici istatistikler için frekans ve yüzde dağılımları, ortalama ve standart sapma, iki bağımsız grubun ortalamaları arasındaki karşılaştırmalar için T Testi ve değişkenler arasındaki ilişki düzeylerini belirlemek için Pearson Korelasyon analizi uygulanmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyine 0.05 hata payı ile bakılmıştır. Cinsiyet değişkenine göre yapılan analizi sonucunda Sağlık Sorumluluğu ve Fiziksel Aktivite faktörlerinde anlamlı farklılığın olduğu görülmüştür. Egzersiz süresine ve egzersiz yapma amacına göre faktör ve toplam skorda anlamlı farklılığın olmadığı belirlenmiştir. İlişki analizi sonucu elde edilen verilere göre ölçek faktörlerinin farklı düzeylerde ve pozitif yönlü ilişkiye sahip olduğu tespit edilmiştir. Sonuç olarak fitness ve vücut geliştirme yapan bireylerin sağlıklı yaşam davranış alışkanlıkları skorları ortalama değer üzerinde bulunmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Fitness, Sağlık, Vücut Geliştirme

## Investigation of Healthy Living Habits of Individuals Who Do Fitness and Bodybuilding

### Abstract

The aim of this study is to examine the behaviors of healthy living habits of individuals who do fitness and bodybuilding and the effect of sports on these behaviors. A total of 475 people, 170 women and 305 men, participated in the study. Demographic information form and "Healthy Lifestyle Behaviors Scale II" were used as data collection tools. In the analysis of the data, frequency and percentage distributions, mean and standard deviation for descriptive statistics, T-Test for comparisons between the means of two independent groups, and Pearson Correlation analysis were used to determine the level of correlation between variables. Statistical significance level was evaluated with a margin of error of 0.05. As a result of the analysis made according to the gender variable, it was seen that there was a significant difference in the factors of Health Responsibility and Physical Activity. It was determined that there was no significant difference in the factor and total score according to the duration of exercise and the purpose of exercising. According to the data obtained as a result of the correlation analysis, it has been determined that the scale factors have different levels and a positive relationship. As a result, healthy life behavior habits scores of fitness and bodybuilding individuals were found above the average value.

**Keywords:** Bodybuilding, Fitness, Health

## Giriş

Günümüz sağlık anlayışı; birey, aile ve toplumun sağlığını koruyan, sürdüren ve geliştiren sağlık merkezli bakım yaklaşımını öngörmektedir. Bu görüş; insanların iyilik halini koruyacak, sürdürecekt ve destekleyecek davranışlar kazanması ve kendi sağlığı ile alakalı doğru kararlar almasını sağlamak üzere ortaya çıkmıştır (Ayaz ve ark., 2005). Sağlıklı oluş halini sürdürebilmek için birçok farklı yola başvurulabilir. Bunların başında fiziksel aktiviteye katılımın artırılması, hareketli bir yaşam tarzının benimsenmesi ve sağlıklı beslenme gelmektedir. Sağlıklı yaşam biçimi davranışları, yeterli ve düzenli egzersiz yapma, dengeli beslenme, sigara kullanmama, sağlık sorumluluğu, stres yönetimi ve temizlik önlemlerini içermektedir (Stanhope ve Lancaster, 1996; Tasdogan ve Pancar, 2020). Bunların yanı sıra kazanılan faydalı davranışların sürdürülebilir olması büyük önem arz etmektedir.

Fiziksel aktivite, gündelik yaşam içerisinde kas ve eklemlerimizi kullanarak enerji tüketimi ile ortaya çıkan, kalp ve solunum hızını arttıran, farklı şiddetlerde yapılabilen ve yorgunlukla sonuçlanan aktiviteler olarak tanımlanabilir (Savcı ve ark., 2006; Pancar, 2020). Devamlı ve düzenli olarak gerçekleştirilen fiziksel aktivite fizyolojik ve ruhsal olarak bireylerin iyi oluş halini desteklemektedir. Fiziksel aktivite seviyesini artırarak hareketliliğin kazanılması sonucu, insan için daha kaliteli bir yaşam söz konusu olabilmektedir (Pender ve ark., 2006). Bunlara ek olarak düzenli fiziksel aktivitenin farklı kronik hastalıkları önleyebileceği veya geciktirebileceği de bilinmektedir (ACSM, 1998; Pancar, 2020). Elde edilen bilgilerden hareketle hastalıklardan korunma, sağlığın geliştirilmesi ve sürdürülebilmesinde en önemli etken olan yaşam şekillerinin geliştirilmesine yönelik uygulamalar sporun önemini vurgulamaktadır (Zaybak ve Fadiloğlu, 2004).

Spor yapmanın temel hedefi; hareketsiz bir yaşantının neden olduğu organik, psikolojik ve fiziki olumsuzlukları engellemek veya yavaşlatmak ve beden sağlığının temeli olan fizyolojik kapasiteyi arttırmak, fiziksel uygunluğu ve sağlığı uzun yıllar koruyabilmektir (Zorba, 2015). Günümüzde birçok farklı şekilde spor yapma imkânı bulunmaktadır. Bunların başında şehir hayatının koşulları gereği spor merkezlerinde gerçekleştirilen aktiviteler gelmektedir. Bu aktiviteler içerisinde büyük oranda tercih edilen yöntem fitness ve vücut geliştirme antrenmanları olduğu bilinmektedir. Fitness ve vücut geliştirme antrenmanlarında temel amaç, hem kas kütlelerini arttırmak hem de fit bir görünüme sahip olmaktır (Van Der Ploeg ve ark., 2001). Fitness ve vücut geliştirme konusunda gerçekleştirilen araştırmalara göre insanların spor merkezlerine

farklı beklentiler içerisinde gittikleri, beklentilerinin de büyük ölçüde karşılandığı vurgulanmaktadır (Kumartaşlı ve Atabaş, 2014). Spor merkezlerinde gerçekleştirilen antrenmanların sağlıklı yaşamı desteklediği ve sürdürülebilir faydalı alışkanlıkların kazanılmasında önemli rolü olduğu söylenebilir.

Fitness ve vücut geliştirme antrenmanlarına uzun süre devam eden bireylerin kazanabileceği sağlıklı yaşam alışkanlıkları hayat koşullarını daha uygun ve konforlu hale getirebilmektedir. Bu bağlamda spor merkezine giden bireylerin kazanacağı olumlu davranış biçimleri fiziksel ve ruhsal açıdan önemli olduğu kadar sürdürülebilir sağlıklı yaşam alışkanlıklarının kazanılması açısından da değerli yadsınamaz.

Sağlıklı yaşam biçimi, bireyin sağlığını etkileyebilen tüm davranışlarını kontrol etmesi, günlük aktivitelerini programlamada kendi sağlık statüsüne uygun davranışları seçerek düzenlemesidir (Esin, 1997). Sağlıklı yaşam koşullarına ulaşmak birçok bileşenin birlikte organize edilmesini içermektedir. Fitness ve vücut geliştirme bu bileşenlerin sadece bir bölümünü oluşturmaktadır, ancak faydalı alışkanlıkların kazanılmasındaki rolünün ne olduğu merak konusudur. Bu bağlamda gerçekleştirdiğimiz araştırmada fitness ve vücut geliştirme antrenmanı yapan bireylerin sağlıklı yaşam alışkanlıkları incelenmiştir.

## **Yöntem**

### **Araştırmanın Modeli**

Bu çalışma tarama modellerinden genel tarama modeliyle gerçekleştirilmiştir. Tarama modelleri geçmişte ya da halen var olan bir durumu, var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımlarıdır, tarama modelinde araştırmaya konu olan birey ya da nesne, kendi koşulları içinde ve olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır (Karasar, 2012).

Çalışma Van ve Kayseri ilinde bulunan yaş ortalaması 24,55 (yıl), boy ortalaması 172,16 (cm), ağırlık ortalaması 70,45 (kg) olan 22-27 yaş arası spor merkezlerine düzenli olarak giden 475 bireyin katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Çalışmaya katılan bireyler en az son bir yıldır aralıksız olarak antrenman yapan bireylerden seçilmiştir.

