



e-ISSN 2717-9966

GAZI ÜNİVERSİTESİ
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ

Cilt: 29

Sayı: 1

Ocak 2024

Gazi
BEDEN EĞİTİMİ
ve
SPOR BİLİMLERİ
DERGİSİ

GAZI JOURNAL OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS SCIENCES

Volume: 29

Issue: 1

January 2024

GAZI BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ

GAZI JOURNAL OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS SCIENCES

2024, Cilt 29, Sayı 1 / 2024, Volume 29, Issue 1

e-ISSN 2717-9966

Yayının Türü / Type of Publication: **Yaygın**

Sahibi / Owner

Dr. Musa YILDIZ

Gazi Üniversitesi Rektörü

Genel Yayın Yönetmeni / Editor-in Chief

Dr. Serdar ELER

Spor Bilimleri Fakültesi Dekanı

Editör / Editor

Dr. İbrahim YILDIRAN

Sorumlu Yazı İşleri Müdürü / Publishing Editor

Dr. Fatih YENEL

Yardımcı Editör / Assistant Editor

Dr. Sümer ALVURDU

Dr. Mustafa ALTUNSOY

Yayın Kurulu / Editorial Board

Dr. Azmi YETİM, Gazi Üniversitesi

Dr. Canan KOCA ARITAN, Hacettepe Üniversitesi

Dr. Christian WACKER, University of Freiburg/Germany

Dr. Dana BADAU, University of Tirgu Mures/Romania

Dr. Erich MÜLLER, University of Salzburg/Austria

Dr. Erdal ZORBA, Gazi Üniversitesi

Dr. Fatih BEKTAŞ, Trabzon Üniversitesi

Dr. Gıyasettin DEMİRHAN, Hacettepe Üniversitesi

Dr. Gül Tiryaki SÖNMEZ, Lehman College New York/USA

Dr. Gülfem ERSÖZ, Ankara Üniversitesi

Dr. H. Ahmet PEKEL, Gazi Üniversitesi

Dr. Hülya AŞÇI, Marmara Üniversitesi

Dr. İbrahim YILDIRAN, Gazi Üniversitesi

Dr. Kanat JANUZAKOV, Manas Üniversitesi, Kırgızistan

Dr. Kemal TAMER, İstanbul Aydın Üniversitesi

Dr. Konstantinos GEORGIADIS, Univ. of Peloponnese/Greece

Dr. Latif AYDOS, Gazi Üniversitesi

Dr. Manfred LAEMMER, German Sport Uni.Cologne/Germany

Dr. Mehmet GÜNAY, Gazi Üniversitesi

Dr. Mitat KOZ, Ankara Üniversitesi

Dr. Mustafa Levent İNCE, Orta Doğu Teknik Üniversitesi

Dr. Ömer ŞENEL, Gazi Üniversitesi

Dr. Renato MANNÒ, University of L'Aquila/Italy

Dr. Robert C. SCHNEIDER, The College at Brockport/USA

Dr. Settar KOÇAK, Orta Doğu Teknik Üniversitesi

Dr. Suat KARAKÜÇÜK, Gazi Üniversitesi

Dr. Turgay BİÇER, Marmara Üniversitesi

Dr. Ulviye BİLGİN, Gazi Üniversitesi

İngilizce Dil Editörü / English Language Editor

Dr. Beyza Merve AKGÜL, Dr. Pinar Yaprak KEMALOĞLU

Dağıtım Koordinatörlüğü / Distribution Coordinator

Dr. Pinar KARACAN DOĞAN

Dr. Özgün PARASIZ, Dr. Ali ERASLAN

Teknik Koordinatörlük / Technical Coordinator

Dr. Esin Esra ERTURAN ÖĞÜT, Dr. Ebru ÇETİN

Dr. Okan Burçak ÇELİK, Dr. Merve KARAMAN, Dr. Tebessüm AYYILDIZ

İletişim Koordinatörlüğü / Communication Coordinator

Dr. Gülfem SEZEN BALÇIKANLI

Dr. Serkan KURTİPEK, Dr. Emre Ozan TINGAZ

Sekreter / Secretary

Dr. Alperen HALICI

Yazışma Adresi / Corresponding Address

Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Emniyet Mahallesi Abant-1 Caddesi No:10/1C, Yenimahalle/ANKARA

E-mail: gbesbd@gmail.com

Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi yılda dört kez yayımlanır ve hakemli bir dergidir.

Gazi Journal of Physical Education and Sports Sciences is published quarterly.

All the articles appeared in this journal are published on the opinion of advertiser.

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

GAZI BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ

GAZI JOURNAL OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS SCIENCES

2024, Cilt 29, Sayı 1 / 2024, Volume 29, Issue 1

e-ISSN 2717-9966

Danışma Kurulu / Editorial Advisory Board

Dr. A. Seda SARACALOĞLU, Adnan Menderes Üniversitesi
Dr. Ali Ahmet DOĞAN, Kırıkkale Üniversitesi
Dr. Ali Emre EROL, Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi
Dr. Ali KIZILET, Marmara Üniversitesi
Dr. Arslan KALKAVAN, Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi
Dr. Atilla ERDEMLİ, İstanbul Üniversitesi (Em.)
Dr. Atilla PULUR, Gazi Üniversitesi
Dr. Ayşe KİN İŞLER, Hacettepe Üniversitesi
Dr. Beyza Merve AKGÜL, Gazi Üniversitesi
Dr. Bülent GÜRBÜZ, Ankara Üniversitesi
Dr. Can İKİZLER, İstanbul Esenyurt Üniversitesi
Dr. Caner AÇIKADA, Yakın Doğu Üniversitesi
Dr. Cengiz ARSLAN, Fırat Üniversitesi
Dr. Dilara SEVİMAY ÖZER, Gedik Üniversitesi
Dr. Dilşad MİRZEOĞLU, Sakarya Üniversitesi
Dr. Ebru ÇETİN, Gazi Üniversitesi
Dr. Ekrem Levent İLHAN, Gazi Üniversitesi
Dr. Emin KURU, Gazi Üniversitesi
Dr. Emine ÇAĞLAR, Hacettepe Üniversitesi
Dr. Erkut KONTER, Dokuz Eylül Üniversitesi
Dr. Esin Esra ERTURAN ÖĞÜT, Gazi Üniversitesi
Dr. F. Filiz ÇOLAKOĞLU, Gazi Üniversitesi
Dr. Fatih KILINÇ, Akdeniz Üniversitesi
Dr. Fehmi TUNCEL, Lokman Hekim Üniversitesi
Dr. Ferda GÜRSEL, Ankara Üniversitesi
Dr. Füsun ÖZTÜRK KUTER, İstanbul Aydın Üniversitesi
Dr. Gazanfer DOĞU, İstanbul Aydın Üniversitesi
Dr. Gökhan ÇALIŞKAN, Iğdır Üniversitesi
Dr. Gül BALTACI, Hacettepe Üniversitesi
Dr. Gülfem SEZEN BALÇIKANLI, Gazi Üniversitesi
Dr. Gülgün ERSOY, Hacettepe Üniversitesi
Dr. Güner EKENCİ, İstanbul Gelişim Üniversitesi
Dr. Gürbüz BÜYÜKYAZI (1954-2018), Dokuz Eylül Üniv.
Dr. Hakan SUNAY, Ankara Üniversitesi
Dr. Haluk KOÇ, Gazi Üniversitesi
Dr. Hasan KASAP, Bilgi Üniversitesi
Dr. Hatice ÇAMLIYER, Celal Bayar Üniversitesi
Dr. Haydar DEMİREL, Hacettepe Üniversitesi
Dr. Hayri ERTAN, Eskişehir Teknik Üniversitesi
Dr. İ. Fatih YENEL, Gazi Üniversitesi
Dr. İbrahim CİCİOĞLU, Gazi Üniversitesi
Dr. İmdat YARIM, Gazi Üniversitesi

Dr. Kamil ÖZER, Gedik Üniversitesi
Dr. Kürşat KARACABEY, Düzce Üniversitesi
Dr. Mehmet GÜÇLÜ, Gazi Üniversitesi
Dr. Metin KAYA, Gazi Üniversitesi
Dr. Metin SAYIN, Celal Bayar Üniversitesi
Dr. Metin YAMAN, Dokuz Eylül Üniversitesi
Dr. Muhsin HAZAR, Gazi Üniversitesi
Dr. Murat Sadullah ÇEBİ (1961-2020), Gazi Üniversitesi
Dr. Mustafa Yaşar ŞAHİN, Gazi Üniversitesi
Dr. Müslim BAKIR, Okan Üniversitesi
Dr. Necla GÜNAY, Gazi Üniversitesi
Dr. Nefise BULGU, Hacettepe Üniversitesi
Dr. Nevin ATALAY GÜZEL, Gazi Üniversitesi
Dr. Nevin GÜNDÜZ, Ankara Üniversitesi
Dr. Nevin ŞANLIER, Gazi Üniversitesi
Dr. Nevzat MİRZEOĞLU, Sakarya Üniversitesi
Dr. Niyazi ENİSELER, Celal Bayar Üniversitesi
Dr. Nurettin KONAR, İnönü Üniversitesi
Dr. Özbay GÜVEN, Gazi Üniversitesi
Dr. Özlem ORHAN, Gazi Üniversitesi
Dr. Perican BAYAR KORUÇ, Ankara Üniversitesi
Dr. Rana VAROL, Ege Üniversitesi
Dr. Rasim KALE, Gelişim Üniversitesi
Dr. Recep GÜRSOY, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi
Dr. Reha ALPAR, Hacettepe Üniversitesi
Dr. Sami MENGÜTAY, Haliç Üniversitesi
Dr. Sedat MURATLI, İstanbul Aydın Üniversitesi
Dr. Sema ALAY, Marmara Üniversitesi
Dr. Seydi Ahmet AĞAOĞLU, 19 Mayıs Üniversitesi
Dr. Seydi KARAKUŞ, Dumlupınar Üniversitesi
Dr. Sürhat MÜNİROĞLU, Ankara Üniversitesi
Dr. Şefik TIRYAKI, Mersin Üniversitesi
Dr. Tayfun AMMAN, Marmara Üniversitesi
Dr. Tekin ÇOLAKOĞLU, Gazi Üniversitesi
Dr. Timur GÜLTEKİN, Ankara Üniversitesi
Dr. Tuba MELEKOĞLU, Akdeniz Üniversitesi
Dr. Turgut KAPLAN, Selçuk Üniversitesi
Dr. Ümit KESİM, Bilgi Üniversitesi
Dr. Velittin BALCI, Ankara Üniversitesi
Dr. Yalçın TAŞMEKTEPLİGİL (1959-2019), 19 Mayıs Üniv.
Dr. Zafer ÇİMEN, Gazi Üniversitesi
Dr. Zekai PEHLEVAN, Mersin Üniversitesi

Bu Sayının Hakemleri / Editorial Advisory Board for this Issue

Dr. Ali ERASLAN, Gazi Üniversitesi
Dr. Ali ERDOĞAN, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi
Dr. Atahan ALTINTAŞ, Başkent Üniversitesi
Dr. Ebru Olcay KARABULUT, Gazi Üniversitesi
Dr. İsmail AKTAŞ, Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi

Dr. Mehmet ASMA, Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Dr. Oğuz Kaan ESENTÜRK, Erzincan Binali Yıldırım Üniv.
Dr. Tevfik Cem AKALIN, Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi
Dr. Turan ÇETİNKAYA, Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi
Dr. Yunus Emre YARAYAN, Siirt Üniversitesi

İÇİNDEKİLER

CONTENTS

Araştırma Makalesi
Futbol Antrenör Eğitim Programlarının Etkililiğine Yönelik
Antrenör Deneyimlerinin İncelenmesi

1 – 11
Zeki TAŞ

Research Article
Investigation of Coach Experiences on the Effectiveness of
Coaching Education Programs

Araştırma Makalesi
Beden Eğitimi ve Spor Alanında Kullanılan Öğretim
Yöntemlerinin Bibliyometrik Analizi

12 – 22
Oğuzhan DALKIRAN
Seda Nur UYSAL

Research Article
Bibliometric Analysis of Teaching Methods Used in Physical
Education and Sports

Araştırma Makalesi
COVID-19 Salgını Sürecinde Fiziksel Aktivitenin
Ergenlerin Psikolojik İyi Oluşları Üzerine Yordayıcı Etkisi

23 – 31
Ayşe Özge DALDAŞ
Gökçe ERTURAN

Research Article
Predictive Effect of Physical Activity on Adolescents'
Psychological Well-Being During the COVID-19 Pandemic

Araştırma Makalesi
Futbol Taraftarlarının EFANgelizm Düzeylerinin
Değişkenlere Göre İncelenmesi

32 – 39
Alperen HALICI
Ahmet KARACI
Pınar KARACAN DOĞAN

Research Article
EFANgelism Levels of Football Fans Analysis According to
Variables

Araştırma Makalesi
Sporda Etkili Karar Verme Ölçeği (SEKVÖ): Geçerlik ve
Güvenirlik Çalışması

40 – 52
Mehmet Çağrı ÇETİN
Mehmet KARA

Research Article
The Scale of Effective Decision-Making in Sport (SEDMS):
Validity and Reliability Study

Araştırma Makalesi
Düzenli Egzersiz Yapan Kadınlarda İçselleştirilmiş Kilo
Önyargısı ile Olumsuz Beden Konuşmaları Arasındaki
İlişkinin Yaş ve Beden Kitle İndeksi Değişkenleri Açısından
İncelenmesi


53 – 60
İlayda ESİN
Mehmet Haşim AKGÜL

Research Article
Investigation of the Relationship Between Weight Bias
Internalization and Negative Body Talk in Women who
Regularly Exercise Considering Age and Body Mass Index
Variables

Futbol Antrenör Eğitim Programlarının Etkililiğine Yönelik Antrenör Deneyimlerinin İncelenmesi

Investigation of Coach Experiences on the Effectiveness of Coaching Education Programs

Araştırma Makalesi / Research Article

 Zeki TAŞ 1

¹ Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi /
SAKARYA

Sorumlu Yazar / Corresponding Author

Doç. Dr. Zeki Taş
zekitas@subu.edu.tr

Geliş Tarihi / Received : 19.04.2023

Kabul Tarihi / Accepted : 23.11.2023

Yayın Tarihi / Published : 31.01.2024

Etik Bilgilendirme / Ethical Statement

Bu araştırma, Sakarya Uygulamalı Bilimler
Üniversitesi Etik Kurulu'nun 29.04.2022
tarih ve 22 no'lu toplantı kararı ile etik
açıdan uygun bulunmuştur.

DOI: 10.53434/gbesbd.1285493

Öz

Bu çalışmada, futbol antrenör eğitim programlarının etkililiğine ilişkin antrenör deneyimlerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Nitel araştırma yöntemlerinden fenomenoloji deseninin kullanıldığı araştırmada amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Araştırmaya 2022 yılında Antalya'da Türkiye Futbol Federasyonu (TFF) tarafından yürütölen Antrenör Eğitim Programları (AEP)'na kabul edilen gönüllü 20 futbol UEFA A antrenör adayı katılmıştır. Veriler, alan yazını ve pilot çalışmanın sonunda ulaşılan ve 5 sorudan oluşan yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılarak yüz yüze görüşmeler yoluyla elde edilmiştir. Veriler betimsel analiz tekniği çerçevesinde ve betimlemeye dayalı deneyimlerin ana temalara ayrılmasıyla özetlenerek yorumlanmıştır. Analiz sonuçlarına göre; çevrim içi toplantılara, seminer ve uygulama eğitimlerine, ölçme ve değerlendirme süreçlerine ve antrenör eğitim programının genel organizasyonuna yönelik antrenör deneyimlerinden oluşan bulgulara ulaşılmıştır. Sonuç olarak antrenör eğitim programlarından önce gerçekteştirilen çevrim içi toplantıların oryantasyon itibariyle daha nitelikli hale getirilmesi, seminer eğitimlerinde nitelikli doküman sağlanması, taktik animasyon programların kullanımına yönelik eğitim verilmesi, uygulama eğitimlere yönelik müfredatın uygulanabilir yoğunluğa indirgenmesi, ölçme değerlendirme süreçlerine yönelik antrenörler üzerinde oluşan sınav ve not kaygısına yönelik tedbirlerin alınması, kurs ücretlerinin daha makul miktarlara indirilmesi, seminer süresince konaklama ve lojistik gibi verilen hizmet kalitesine yönelik iyileştirilmelere gidilmesi AEP'in daha etkili ve verimli hale gelmesine yönelik önemli katkılar sağlayacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Antrenör eğitim programı, Antrenör, Eğitim etkililiği

Abstract

In this study, it is aimed to examine the experiences of the coaches regarding the effectiveness of football coaching education programs. In the research, in which the phenomenology pattern, one of the qualitative research methods, was used, the criterion sampling method, one of the purposeful sampling methods, was used. 20 football UEFA A coach candidates, who were accepted to the Coaching Education Program (AEP) conducted by the Turkish Football Federation (TFF) in Antalya in 2022, participated in the research. The data were obtained through face-to-face interviews using the literature and a semi-structured interview form consisting of 5 questions, which was reached at the end of the pilot study. The data were summarized and interpreted within the framework of the descriptive analysis technique and by separating the descriptive experiences into main themes. According to the analysis results, Findings consisting of coaching experiences for online meetings, seminars and practice, assessment and evaluation processes and the general organization of the coaching education program were reached. As a result, making the online meetings held before the coaching education programs more qualified in terms of orientation, providing qualified documents in the seminar, providing coaching on the use of tactical animation programs, reducing the curriculum for practical education to an applicable density, exam, and grade anxiety on the coaches for assessment and evaluation processes. It is thought that taking measures for this purpose, reducing the course fees to more reasonable amounts, and improving the quality of services provided during the seminar, such as accommodation and logistics, will make significant contributions to making the AEP more effective and efficient.