### **Verilerin Toplanması**

Bu çalışmada verilerin elde edilmesi için araştırmacı tarafından oluşturulan demografik bilgi formu kullanılmıştır. Demografik bilgi formuna ek olarak Walker ve ark. (1987) tarafından oluşturulan, Bahar ve ark. (2008) tarafından Türkçe geçerlik

güvenirliği yapılmış olan “Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği II” kullanılmıştır. Bu ölçek altı alt boyuttan ve elli iki maddeden oluşmaktadır. Alt boyutlar; Manevi Gelişim (9 madde), Sağlık Sorumluluğu (9 madde), Fiziksel Aktivite (8 madde), Beslenme (9 madde), Kişiler Arası İlişkiler (9 madde) ve Stres Yönetimidir (8 madde). Derecelendirme dörtlü likert (hiçbir zaman, bazen, sık sık, düzenli olarak) şeklindedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 52, en yüksek puan ise 208’dir.

### Verilerin Analizi

Elde edilen veriler SPSS 22 istatistik programında analiz edilip değerlendirilmiştir. Çalışmada kullanılan ölçek maddelerinin basıklık (kurtosis) çarpıklık (skewness) değerleri -2 ile +2 arasında olduğu tespit edilmiştir. Basıklık ve çarpıklık değerlerinin +2 ile -2 arasında bir değere sahip olması verilerin normal dağılıma uygun olduğunu ve parametrik istatistiksel testlerin uygulanmasının doğru olacağını göstermektedir (George ve Mallery, 2010). Verilerin analizinde, tanımlayıcı istatistikler için frekans ve yüzde dağılımları, ortalama ve standart sapma, iki bağımsız grubun ortalamaları arasındaki karşılaştırmalar için T-Testi kullanılmıştır. Ölçek alt boyutlarının arasındaki ilişki analizi Pearson Korelasyon ile değerlendirilmiştir. Pearson korelasyon katsayısının 0.00 ile 0.24 arasında olması zayıf ilişki, 0.25 ile 0.49 arasında olması orta düzeyde ilişki, 0.50 ile 0.74 arasında olması güçlü ilişki, 0.75 ile 1.00 arasında olması çok güçlü ilişki olarak tanımlanmaktadır (Aksakoğlu, 2013). İstatistiksel analizlerin hata payı 0.05 olarak belirlenmiştir.

### Bulgular

**Tablo 1.** Demografik bilgiler

Değişkenler	Frekans (f)	Yüzde (%)
<b>Cinsiyet</b>		
Kadın	170	35,8
Erkek	305	64,2
<b>Egzersiz Yılı</b>		
1-2 yıl	193	40,6
3-4 yıl	107	22,5
5-6 yıl	93	19,6
7-8 yıl	82	17,3
<b>Egzersiz Amacı</b>		
Kilo Kaybı	77	16,2
Kas Kazanımı	156	32,8
Fit Görünüm	188	39,6
Eğlence	54	11,4
<b>Toplam</b>	<b>475</b>	<b>100,0</b>

Bu araştırmaya 170 kadın, 305 erkek olmak üzere toplam 475 kişi katılmıştır. Katılımcıların egzersiz yapma süresi 1-2 yıl olan 193 kişi, 3-4 yıl olan 107 kişi, 5-6 yıl olan 93 kişi ve 7-8 yıl olan 82 kişidir. Spor yapma amaçlarına göre kilo kaybı için spor yapan 77 kişi, kas kazanımı için spor yapan 156 kişi, fit görünmek için spor yapan 188 kişi ve eğlenmek için spor yapan 54 kişidir (Tablo 1).

**Tablo 2.** Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği II'nin puan ortalamaları

Ölçek	Alt Boyutlar	Min.	Max.	Ort.
Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği II	Beslenme	12	35	26,42
	Sağlık Sorumluluğu	9	36	27,25
	Manevi Gelişim	15	35	27,29
	Kişiler Arası İlişkiler	16	36	27,19
	Fiziksel Aktivite	9	31	23,50
	Stres Yönetimi	12	32	23,13
	<b>Toplam SYBDÖ</b>		74	205

Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği II'nin ortalama puanı 155,12, Beslenme faktörünün 26,22, Sağlık Sorumluluğunun 27,25, Manevi Gelişimin 27,29, İşiler Arası İlişkilerin 27,19, Fiziksel Aktivitenin 23.50, Stres Yönetiminin 23,13 olarak hesaplanmıştır. Fitness ve vücut geliştirme yapan sporcuların en yüksek puan ortalaması 27,29 ile Manevi Gelişim faktörüne aitken, en düşük puan ortalaması ise 23,13 ile Stres Yönetimi faktörüne aittir (Tablo 2).

**Tablo 3.** Cinsiyete göre ölçek skorlarının ve alt boyutların karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Cinsiyet	N	Ort.	SS	T	P
Beslenme	Kadın	170	2,952	,496	-1,227	,221
	Erkek	305	3,011	,499		
Sağlık Sorumluluğu	Kadın	170	2,772	,533	-2,914	,004
	Erkek	305	2,911	,482		
Manevi Gelişim	Kadın	170	3,244	,491	1,685	,093
	Erkek	305	3,163	,512		
Kuşiler Arası İlişkiler	Kadın	170	3,080	,613	,854	,393
	Erkek	305	3,029	,619		
Fiziksel Aktivite	Kadın	170	2,054	,826	-8,331	,000
	Erkek	305	2,645	,690		
Stres Yönetimi	Kadın	170	3,239	,420	1,121	,263
	Erkek	305	3,193	,434		
<b>Toplam SYBDÖ</b>	Kadın	170	2,898	,352	-2,872	,004
	Erkek	305	2,996	,358		

**p<0.05**

Tablo 3'e göre sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının cinsiyet değişkenine göre yapılan analizi sonucunda Sağlık Sorumluluğu ve Fiziksel Aktivite alt boyutlarında erkekler lehine istatistiksel olarak anlamlı farklılığın olduğu görülmüştür. Beslenme, Manevi Gelişim, Kuşiler Arası İlişkiler ve Stres yönetimi alt boyutlarında ise istatistiksel olarak anlamlı farklılığın olmadığı tespit edilmiştir. Toplam ölçek skoruna baktığımızda erkekler lehine anlamlı farklılığın olduğu saptanmıştır (p<0.05).

**Tablo 4.** Egzersiz süresine göre ölçek skorlarının ve alt boyutların karşılaştırılması

Ölçek	Alt Boyutlar	Egzersiz Yılı	N	Ort.	SS	F	p
Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği II	Beslenme	1-2	193	2,9430	,53155	1,144	,331
		3-4	107	3,0070	,53691		
		5-6	93	3,0134	,41599		
		7-8	82	3,0549	,44966		
	Sağlık Sorumluluğu	1-2	193	2,8394	,50141	,862	,461
		3-4	107	2,9182	,50909		
		5-6	93	2,8844	,51908		
		7-8	82	2,8155	,49427		
	Manevi Gelişim	1-2	193	3,1907	,48960	,291	,832
		3-4	107	3,1607	,58370		
		5-6	93	3,2000	,48365		
		7-8	82	3,2293	,46414		
	Kişiler Arası İlişkiler	1-2	193	3,0352	,53155	,489	,690
		3-4	107	3,0411	,53691		
		5-6	93	3,1140	,41599		
		7-8	82	3,0098	,44966		
	Fiziksel Aktivite	1-2	193	2,3855	,78329	,923	,429
		3-4	107	2,5196	,78901		
		5-6	93	2,4860	,79476		
		7-8	82	2,3780	,82492		
	Stres Yönetimi	1-2	193	3,2043	,47305	,039	,990
		3-4	107	3,2083	,44414		
		5-6	93	3,2227	,38116		
		7-8	82	3,2108	,35438		
	Toplam SYBDÖ	1-2	193	2,9404	,35916	,589	,623
		3-4	107	2,9835	,37553		
		5-6	93	2,9908	,36661		
		7-8	82	2,9501	,32897		

**p<0.05**

Tablo 4'e göre sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının egzersiz süresi değişkenine göre yapılan analizi sonucunda 1-2, 3-4, 5-6 ve 7-8 yıldır spor yapan bireyler arasında hem alt boyutlarda hem de toplam ölçek skorunda istatistiksel olarak anlamlı farklılığın olmadığı tespit edilmiştir (p<0.05).

**Tablo 5.** Egzersiz amacına göre ölçek skorlarının ve alt boyutların karşılaştırılması

Ölçek	Alt Boyutlar	Egzersiz Amacı	N	Ort.	SS	F	p
Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği II	Beslenme	Kilo Kaybı	77	2,9578	,55370	,740	,529
		Kas Kazanımı	156	3,0144	,47624		
		Fit Görünüm	188	3,0066	,48330		
	Sağlık Sorumluluğu	Eğlence	54	2,9120	,53676	,745	,525
		Kilo Kaybı	77	2,8539	,49852		
		Kas Kazanımı	156	2,8942	,48301		
	Manevi Gelişim	Fit Görünüm	188	2,8630	,50847	,998	,394
		Eğlence	54	2,7755	,56655		
		Kilo Kaybı	77	3,2468	,48871		
	Kişiler Arası İlişkiler	Kas Kazanımı	156	3,1564	,52758	,452	,716
		Fit Görünüm	188	3,2181	,48847		
		Eğlence	54	3,1296	,52580		
	Fiziksel Aktivite	Kilo Kaybı	77	3,1143	,55387	,759	,518
		Kas Kazanımı	156	3,0179	,66055		
		Fit Görünüm	188	3,0521	,60836		
	Stres Yönetimi	Eğlence	54	3,0222	,61265	,437	,727
		Kilo Kaybı	77	2,3584	,77551		
		Kas Kazanımı	156	2,4936	,80688		
	Toplam SYBDÖ	Fit Görünüm	188	2,4415	,80386	,429	,732
		Eğlence	54	2,3444	,75076		
		Kilo Kaybı	77	3,1985	,40150		
	Kas Kazanımı	156	3,1822	,47410			
	Fit Görünüm	188	3,2302	,40764			
	Eğlence	54	3,2354	,41270			
	Kilo Kaybı	77	2,9603	,32112			
	Kas Kazanımı	156	2,9655	,36726			
	Fit Görünüm	188	2,9736	,36258			
	Eğlence	54	2,9112	,37819			

**p<0.05**

Tablo 5'e göre sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının egzersiz amacı değişkenine göre yapılan analizi sonucunda kilo vermek için spor yapanlar, kas kazanımı için spor yapanlar, fit görünmek için spor yapanlar ve eğlence amaçlı spor yapan bireyler arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılığın olmadığı tespit edilmiştir (p<0.05).



**Tablo 6.** Ölçek alt boyutlarının ilişki analizi

Alt Boyutlar		Beslenme	Sağlık Sorumluluğu	Manevi Gelişim	Kişiler Arası İlişkiler	Fiziksel Aktivite	Stres Yönetimi
Beslenme	Correlation	1	,319**	,060	,171**	,389**	,609**
	p		,000	,194	,000	,000	,000
	N	475	475	475	475	475	475
Sağlık Sorumluluğu	Correlation	,319**	1	,486**	,336**	,361**	,348**
	p	,000		,000	,000	,000	,000
	N	475	475	475	475	475	475
Manevi Gelişim	Correlation	,060	,486**	1	,215**	,169**	,188**
	p	,194	,000		,000	,000	,000
	N	475	475	475	475	475	475
Kişiler Arası İlişkiler	Correlation	,171**	,336**	,215**	1	,192**	,229**
	p	,000	,000	,000		,000	,000
	N	475	475	475	475	475	475
Fiziksel Aktivite	Correlation	,389**	,361**	,169**	,192**	1	,403**
	p	,000	,000	,000	,000		,000
	N	475	475	475	475	475	475
Stres Yönetimi	Correlation	,609**	,348**	,188**	,229**	,403**	1
	p	,000	,000	,000	,000	,000	
	n	475	475	475	475	475	475

\*\*p<0.01

Tablo 6'dan elde edilen bilgiler ışığında Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği II faktörlerinin ilişki analizine göre Beslenme faktörü ile Sağlık Sorumluluğu faktörü arasında orta düzeyde ( $,319$ ) pozitif yönlü ilişki, Beslenme ile Manevi Gelişim arasında zayıf ( $,060$ ) ve pozitif yönlü bir ilişki, Beslenme ile Kişiler Arası İlişkiler arasında zayıf ( $,171$ ) ve pozitif yönlü bir ilişki, Beslenme ile Fiziksel aktivite arasında orta düzeyde ( $,389$ ) ve pozitif yönlü bir ilişki, Beslenme ile Stres Yönetimi arasında güçlü ( $,609$ ) ve pozitif yönlü bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Sağlık Sorumluluğu faktörü ile Manevi Gelişim faktörü arasında orta düzeyde ( $,486$ ) pozitif yönlü ilişki, Sağlık Sorumluluğu ile Kişiler Arası İlişkiler arasında orta düzeyde ( $,336$ ) pozitif yönlü ilişki, Sağlık Sorumluluğu ile Fiziksel Aktivite arasında orta düzeyde ( $,361$ ) ve pozitif yönlü ilişki, Sağlık Sorumluluğu ile Stres Yönetimi arasında orta düzeyde ( $,348$ ) ve pozitif yönlü bir ilişki olduğu görülmüştür. Manevi Gelişim faktörü ile Kişiler Arası İletişim faktörü arasında zayıf ( $,215$ ) ve pozitif yönlü ilişki, Manevi Gelişim ile Fiziksel Aktivite arasında zayıf ( $,169$ ) ve pozitif yönlü bir ilişki, Manevi Gelişim ile Stres Yönetimi arasında zayıf ( $,188$ ) ve pozitif yönlü bir ilişki olduğu bulunmuştur. Kişiler Arası İlişkiler faktörü ile Fiziksel Aktivite faktörü arasında zayıf ( $,192$ ) ve pozitif yönlü bir ilişki, Kişiler Arası İlişkiler ile Stres Yönetimi arasında zayıf ( $,229$ ) ve pozitif yönlü bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Fiziksel Aktivite faktörü ile Stres Yönetimi faktörü arasında orta düzeyde ( $,403$ ) ve pozitif yönlü bir ilişki olduğu bulunmuştur ( $p<0.01$ ).

## Tartışma

Bu araştırma fitness ve vücut geliştirme yapan sporcuların sağlıklı yaşam alışkanlıklarını incelemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Amaç doğrultusunda sporcular tarafından doldurulan Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği II'den elde edilen toplam puan ortalaması 155,12 olarak bulunmuştur (Tablo 2). Benzer bir çalışmada ölçekten elde edilen toplam puan ortalaması 116 olarak hesaplanmıştır (Hui, 2002). Bir başka çalışmada hastanede çalışan hemşirelerden ölçüm alınmış ve ölçek toplam puan ortalaması 125 olarak bulunmuştur (Özkan ve Yılmaz, 2008). Literatürdeki benzer çalışmalarla karşılaştırıldığında fitness ve vücut geliştirme yapan bireylerin sağlıklı yaşam biçimi davranışının daha yüksek olduğu söylenebilir.

Alt boyutlara baktığımızda fitness ve vücut geliştirme yapanların verilerine göre Manevi Gelişim (27,29) en yüksek ortalama puana, Stres Yönetimi (23,13) faktörü en düşük toplam puan sahiptir (Tablo 2). Benzer bir çalışmada Sağlık Sorumluluğu ve Fiziksel Aktivite faktörlerinde spor yapan kadınların yapmayanlara göre daha yüksek skora sahip olduğu belirtilmiştir (Karabulut ve Altun, 2018). Ayaz ve ark. (2005) gerçekleştirdiği bir çalışmada en düşük puanın Fiziksel Aktivite faktörüne ait olduğunu belirtmişlerdir. Bir başka çalışmada farklı ülkelerden hemşirelik öğrencilerinden ölçüm alınmış olup en düşük puanın Sağlık Sorumluluğu faktörüne ait olduğu bildirilmiştir (Haddad ve ark., 2004). Yapılan diğer çalışmalarla karşılaştırıldığında fitness ve vücut geliştirme yapanların alt boyut puan ortalamaları farklılık göstermektedir. Ortaya çıkan bu farklılığın toplumun farklı kesimlerindeki bireylerin sosyal alışkanlıklarının ve yaşam biçimlerinin farklılaşmasından, icra edilen meslek gereksinimlerinin kişi üzerindeki etkisinden kaynaklanıyor olabilir.

Sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının cinsiyet değişkenine göre gerçekleştirilen analizi neticesinde Sağlık Sorumluluğu ve Fiziksel Aktivite alt boyutlarında erkekler lehine istatistiksel olarak anlamlı farklılığın olduğu görülmüş olup diğer faktörlerde anlamlı farklılığa rastlanmamıştır (Tablo 3). Toplam ölçek skoruna baktığımızda erkekler lehine anlamlı farklılığın olduğu görülmüştür. Konuyla ilgili meslek yüksekokulu öğrencilerinin katılımıyla gerçekleştirilen bir çalışmada kadın ve erkek katılımcılar arasında anlamlı farklılığın olmadığı bildirilmiştir (Vural ve Bakır, 2015). Çalışmada elde ettiğimiz sonuçların aksine Japonya'da gerçekleştirilen bir çalışmada kadın öğrencilerin daha yüksek ölçek skoruna sahip olduğu vurgulanmıştır (Wei ve ark., 2012). Çalışmada elde edilen sonuçların aksine Boston'da yapılmış bir çalışmada kız öğrencilerin beslenme, kişiler arası ilişkiler, sağlık sorumluluğu alt boyutlarından ve

toplam ölçek puanlarından erkek öğrencilerden fazla puan aldığı saptanmıştır (Larouche, 1998).

Fitness ve vücut geliştirme yapanların sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının egzersiz süresi değişkenine göre yapılan analizi sonucunda 1-2, 3-4, 5-6 ve 7-8 yıldır spor yapan bireyler arasında hem alt boyutlarda hem de toplam ölçek skorunda istatistiksel olarak anlamlı farklılığın olmadığı tespit edilmiştir (Tablo 4). Benzer bir çalışmada düzenli egzersiz yapan öğrencilerin Sağlık Sorumluluğu, Fiziksel Aktivite, Beslenme, Manevi Gelişim, Stres Yönetimi, Kişiler Arası İlişkiler alt boyutlarında ve toplam ölçek skorunda düzenli egzersiz yapmayanlardan anlamlı derecede yüksek olduğu bulunmuştur (Vural ve Bakır, 2015). Bir başka çalışmada çalışmasında spor yapma olanağı olmayanların egzersiz puanının daha düşük olduğu ve gruplar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir (Ayaz ve ark., 2005). Konuyla alakalı olarak yapılan başka bir araştırmada egzersiz yapan öğrencilerin yapmayanlara göre sağlıklı yaşam biçimi davranışları puan ortalaması daha yüksek bulunmuştur (Cihangiroğlu ve Deveci, 2011).

Egzersiz amacı değişkenine göre yapılan analiz neticesinde kilo vermek için spor yapanlar, kas kazanımı için spor yapanlar, fit görünmek için spor yapanlar ve eğlence amaçlı spor yapan bireyler arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılığın olmadığı tespit edilmiştir (Tablo 5). Literatürde sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının egzersiz süresi ve egzersiz amacı kapsamında değerlendirildiği bir çalışma bulunamamıştır.

Sonuç olarak çalışmamızda elde edilen verilere göre sağlıklı yaşam biçimi davranışları ortalama puanının (155,12), fitness ve vücut geliştirme yapan bireyler için orta seviyenin üzerinde olduğu söylenebilir. Bu durum spor merkezlerine düzenli olarak gitmenin ve antrenman yapmanın sağlıklı yaşam koşullarını destekleyen önemli bir olgu olduğunu bildirmektedir. Ölçek alt boyutlarına bakıldığında düzenli antrenman yapmanın en çok manevi gelişime olumlu katkı yaptığını, stresle başa çıkma konusunda ise daha az yardımcı olduğunu ifade etmektedir. Cinsiyet açısından baktığımızda sağlık sorumluluğu ve fiziksel aktivite konularında erkeklerin kadınlardan daha duyarlı olduğu görülmüştür.

Egzersiz yapma süresi değişkenine göre ise uzun süredir antrenmana devam eden bireylerle kısa süredir düzenli antrenman yapanlar arasında sağlıklı yaşam biçimi davranışları açısından fark olmadığı görülmüştür. Bununla birlikte egzersiz yapma amacı hususunda da değişkenler arasında anlamlı farklılığın olmadığı tespit edilmiştir.

Egzersiz yapma süresi ve egzersiz yapma amacı değişkenlerinde anlamlı farklılığın olmaması, fitness ve vücut geliştirme antrenmanlarına adaptasyonun kısa sürede sağlanabildiğini ve amaç ne olursa olsun yapılan egzersizin sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını olumlu yönde etkilediğini göstermektedir.

Bu araştırmada elde edilen sonuçlara ve literatürden elde edilen bilgilere göre fitness ve vücut geliştirme antrenmanı, sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını olumlu yönde değiştirmekte olup insanları daha zinde ve konforlu yaşam koşullarına ulaştırma konusunda faydalı bir enstrümandır. Bu bağlamda egzersiz ile alakalı aktivitelerin uygulanması ve yaygınlaştırılması için planlama yapılmalıdır. Antrenman ve egzersizin yanı sıra sağlıklı yaşam şekli davranışlarının yaygınlaşmasını amaçlayan toplum düzeyindeki programların ülke genelinde yaygınlaştırılması sağlanmalıdır. Ayrıca sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının spor, egzersiz, antrenman gibi hususlardan ve farklı spor branşlarından olumlu ya da olumsuz etkilenme durumları araştırılmalıdır.

## **Kaynaklar**

- Aksakoğlu, H. (2013). Ticaret Meslek Liselerinde Verilen Muhasebe Eğitiminin Muhasebecilik Mesleğine Uygunluğu: Bursa İli Örneği. Zonguldak: Bülent Ecevit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- American College Of Sports Medicine (ACSM) (2011). There Commended Quantity And Quality Of Exercise For Developing And Maintaining Cardiorespiratory, Musculoskeletal And Eur Motor Fitness İn Apparently Healthy Adults: Guidance For Prescribing Exercise. *Medicine and Science in Sports and Exercise*:13341359.
- Ayaz, S., Tezcan, S., Akıncı, F. (2005). Hemşirelik Yüksekokulu Öğrencilerinin Sağlığı Geliştirme Davranışları. *Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi*. 9(2): 26-34.
- Bahar, Z., Beşer, A., Gördes, N., Ersin, F., Kıssal, A. (2008). Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği İl'nin Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *C.Ü. Hemşirelik Yüksekokul Dergisi*. 12(1).
- Cihangiroğlu, Z, Deveci, S.E. (2011). Fırat Üniversitesi Elazığ Sağlık Yüksekokulu Öğrencilerinin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları ve Etkileyen Faktörler. *Fırat Tıp Dergisi*. 16:78-83.