Keywords: Coaching Education Program, Coach, Coaching Effectiveness

Giriş

Antrenör kelimesi kavramsal açıdan (Keten, 1974) “yüksek başarı seviyesinde idman ve hazırlama ilminin gerektirdiği formasyona sahip, beden ve ruh sağlığını sağlayıcı, beden eğitimi ve spor faaliyetlerinde bulunanları çalıştıracak güce ve bilgiye, aynı zamanda sosyopsikolojik bilgi ve kabiliyete de sahip olan yetiştirici ve çalıştırıcı kişiler” şeklinde tanımlanmıştır. Göral, Yapıcı ve Koç (1999) antrenörü, spor faaliyetleri çerçevesinde “eğitimin uygulayıcısı” olarak tanımlar. Charman, Drotter ve Noel (2001) ise bir antrenörü “iyi bir organizatör, etkili bir yönetici, motivatör ve sporcuya bağımsızlığını ve yeterliliğini kazandıran bir eğitimci” olarak değerlendirmiştir.

Antrenörlük, temel olarak spor alanındaki bilgi birikimi ve deneyimi aktarma mesleğidir. Meslek; sporcuların ilgi, motivasyon, dikkat ve yoğunlaşmaya ihtiyaç duyduğu antrenmanlarda eğitsel süreçlerle ilgili donanımlı olmayı gerektirir. Genel kültür bilgisi, analitik düşünme, olaylar arasında ilişki kurma ve sezgi gücünü kullanabilme gibi zihinsel süreçlerin aktif olduğu yaşamın birçok alanına hitap eder. Eğitiminden sorumlu olduğu zümrenin ihtiyacı olan bilgi ve beceri düzeyine katkı sağlayarak onların kişilik sahibi, olumlu tutum ve davranışlar sergileyen kişilerin olmasına yardımcı olur. Bu özellikleriyle antrenörlük öğretme yetkinliğine sahip sürekli gelişim ve güncelleme gerektiren önemli bir eğitsel faaliyet alanıdır.

Uluslararası boyuttaki amatör ve profesyonel kategorilerde gerçekleştirilen spor organizasyonları, kurum ve kuruluşların verdiği spor eğitim hizmetleri, kurs ve spor okulları gibi etkinlikler antrenörlerin spor eğitim faaliyetlerine yönelik uygulama alanlarıdır. Sağlık veya eğlenme amacıyla bireysel veya toplu halde yapılan egzersiz faaliyetlerine liderlik eden gönüllü spor eğitimcilerini de göz önünde bulundurduğumuzda antrenör ve spor eğitimcilerinin spora dair etkileşime girdikleri alanın büyüklüğü ortaya çıkmaktadır. Bu önemli faaliyet alanının etkililiğini fark eden ülkeler, sporcuların daha verimli çalışarak en üst düzeyde verim alması amacıyla antrenör eğitim programları çerçevesinde tedbirler almıştır. Sunay ve İmamoğlu (1996) sporda gelişmiş ülkelerin sporcuların yetişmesi ve başarısında büyük rolü olan antrenör eğitim programlarını bilimsel çalışmalara dayandırdığını aktarmıştır. Türkiye’de bu gelişmelere paralel olarak hem antrenör yetiştiren kurumlar nispetinde hem de mevzuata dair birtakım güncellemeler hayata geçirilmiştir.

Türkiye’de antrenör yetiştirmek amacıyla eğitim veren kurumların başında üniversitelerin Spor Bilimleri Fakülteleri (SBF) ve Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulları gelmektedir. Gençlik ve Spor Bakanlığı (GSB) Spor Eğitimi ve Araştırmaları Daire Başkanlığı da Spor Federasyonları ile birlikte hareket ederek ilgili branşlardan antrenör kursları açmaktadır. Futbol antrenörlüğü eğitimleri ise Türkiye Futbol Federasyonu (TFF) Futbol Gelişim Direktörlüğü tarafından yürütülen programlar doğrultusunda gerçekleştirilmektedir. TFF nitelikli futbol antrenörleri yetiştirmek amacıyla antrenör eğitimlerine yönelik bir de talimat

yayınlayarak (TFF, 2021) antrenörlerin eğitim esaslarını belirlemiştir. Talimata göre futbol antrenör eğitimlerine başvurabilmek için adayın; 18 yaşını doldurmuş olması, futbol disiplin talimatına göre kesin hüküm giymemiş olması, bahis eylemlerinden kesinleşmiş ceza almamış olması, kurslara katılmasında herhangi bir sağlık engelini bulunmaması ve ilkyardım sertifikasına sahip olması gerekmektedir.

Literatür göz önünde bulundurulduğunda AEP’e yönelik bir araştırmada Sunay ve İmamoğlu (1996) antrenörlerin AEP’in amaçlarını farklı şekilde algıladıklarını ve programdan beklentilerinin farklı olduğunu bildirmiş, programların fiziksel olanaklar ile süre bakımından yetersiz kaldığına yönelik sonuçlar elde etmiştir. Sevim (1998) ise AEP’in planlı ve bilimsel verilere dayalı bir eğitim programına sahip olmasının önemine vurgu yapmıştır. Göral ve diğ. (1999)’nin araştırması Türkiye’deki antrenör eğitimi ve programların batı ülkeleri ile karşılaştırıldığında benzerlikler olduğunu fakat ders içerikleri bakımından önemli farklılıklar bulunduğunu ortaya koymaktadır. Bu bilgiler AEP’i çeşitli boyutları ile ele alan nicel araştırmaların olduğunu göstermektedir. Bu araştırmada ise futbol antrenörlerinin AEP’in etkililiğine ilişkin görüşlerini incelemek amaçlanmıştır. Nitel yöntem ve tekniklerin kullanıldığı araştırmada antrenörlerin deneyimlerine ulaşılmış, yapılan yüz yüze görüşmelerden elde edilen verilerle Futbol AEP’in etkililiğine ve verimliliğine katkıda bulunmak hedeflenmektedir.

Yöntem

Araştırmanın Modeli

Bu araştırmada AEP’e yönelik futbol antrenörlerinin deneyimlerine ulaşmak amaçlanmıştır. Futbol antrenörleriyle yapılan görüşmelerde AEP’e yönelik bir iç görüş geliştirmek, anlam oluşturmak ve konu hakkında derinlemesine bilgi sahibi olmak amacıyla nitel araştırma yöntem ve teknikleri tercih edilmiştir. Bu amaçla bu araştırmada futbol antrenörlerinin görüşlerini belirlemek için nitel araştırma yöntemlerinden fenomenoloji deseni kullanılmıştır (Patton, 2002). Fenomenolojik desen bir fenomen için deneyimi olan katılımcıların bu deneyime ilişkin ortak fikirleri/görüşlerini incelemeyi (Creswell, 2016) aynı zamanda farkında olunan deneyim, algı, durum gibi olguların farklı kişilerce nasıl anlaşıldığına ilişkin derinlemesine betimlemeye çalışan nitel araştırma desendir (Bogdan ve Biklen, 2007). Bu desenin tercih edilme nedeni antrenörlük bilgi, becerilerini geliştirmek ve terfi almak gibi amaçlarla antrenör eğitim programlarına katılan futbol antrenörlerinin programa ilişkin “deneyimlerini, algılarını ve programı nasıl anlamlandırdıklarına yönelik araştırmacıya bütüncül bir bakış açısı” imkân sağlamasıdır (Yıldırım ve Şimşek, 2018).

Araştırma Grubu

Araştırmaya 2022 yılında Antalya’da TFF tarafından yürütülen Antrenör Eğitim Programları (AEP)’na kabul edilen gönüllü 20 futbol UEFA A antrenör adayı katılmıştır. Araştırmada amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Bu yöntem (Patton, 2014) belirli bir amaca yönelik derinlemesine araştırma ve bilgi açısından zengin durumlar yürütülmek üzere tercih edilir. Katılımcıların belirlenmesindeki ölçütler AEP’e fiili olarak katılmış ve programı tamamlamış olmak, en az 5 yıl antrenörlük yapmış olmaktır. Katılımcılar K1-K20 arasında kodlarla gösterilmiştir. Katılımcılara ait demografik bilgiler Tablo 1 de verilmiştir.

Tablo 1. Katılımcılara ait demografik özellikler

Katılımcılar	Cinsiyet	Yaş	Mezuniyet	Meslek Yılı
K1	E	34	Lise	9
K2	E	42	Lise	7
K3	E	55	Lise	7
K4	E	41	Lise	9
K5	E	43	Lisans	6
K6	E	49	Lise	14
K7	E	43	Lise	12
K8	E	47	Lisans	8
K9	E	36	Lise	12
K10	K	37	Yüksek Lisans	6
K11	E	39	Lisans	5
K12	E	38	Lisans	7
K13	E	47	Lise	10
K14	E	43	Lise	11
K15	E	45	Lise	9
K16	E	40	Yüksek lisans	6
K17	K	39	Lisans	7
K18	E	44	Lise	8
K19	E	38	Lisans	7
K20	E	37	Lisans	6

Araştırmacının rolü

Araştırmacı katılımcı gruba beraber AEP’i tamamlayan kursiyerler arasındadır. Bu deneyim araştırmacının zihninde araştırma konusunun oluşmasına neden olmuş, buradan hareketle alan yazını araştırmacı tarafından incelenerek gerekli ön hazırlık yapılmıştır. Bu aşamada Türkiye’deki antrenör yetiştirmeye yönelik mevzuat, antrenör eğitim programlarının içeriği ve literatür taranarak AEP’in teorik ve uygulama safhasının etkililiğine yönelik sorular araştırmacı tarafından oluşturulmuştur. Daha sonra bu araştırmanın analizine dâhil edilmeyen 3 katılımcı ile pilot çalışma yapılmış ve AEP’in değerlendirilmesi ve AEP’in organizasyonun kalitesine yönelik araştırma soruları da dâhil edilmiştir. Alan uzmanı 2 akademisyenden görüş alınarak görüşme sorularına son şekli verilmiş ve yarı yapılandırılmış görüşme formu oluşturulmuştur. Görüşmeler araştırmacı tarafından yarı yapılandırılmış görüşme formu ve ses kayıt cihazı kulla-

nılarak gerçekleştirilmiştir. Elde edilen veriler araştırmacı tarafından MAXQDA 2020 nitel veri analizi programı kullanılarak analiz edilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Veriler, alan yazını ve pilot çalışmanın sonunda ulaşılan ve 5 sorudan oluşan yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılarak yüz yüze görüşmeler yoluyla elde edilmiştir. Formda ayrıca katılımcıların demografik bilgilerini içeren sorulardan oluşan bir bölüm de yer almaktadır. Katılımcılara görüşme öncesinde araştırmanın amacı, verilerin ne şekilde kullanılacağı, görüşmenin gerçekleştirme usulü, katılımcıların kimliğine yönelik bilgilerin kullanılmayacağı ve ses kayıtlarının metne dönüştürüldükten sonra silineceği hususlarında bilgiler verilmiş; görüşme yeri ve zamanı katılımcının isteği yönünde belirlenmiştir. Ses kayıtlarının kalitesine yönelik görüşme ortamı için uygun şartlar hazırlanmıştır. Her bir görüşme yaklaşık 30-40 dk. arasında gerçekleşmiştir. Görüşme soruları aşağıda verilmiştir. Katılımcı görüşleri doğrultusunda daha derin bilgiler elde etmek amacıyla sorulara “neden, nasıl, hangi” vb. soru kelimeleri eklenerek sonda sorular oluşturulmuştur.

1. Antrenör eğitim programı (AEP) öncesinde gerçekleştirilen hazırlık aşamasına ilişkin görüşleriniz nelerdir?
2. AEP’in teorik eğitimlerine ilişkin görüşleriniz nelerdir?
3. AEP’in uygulama eğitimlerine ilişkin görüşleriniz nelerdir?
4. AEP’in değerlendirme (sınav) aşamasına ilişkin görüşleriniz nelerdir?
5. AEP’in organizasyon kalitesine yönelik görüşleriniz nelerdir?

Verilerin Analizi

Veriler betimsel analiz tekniği çerçevesinde (Yıldırım ve Şimşek, 2016) ve betimlemeye dayalı deneyimlerin (Ersoy, 2016:53) ana temalara ayrılmasıyla ve özetlenerek yorumlanmıştır. Bu tekniğin bu araştırmada kullanılmasının sebebi katılımcı görüşlerini etkili bir biçimde açıklamak ve okuyucuya düzenli ve yorumlanmış bir biçimde göstermektir. Ayrıca Willis, Sullivan Bolyai, Knafli ve Cohen (2016) betimsel analiz tekniği ile bir fenomen hakkında bireylerin düşüncelerinin tanımlanmasını işaret eder. Bu amaçla temalar katılımcı görüşleri doğrultusunda tanımlanmış ve kodlama anahtarındaki kodlar uzman görüşleri de dikkate alınarak bu temalar altında verilmiştir.

Ses kayıtları herhangi bir düzeltme yapmadan olduğu gibi metne dönüştürülmüştür. Veriler kategori ve kodlara dönüştürülerek katılımcıların sorulara verdiği cevaplar doğrultusunda uygun tema altına listelenmiştir. Ortaya çıkan tema, kategori ve kodlar nitel araştırma yapan ve antrenör eğitimi alanında çalışmaları bulunan iki akademisyene gönderilerek karşılaştırma yapması istenmiştir. Kodlayıcılar arası uyum istatistiğinin bakıldığı bu aşamada uyumun %75’in altında güvenilirliği olan kodlar çalışmadan çıkarılmıştır.

Veriler imla ve yazım kurallarına uygun hale getirilerek, doğrudan alıntılar yapılarak bulgular bölümünde tablolar halinde sunulmuştur. Ayrıca kodların kaç katılımcı tarafından cevaplandırıldığına yönelik frekans bilgisi de verilmiştir. Bulgular bu araştırmadaki temel amaç doğrultusunda ve görüşme sorularının sırasına göre raporlaştırılarak sunulmuştur.

Etik Beyan

Bu araştırma Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesinin Etik Komisyonu'nun 29.04.2022 tarih ve E-26428519-044-45916 sayılı kararı ile etik açıdan uygun bulunmuştur.

Geçerlilik ve Güvenirlik

Creswell (2018) nitel bir araştırmanın güvenilirliğini arttırmak için katılımcılarla uzun süreli iş birliği ve birlikteliğin yanı sıra onların zihinlerindeki soru işaretlerini giderecek ayrıntılı bilgilendirmelerin yapılmasını ifade eder. Araştırmacı; veri toplama esnasında 20 gün boyunca AEP'nin gerçekleştiği otelde katılımcılarla birlikte konaklamış, kahvaltılı ve yemek gibi ortamlarda birlikte bulunmuş ve antrenör eğitim süreçlerinde katılımcılarla birlikte eğitim görmüştür. Bu durum Yıldırım ve Şimşek (2011)'in de belirttiği gibi araştırmacı ile katılımcılar arasında bir güven ortamının doğmasına neden olmuş, görüşülen kişiler cevaplarında daha samimi hale gelmiştir. Patton (2014) verilerin analizi esnasında yanlılıkları ortadan kaldırmak amacıyla birden

fazla uzmanın görüşüne olan ihtiyacı vurgular. Bu çalışmada veriler nitel veri analizi uzmanı bir öğretim üyesi tarafından daha analiz edilerek analizin doğruluğu ve nesnelligi kontrol edilmiştir. Böylece tek analiz biriminden doğacak hatalar en aza indirilmiştir. Bu aşamada araştırma soruları aynı sıra ile sorularak ve katılımcılara ait görüşler ses kayıt cihazıyla kayıt altına alınarak çalışmanın tutarlılığı oluşturulmaya çalışılmıştır. Kodlayıcılar arası güvenilirliği hesaplamak amacıyla Miles ve Huberman'ın (1994) öngördüğü teknik kullanılmış ve güvenilirlik %90 ölçülerek kanıtlanmıştır. Ayrıca katılımcı görüşlerinden doğrudan alıntılar yapılarak da geçerlilik sağlanmaya çalışılmıştır.