- Esin, M.N.Ö. (1997). Endüstriyel Alanda Çalışan İşçilerin Sağlık Davranışlarının Saptanması Ve Geliştirilmesi. İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Hemşirelik Ana Bilim Dalı. Doktora Tezi.
- George, D., Mallery, M. (2010). SPSS for Windows Step By Step: A Simple Guide and Reference. 17.0 update. Boston: Pearson.
- Haddad, L., Kane, D., Rajacich, D., Cameron, S., Al-Ma'aitah, R. (2004). A Comparison of Health Practices of Canadian and Jordanian Nursing Students. *Public Health Nursing*. 21(1): 85–90.
- Hui, W.H.C. (2002). The Health-Promoting Lifestyles Of Undergraduate Nurses in Hong Kong. *J Prof Nurs*. 18(2):101-11.
- Karabulut, E.O., Altun, M. (2018). Düzenli Olarak Spor Yapan Ve Yapmayan Kadınların Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının Farklı Değişkenler Bakımından İncelenmesi: Kırşehir İli Örneği. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*. 19(1), 936-948.
- Karasar, N. (2012). Bilimsel Araştırma Yöntemleri. 24. Baskı. Nobel Yayınevi. Ankara.
- Kumartaşlı, M., Atabaş, E.G. (2014). Spor Merkezi Fitness Salonunu Kullanan Bireylerin Beklentilerinin Değerlendirilmesi. *International Journal of Science Culture and Sport Special Issue 1*. 898-904.
- Larouche, R. (1998). Determinants of College Students'Health-Promoting Lifestyles. *Clin Excell Nurse Pract*. 2:35-44.
- Özkan, S., Yılmaz, E. (2008). Hastanede Çalışan Hemşirelerin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*. 3(7):89-105.
- Pancar Z. (2020). Effect of Inspiratory Muscle Training on Iron Metabolism in Cigarette Addicts. *International Journal of Applied Exercise Physiology*. 2020, 9(9); 217-221.
- Pancar, Z. (2020). Effect of Core Exercises on Thyroid Metabolism in Men. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*. 5(4): 590-597.
- Pender, N.J., Murdaugh, C., Parsons, M.A. (2006). *Health Promotion İn Nursing Practice*. 5th ed. Upper Saddle River, NJ. Prentice-Hall Health, Inc.
- Savcı, S., Öztürk, M., Arıkan, H., İnal İ. D., Tokgözoğlu, L. (2006). Üniversite Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite Düzeyi. *Türk Kardiyoloji Arşivi*. 34(3), 166-172.
- Stanhope, M., Lancaster, J. (1996). *Community Health Nursing. Promoting Health Of Aggregates Families And Inviduals*. Mosby Year Book.

- Taşdoğan A.M., Pancar Z. (2020). Some Biochemical Responses in Cigarette Addicts who Receive Royal Jelly Supplement. *EJMI*, 4(2):204–208,
- Van Der Ploeg, G., Brooks, A., Withers, R., Dollman, J., Leaney, F., Chatterton, B. (2001). Body Composition Changes in Female Bodybuilders During Preparation for Competition. *European Journal of Clinical Nutrition*. 55:268-77.
- Vural, P.I., Bakır, N. (2015). Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ve Etkileyen Faktörler. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*. (1), 36-42.
- Walker, S.N., Sechrist, K.R., Pender, N.J. (1987) The Health Promoting Lifestyle Profile Development And Psychometric Characteristics. *Nursing Research*. 36(2): 76-80.
- Wei, C.N, Harada, K, Ueda, K, Fukumoto, K, Minamoto, K, Ueda, A. (2012). Assessment Of Health-Promoting Lifestyle Profile in Japanese University Students. *Environ Health Prev Med*.17:222.
- Zaybak, A., Fadıloğlu, Ç. (2004). Üniversite Öğrencilerinin Sağlığı Geliştirme Davranışı Ve Bu Davranışı Etkileyen Etmenlerin Belirlenmesi. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*. 2(1): 77-95.
- Zorba, E. (2015). Herkes İçin Yaşam Boyu Spor. Atalay Matbaacılık. Ankara.


## Gençlik Merkezi Üyelerinin Yer Bağlılık Düzeylerinin İncelenmesi

Yılmaz AKSOY\*<sup>1</sup> 

Hacı Ali ÇAKICI<sup>1</sup> 

Kaan KARAKUŞ<sup>1</sup> 

<sup>1</sup> Ordu Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, ORDU

 DOI: 10.31680/gaunjss.1216842

Orijinal Makale / Original Article

Geliş Tarihi / Received: 09.12.2022

Kabul Tarihi / Accepted: 07.03.2023

Yayın Tarihi / Published: 25.03.2023

### Öz

Bu araştırmanın amacı gençlik merkezi üyelerinin yer bağlılıklarının incelenmesidir. Bu amaçla çalışmada, betimsel nitelik taşıyan tarama modeli kullanılmıştır. Çalışmanın evreni, Türkiye Cumhuriyeti Gençlik ve Spor Bakanlığı bünyesinde bulunan Gençlik Merkezlerindeki üyelerden oluşmakta, örnekleme ise, Türkiye Cumhuriyeti Gençlik ve Spor Bakanlığıınca düzenlenen doğa, deniz veya kültür gençlik kamplarına katılan üyeler arasından tesadüfi örnekleme yöntemi ile seçilmiş gönüllü 395 katılımcıdan oluşmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak, araştırmacılar tarafından geliştirilen "Kişisel Bilgi Formu" ile Williams ve Roggenbuck (1989) tarafından geliştirilen, Ayar ve ark. (2022) tarafından uyarlanan "Yer Bağlılığı Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin değerlendirilmesinde SPSS 22.0 istatistik paket programı kullanılmıştır ( $p<0,05$ ). Gençlik merkezi üyelerinin yaş, üyelik süresi, kardeş sayısı, aile gelir durumu ve aile içerisinde gençlik merkezine üye olma durumu değişkenlerinde anlamlı farklılık tespit edilememiştir. Ancak cinsiyet değişkeninde yer kimliği alt boyutu ile yer bağlılığı ölçeği toplam puanında, gitme sıklığı ve spor yapma durumu değişkenlerinde ise yere bağımlılık ve yer kimliği alt boyutları ile yer bağlılığı ölçeği toplam puanında anlamlı farklılık olduğu belirlendi. Spor yapan erkek ve gençlik merkezine her gün katılım sağlayan gençlik merkezi üyelerinin puan ortalamalarının yüksek olduğu saptanmıştır. Dolayısıyla, erkeklerin ve gençlik merkezine çok sık katılan katılımcıların yer bağlılıklarının güçlü olduğu söylenebilir. Böylece gençlik merkezlerinin uygulayacağı faaliyetlerin hizmeti kalitesinin, gençlik merkezine olan yer bağlılığı düzeyine etki ettiği ifade edilebilir.

**Anahtar Kelimeler:** Gençlik, Gençlik Merkezi, Yer Bağlılığı

## Examination of Place Attachment Levels of Youth Centre Members

### Abstract

The aim of the present study is to examine place attachment of youth centre members. For this purpose, descriptive survey model was used in the study. Population of the study consists of members of Youth Centres within the body of Ministry of Youth and Sports of the Republic of Turkey, while the sample consists of 395 participants selected with by sampling method among members who participated in nature, sea or culture youth camps organized by the Ministry of Youth and Sports of the Republic of Turkey. "Personal Information Form" developed by the researchers and "Place Attachment Scale" developed by Williams and Roggenbuck (1989) and adapted by Ayar et al. (2022) were used in the study as data collection tool. SPSS 22.0 statistical package program was used to evaluate the data obtained in the study ( $p<0,05$ ). No significant difference was found in the variables of age, membership duration, number of siblings, family income and having a youth centre member in the family. However, significant difference was found in place identity factor and place attachment scale total score in the variable of gender, and in dependence on location and place identity factors and place attachment scale total score in the variables of frequency of visiting and the state of doing sports. It was found that the members who were male and who visited the centre every day had high mean scores. Therefore, it can be said that the dedication of the men and the participants who attend the youth center very often is strong. Thus, it can be stated that the service quality of activities of youth centres affect place attachment towards youth centre.

**Keywords:** Youth, Youth Centre, Place Attachment

\* Sorumlu Yazar: Yılmaz AKSOY

E-mail: yilmazaksoy@odu.edu.tr

## Giriş

İnsan hareketliliği yüzyıllar boyunca süregelen bir eylemdir. İnsanlar yaşadıkları yerlerden ayrılmanın bazen bir ihtiyaç bazen de bir zorunluluk olarak yaptıkları söylenebilir. Ancak bu hareketlilik sürecinde yere olan bağlılık durumu da önemli bir husustur. Yer kavramını sadece fiziksel olmasından ziyade insanların özellikle birbirleri ile olan etkileşimlerinde de merkez konumundadır. Yer kavramı için bir diğer önemli durum ise insanların psikolojik olarak rahatladığı ve yere karşı aidiyet duygusu taşımasıdır. Bu açıklamaların neticesinde, insanların belli bir yere olan bağlılıkları her daim sürecek olan bir duygusal bağlanımdır.

Yer bağlılığı, belli bir mekânda yaşanan deneyimler (Güler ve Karaçor, 2018) ve içerisinde bulunduğu mekâna karşı olan duygusal bağ olarak ifade edilmektedir (Türkmen ve Saatçı, 2020). İnsanların özellikle ihtiyaçlarına karşılık vermesi ve bunun sonucunda o yere karşı bağımlı olmasına yol açtığı söylenebilir. Böylece o yere olan duygusal bağlılık yerini yer kimliğine bırakmaktadır. Yani, insanların yere olan bağlılıkları kimliklerine de yansımaktadır. Dolayısı ile insanlar bağlı oldukları yerle de anılabilmektedir. Çeşitli araştırmacıların yer bağlılığı ile ilgili model ve teoriler geliştirdikleri bilinmektedir.

Scannell ve Gifford (2010) "kişi-süreç-yer" olarak ifade etmiş olduğu üç boyutlu bir model sunmuştur. Bu modelde yer bağlılığını, kişilerin psikolojik yönlerini ve fiziki yer özelliklerini kapsayan bir kavram olarak açıklamaktadır. Shumaker ve Taylor (1983) ise yer bağlılığını insanların yaşadıkları çevre ile olan pozitif duygusal bağlılık olarak tanımlamaktadır. Yer bağlılığının temeli ise, Bowlby (1988) 'nin bağlanma teorisine dayanmaktadır. Bağlanma teorisi aracılığıyla türetilerek, insanların yerlere olan bağlarının etki ve duygularını ifade etmektedir (Güler ve Karaçor, 2018).

Yer bağlılığına ilişkin mekânlara örnekler verilecek olunursa; parklar, sivil toplum örgütleri, kültürel, sportif, sanatsal faaliyetlerin bulunduğu merkezler vb. yerler olarak sıralanabilir. Literatür incelendiğinde birçok yere (parklar, turizm bölgeleri vb.) olan bağlılıkların incelendiği görülmektedir (Türkmen ve Saatçı, 2020; Ayar ve ark, 2022). Ancak kültürel, sosyal, sportif, sanatsal faaliyetlerin bulunduğu bir mekâna yönelik bir araştırmaya rastlanılmamıştır. Bu mekânların vermiş oldukları hizmetlerin yer bağlılığı açısından etkisi merak uyandırmaktadır. Bu mekânları özellikle öğrencilerin tercih ettiği söylenebilir. Nedeni ise, yapılan faaliyet ve organizasyonların öğrencilerin birbirleri ile olan iletişim sıklığından dolayı sosyalleşme yönlerini arttırmaktadır. Bu faaliyetlerin gerçekleştirilmesinde etkin rol oynayan ve başı çeken yer olarak gençlik merkezleri



gösterilebilir. Birçok kişiyi bünyesinde barındıran gençlik merkezleri özellikle öğrencilerin tercih etmiş olduğu bir yerdir. Gençlik merkezlerinde yapılan kültürel, sosyal, sportif ve sanatsal faaliyetler, üyelerinin çok yönlü gelişimlerine ve gençlik merkezine olan aidiyetlerine büyük katkı sağlamaktadır. Bu aidiyet üyelerde yer bağlılığı duygularına etki edebileceği düşünülmektedir. Gençlik merkezlerine olan yer bağlılıklarının incelenmesi, gençlik Merkezinin sunmuş olduğu imkân ve hizmet değerini de ortaya koyacaktır. Böylece mevcut araştırmanın amacı, gençlik merkezi üyelerinin yer bağlılıklarının incelenmesidir.

## **Yöntem**

### **Araştırmanın Modeli**

Çalışmada, betimsel özelliği bulunan tarama modeli uygulanmıştır. Tarama modeli, mevcut veya geçmişte olan bir durumu betimlemeyi hedefleyen araştırma yaklaşımıdır (Karasar, 2011). Araştırma için ölçeklerin uygulanabilmesi ve verilerin toplanabilmesi için Ordu Üniversitesi, Sosyal ve Beşerî Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu'ndan 06/10/2022 tarih ve 2022/166 sayılı kararı ile onay alınmıştır.

### **Evren ve Örneklem**

Çalışmanın evreni Türkiye Cumhuriyeti Gençlik ve Spor Bakanlığı bünyesinde bulunan Gençlik Merkezlerindeki üyelerden oluşmaktadır. Çalışmanın örnekleme ise, Türkiye Cumhuriyeti Gençlik ve Spor Bakanlığınca düzenlenen doğa, deniz veya kültür gençlik kamplarına katılan üyeler arasından tesadüfi örnekleme yöntemi ile seçilmiş 231 erkek ve 164 kadın katılımcıdan oluşan gönüllü 395 katılımcı oluşturmaktadır.

### **Verilerin Toplanması**

Çalışmada "Kişisel Bilgi Formu" ve "Yer Bağlılığı Ölçeği" kullanılmıştır. Kişisel bilgi formunda; cinsiyet, yaş, üyelik süresi, gitme sıklığı, kardeş sayısı, spor yapma durumu, aile gelir durumu ve aile içerisinde birinin gençlik merkezine üye olma durumu değişkenler yer almaktadır.

Yer bağlılığı ölçeği, Williams ve Roggenbuck (1989) tarafından geliştirilmiş, Ayar ve ark. (2022) uyarlamıştır. Ölçek 5'li likert tipi (Kesinlikle Katılmıyorum, Katılmıyorum, Kararsızım, Katılıyorum, Kesinlikle Katılıyorum) olup, 19 maddesi bulunmaktadır. Yer bağlılığı ölçeği; yere bağımlılık, yere karşı ilgisizlik ve yer kimliği olarak 3 alt boyut yer almaktadır. Cronbach alfa katsayıları incelendiğinde; yere bağımlılık alt boyutu 0,87, yere karşı ilgisizlik alt boyutu 0,61 ve yer kimliği alt boyutu 0,79 olarak belirlenmiştir.

## Verilerin analizi

Araştırmada öncelikle gençlik merkezi üyelerine çalışma hakkında bilgi verilmiştir. Araştırma verilerinin toplanması esnasında herhangi bir süre kısıtlaması yapılmamıştır. Çalışmada, 18 yaş ve altı katılımcılara veli onay formu ile 18 yaş ve üstü katılımcılara ise gönüllü katılım onam formu doldurulduktan sonra veri toplama işlemine geçilmiştir. Çalışmada, ölçekte bulunan maddelere yönelik verilen cevapların cronbach alfa katsayısı hesaplanmıştır. Yer bağlılığı ölçeği genel Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı, 0,86 olarak hesaplanmıştır. Çalışmanın normallik dağılım analizi için Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk testi uygulanmıştır. Yapılan analiz sonucuna göre, cinsiyet, spor yapma durumu ve aile içerisinde birinin gençlik merkezine üye olma durumu değişkenlerinde Student t testi; yaş, üyelik süresi, gitme sıklığı, kardeş sayısı ve aile gelir durumu değişkenlerinde ise Tek Yönlü Varyans Analizi ve Tukey çoklu karşılaştırma testi kullanılmıştır. Tüm istatistiksel hesaplamalarda SPSS 22.0 istatistik paket programı kullanılmıştır. Araştırma bulguları, n (%), ortalama, standart sapma değerleri olarak verilmiş olup, bulgular  $p < 0,05$  düzeyinde anlamlı kabul edilmiştir.