Bulgular

Araştırmanın bu bölümünde katılımcılardan elde edilen veriler üzerinde yapılan analiz sonuçlarına ilişkin bulgulara yer verilmiştir. Nitel araştırma yöntemlerinin kullanıldığı çalışmada veriler yarı yapılandırılmış görüşme formu aracılığıyla yüz yüze yapılan görüşmeler yoluyla elde edilmiştir. Bu araştırmanın bulguları beş tema altında ele alınmıştır. Bu temalar, araştırma soruları göz önünde bulundurularak sunulmuştur. Ayrıca bulgulara ilişkin olarak beş kategori oluşturulmuş, kodlar bu kategorilerin altında verilmiştir. Araştırma bulguları ele alınırken katılımcıların görüşlerine ilişkin doğrudan alıntılara yer verilmiştir. Bu aşamada katılımcıların gerçek isimleri gizli tutularak her katılımcı bir kod isim ile "K1", "K2" şeklinde sunulmuştur.

Tablo 1. Antrenörlerin eğitim öncesi hazırlık aşamasına yönelik görüşleri

Kategori	Kodlar			
	Olumlu	f	Olumsuz	f
Çevrimiçi toplantılar	Tanışma	4	Doküman yetersizliği	16
	Toplantıların yapılması	3	Oryantasyon yetersizliği	14
	Eğitmcilerin tanıtımı	2	Toplantı içeriğinin yetersizliği	13
			Katılımın denetlenmemesi	11

Tablo 1 çevrim içi toplantılar kategorisi altında antrenör eğitim programları öncesinde gerçekleştirilen faaliyetlere ilişkin antrenör görüşlerini içermektedir. Eğitim programlarının öncesinde çevrim içi toplantıların yapılması, eğitimcilerin tanıtılması ve bu toplantılarda kısa bir tanışma faaliyetinin gerçekleştirilmesi antrenörlerin olumlu olarak değerlendirdiği kodlar arasındadır. Doküman yetersizliği ve eğitimin içeriğine yönelik oryantasyon yetersizliği ise ağırlıklı olarak antrenörlerin olumsuz görüş bildirdiği kodlar olarak öne çıkmıştır.

Ayrıca çevrim içi eğitimlerde toplantıların içeriğinin yetersiz oluşu ve katılımın zorunlu olarak duyurulmasına rağmen denetlenmemesi antrenörler tarafından yoğun olarak ileri sürülen olumsuz görüşler arasındadır. Katılımcılardan K4 çevrimiçi eğitimlere yönelik: "Çevrimiçi eğitimlerde sanki bir teorik eğitim ve-

rilecekmiş gibi algıladım. Çok farklı konulara değinildi ama içerikten haberdar edilmediğimiz için kurs boyunca ne olacağını hep merak ettim" cümleleriyle olumsuz görüş ifade etmiştir.

Katılımcılarda K11 ise toplantılarda antrenörlere sağlanan dokümanların yetersizliği koduna ilişkin: "Mail ortamında 10-15 sayfalık oyun kurgularını içeren bir kitapçık gönderildi. Kurs boyunca herhangi bir eğitim materyali sağlanmadı. Eğitimlerde işimize yarayacak daha fazla doküman sağlansaydı gelişimimizde o yönde daha fazla olurdu." şeklinde görüş bildirmiştir.

Katılımcılardan K2 ise çevrim içi toplantıların yapılmasına yönelik şu olumlu görüşü ifade etmiştir: "Kursa kimlerin katılacağını çevrim içi toplantılarda gördük, yüzlere aşına olduk aynı zamanda bize hangi hocaların eğitim vereceğini de öğrenmiş olduk."

Tablo 2. Antrenörlerin 1. Eğitim dönemine (seminer) yönelik görüşleri

Kategori	Kodlar			
	Olumlu	f	Olumsuz	f
Seminer eğitimleri	Ekip çalışmaları	14	Program kullanma eğitiminin olmayışı	18
	Taktik bilgiye olan katkı	11	Ödevlerin değerlendirilmemesi	16
	Teknoloji kullanımı	8	Yetersiz bilgi düzeyi artışı	13
	Literatür gelişimi	6		

Tablo 2 antrenör eğitim programının seminer eğitimleri şeklinde gerçekleştirilen dönemine ilişkin antrenör görüşlerini içermektedir. Seminer eğitimleri kategorisi altında dört olumlu 3 olumsuz kodun olduğu görülmektedir. Ekip çalışması, taktik bilgiye olan katkı, teknoloji kullanımı ve literatür gelişimi kodları katılımcılar tarafından olumlu olarak değerlendirilirken program kullanma eğitiminin olmayışı, ödevlerin değerlendirilmemesi ve yetersiz bilgi düzeyi artışı kodları öne çıkan olumsuz görüşler altında toplanmıştır.

Katılımcılardan K8 seminer döneminde gerçekleştirilen faaliyetlere ilişkin şu görüşleri öne sürmüştür: *“Oyun kurgusuna yönelik hazırladığımız içeriği tüm katılımcıların önünde sunduk. Burada eksik ve hatalarımızı görme şansımız oldu. Topluluk önünde konuşma, teknik ve taktik açıdan düşünceleri ifade etme gibi hususlarda kendimi ifade etme becerimi geliştirdiğini düşünüyorum.”*

Katılımcılardan K14 ise seminer dönemine ilişkin görüşlerini şu cümlelerle ifade etmiştir: *“Daha önce tahtaya veya kâğıda yazarak anlattığım oyun kurgularını animasyon hazırlama programında ilk defa hazırladım. Daha önce sözel olarak*

verdiğim taktik bilgiye dönük her şeyi bu program aracılığı ile görselleştirebileceğimi öğrendim. Tüm bilgimi animasyonlar vasıtasıyla sporcularıma daha iyi aktarabileceğimi düşünüyorum. Görsel açıdan işime zenginlik katacak bir donanım elde ettim.”

Katılımcılardan K12 ise teknoloji kullanımına yönelik şu olumsuz görüşleri dile getirmiştir: *“Animasyon programı kullanmak teknolojiyi iyi kullanabilmek tabii ki güzel fakat bu programın eğitimlerde kullanılacağına yönelik bir bilgi verilmediğinden hazırlıksız yakalandık. Geldiğimizde hadi programları açın başlayın dendi. Herkesin programı kullanmayı bildiği varsayıldı. Oysa birçok arkadaşımız bu programı ilk defa kullandı. Hiç değilse bu programın eğitimi birkaç saat verilseydi çok daha faydalı olurdu diye düşünüyorum.”*

K1 ise seminer dönemine ilişkin şu olumsuz görüşü aktarmıştır: *“Çevrim içi toplantıda bize ödev mahiyetinde yapmamız gereken görevler verildi. Fakat eğitim döneminde bu ödevler değerlendirilmedi. Hatta bazı arkadaşlarımız ödevleri bile teslim etmediğini söylediler. Bu noktada değişken bir tutumun sergilenmesi doğrusu beni biraz üzdü. Organizasyona karşı bakış açımı değiştirdi.”*

Tablo 3. Antrenörlerin 2. Eğitim dönemine (uygulama) yönelik görüşleri

Kategori	Kodlar			
	Olumlu	f	Olumsuz	f
Uygulama eğitimleri	Yaparak yaşayarak öğrenme	6	Eğitimsiz değerlendirme	15
	Beceri gelişimine olan katkı	3	Piyon verimsizliği	15
			Müfredatın yoğunluğu	14
			Eğitimcilerin niteliği	13
			İzlenme baskısı	11

Tablo 3 antrenör eğitim programının uygulama eğitimleri şeklinde gerçekleştirilen dönemine ilişkin antrenör görüşlerini içermektedir. Uygulama eğitimleri kategorisi altında toplanan yaparak yaşayarak öğrenme ve beceri gelişimine olan katkı antrenörlerin olumlu görüş bildirdiği kodlar arasındadır. Eğitimsiz değerlendirme, piyon¹ verimsizliği, müfredatın yoğunluğu, eğitimcilerin niteliği ve izlenme baskısı antrenörler tarafından olumsuz olarak değerlendirilen kodlardandır.

Katılımcılardan K3 uygulama eğitimlerine yönelik şu görüşleri bildirmiştir: *“Seminer salonunda kendi çizdiğimiz kurguları diğer katılımcıların önünde aktarmıştık. Bu defa da kurgularımızı*

gerçek temelli olarak uygulama imkânı bulduk. Uygulamalarda ne yapılması veya yapılmaması gerektiğini hem kendi çalışmamızdan hem de diğer antrenör arkadaşların uygulamalarından öğrendik. Dolayısıyla çok faydalı bulunduğumu söyleyebilirim.”

K10 ise uygulamalara ek olarak eğitimcilerin uygulamadaki eğitimci yönüne şu ifadelerle vurgu yapmıştır: *“Seminer döneminde veya uygulama döneminde başımızdaki eğitimcinin bize çok şey kattığını düşünüyorum. Hem sözel bilgisi hem de saha bilgisi gerçekten çok iyi idi. Kendisinden antrenörlük becerisi noktasında çok şey öğrendim.”*

¹ Futbol antrenmanlarında taktik çalışmalar gerçekleştirmek amacıyla rakip oyuncu rolü verilen genelde alt yaş kategorilerindeki futbolcu.

Katılımcılardan K16 ise uygulama döneminde yaşadığı deneyimleri şu cümlelerle aktarmıştır: *“Seminer döneminde veya uygulama döneminde başımızdaki eğitimcinin bize çok şey kattığını düşünüyorum. Hem sözel bilgisi hem de saha bilgisi gerçekten çok iyi idi. Kendisinden antrenörlük becerisi noktasında çok şey öğrendim.”*

Katılımcılardan K16 ise uygulama döneminde yaşadığı deneyimleri şu cümlelerle aktarmıştır: *“Her antrenöre bir kurgu veriliyor ve onu hemen sunup ardından uygulaması bekleniyor. Peş peşe gelen anlatımlar ve uygulamalar karmakarışık bir hale dönüşüyor. Neyin doğru neyin yanlış olduğu konuşulmadan görüşülmeden hemen başka bir antrenöre sıra geliyor. Bu şekilde verimsiz olarak herkesin üzerine düşeni yapıp geçtiği bir formata dönüştü uygulama eğitimleri.”* Uygulama eğitimlerinin yoğun olarak olumsuz görüşle ifade edildiği bir başka husus ise antrenörlerin eğitim verilmeden uygulamaya çıkarılması durumudur.

Bu noktada K7'nin aktardıkları bu hususu vurgu yapmaktadır. *“Bir kurgu oluşturduk sonrasında da uygulamaya çıktık ama bize uygulama eğitimi verilmedi ki. Uygulamada yapılması gerekenler, dikkat edilmesi gerekenler, doğrular yanlışlar şeklinde bir eğitim verilseydi biz de ona göre uygulamaları gerçekleştirdik. Uygulamaları yaparken benim doğru bildiğimi, antrenör eğiticiyi yanlış veya hatalı olarak değerlendiriyor. Neye göre*

değerlendirdiğini bilmiyorum. Herkesin bunları bilmesi gerektiğini düşünüyorsan o zaman eğitim programı niye var.” Piyonların kullanımı uygulama eğitimlerinde olumsuz olarak değerlendirilen bir başka husus olarak dikkat çekmektedir.

Bu hususla ilgili olarak K13'ün aktardığı deneyimleri öne çıkmaktadır: *“Uygulama eğitimlerini yaptığımız bölgedeki takımlardan birinin alt yapı ekibini getiriyorlar ve sabahdan akşama kadar bu çocuklarla uygulama yapılıyor. Eğitim dolayısıyla oyun 20-30 saniyede bir durduruluyor. Çocuklarda bundan feci halde sıkılıyorlar bu durum performanslarına yansıyor. Sonuçta bu performans antrenör adayının kurgusunun çıkıp çıkmamasına da etki ediyor. Dolayısıyla organizasyonda tek bir yaş kategorisiyle bu kadar uzun çalışmasını son derece hatalı buluyorum.”*

Katılımcılardan K5 ise piyon kullanımına yönelik şu ifadeleri aktarmaktadır: *“Çocuklar sakat olmadığı halde yapmak istemiyor ve yorgunluktan tribüne çıkmak istiyor. Kalanlarla da uygulamaları verimli gerçekleştiremiyoruz. Piyon olarak seçilen çocuklar gerçekten çok küçük ve okul eğitimlerinden de mahrum kalmış oluyorlar. Bence piyon konusu uygulama eğitimlerinin en zayıf noktası.”*

Tablo 4. Antrenörlerin eğitimin değerlendirilmesine yönelik görüşleri

Kategori	Kod	Olumlu (f)	Olumsuz (f)
Ölçme ve değerlendirme	Sınav ve not kaygısı	2	17
	Sınav yöntemi	5	14
	Kalıplaşmış antrenör davranışları talebi	4	12

Tablo 4 antrenör eğitim programının değerlendirme dönemine ilişkin antrenör görüşlerini içermektedir. Buna göre az sayıda antrenörün sınav ve not kaygısı, sınav yöntemi ve kalıplaşmış antrenör davranışları talebine yönelik kısmi olumlu görüşü bulunsun da değerlendirmeye ilişkin yoğun olarak olumsuz görüş bildirdikleri görülmektedir.

Sınav kaygısı, değerlendirmedeki adaletsizlikler ve kalıplaşmış antrenör davranışları talebi antrenörler tarafından olumsuz olarak değerlendirilen kodlar arasındadır.

Katılımcıların yoğun olarak vurgu yaptığı kod ise sınav ve not kaygısı olarak öne çıkmaktadır. Bu hususta katılımcılardan K6 şu değerlendirmelerde bulunmuştur: *“Seminer döneminden itibaren arkadaşlık ortamında giden eğitim ortamı bir anda rekabete dönüştü. Herkesi bir stres kapladı. Acaba geçecek miyim, kalacak mıyım kaygısı antrenörlere bildiklerini bile unutturdu. Bence bu ortam değerlendirme için bu hale getirilmemeliydi.”*

Değerlendirmeye ilişkin K14 ise deneyimlerini şu şekilde aktarmıştır: *“Eğitimin sonunda yapılan sınavın şekli hakkında hiçbir bilimiz yoktu. Bizi bir salona aldılar ve herkes bilgisayarından veya akıllı telefonundan çevrim içi olarak sınava girdi. Fakat*

bu şekilde hiçbir sınav tecrübesi olmayan arkadaşlarımız vardı ve inanılmaz strese girdiler.”

K9 ise eğitimin değerlendirilmesine ilişkin şu görüşleri ifade etmiştir: *“Uygulama sınav sonuçlarını görünce inanmadım. O an aktif çalışanları geçirdiler, herhangi bir takımla sözleşmesi bulunmayanları bütünlüme bıraktılar. Sınav sonuçları açık baksın, çok rahatlıkla tespit edilebilecektir. Böyle değerlendirme mi olur? Güzel giden eğitimi değerlendirme ile berbat ettiler.”*

Katılımcılardan K16 ise değerlendirme hususuna ilişkin olarak şu ifadeleri aktarmıştır: *“Değerlendirme aşaması bu eğitim programının en adaletsiz bölümü idi. Ödevleri değerlendirmediler. Bazı ödevlerini teslim etmeyen arkadaşları sınavdan geçirdiler. Topluluk önünde konuşamayan, uygulamada komik durumlara düşen arkadaşları geçirdiler. Bence çok büyük haksızlıklar yapıldı, değerlendirme aşamasında.”*

Değerlendirme hususuna ilişkin K 19 ise şu hususlara vurgu yapmıştır: *“Bazı antrenör eğitimcilerinin eğitim bittikten sonra akşam oteldeki sohbetler esnasında katılımcıların üçte birinin kalacağını söylemesi ve bunun gerçekleşmesi beni hayrete düşürmüştü. Sınav olmadan kalacakları belirlemişler demek ki.”*

Katılımcılardan K15 ise değerlendirmenin içeriğine ilişkin olarak şu görüşleri aktarmıştır: *“Ben yıllardır antrenörlük yapıyorum. Bugün antrenör olmadım. Uygulama esnasında benim uygulamalarımı beğenmeyip kesip durduruyor. Bağırarak anlatmamı istiyor. Belki ben bağırmadan aktarmanın daha işlevsel ol-*

duğunu düşünüyorum. Bağıra çağıra bir antrenman yapmak istemiyorum. Davranışsal olarak bizi uygulamada belirli bir kalıba sokmak istiyorlar. Bunu çok yanlış bulduğumu ifade etmek istirim.

Tablo 5. Antrenörlerin antrenör eğitim programında verilen hizmete yönelik görüşleri

Kategori	Kod	Olumlu (f)	Olumsuz (f)
Organizasyon	Antrenman malzemesinin kalitesi	4	16
	Kurs ücreti	4	15
	Uygulama sahasının mesafesi	3	14
	Beslenme imkânlarının kalitesi	7	11
	Konaklama imkânlarının kalitesi	6	10

Tablo 5 antrenör eğitim programının genel organizasyonuna yönelik antrenör görüşlerini içermektedir. Buna göre antrenörlerin verilen hizmete yönelik kısmen olumlu görüş bildirdikleri, yoğun olarak ise olumsuz görüş bildirdikleri görülmektedir. Kalitesiz antrenman malzemesi verilmesi, kurs ücretinin yüksek oluşu, uygulama sahasının mesafe olarak uzak oluşu, beslenme imkânlarının kalitesinin ve konaklama imkânlarının yetersizliği, antrenörlerin olumsuz olarak değerlendirdiği öne çıkan kodlardandır. Katılımcılardan K7 bu hususa ilişkin olarak şu görüşleri beyan etmiştir: *“Konaklama yeri ile uygulama sahası arasındaki mesafe uzak. Her gün sabahtan uygulama sahasına otobüs yolculuğu yapıyoruz öğle yemeği için tekrar gelip öğleden sonra tekrar gidip akşama tekrar dönüyoruz. Çok vakit kaybına neden oluyor. Sahası otelle aynı mekânda olan bir konaklama mekânı seçilseydi, daha iyi olurdu.”*

K4 ise konaklama imkânlarına ilişkin farklı bir değerlendirmede bulunmuştur: *“Federasyonun üst düzey bir antrenörlük eğitim programında hem de COVID-19 salgını döneminde iki kişilik odalarda kalmak zorunda bırakıldık. Bunu baştan da söylemediler. Yemekleri de gerçekten lezzetsiz buldum.”*

Katılımcılardan K10 organizasyon kapsamında antrenörlere verilen malzemelere ilişkin şu görüşleri dile getirmiştir: *“Abartılı bir kurs ücreti talep edip ardından sıradan bir takımın bile giymeyeceği malzemeleri vermelerini çok yadırgadım. Eğitimde antrenörlerin motivasyonunu yüksek tutmaları lazım. Bu noktada federasyon biraz sıkı davrandı.”*

Tartışma

Fiziki, ruhi ve sosyal açıdan insanı eğiten ve onların gelişimine katkı sağlayan antrenörler; belirli bir program dâhilinde bilgi ve tecrübelerini sporcularına aktarmaya çalışırlar. Sürecin nitelikli bir şekilde devam ettirilebilmesi antrenörün alan, meslek ve genel kültür bilgileri yönünden donanımlı olmalarını zorunlu kılar. Antrenör Eğitim Programları (AEP) antrenörleri bu özellikleri itibarıyla yetiştirmeyi amaçlarken onların potansiyellerini ortaya çıkarmalarına da destek olmayı hedeflemektedir. Antrenör gözüyle bu hedefin gerçekleşme düzeyinin ortaya konulmasının amaçlandığı bu çalışmanın sonuçlarına göre futbol antrenörleri

AEP'in etkililiğini önemli ölçüde olumsuz karşılamaktadır. Aynı zamanda AEP'in bazı boyutlarının yoğun olarak sorunlu olduğuna yönelik görüşlerin olduğu tespit edilmiştir.

AEP'in eğitim öncesinde oryantasyon ihtiyacını karşılamak amacıyla yaptığı çevrim içi eğitimler bu çalışmanın katılımcıları tarafından yoğun olarak olumsuz şekilde değerlendirilmiştir. Okakın (2008: 70) oryantasyon eğitimini tanımak, çevreye adaptasyon sağlamak ve katılımcıların uyum süresinin kısaltılmasına yönelik program içeriği hakkında bilgi ve belge vermek olarak tanımlar. Bu çalışmanın sonuçlarında ise az sayıda katılımcının “tanışma, eğitimcilerin tanıtılması ve toplantıların yapılması”na yönelik olumlu görüş bildirmesine karşılık yoğun olarak “oryantasyon yetersizliği, doküman yetersizliği, toplantı içeriğinin yetersizliği ve katılımın denetlenmemesi” gibi hususlarda AEP'in eğitim öncesindeki olumsuzluklarına yönelik fikir beyan etmiştir. Oryantasyon eğitimlerinin bir amacının da (Tiyek, 2014) çalışana kurum hakkında olumlu bir izlenim oluşturmak olduğu dikkate alındığında AEP öncesinde gerçekleştirilen faaliyetlerin analiz sonuçları, program öncesine olan olumsuz yaklaşımın bir göstergesidir, aynı zamanda programın etkililiğine yönelik olumsuz bir değerlendirme olarak ortaya çıkmaktadır. Sunay (2020)'in çalışmasında da AEP'e katılan antrenörlerin çoğunluğunun branşa özgü yeni gelişmelerden haberdar olmayı ve ilgili spor branşında uygulama becerisi elde etmeyi beklediklerini fakat bu beklentilerin gerçekleşmediğini ya da az düzeyde gerçekleştiğini ortaya koymaktadır. Analiz sonuçları çerçevesinde ortaya çıkan “toplantı içeriğinin yetersizliği” sorunu çevrim içi toplantılarda katılımcılara aktarılması gerekenlerin belirli bir plan dâhilinde yürütülmemesi kaynaklı olabilir. Bu bilgiler ışığında araştırma sonuçları antrenör adaylarının kurs öncesindeki çevrim içi toplantılarda AEP hakkında aydınlatıcı bilgi beklentisi içinde olduğunu fakat bu beklentilerin yeterince karşılanmadığını göstermektedir. Bu beklentinin karşılanamaması teorik ve uygulama eğitimleri sürecindeki katılımcıları öğrenme performansına yönelik motivasyon düşüklüğüne sevk ettiği görülmektedir.

Analiz sonuçları katılımcılara eğitim öncesi, sonrası ve sonrasında matbu veya elektronik ortamda yeterli eğitim dokümanı sağlanmadığını da göstermektedir. Bu eksiklik kursiyerlerinin

kurs boyunca okuyup araştırarak, inceleyecek ve antrenörü alan ve meslek bilgisi yönünden geliştirecek ders malzemesinin tedarik edilmemesine yönelik bir eleştiri olarak da görülebilir. Aslan ve Aybek (2018)'in araştırması eğitim ortamında malzeme veya doküman (Bal, 2010) yetersizliğinin katılımcıların eğitime yönelik olumsuz tutum geliştirmelerine neden olduğu sonucunu ortaya koymaktadır. Sunay (2020)'in çalışmasında da katılımcıların çoğunluğunun eğitim süresince kaynak sağlanamaması sebebiyle genellikle eğitimlerde kendilerinin not tutarak bu açığı kapatmaya çalıştıkları sonucu yer almaktadır. Bu sorun, Kubat ve Yıldız (2022)'in araştırma sonucu olarak vurguladığı antrenörlerin verimli olmalarının onlara olanak sağlamakla çözülebileceğini göstermektedir.

Araştırma sonuçlarının AEP öncesinde yoğunlaştığı sorunlardan biri de çevrim içi toplantılara katılımın denetlenmemesine dönüktür. Sunay (2020) kursiyerlerin derslere katılımlarının derslere ve konulara ilişkin davranış değişikliğinin oluşmasında önemli olabildiğini ifade etmektedir. AEP öncesinde çevrim içi eğitimlere katılmanın zorunlu olduğu katılımcılara elektronik posta yoluyla bildirilmesine rağmen katılımcılardan birçoğu bu "toplantılara katılmadığını ve kurstan başarılı olduğunu" ifade etmiştir.

Seminer eğitimleri boyunca antrenörlerin yaparak yaşayarak tecrübe ettiği "ekip çalışmaları" araştırmanın katılımcıları tarafından olumlu olarak öne çıkan bir başka husustur. Saha içi uygulamalardan önce antrenörlerin rol yapma modelini kullanarak bir ekipmiş gibi hareket etmesi onlara gerçek temelli antrenörlük becerileri kazandırmaktadır. Bu aşamada kursiyerler bir teknik ekipte yer alan teknik sorumlu, yardımcı antrenör, atletik performans antrenörü, kaleci antrenörü ve analiz antrenörü gibi rolleri üstlenerek bu göreve ilişkin sorumluluklarını yerine getirmektedir. Analiz sonuçları göz önünde bulundurulduğunda bu uygulamalar katılımcılar açısından eğitim döneminin en beğenilen ve en faydalı süreci olarak değerlendirilmiştir.

Katılımcılar eğitimcilerin futbol literatürüne yönelik kullandığı dili yani "literatür gelişimini", eğitimcilerin katılımcı antrenörlerin "taktik bilgilerine olan katkısını" ve eğitimlerde futbol antrenman içerikleri oluşturmak için kullanılan animasyon programını bir başka deyişle "teknoloji kullanımını" olumlu olarak değerlendirmiştir. AEP'te görev alan antrenör eğitimcileri futbol literatürüne uygun kavramlar üzerinden sunumlar gerçekleştirmektedir. Oyun kurgusu, performans alanları, rehberlik ve teknik-taktik bilgiyi içeren bu kavramların kullanılması antrenör ve sporcu arasında futbol dili oluşturması adına önemli bir gelişim sağlamaktadır. AEP süresince antrenörlerin oyun kurgusu geliştirmelerine yardımcı olan futbol animasyon programlarının kullanılması da bu açıdan antrenörlere mesleki yönden olumlu katkılar sağlayacağı düşünülmektedir. Katılımcıların fikirlerini, önerilerini ve hayallerini görsel bir alanda canlandırma imkânı bulunduğu animasyon programları kurs boyunca aktif olarak kullanılmıştır. Tüm bu ders içi faaliyetler antrenörlerin alan bilgisine yönelik gelişimini sağlamayı hedeflemektedir. Animasyon programının kullanılmasının katılımcılar açısından önemli görülmesine

karşılık bu programların kullanılmasına yönelik temel bir eğitimin verilmeyişi ise olumsuz olarak değerlendirilmiştir. Katılımcılar seminer dönemindeki eğitimlere ilişkin ortaya çıkan tema altında, "ödevlerin değerlendirilmemesi" ve "yetersiz bilgi düzeyi artışı" hususlarında da olumsuz olarak görüş bildirmiştir. Balcı (2011) değerlendirmenin doğru yapılabilmesinin ön koşulu olarak öğrenme ile ilgili standartların oluşturulması gerektiğini ifade eder. Usta ve Uğurlu (2018) ise araştırma sonucu olarak eğitimin kalitesinin artırılmasının yolunun denetimden geçtiğini bildirir. Antrenörlerin eğitime yönelik bu tema altında ortaya çıkan kategori başlıkları, İnal (1995)'in çalışmasında da yer bulmuş antrenörlerin gerçek temelli bilgi edinme ihtiyacına yönelik olarak "kurslarda müsabaka şartlarıyla paralellik gösteren eğitimlere daha çok yer verilmesi" gerektiği vurgulanmıştır. Katılımcı görüşleri doğrultusunda ortaya çıkan bu bulgular antrenörlerin bilgi düzeyine olan katkısının yetersizliğini öne çıkarılmaktadır.

Antrenör eğitimlerinin uygulama dönemine yönelik oluşan tema altında "yaparak yaşayarak öğrenme" ve "beceri gelişimine olan katkı" kategorileri antrenörler tarafından olumlu olarak değerlendirilmiştir. Katılımcıların yaparak yaşayarak öğrenmeden kastettikleri fenomeni Bilir (2008); drama, tasarımlayarak öğrenme, öğreterek öğrenme ve işbirlikçi öğrenme gibi alt boyutları olan yapılandırmacı öğrenme yaklaşımıyla elde edilen öğrenme modeli olarak değerlendirmektedir. Aslında antrenörlerin eğitimin bu aşamasında iş birliği halinde bir öğrenme gerçekleştirmekte olduğu ve bundan son derece istifade ettiği bu temada öne çıkan analiz sonucudur. Antrenörlerin yaparak yaşayarak öğrenme modeline bağlı olarak beceri geliştirdiklerini aktarmaları da bu sonucun göstergesidir. Çeyiz (2007); antrenörlüğün sadece teknik becerilerin ezberletilmesi veya mükemmel oyun planlarının oluşturulmasından ibaret olmadığını, işin ve sporcuların önemsenmesi, onlara yaklaşım tarzının iyileştirilmesi ve sporcuların performanslarının nasıl en üst düzeye çıkarılacağına yönelik becerilerin kazanılmasının gerekliliğini vurgular.

Uygulama eğitimleri teması altında ortaya çıkan "müfredatın yoğunluğu", "eğitimsiz değerlendirme", "piyon verimsizliği", "izlenme baskısı" ve "eğitimcilerin niteliği" kategorileri ise katılımcılar tarafından olumsuz olarak değerlendirilmiştir. Katılımcılar "müfredat yoğunluğundan" 20 gün süren teorik ve uygulama eğitimlerdeki ders konularını kastetmektedir. Katılımcı görüşleri bu derslerin çok boyutlu ve ayrıntılarıyla işlenmesi gerektiğini vurgulamasına rağmen zaman kısıtlılığı nedeniyle yüzeysel olarak geçilmek zorunda kalındığına işaret etmektedir. Eğitimde kalitenin artırılmasının yolunun müfredatın uygun hale getirilmesinden geçtiği gerçeğinden hareketle, Bilgin ve Oksal'ın (1999) çalışmasındaki sonuçta bu ilişkinin önemini ortaya koymaktadır. Güçlü ve Özdemir (2016)'in araştırması geçmişten günümüze kadar gündemde kalan bir sorun olmasına rağmen eğitimlerde içeriğin çok boyutlu tutularak yüzeysel işlenmesinin "disiplin sorunlarına" neden olacağını bildirmiştir. Bu araştırmanın bulguları da dikkatle incelendiğinde müfredatın yoğun olmasının

AEP'in sonunda gerçekleştirilen değerlendirme sürecini de olumsuz etkilediği söylenebilir. Katılımcıların eğitim verilmeden değerlendirme yapıldığına yönelik görüşlerinin yoğunluğunun buradan kaynaklandığı ifade edilebilir. Görpelioğlu, Emiroğlu ve Aypak (2019); araştırma sonucu olarak değerlendirme faaliyeti bulacak kişilerin değerlendirme yetkisini almadan önce eğitimde ölçme değerlendirmenin yeri ve önemi konularını kapsayan eğitimden geçirilmelerinin uygun olacağını önerir.

Uygulama eğitimlerine yönelik katılımcı görüşlerinin odaklandığı bir başka olumsuz durum ise uygulama eğitimleri boyunca futbol takımlarının altyapı kategorilerindeki futbolcuların piyon olarak kullanılmasındaki yöntemdir. Uygulama eğitimlerinin sürekli durdurulup hataların gösterilmesi esasına dayanması piyon olarak kullanılan altyapı futbolcularının fiziksel ve zihinsel olarak yorulmasına neden olmaktadır. Ayrıca eğitimler boyunca aynı ekibin piyon olarak kullanılması, onların akademik eğitimlerinden geri kalmasına neden olduğu da "piyon verimsizliği" kategorisi altında ortaya çıkan katılımcı görüşlerindedir. Katılımcı antrenörlerin bu tema altında olumsuz olarak dile getirdiği bir başka kategori ise "izlenme baskısıdır. Bu aşamada katılımcı antrenörlerin daha önce tanımadığı ve özelliklerini bilmediği bir oyuncu grubunu diğer katılımcı ve değerlendiricilerin gözü önünde bir uygulama çıkarması ve yönetmesinin istenmesi bu zorluğun ortaya çıkardığı stres olarak yorumlanabilir.

Uygulama eğitimleri teması altında ortaya çıkan ve olumsuz olarak değerlendirilen önemli kategorilerden biri de AEP'te görev alan eğitimcilerin niteliğidir. Kubat ve Yıldız (2022) kısa süreli kurslarla futbol antrenörü yetiştirmenin mümkün olmayacağını çünkü bir antrenörün; spor hekimi, spor psikoloğu ya da bir spor bilimciden ders alıp anlayıp bunu sporcularına aktarabilecek beceriye sahip olmasının gerekliliğini vurgulayarak araştırmasında Türkiye'deki antrenör kurslarının yetersizliğine değinmiştir. Aynı zamanda oyun felsefesi, taktik, antrenman metodu ve yeterlilik açısından Türk futbol antrenörlerinin donanımlı olmadığına vurgu yapmış kanıt olarak da Avrupa'daki futbol kulüplerinin Türk antrenörleri tercih etmemesini göstermiştir. TFF teknik adamların eğitimi ve sınıflandırılması talimatında (TFF, 2020) antrenör eğitimcisi olmak için başvuruda bulunacaklarda aranacak şartlara bakıldığında UEFA A lisansına sahip olmak ve TFF eğitim müdürlüğü tarafından yapılan değerlendirme sonucunda kursa davet edilmiş olmak ön koşul olarak yer almaktadır. TFF resmi internet sitesindeki futbol gelişim direktörlüğü sekmesi altında Türk futbolunun gelişimine yönelik (TFF, 2023) "*Türk futbolunun tüm paydaşlarının eş güdümü içerisinde Türkiye'deki tüm genç nüfusu kucaklayarak futbolun geliştirilmesi ve yaygınlaştırılması için ortak bir dil ve felsefeyle çeşitli projeler üretme*" misyonunu üstlenmektedir. Ayrıca yine TFF'ye ait resmi internet sitesindeki futbol gelişim direktörlüğü altındaki eğitim sekmesinde de sadece kursa başvuracak antrenör adaylarına ait bir ücretlendirme bilgisi görülmektedir. Bu bilgiler ışığında TFF'nin AEP kapsamında antrenörlerin donanımlarına yönelik yeterli içeriğin oluşturulması hususunu yeniden düzenlemesinin gerekliliği öne çıkmaktadır.