## Bulgular

**Tablo 1.** Gençlik Merkezi Üyelerinin Tanımlayıcı İstatistikleri

		n	%
Cinsiyet	Erkek	231	58,5
	Kadın	164	41,5
Yaş	12-14	32	8,1
	15-17	188	47,6
	18 ve üzeri	175	44,3
Üyelik Süresi	1-6 ay	242	61,3
	7-12 ay	37	9,4
	13-24 ay	35	8,9
	25 ay ve üzeri	81	20,4
Gitme Sıklığı	Her gün	30	7,6
	Haftada birkaç gün	92	23,3
	Ayda birkaç gün	273	69,1
Kardeş Sayısı	Yok	14	3,5
	1-2	202	51,1
	3 ve üzeri	179	45,4
Spor Yapma Durumu	Evet	264	66,8
	Hayır	131	33,2
Aile Gelir Durumu	5000 TL ve altı	130	32,9
	5001-10.000 TL	202	51,1
	10.001 TL ve üzeri	63	15,9
Aile İçerisinden Gençlik Merkezine Üye Olma Durumu	Evet	137	34,7
	Hayır	258	65,3

**Tablo 2.** Cinsiyete Göre Gençlik Merkezi Üyelerinin Yer Bağlılıkları

	Cinsiyet	n	Ort.	Ss.	P
Yere Bağımlılık	Erkek	231	30,20	7,07	0,207
	Kadın	164	29,29	7,12	
Yere Karşı İlgisizlik	Erkek	231	17,87	3,36	0,187
	Kadın	164	17,42	3,25	
Yer Kimliği	Erkek	231	12,30	3,46	<0,001
	Kadın	164	11,04	3,33	
Yer Bağlılığı Ölçeği Toplam Puanı	Erkek	231	60,38	11,25	0,019
	Kadın	164	57,76	10,30	

Araştırmada cinsiyet değişkenine göre gençlik merkezi üyelerinin yer kimliği alt boyutu ile yer bağlılığı ölçeği toplam puanında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. ( $p<0,05$ ). (Tablo 2).

**Tablo 3.** Yaşa Göre Gençlik Merkezi Üyelerinin Yer Bağlılıkları

	Yaş	n	Ort.	Ss.	P
Yere Bağımlılık	12-14	32	27,93	6,05	0,219
	15-17	188	30,26	7,26	
	18 ve üzeri	175	29,70	7,07	
Yere Karşı İlgisizlik	12-14	32	16,75	2,40	0,135
	15-17	188	17,58	3,30	
	18 ve üzeri	175	17,97	3,45	
Yer Kimliği	12-14	32	11,06	3,25	0,107
	15-17	188	11,54	3,21	
	18 ve üzeri	175	12,17	3,72	
Yer Bağlılığı Ölçeği Toplam Puanı	12-14	32	55,75	9,11	0,148
	15-17	188	59,39	10,93	
	18 ve üzeri	175	59,84	11,17	

Çalışmada yaş değişkenine göre gençlik merkezi üyelerinin yer bağlılıklarında anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir ( $p>0,05$ ). (Tablo 3).

**Tablo 4.** Üyelik Süresine Göre Gençlik Merkezi Üyelerinin Yer Bağlılıkları

	Üyelik Süresi	n	Ort.	Ss.	P
Yere Bağımlılık	1-6 ay	242	29,33	6,79	0,198
	7-12 ay	37	30,24	6,90	
	13-24 ay	35	29,51	8,00	
	25 ay ve üzeri	81	31,25	7,59	
Yere Karşı İlgisizlik	1-6 ay	242	17,59	3,32	0,632
	7-12 ay	37	17,35	2,47	
	13-24 ay	35	17,74	2,47	
	25 ay ve üzeri	81	18,08	2,99	
Yer Kimliği	1-6 ay	242	11,58	3,18	0,332
	7-12 ay	37	12,13	2,94	
	13-24 ay	35	11,51	3,50	
	25 ay ve üzeri	81	12,33	4,33	
Yer Bağlılığı Ölçeği Toplam Puanı	1-6 ay	242	58,51	10,48	0,156
	7-12 ay	37	59,72	8,94	
	13-24 ay	35	58,77	10,65	
	25 ay ve üzeri	81	61,67	12,87	

Araştırmada üyelik süresi değişkenine göre gençlik merkezi üyelerinin yer bağlılıklarında anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir ( $p>0.05$ ). (Tablo 4).

**Tablo 5.** Gitme Sıklığına Göre Gençlik Merkezi Üyelerinin Yer Bağlılıkları

	Gitme Sıklığı	n	Ort.	Ss.	P
Yere Bağımlılık	Her gün	30	31,96	9,75	<0,001
	Haftada birkaç gün	92	31,93	6,93	
	Ayda birkaç gün	273	28,88	6,62	
Yere Karşı İlgisizlik	Her gün	30	17,50	4,54	0,938
	Haftada birkaç gün	92	17,75	3,09	
	Ayda birkaç gün	273	17,68	3,25	
Yer Kimliği	Her gün	30	13,83	3,59	<0,001
	Haftada birkaç gün	92	12,92	3,54	
	Ayda birkaç gün	273	11,17	3,23	
Yer Bağlılığı Ölçeği Toplam Puanı	Her gün	30	63,30	15,15	<0,001
	Haftada birkaç gün	92	62,60	10,59	
	Ayda birkaç gün	273	57,74	10,16	

Çalışmada gitme sıklığı değişkenine göre gençlik merkezi üyelerinin yere bağımlılık ve yer kimliği alt boyutları ile yer bağlılığı ölçeği toplam puanında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. ( $p<0,05$ ). (Tablo 5).

**Tablo 6.** Kardeş Sayısı Göre Gençlik Merkezi Üyelerinin Yer Bağlılıkları

	Kardeş Sayısı	n	Ort.	Ss.	P
Yere Bağımlılık	Yok	14	28,78	7,33	0,302
	1-2	202	29,37	6,83	
	3 ve üzeri	179	30,42	7,36	
Yere Karşı İlgisizlik	Yok	14	18,35	2,27	0,323
	1-2	202	17,87	3,22	
	3 ve üzeri	179	17,43	3,48	
Yer Kimliği	Yok	14	12,00	3,82	0,340
	1-2	202	11,53	3,48	
	3 ve üzeri	179	12,05	3,40	
Yer Bağlılığı Ölçeği Toplam Puanı	Yok	14	59,14	11,12	0,604
	1-2	202	58,77	10,77	
	3 ve üzeri	179	59,90	11,12	

Araştırmada kardeş sayısı değişkenine göre gençlik merkezi üyelerinin yer bağlılıklarında anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir ( $p>0.05$ ). (Tablo 6).

**Tablo 7.** Spor Yapma Durumuna Göre Gençlik Merkezi Üyelerinin Yer Bağlılıkları

	Spor Yapma Durumu	n	Ort.	Ss.	P
Yere Bağımlılık	Evet	264	30,59	7,11	0,002
	Hayır	131	28,27	6,83	
Yere Karşı İlgisizlik	Evet	264	17,86	3,22	0,129
	Hayır	131	17,32	3,48	
Yer Kimliği	Evet	264	12,32	3,43	<0,001
	Hayır	131	10,68	3,26	
Yer Bağlılığı Ölçeği Toplam Puanı	Evet	264	60,79	11,07	<0,001
	Hayır	131	56,29	10,02	

Çalışmada spor yapma durumu değişkenine göre gençlik merkezi üyelerinin yere bağımlılık ve yer kimliği alt boyutları ile yer bağlılığı ölçeği toplam puanında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. ( $p < 0,05$ ). (Tablo 7).

**Tablo 8.** Aile Gelir Durumuna Göre Gençlik Merkezi Üyelerinin Yer Bağlılıkları

	Aile Gelir Durumu	n	Ort.	Ss.	P
Yere Bağımlılık	5000 TL ve altı	130	30,45	7,41	0,277
	5001-10.000 TL	202	29,77	6,68	
	10.001 TL ve üzeri	63	28,71	7,68	
Yere Karşı İlgisizlik	5000 TL ve altı	130	17,90	3,96	0,650
	5001-10.000 TL	202	17,56	2,75	
	10.001 TL ve üzeri	63	17,63	3,53	
Yer Kimliği	5000 TL ve altı	130	12,20	3,36	0,184
	5001-10.000 TL	202	11,67	3,34	
	10.001 TL ve üzeri	63	11,28	3,94	
Yer Bağlılığı Ölçeği Toplam Puanı	5000 TL ve altı	130	60,56	11,67	0,189
	5001-10.000 TL	202	59,00	9,75	
	10.001 TL ve üzeri	63	57,63	12,70	

Araştırmada aile gelir durumu değişkenine göre gençlik merkezi üyelerinin yer bağlılıklarında anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir ( $p > 0,05$ ). (Tablo 8).