Antrenörlerin eğitiminin değerlendirilmesi teması altında ortaya çıkan değerlendirme kategorisine ilişkin katılımcıların olumlu değerlendirmelerini içeren herhangi bir koda ulaşılamamıştır. Bu kategori altında "sınav ve not kaygısı", "değerlendirmedeki adaletsizlikler" ve "kalıplaşmış antrenör davranışları tabelebi" kodları ise katılımcılar tarafından olumsuz olarak değerlendirilmiştir. Antrenörlerin eğitim boyunca sınavlardan başarılı olup olamayacağına yönelik kaygı yaşadığı ve bu kaygının heyecana neden olduğu anlaşılmaktadır. Cüceloğlu (1998) heyecanı, denetim altında tutulamayan kuvvetli ve yaşanması normal olan duygular olarak niteler. Bu duygu durumu sınavda bildiklerini anlatamama ve eleştirilme korkusu gibi kişinin benlik kavramını zedeleyebilecek durumlara neden olabilir (Uzun, 2003). Antrenörlerin 20 gün boyunca aldıkları eğitimin piyonlarla gerçekleştirdiği bir uygulama ile değerlendirilmesi ve çevrim içi ortamda yapılan teorik sınav yönteminin bu olumsuz duygu durumlarının yaşanmasına neden olduğu söylenebilir. AEP'te teorik sınav yapılmasına rağmen günlerce süren uygulama sınavlar ise birkaç gün sürmekte ve bu yöntem teorik sınavlara nazaran daha fazla önemsenmektedir. İnal (1995)'in çalışmasında antrenörlerin eğitim sonrasında sadece uygulamalı olarak yapılacak sınavlar ile başarı seviyelerinin tespit edilmesinin sağlıklı olmayacağı bildirilmiştir.

AEP'teki değerlendirme yönteminin ortaya çıkardığı bir başka olumsuzluk ise değerlendirmenin adaletli yapılamadığına yöneliktir. Antrenör eğitimcilerinin değerlendirmelerde hangi antrenörlerin başarılı hangilerinin başarısız olacağına dair eğitim sürecinde bazı katılımcılara bilgi verdiği, antrenör eğitimcileri olarak kendilerine en az sekiz katılımcının başarısız olarak değerlendirilmesinin istendiği ve özellikle herhangi bir kulüple resmi sözleşmesi bulunmayanların başarısız olarak değerlendirileceği gibi bilgiler katılımcı görüşlerinden elde edilen veriler arasındadır. Bu bilgiler, araştırmanın yapıldığı dönemi kapsayan eğitim sonundaki değerlendirme sonuçları ile örtüşmektedir. Uğur ve diğ. (2023)'nin araştırması bir gruba liderlik edenlerin başarı için daha nitelikli olmasının zorunluluğunu ortaya koymaktadır. Bu araştırmanın yapıldığı AEP kapsamındaki ölçme ve değerlendirmelerden hareketle sınavların geçerli, güvenilir ve adil olacak şekilde yapılandırılmasına ihtiyaç olduğu sonucu ortaya çıkmaktadır.

AEP süresince verilen hizmete yönelik katılımcı görüşlerinin yoğun olarak olumsuz kodlar üzerinde birleştiği görülmektedir. Araştırmanın yapıldığı dönemde katılımcıların eğitimlere motive olma ve kendini iyi hissetme gibi gerekçelerle AEP kapsamında katılımcılara verilen şort, tişört ve eşofman gibi "antrenman malzemelerinin kalitesi yoğun olarak olumsuz değerlendirilmiştir. Katılımcıların TFF tarafından düzenlenen üst düzey bir antrenörlük eğitimi organizasyonunda kendilerini daha değerli hissettirecek malzeme beklentisi içinde olması bu olumsuz değerlendirmeye gerekçe olabilir. AEP'in gerçekleştirildiği konaklama oteli ve otelde katılımcılara sunulan yeme-içme hizmetinin kalitesi de otelin çok kalabalık olması gerekçesiyle katılımcılar tarafından yoğun olarak olumsuz değerlendirilmiştir. AEP'in 20

gün sürüyor olması ve bu süre zarfında oteldeki yeme-içme çeşitliliğinin beklentiyi karşılamaması, bu olumsuz değerlendirmeye neden olduğu söylenebilir. AEP'teki verilen hizmet teması altındaki organizasyon kategorisine ait katılımcı görüşlerinin yoğun olarak olumsuz değerlendirdiği bir başka kod ise konaklama mekânı ile uygulamaların yapıldığı saha arasındaki mesafenin uzaklığıdır. Bu durum katılımcıların sabah ve öğle seansları olmak üzere günde iki kez otobüsle uygulama sahasına gidilmesi ve tekrar geri gelmesini zahmetli bir süreç olarak değerlendirmesinden kaynaklanıyor olabilir. AEP'teki verilen hizmet teması altındaki organizasyon kategorisinin olumsuz olarak değerlendirdiği bir başka kod ise kurs ücretidir. Bu olumsuz duruma neden olan gerekçe ise alınan ücret ile verilen hizmet kalitesinin birbirine uygun olmamasından kaynaklandığı katılımcı görüşleri doğrultusunda söylenebilir.

Sonuç ve Öneriler

AEP'e davet edilen antrenörlerle çevrim içi ortamda gerçekleştirilen toplantıların oryantasyon boyutunun ve bu toplantıların içeriğinin yetersiz olduğu, program süresince kullanılacak dokümanların nitelik itibariyle yeterince temin edilemediği ve zorunlu olarak ilan edilmesine rağmen çevrim içi toplantıların denetlenmediği sonucuna ulaşılmıştır.

AEP'in ilk dönemi olarak ifade edilen ve genellikle kapalı sınıf içi eğitim aktivitelerin gerçekleştirildiği seminerlerin antrenörler arasında ekip çalışması oluşturduğu, literatür ve taktik bilgi yönünden antrenörleri geliştirdiği ve özellikle teknoloji kullanımı noktasında antrenörlere önemli katkılar sağladığı tespit edilmiştir. Buna karşı; teknoloji kullanımına yönelik eğitimin olmayışı, zorunlu görev olarak verilen ödevlerin kontrol edilip değerlendirilmemesi ve profesyonel antrenörlük alanındaki bilgi artışının yetersiz düzeyde olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

AEP'in ikinci dönemi olarak ifade edilen ve saha uygulamaları şeklinde gerçekleştirilen eğitsel aktivitelerin antrenörlerde yaparak yaşayarak öğrenme ve beceri gelişimine katkı sağladığı sonucuna ulaşılmıştır. Buna karşı; müfredatın yoğun olması içerikten yeterince istifade edilememesine neden olmuştur. Bunun yanında eğitimcilerin niteliğinin yetersiz olduğu ve eğitimde kullanılan piyonların kullanılma yöntemlerinin hatalı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca çok sayıda antrenör adayının seçici dikkatle antrenör uygulamalarını izlemesi, antrenörler üzerinde baskı oluşturduğu sonucuna ulaşılmıştır.

AEP'te kullanılan ölçme ve değerlendirme yöntemlerinin yetersiz olduğu bunun da antrenörler üzerinde sınav ve not kaygısına dönüştüğü sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca antrenör eğitimcilerinin antrenörleri örtülü olarak tek tip antrenör modeline uygun bir değerlendirmeye tabi tuttıkları sonucuna ulaşılmıştır.

AEP süresince antrenörlere verilen antrenman kıyafetlerinin kalitesiz olduğu, konaklama imkânlarının yetersiz, beslenme imkânlarının kısıtlı olduğu ve uygulama yapılacak sahaya olan

mesafenin uzak olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca kurs ücretinin katılımcıların tamamı tarafından yüksek bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Bu araştırmanın analiz sonuçlarına göre şu öneriler geliştirilmiştir.

1. TFF, AEP öncesinde bir program hazırlayarak kursiyerlere kursun teorik, uygulama, teknik ve taktik içeriği hakkında ayrıntılı bilgilendirmeler yapabilir.
2. AEP öncesinde gerçekleştirilen çevrim içi toplantıların içeriği katılımcı ihtiyaçlarını karşılayacak şekilde yeniden düzenlenebilir.
3. Katılımcı antrenörlere eğitim ve ölçme değerlendirmeyi kapsayacak şekilde kitap ve ders notu gibi matbu veya elektronik ortamda ders dokümanı sağlanabilir.
4. AEP öncesinde gerçekleşen çevrim içi eğitimlerin zorunlu olup olmadığına yönelik katılımcı antrenörlere bilgi verilebilir, zorunlu ise katılımın denetlenmesi sağlanabilir.
5. Katılımcı antrenörlere yönelik AEP'te kullanılan animasyon program eğitimi verilebilir.
6. AEP öncesinde katılımcı antrenörlerin yerine getirmesi için verilen ödevlerin takibi ve değerlendirmesi yapılabilir.
7. AEP'te işlenen konuların yüzeysel geçmemesi ve verimli olabilmesi için konuların ya azaltılması ya da kurs süresinin uzatılması işlevsel olabilir.
8. AEP sonundaki ölçme değerlendirmede katılımcı antrenörlerin sorumlu olduğu konulara ait eğitimlerin daha verimli olması sağlanabilir.
9. AEP'te kullanılan piyonların düzenli ve belirli bir program dâhilinde değiştirilmesi ve eğitim öncesinde birkaç seansla katılımcı antrenörlerle tanışması ve kaynaştırılması sağlanabilir.
10. AEP'te görev alan antrenör eğitimcilerinin seçilme yöntemleri tekrar gözden geçirilebilir; alan, meslek, genel kültür, pedagoji ve formasyon bilgileri itibariyle sürekli bir hizmet içi eğitime tabi tutulabilir.
11. AEP'teki ölçme ve değerlendirmeye ilişkin kullanılan sınav yöntemleri modern usullere göre yeniden düzenlenebilir, katılımcı antrenörlere eşit fırsatlar sağlanabilir.
12. AEP'teki ölçme ve değerlendirmeye ilişkin sınav kriterleri oluşturulabilir ve bu kriterler şeffaf bir şekilde kamuoyu ile paylaşılabilir.
13. AEP'te katılımcılara yönelik verilen malzemeler ve konaklama hizmetlerinin kalitesinde iyileştirmeler yapılabilir.
14. AEP kapsamındaki konaklama merkezi ile uygulama eğitimlerinin yapıldığı sahanın mesafesi ergonomik hale getirilebilir.
15. AEP kapsamında katılımcı antrenörlerden alınan kurs ücretlerinin kullanım şekli kamuoyu ile şeffaf bir şekilde paylaşılabilir.

Finans Kaynakları

Bu çalışmanın hazırlanması ve yazımı sırasında kurum ve/veya kuruluşlardan herhangi bir maddi destek alınmamıştır.


Kaynaklar


1. **Alemdar, U., Cömert, E., Ünlü, Y. ve Solakumur, A.** (2023). Examining the relationship between leadership orientations and social intelligence levels of sports manager candidates: The case of Sakarya. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 21(2), 130-138.
2. **Aslan, S. ve Aybek, B.** (2018). Sınıf öğretmenlerinin ilkököl 4. sınıf insan hakları, yurttaşlık ve demokrasi dersi öğretim programına yönelik görüşlerinin incelenmesi. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 38(1), 233-262.
3. **Bilgin, A. ve Oksal, A.** (1999). İlköğretim öğretmenlerinin sekiz yıllık eğitime ilişkin beklenti, sorun ve önerileri. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(1), 79-84.
4. **Bilir, P.** (2008). Yeni Beden eğitimi öğretim programı ve köy enstitülerinde beden eğitimi derslerinin yapılandırma öğretimi yaklaşımı açısından değerlendirilmesi. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 6(3), 145-150.
5. **Bogdan, R. C. ve Biklen, K. S.** (2007). *Qualitative research for education: An introduction to theory methods*. Boston: Allyn and Bacon, 21-22.
6. **Charman, R. Drotter, S. ve Noel, J.** (2001) *The leadership pipeline*. San Francisco: JosseyBass, 5-17.
7. **Creswell, J. W.** (2018). *Nitel araştırma yöntemleri: Beş yaklaşıma göre nitel araştırma ve araştırma deseni*. Ankara: Siyasal kitabevi, 23.
8. **Creswell, J. W. ve Poth, C. N.** (2016). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches*. Thousand Oaks, CA: Sage. 44.
9. **Cüceloğlu, D.** (1998). *İnsan ve davranışı*, İstanbul: Remzi Kitabevi, 8.b, 69.
10. **Ersoy, A. F.** (2016). *Fenomenoloji. Eğitimde nitel araştırma desenleri*. Ankara: Anı Yayıncılık, 51-111.
11. **Göral, M., Yapıcı, A. K. ve Koç, H.** (2015). Antrenör eğitimi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (2), 273-290.
12. **Görpelioğlu, S., Emiroğlu, C. ve Aypak, C.** (2019). Uzmanlık eğitiminde ölçme değerlendirmenin önemi. *Journal of Medicine Health*, 8(3), 99-106.
13. **Güçlü, M. ve Özdemir, M. Ç.** (2016). 1950 ve 1980 yılları arasında genel ve mesleki teknik eğitimle ilgili sorunların değerlendirilmesi: eğitim hareketleri dergisi örneği. *Hak İş Uluslararası Emek ve Toplum Dergisi*, 5(12), 208-222.
14. **İnal, A. N.** (1995). UEFA'ya üye ülkelerdeki futbol antrenör eğitimlerinin mukayeseli olarak incelenmesi: Türk futbol antrenörleri eğitimi üzerinde bir araştırma (Doktora Tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
15. **Kubat, A. ve Yıldız, Ö.** (2022). Futbol altyapı antrenörlerinin altyapı eğitiminde karşılaştıkları sorunlar ve çözüm önerileri. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 16(2), 128-148.
16. **Miles, B. M. ve Huberman, A. M.** (1994). *An expanded sourcebook qualitative data analysis*. Thousand oaks, CA: Sage.
17. **Okakın, N.** (2008). *Çalışma hayatında insan kaynakları yönetimi*. İstanbul: Beta Yayınları.
18. **Patton, M. Q.** (2002). Two decades of developments in qualitative inquiry: A personal, experiential perspective. *Qualitative Social Work*, 1(3), 261-283.
19. **Patton, M. Q.** (2014). *Nitel araştırma ve değerlendirme yöntemleri* (Çev. M. Bütün ve S. B. Demir). Ankara: Pegem Akademi.
20. **Sunay, H. ve İmamoğlu, A. F.** (1996). Türkiye'de antrenör eğitimi programlarının etkinliği. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 1(4), 66-84.
21. **Sunay, H.** (2020). Türkiye'de antrenör eğitim programlarının etkinliği, 1994 ve 2002 farklı yönetmeliklere göre. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(1), 44-74.
22. **Tiyek, R.** (2014). Oryantasyon eğitim programı etkinliğinin değerlendirilmesi: bir araştırma. *Çankırı Karatekin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 5(1), 335-353.
23. **TFF** (2018). Antrenörlerin eğitimi ve sınıflandırılması talimatı, 92 sayılı TFF yönetim kurulu kararı.
24. **Usta, H. G. ve Uğurlu, C. T.** (2018). Sınıf içi ölçme ve değerlendirme yöntemlerinin kullanımı ve denetlenmesi: Denetmen ve öğretmen görüşleri. *Electronic Journal of Social Sciences*, 17(67), 969-981.
25. **Uzun, M.** (2003). *9-14 Yaş grubu çocukların benlik kavramı ve saldırganlığı pekiştirici faktörlerin belirlenmesi*, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul, 96.
26. **Yıldırım, A. ve Şimşek, H.** (2018). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. (11. Baskı). Ankara: Seçkin yayıncılık.
27. **Yıldırım, A. ve Şimşek, H.** (2011). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin yayıncılık.

Beden Eğitimi ve Spor Alanında Kullanılan Öğretim Yöntemlerinin Bibliyometrik Analizi

Bibliometric Analysis of Teaching Methods Used in Physical Education and Sports

Araştırma Makalesi / Research Article

 Oğuzhan DALKIRAN¹

 Seda Nur UYSAL¹

¹ Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi,
Spor Bilimleri Fakültesi, BURDUR

Sorumlu Yazar / Corresponding Author
Doç. Dr. Oğuzhan DALKIRAN
odalkiran@mehmetakif.edu.tr

Geliş Tarihi / Received : 03.07.2023

Kabul Tarihi / Accepted : 29.11.2023

Yayın Tarihi / Published : 31.01.2024

Etik Bilgilendirme / Ethical Statement

Bu araştırma, Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurul Komisyonu'nun 07.06.2023 tarihli ve GO 2023/345 sayılı kararı ile uygun bulunmuştur.

DOI: 10.53434/gbesbd.1322062

Öz

Bu araştırmanın amacı, beden eğitimi ve spor öğretiminde kullanılan öğretim yöntemleri yelpazesi üzerine yapılan çalışmaların eğilimlerini bibliyometrik analiz ile belirlemektir. Nicel araştırma yöntemlerinden olan bibliyometrik analiz araştırmanın desenini oluşturmaktadır. Web of Science veri tabanı aracılığıyla farklı kelime kombinasyonları oluşturularak, spor bilimleri kategorisinde taranan 42 çalışmaya ulaşılmış ve bu çalışmalar bibtex formatında dış aktarılmıştır. Çalışmanın istatistiksel analizleri için R 4.2.2 (Core Team) programlama dilinin bibliometrix paketi tercih edilmiştir. Çalışmanın bulgularına göre, konu alanına yönelik en çok yayın yapan ve en çok atıf alan yazarın Mark Byra olduğu; araştırmaların genellikle üç veya daha fazla yazarın iş birliğiyle gerçekleştirildiği; en çok yayın kabul eden derginin Journal of Teaching and Physical Education olduğu; physical education, teachers, perceptions, students ve knowledge gibi kelimelerin anahtar kelime olarak sıklıkla tercih edildiği tespit edilmiştir. Ek olarak, araştırma alanında motor beceriler üzerine daha fazla çalışmaya ihtiyaç duyulduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu araştırma, öğretim yöntemleri yelpazesi alanına yönelik önemli bulgular sağlamakta ve konu alanına ilgi duyan araştırmacılar ve uygulayıcılar için önemli bilgiler sunmaktadır. Araştırmacılar ve alan uzmanları konu üzerine araştırma yapmak için Mark Byra'nın çalışmalarını inceleyebilir; Journal of Teaching and Physical Education dergisini değerlendirebilir; education, teachers ve students gibi anahtar kelimeleri kullanabilir ve öğretim yöntemleri ile motor beceriler arasındaki ilişkiyi araştırabilir.

Anahtar Kelimeler: Öğretim yöntemleri, Beden eğitimi ve spor öğretimi, Bibliyometrik analiz

Abstract

The aim of this research is to determine the trends of the studies on the range of teaching methods used in physical education and sports teaching by bibliometric analysis. Bibliometric analysis, which is one of the quantitative research methods, constitutes the design of the research. By creating different word combinations through the Web of Science database, 42 studies scanned in the category of sports sciences were reached and these studies were exported in BibTeX format. For the study's statistical analysis, the bibliometrix package of the R 4.2.2 (Core Team) programming language was preferred. According to the findings of the study, the author who published the most and received the most references on the subject area was Mark Byra; research is usually carried out in collaboration with three or more authors; the journal that accepts the most publications is the Journal of Teaching and Physical Education; It has been determined that words such as physical education, teachers, perceptions, students and knowledge are frequently preferred as keywords. In addition, it was concluded that more studies on motor skills are needed in the research area. This research provides important findings for the field of teaching methods spectrum and offers essential information for researchers and practitioners interested in the subject area. Researchers and field experts can review Mark Byra's work for research on the subject; evaluate the Journal of Teaching and Physical Education; use keywords such as education, teachers and students and explore the relationship between teaching methods and motor skills.

Keywords: Teaching methods, Physical education and sports teaching, Bibliometric analysis

Giriş

Öğretim yöntemleri, eğitimde öğrencilerin öğrenme çıktılarını ulaştırmalarına yardımcı olmak ve etkili bir öğrenme sağlamak için kullanılan stratejileri, yaklaşımları ve teknikleri ifade etmektedir. Wang ve Torrisi-Steele (2019) öğretim yöntemlerini, eğitim sürecinde belirlenen hedeflerin kazandırılması için ilke ve stratejilerin kullanılması olarak tanımlamaktadır (Ünlü ve Aydos, 2007). Öğretim yöntemleri geleneksel öğretim yöntemleri, öğretmen merkezli ve öğrenci merkezli yöntemler olarak sınıflandırılabilir (Landøy, Pöpa ve Repanovici, 2020). Bu yöntemler belirlenen öğrenme hedeflerine, öğrencilerin ihtiyaçlarına, öğrenme ortamına, katılıma ve motivasyona göre tanımlanabilir.

Öğretim yöntemlerinin genel amacı, yaratıcılığı harekete geçirecek motive ederek, eleştirel düşünme ve iletişim becerilerini geliştirerek, öğrencilerin öğrenmelerine yardımcı olmaktır (Bidabadi, Isfahani, Rouhollahi ve Khalili, 2016). Beden eğitimi ve spor öğretimi derslerinde de belirlenen hedeflerin kazandırılması ve öğrenim sürecinin etkili yapılandırılması için çeşitli öğretim yöntemleri kullanılmaktadır (Kulinn ve Cothran, 2003). Muska Mosston ve Sara Ashworth tarafından geliştirilen öğretim yöntemleri beden eğitimi ve spor alanında uzun yıllardır kullanılmakta ve konu üzerine çalışmalar yapılmaktadır (Boyce, 1992; Chatoupis ve Vagenas, 2018; Jaakkola ve Watt, 2011)

Beden eğitimi ve spor öğretimi derslerinin temelindeki konuları ve becerileri kazandırma niteliğinde olan öğretim yöntemleri yelpazesi Muska Mosston tarafından geliştirilmiştir (Mosston, 1966). Sonraki yıllarda ise Mosston ve Ashworth birlikte yelpazeyi birkaç önemli değişiklik ile geliştirmeye devam etmiş ve öğretmenlere rehber olması için öğretim yöntemleri yelpazesini tam olarak tanıtmışlardır (Goldberger, Ashworth ve Byra, 2012). Yelpazede karar verme merkezi bir kriter konumunda olup, öğrenme sürecinin öğretmen merkezli veya öğrenci merkezli yürütüldüğü öğretim yöntemlerini oluşturur ve fiziksel, toplumsal, duyuşsal ve bilişsel öğrenme alanlarının gelişimine göre öğretmenlerin yöntemleri seçmesine olanak tanır (Mosston ve Ashworth, 1990).

Öğretim yöntemleri yelpazesinde yer alan komut, alıştırtma, eşli çalışma, kendini değerlendirme ve katılım yöntemlerinde öğretmenin aktif rol aldığı sunuş yoluyla öğretim stratejisi benimsenirken; yönlendirilmiş buluş, problem çözme (farklı-benzer), kişisel program-öğrencinin tasarımı, öğrencinin başlatması, kendi kendine öğretme yöntemleri buluş eşliğinin geçilmesinden dolayı buluş yoluyla öğretim stratejisi benimsenerek yönetilmektedir (Mosston ve Ashworth, 1990).

Öğretmen merkezli yöntemlerin kullanımında öğretmen, öğretim faaliyetleri ile ilgili kararların birçoğunu kendisi alır ve öğrenciler bilgiyi öğretmen tarafından sunulan şekillerde kazanır, becerileri tekrar yoluyla öğrenir ve yeniden üretmeye yönlendirilir. Öğrenci merkezli yöntemlerde ise öğrenciler

yaratıcı düşünme, problem çözme, karar verme, bilgiyi keşfetme ve kullanma sürecine aktif olarak katılır (Kulinn ve Cothran, 2003). Öğretim yöntemleri yelpazesi incelendiğinde sorumluluk kazanma ve kazanılan sorumluluğun bir sonraki yöntem sorumluluğuna katkı sağladığı ifade edilebilir. Ek olarak öğretim yöntemleri yelpazesi öğretmen merkezlilikten öğrenci merkezliliğe doğru geçişin sağlandığı sunuş, buluş ve araştırma yoluyla öğretim stratejilerine dayandırılmaktadır. Beceri öğreniminin etkili bir biçimde sağlanabilmesi için öğretim yöntemlerinin kullanılması ve belirlenmesinde yelpazenin bu açılarından taşıdığı özellikler değerlendirilerek uygulanması ve aktarılması önem taşımaktadır.

Mosston ve Ashworth tarafından geliştirilen öğretim yöntemleri yelpazesi, beden eğitimi ve spor öğretimi etkinliklerinde ve literatürde yer alan çalışmalarda uzun yıllardır kullanılmaktadır. Bu yöntemlerin ilkökul, ortaokul, lise ve üniversite öğrencileri üzerindeki etkisi incelenmiş; duyuşsal, bilişsel ve psikomotor öğrenme alanları ile ilişkisi araştırılmış olup, öğretmen ve öğrenci popülasyonları açısından da bir araştırma konusu olmuştur (Beckett, 1991; Byra, Sanchez ve Wallhead, 2014; Digelidis ve Papaioannou, 2015; Morgan, Kingston ve Sproule, 2005). Bu kapsamda araştırmada beden eğitimi ve spor öğretiminde kullanılan öğretim yöntemleri yelpazesinin bibliyometrik özellikler açısından incelenmesi amaçlanmaktadır. Araştırmada, konu alanına yönelik bilgilerin özetlenmesi, en etkili çalışmaların tespit edilmesi, konu üzerine en çok çalışma yapan yazarların bulunması, yayım kabul etme eğilimine sahip dergilerin saptanması ve araştırma önerilerine ulaşılması tasarlanmıştır. İfade edilen çalışma çıktılarını ulaştırmak için takip eden problem cümleleri oluşturulmuştur;

Tablo 1. Dokümanlar hakkında genel bilgiler

Araştırma Soruları	Analizler
Öğretim yöntemleri yelpazesi üzerine yayınların mevcut durumu ve eğilimi nedir?	Doküman tipi Alıntı oranı Yazar sayısı Referans sayısı
Öğretim yöntemleri yelpazesi üzerine en etkili makaleler, yazarlar ve dergiler nelerdir?	En çok çalışma yapan yazarlar Yıllara göre değerlendirme En çok atıf alan yazarlar En çok yayım kabul eden dergiler
Öğretim yöntemleri yelpazesine yönelik iş birliği ağları nasıldır?	Yazarlar arası iş birliği Ülkelerin iş birliği
Öğretim yöntemleri yelpazesi konu eğilimi nasıldır?	Tematik konu haritası Sık kullanılan anahtar kelimeler Kelime bulutu

Yöntem

Araştırmanın Modeli

Araştırmanın yöntemini oluşturan nicel araştırma yöntemlerinden bibliyometrik analiz, matematiksel veya istatistiksel işlemler ile bir konu alanı üzerine yayımlanan çalışmaların özetlenmesi esasına dayanmaktadır (Van Raan, 1996).

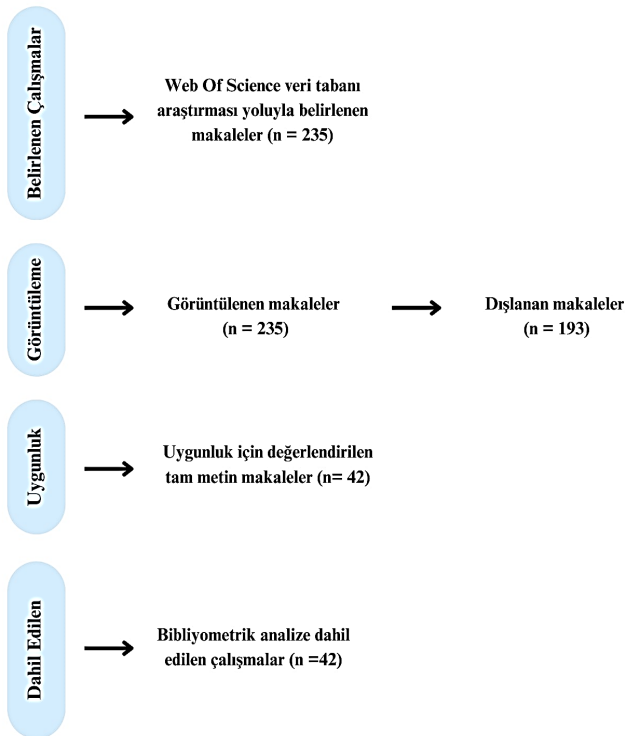
Literatürdeki bazı çalışmalar bibliyometrik analizin içerik analizi olarak tanımlandığını da ifade etmektedir (Kırpık ve Dönbak, 2021). Bu çalışmada beden eğitimi ve spor öğretiminde kullanılan öğretim yöntemleri üzerine bibliyometrik veriler oluşturulmuş ve konu üzerine yapılmış çalışmaların bilgileri bibliyometrik analiz ile ortaya çıkarılmıştır.

Araştırma Grubu

Bu araştırma, Mosston ve Ashworth tarafından geliştirilmiş olan öğretim yöntemlerini içeren araştırmaları kapsamış, konu alanı ile ilgili çalışmalara ulaşmak için benzer çalışmalar incelenmiş (Calabuig-Moreno, González-Serrano, Fomona ve Garcia-Tascon, 2020; Şahin, Karakaya ve Dikmen, 2023) ve Web of Science (WOS) veri tabanında ilgili alanda yapılan 1991-2022 yılları arasındaki çalışmalar araştırmanın kapsamını oluşturmuştur. Bu çalışmada beden eğitimi ve spor öğretiminde kullanılan öğretim yöntemleri üzerine WOS veri tabanında tarama gerçekleştirilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak Web of Science (Core Collection) veri tabanı kullanılırken, öğretim yöntemlerine ilişkin çalışmalara ulaşmak için Boolean operatörleri tercih edilmiştir. Konu alanına yönelik "teaching", "style", "physical education", "spectrum" ve öğretim yöntemlerini içeren anahtar kelimeler ile farklı kelime kombinasyonları oluşturulmuştur. Çalışmaya dahil edilen araştırmalar takip eden dahil etme kriterlerine göre belirlenmiştir: (i) WOS veri tabanındaki herhangi bir indekste taranıyor olmak, (ii) spor bilimleri kategorisinde yer almak.



Şekil 1. Bibliyometrik analizin akış diyagramı

Verilerin Analizi

WOS veri tabanında dahil etme kriterleriyle belirlenen 42 çalışmanın bibliyometrik analizini yapmak için ilk aşamada çalışmalar "Bibtex" formatında dışa aktarılmış, dışa aktarılan verilerin analizi için R versiyon 4.2.2 (Core Team) programlama dili kullanılmıştır. Çalışmaların bibliyometrik analizi R programlama dilinin {bibliometrix} paketi ile gerçekleştirilmiş, bibliometrix paketi R programlama diline yükledikten sonra {biblioshiny} fonksiyonu çalıştırılmış ve ilgili çalışmaların analizi gerçekleştirilmiştir. Analizler, çalışmalarda kullanılan anahtar kelime kullanım sıklığına dayandırılmış (Örn. konu alanı üzerine en sık kullanılan anahtar kelimeleri belirlerken yılda en az 10 kez kullanılmış olması şartı) ve bibtex formatında dışa aktarılan çalışmaların eğilimleri belirlenmiştir.