**Tablo 9.** Aile İçerisinden Gençlik Merkezine Üye Olma Durumuna Göre Gençlik Merkezi Üyelerinin Yer Bağlılıkları

	Aile İçerisinden Gençlik Merkezine Üye Olma Durumu	n	Ort.	Ss.	P
Yere Bağımlılık	Evet	137	29,65	7,44	0,728
	Hayır	258	29,91	6,92	
Yere Karşı İlgisizlik	Evet	137	17,56	3,30	0,604
	Hayır	258	17,75	3,33	
Yer Kimliği	Evet	137	11,87	3,64	0,704
	Hayır	258	11,73	3,36	
Yer Bağlılığı Ölçeği Toplam Puanı	Evet	137	59,10	11,71	0,792
	Hayır	258	59,40	10,51	

Çalışmada aile içerisinden gençlik merkezine üye olma durumuna göre gençlik merkezi üyelerinin yer bağlılıklarında anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir ( $p > 0,05$ ). (Tablo 8).

## Tartışma

Çalışma, gençlik merkezi üyelerinin yer bağlılıklarının incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırmada yaş, üyelik süresi, kardeş sayısı, aile gelir durumu ve aile içerisinden gençlik merkezine üye olma durumu değişkenlerinde anlamlı farklılık görülmezken, cinsiyet, gitme sıklığı ve spor yapma durumu değişkenlerinde ise bazı alt boyutlar ve ölçek toplam puanlarda anlamlı farklılıklar olduğu saptanmıştır.

Araştırmada cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde, yer kimliği alt boyutu ile yer bağlılığı ölçeği toplam puanında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Elde edilen bulgular neticesinde, erkeklerin puan ortalamaları kadınlardan daha yüksek olduğu saptanmıştır. Çıkan sonuçta, erkeklerin yer aidiyetleri ve normatif bağlılıklarının yüksek olduğu söylenebilir. Kılıçaslan ve Marşap (2018) örgütsel bağlılık üzerine yapmış olduğu araştırma sonuçları çıkan sonucu destekler niteliktedir. Yaş değişkenine göre irdelendiğinde, yer bağlılığı ölçeği alt boyutlar ve toplam puanında herhangi bir anlamlı farklılık olmadığı saptanmıştır. Yapılan analizde yaşın yer bağlılığına herhangi bir etkisi olmadığı görülmektedir. Üyelik süresi açısından incelendiğinde ise kategoriler arasında herhangi bir anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Gençlik merkezlerine gitme sıklığı yönünden irdelendiğinde, yere bağımlılık ve yer kimliği alt boyutları ile yer bağlılığı ölçeği toplam puanında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Çıkan sonuçta, gençlik merkezlerine her gün giden üyelerin diğer kategorilere göre puan ortalaması yüksek olduğu saptanmıştır. Her gün gençlik merkezlerine giden ve faaliyetlerinin içerisinde bulunan üyelerin gençlik merkezine olan bağımlılığın arttığını ve üyeler açısından yer kimliği oluşturduğu sonucuna varılmaktadır. Bu sonuç gençlik merkezlerinin faaliyet ve yapısının, güçlü ve başarılı bir şekilde işlediğini göstermektedir. Kardeş sayısı açısından incelendiğinde, herhangi bir anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir. Spor yapma durumuna göre bakıldığında ise, yere bağımlılık ve yer kimliği alt boyutları ile yer bağlılığı ölçeği toplam puanında anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur. Spor yapan üyelerin spor yapmayanlara göre puan ortalamalarının yüksek olduğu saptanmıştır. Spor yapanların belirli bir sorumluluk kültürüyle yetişmesinden dolayı belirli faaliyetlerin içerisinde bulunduğu yere olan bağlılığına etki edeceği düşünülebilir. Aile gelir durumu ve aile içerisinde gençlik merkezine üye olma durumu değişkenleri incelendiğinde, herhangi bir anlamlılık olmadığı saptanmıştır.

Çalışmanın örneklem grubu, Türkiye Cumhuriyeti Spor Bakanlığınca düzenlenen doğa, deniz veya kültür gençlik kamplarına katılan gençlik merkezi üyeleri oluşturmaktadır. Veri toplama işleminin faaliyet içerisinde yapılması, yer bağlılıkları noktasında etkisi olacağı düşünülmüştür. Çalışmanın sonuçları, faaliyetlerin yer bağlılığına olan etkisini nispeten de olsa göstermektedir. Ancak çoğu değişkende anlamlı farklılığın olmaması da göze çarpmaktadır. Genel olarak ifade etmek gerekirse, gençlik merkezlerinin uygulayacağı faaliyetlerin hizmeti kalitesinin, gençlik merkezine olan yer bağlılığı düzeyine etki ettiği söylenebilir. Bu çıkarımlarla birlikte araştırmanın

konusu olan yer bağlılığı ile alakalı literatür incelendiğinde, yer bağlılığı ile ilgili Türkçe alan yazında çalışma sınırlılığı göze çarpmaktadır. Fakat yabancı literatür irdelendiğinde, yer bağlılığı ile ilgili çalışmalar mevcuttur (Hay, 1998; Jorgensen ve Stedman, 2001; akt. Ayar ve ark, 2022). Araştırma sonuçları incelediğinde ise, spor yapan erkek katılımcılar ile gençlik merkezinde her gün bulunan üyelerin yer bağlılıklarının yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu bilgilere göre mevcut çalışma sonuçları, alan yazına ve yer bağlılığı ile ilgili gelecekte yapılacak çalışmalara da katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

### **Kaynaklar**

- Ayar H, Durhan T.A, Karaküçük S. (2022). Yer bağlılığı ölçeği geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Electronic Journal of Social Sciences*. 21(81).
- Bowlby J. (1988). *A secure base*. London: Routledge.
- Güler İ, Karaçor E.K. (2018). Yer bağlılığı ve risk algısı kavramları arasındaki ilişki. *Düzce Üniversitesi Bilim ve Teknoloji Dergisi*. 6(4), 1377-1390.
- Hay R. (1998). Sense of place in developmental context. *Journal of Environmental Psychology*. 18(1), 5-29.
- Jorgensen, B., Stedman, R. (2001). Sense of place as an attachment: Lakeshore owners attitudes toward their properties. *Journal of Environmental Psychology*. 21, 233– 248
- Karasar N. (2011). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Kılıçaslan Ö, Marşap A. (2018). Stratejik insan kaynakları yönetimi ve örgütsel bağlılığa etkisi. *International Journal of Labour Life and Social Policy*. 1(2), 5-23.
- Kılıçaslan Ö, Marşap A. (2018). Stratejik insan kaynakları yönetimi ve örgütsel bağlılığa etkisi. *International Journal Of Labour Life And Social Policy*. 1(2), 5-23.
- Scannell L, Gifford R. (2010). The relations between natural and civic place attachment and pro-environmental behavior. *Journal of Environmental Psychology*. 30(3), 289-297.
- Shumaker S.A, Taylor R.B. (1983). Toward a clarification of people-place relationships: A model of attachment to place. *Environmental psychology: Directions and perspectives*. 2, 19-25.

Türkmen S, Saatçı G. (2020). Yer bağlılığı, turizmin algılanan etkileri ve turizmin gelişimine destek olma tutumu arasındaki ilişki: Mordoėan örneği. *AHBVÜ Turizm Fakültesi Dergisi*. 23 (2), 237-255.

Williams D.R, Roggenbuck J.W. (1989). Measuring place attachment: Some preliminary results. In *NRPA Symposium on Leisure Research*, San Antonio, TX (Vol. 9).