Etik Beyan

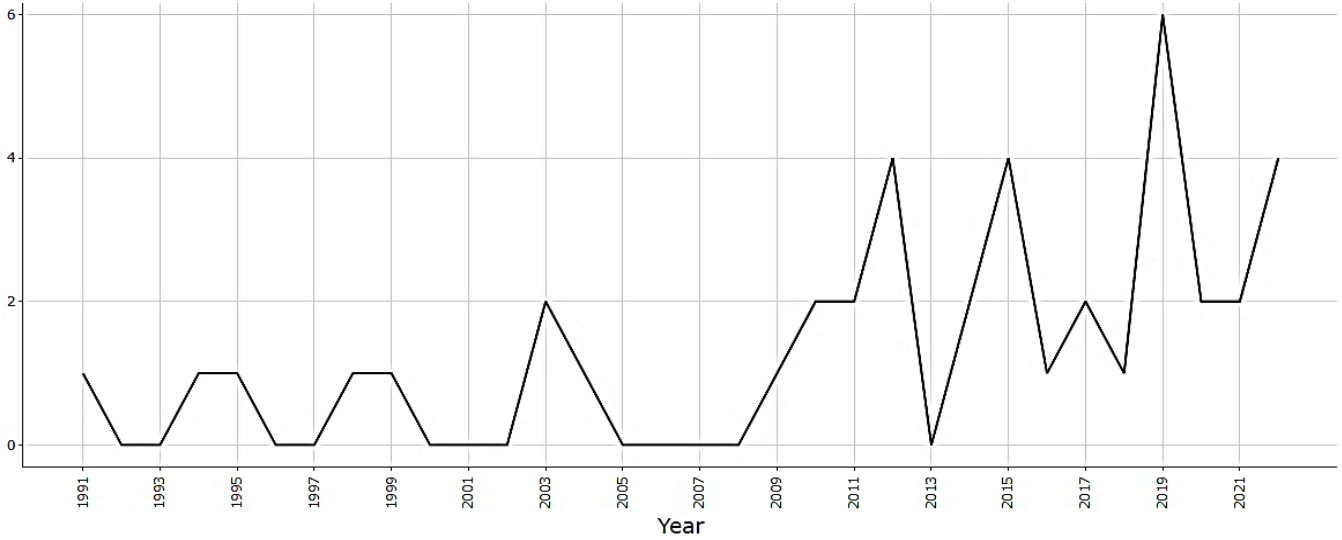
Bu araştırma, Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurul Komisyonu'nun 07.06.2023 tarihli ve GO 2023/345 sayılı kararı ile uygun bulunmuştur.

Bulgular

Beden eğitimi ve spor öğretimi alanında kullanılan öğretim yöntemleri üzerine ilk çalışmaların 1991 yılında yapılmaya başlandığı ve 2022 yılına kadar çalışmaların devam ettiği belirlenmiştir. Tablo 2 incelendiğinde, WOS veri tabanı aracılığı ile konu alanına ilişkin 42 çalışmaya ulaşılmış olup, dokümanlarda 1110 referans gösterildiği, doküman başına ortalama alıntı oranının 9.3 olduğu, toplam 95 yazarın çalışma yaptığı ve 7 dokümanın tek yazarlı olarak yapıldığı tespit edilmiştir. Doküman tiplerine göre incelendiğinde çalışmalardan 35'i makale, 1'i erken erişimli makale, 4'ü bildiri ve 1 çalışmanın ise kitap bölümü tipinde olduğu belirlenmiştir.

Tablo 2. Dokümanlar hakkında genel bilgiler

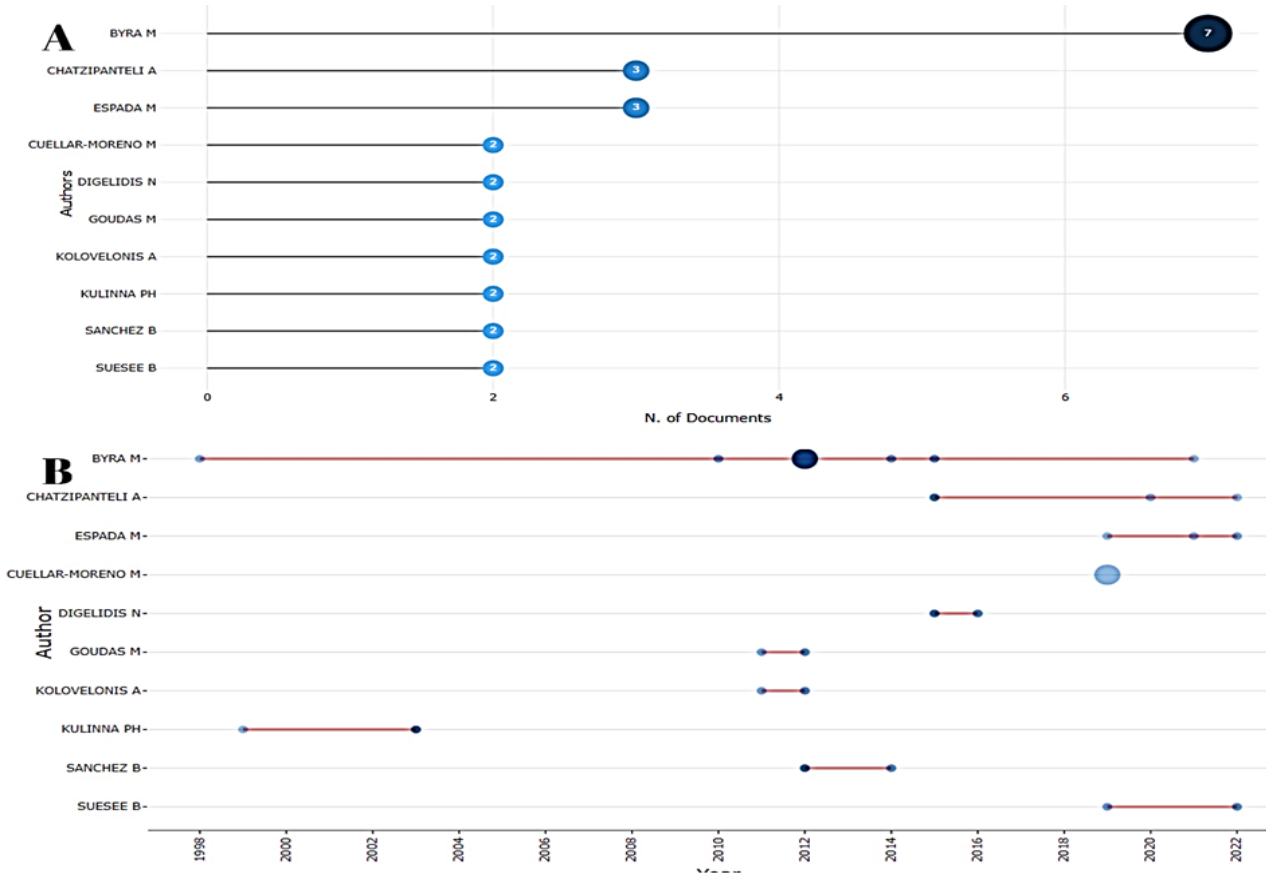
Veriler Hakkında Temel Bilgiler	Sonuçlar
Zaman aralığı	1991:2022
Dokümanlar (makale, kitap, bildiri vs.)	42
Doküman başına ortalama alıntı sayısı	9,3
Referanslar	1110
Belge İçeriği	
Anahtar Kelimeler Artı (ID)	89
Yazar Bilgileri	
Yazarlar	95
Tek yazarlı dokümanların yazarları	7
Yazarlar İş birliği	
Tek yazarlı dokümanlar	7
Doküman Başına Ortak Yazarlar	2,74
Uluslararası ortak yazarlık %	28,57
Doküman Tipleri	
Makale	35
Kitap bölümü	1
Bildiri	4
Erken erişim makaleler	1



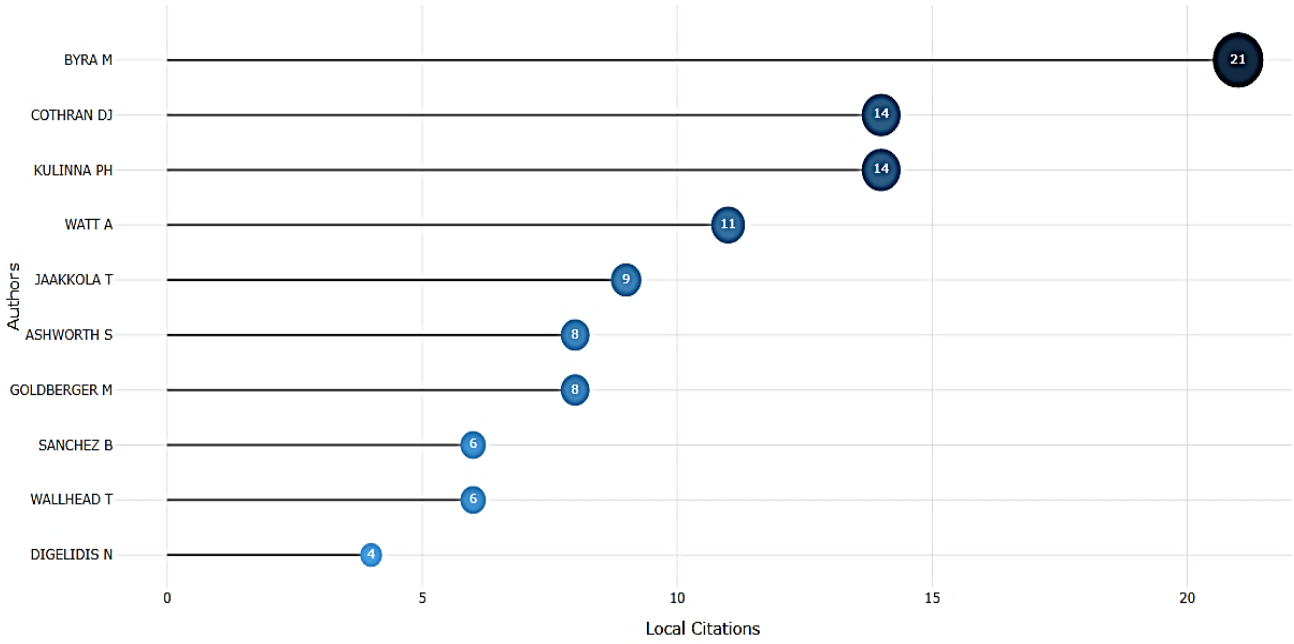
Şekil 2. Öğretim yöntemleri yelpazesine yönelik çalışmaların yıllara göre yayım oranı

WOS veri tabanında konu alanına yönelik yapılan çalışmaların yayım yılları değerlendirilmiş ve konu üzerine ilk yayımın WOS veri tabanında 1991 yılında indekslendiği anlaşılmıştır. Öğretim yöntemleri yelpazesine üzerine WOS veri tabanında 2021 yılına kadar yayımlar indekslenirken, en çok yayım 2019 yılında indekslenmiştir. Şekil 3'te, öğretim yöntemleri spektrumu üzerine en çok çalışma yapan yazarlar görülmekte ve sırasıyla Mark Byra, Maria Espada ve Athanasia Chatzipanteli

en çok çalışma yapan araştırmacılar olarak öne çıkmaktadır. Mark Byra 'nın yıllık olarak çalışma eğilimleri şekil 3'e göre değerlendirildiğinde, 1999-2021 yılları arasında konu üzerine çalışmalar yapmış ve 2012 yılında konu alanına yönelik yoğun bir çalışma dönemi gerçekleştirmiştir. Athanasia Chatzipanteli 2015, 2020 ve 2022 yıllarında çalışmalar yaptığı ve Maria Espada 'nın ise 2019, 2021 ve 2022 yıllarında çalışmalarını yaptığı tespit edilmiştir.



Şekil 3. Öğretim yöntemleri yelpazesine yönelik en çok çalışma yapan araştırmacılar ve yıllara göre değerlendirilmesi

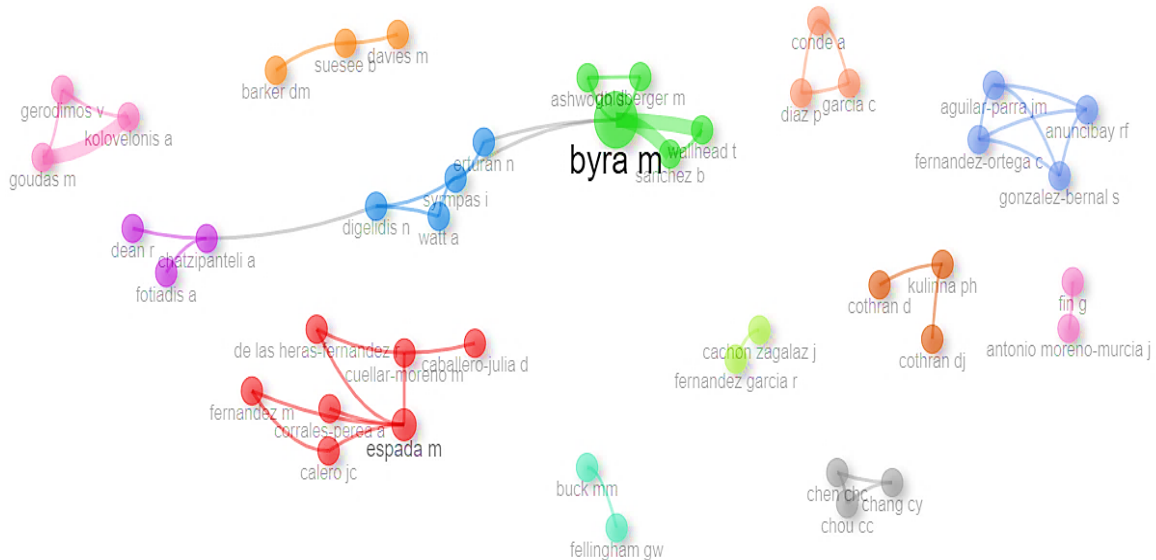


Şekil 4. En çok atıf alan araştırmacılar

Tablo 3. Öğretim yöntemleri yelpazesi üzerine çalışma yapan yazarların özellikleri

Yazarlar	H index	G index	Yayın Sayısı	Başlangıç
Mark Byra	6	7	7	1998
Nikolaos Digelidis	2	2	2	2015
Marios Goudas	2	2	2	2011
Kolovelonis A	2	2	2	2011
Sanchez B	2	2	2	2012
Suesee B	2	2	2	2019
Wallhead T	2	2	2	2014
Watt A	2	2	2	2011
Antonio Moreno-murcia J	1	1	1	2019
Ashworth S	1	1	1	2012

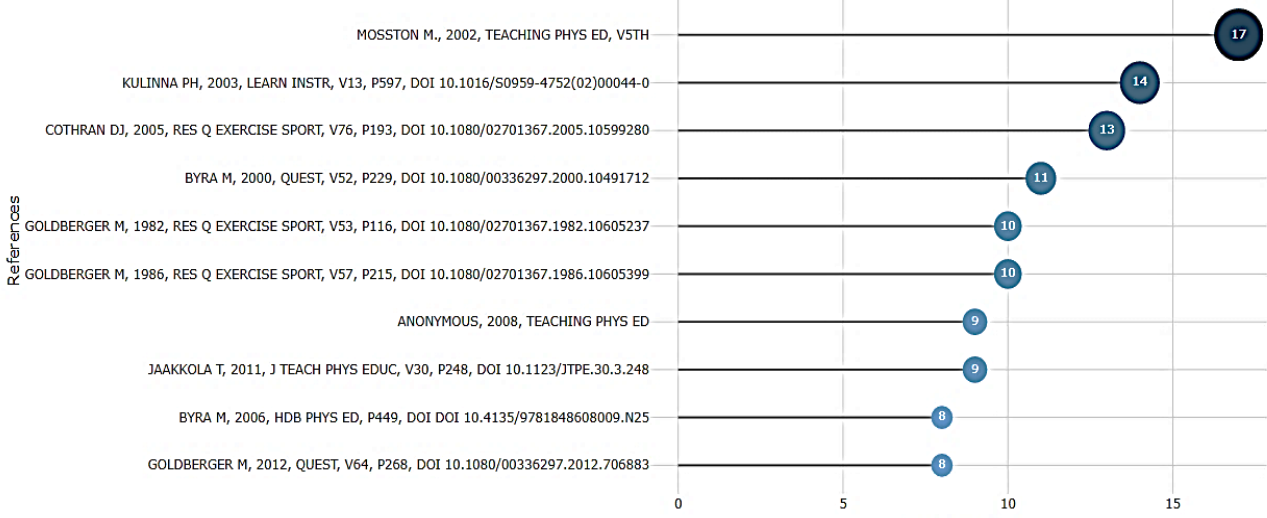
Şekil 4'te öğretim yöntemleri üzerine çalışma yapan araştırmacıların atıf oranlarına yer verilmiş ve en çok atıf oranına sahip olan araştırmacıların Mark Byra, Donetta Cothran ve Pamela Hodges Kulinna olduğu belirlenmiştir. WOS veri tabanında öğretim yöntemleri üzerine ele alınmış 42 makale incelendiğinde, yedi makalenin Mark Byra'ya ait olduğu belirlenmiş ve Byra'nın 1998 yılından beri öğretim yöntemleri üzerine çalışmaları gerçekleştirdiği anlaşılmıştır. Araştırmacıların konu üzerine etkinliğini temsil eden H index ve G index değerleri incelendiğinde Mark Byra'nın öğretim yöntemleri üzerine etkili çalışmaları gerçekleştirdiği ifade edilebilir. Bununla birlikte 2015 yılında çalışmalarını indekslenmeye başlayan Nikolaos Digelidis'in de konu üzerine etkili çalışmalar gerçekleştirdiği yapılan analizler sonucunda belirlenmiştir.



Şekil 5. Öğretim yöntemleri yelpazesi üzerine çalışan araştırmacıların iş birliği ağı

Konu üzerine iş birliği yapan yazarların iş birliği ağı değerlendirilmiş olup, çemberlerin büyüklüğü en çok iş birliği yapılan yazarı, çizgilerin kalınlığı en sık iş birliği yapan yazar ikililerini ifade etmektedir. Şekil 5 incelendiğinde, Mark Byra'nın en çok

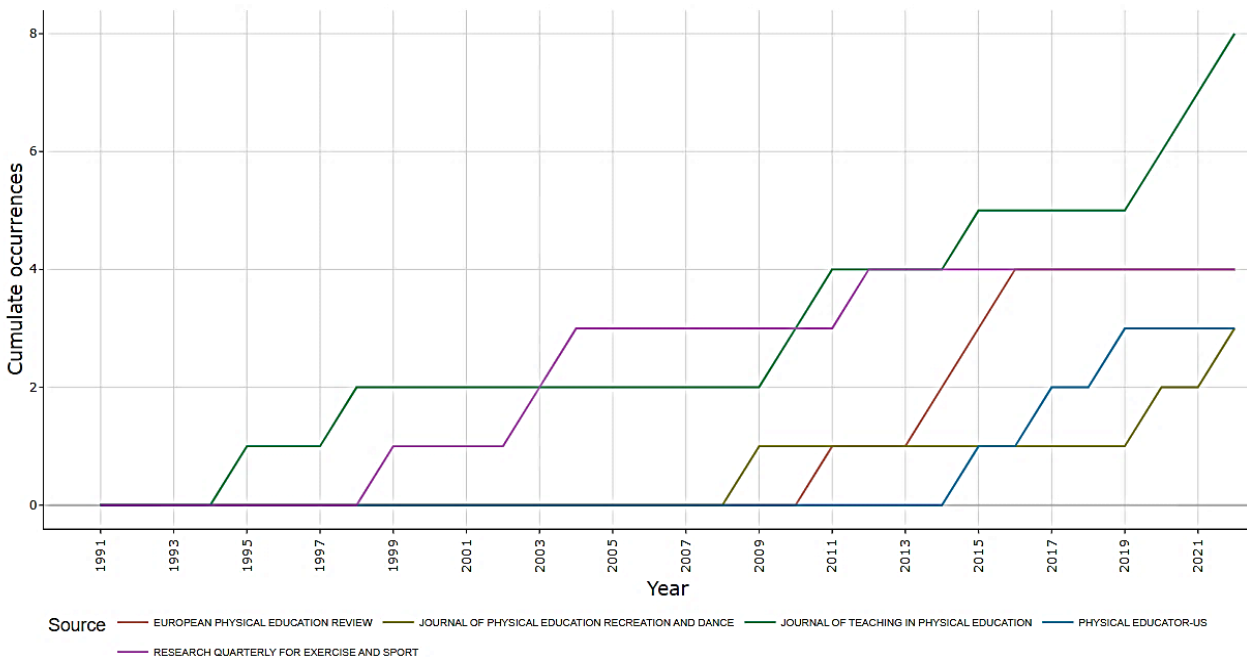
iş birliği yapılan yazar olduğu söylenebilir. Bununla birlikte konu üzerine iş birliği yapan çeşitli araştırma gruplarının bulunduğu ve bu gruplardan bazılarının da Mark Byra ile iş birliği sağladığı ifade edilebilir.



Şekil 6. En çok referans gösterilen çalışmalar

En çok referans gösterilen çalışmaların sıralaması doküman tipi açısından incelendiğinde, birinci çalışmanın kitap, ikinci ve üçüncü çalışmaların araştırma makalesi olduğu saptanmıştır. WOS veri tabanı üzerinde en çok atıfı Masston ve Ashworth (1990) tarafından konu alanı üzerine yazılan "Teaching Physical Education" kitabı almıştır. Kitap, beden eğitimi ve spor öğretiminde kullanılan öğretim yöntemleri yelpizesi üzerine okuyuculara uygulamalı örnekler sunması açısından önem taşımaktadır. Diğer yandan, beden eğitimi öğretmenlerinin

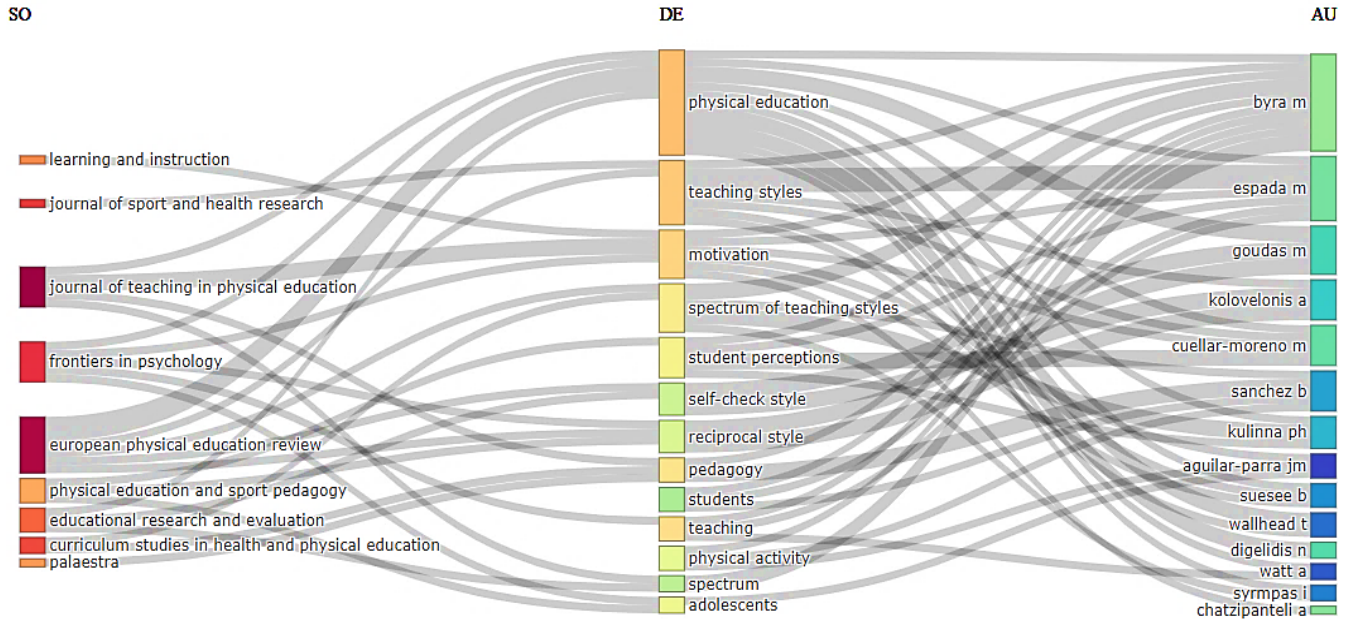
öğretim yöntemleri yelpazesini kullanımını ve öğretim yöntemlerine bakış açılarını ele alan çalışma WOS veri tabanı üzerinde en çok atıfı alan araştırma makalesi olmuştur (Kulinna ve Cothran, 2003). Benzer bir çalışma WOS veri tabanı üzerinde en çok atıfı alan ikinci araştırma makalesi olurken, bu çalışmada da araştırmacılar yedi ülkedeki 1400'den fazla beden eğitimi öğretmenin öğretim yöntemi yelpizesi ile inançları arasındaki ilişkiyi değerlendirmiştir (Cothran ve diğerleri, 2005).



Şekil 7. Öğretim yöntemleri yelpizesi üzerine yayım kabul eden dergilerin yıllara göre yayım oranları

Araştırmanın kapsamını oluşturan 42 çalışmanın hangi dergilerde yayımlandığı bibliyometrik veriler ile değerlendirilmiş ve konu üzerine en çok yayım kabul etme eğiliminde olan derginin Journal of Teaching in Physical Education olduğu tespit edilmiştir. Bu dergi toplamda konu alanı üzerine 8 çalış-

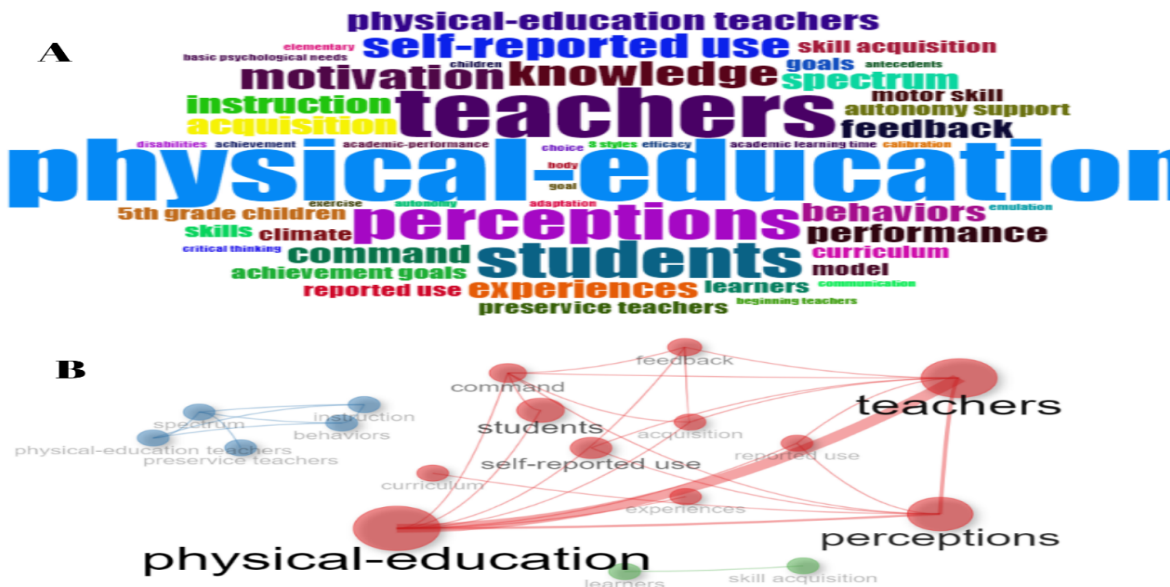
mayı yayımlamıştır. Journal of Teaching in Physical Education dergisini Research Quarterly for Exercise and Sport dergisi takip etmiş ve konu alanı üzerine 4 çalışmayı yayımlamıştır. Öğretim yöntemleri üzerine en çok yayım kabul eden dergilerin ayrıntılı listesine Şekil 7’de yer verilmiştir.



Şekil 8. Yayım kabul eden dergiler, sık kullanılan anahtar kelimeler ve yazarlar

Yayım kabul eden dergiler, yazarlar ve kullanılan anahtar kelimeler arasındaki ilişki incelenmiş olup, konu üzerine en çok yayım yapan Mark Byra’ nın en çok “physical education (beden eğitimi)”, “teaching Styles (öğretim yöntemleri)” ve “spectrum of teaching Styles (öğretim yöntemleri yelpizesi)” anahtar kelimelerini tercih ettiği belirlenmiştir. Bununla birlikte konu üzerine en çok yayım kabul eden Journal of Teaching in Physi-

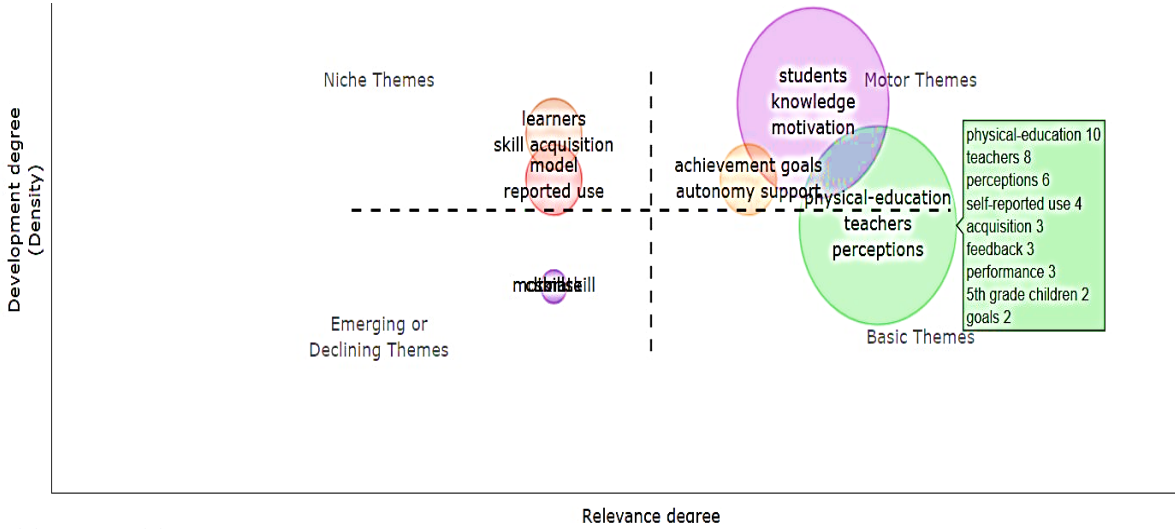
cal Education dergisinin “physical education (beden eğitimi)” ve “motivation (motivasyon)” anahtar kelimelerine sahip çalışmaları yayımladığı analizler sonucunda saptanmıştır. Konu üzerine yayım yapan araştırmacıların kullandığı anahtar kelimelere ve dergilerin kabul etme eğiliminde olduğu anahtar kelimelere yönelik detaylı bilgiye Şekil 8’de yer verilmiştir.



Şekil 9. Anahtar kelime bulutu ve kelimelerin ilişkisi

Araştırmanın kapsamını oluşturan 42 çalışmada kullanılan anahtar kelime sıklığı kelime bulutu analizi ile değerlendirilmiş, konu alanı üzerine en çok tercih edilen anahtar kelimenin “physical education (beden eğitimi)” olduğu anlaşılmıştır. Bu anahtar kelimeye ek olarak “teachers (öğretmenler)”, “perceptions (algılar)”, “students (öğrenciler)” anahtar kelimelerinin de sıklıkla tercih edildiği tespit edilmiştir. Kelime bulutu analizinde yazıların büyüklüğü daha sık kullanılan anahtar kelimeleri temsil ederken, en çok tercih edilen anahtar kelimelere yönelik bilgilere Şekil 9A’ da yer verilmiştir.

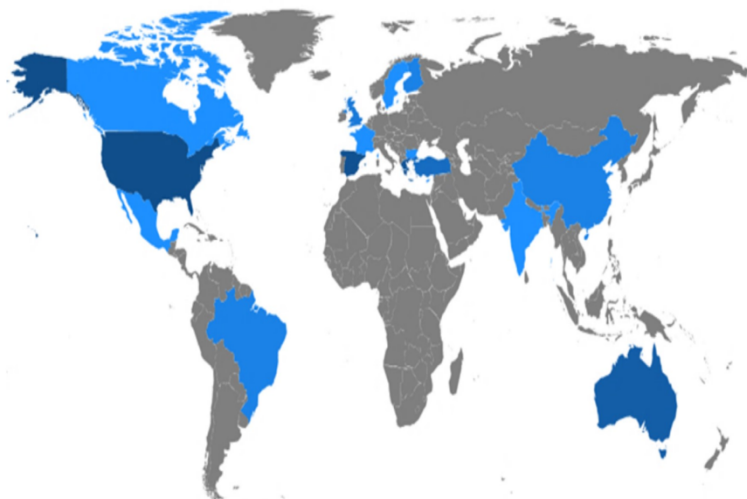
Kullanılan kelimelerin birbirleri ile ilişkisi ve kullanılma sıklığı Şekil 9B ile incelendiğinde, kelimeler arasındaki çizgiler kelime kombinasyonlarını, çizgilerin kalınlığı birlikte kullanılma sıklığını, kelimelerin koyuluğu ve dairelerin büyüklüğü ise en çok kullanılan kelimeleri ifade etmektedir. Physical-education ve teachers kelimelerinin en çok kullanılan kombinasyon olduğu söylenebilir.



Şekil 10. Tematik harita

Tematik harita, merkezilik ve yoğunluk olarak iki boyutu kapsamaktadır. Bununla birlikte X eksenini merkeziliği ve konunun önemini, Y eksenini yoğunluğu ve konunun merkeziliğini temsil etmektedir. Buna göre, sağ üst kısım hem önemli hem de iyi gelişmiş temaları, sol üst kısım oldukça gelişmiş ve izole edilmiş temaları, sol alt kısım azalan temaları ifade eder ve sağ alt kısım ise temel temaları içerir. Öğretim yöntemleri yelpazesi üzerine yapılan çalışmaların tematik konu analizi incelendiğinde; student (öğrenci), knowledge (bilgi), motivation (motivas-

yon), achievement goals (başarı hedefleri) ve autonomy support (özerklik desteği) konularının önemli ve iyi gelişmiş olduğu; learners (öğrenciler), skill acquisition (beceri kazanımı), model ve reported use (bildirilen kullanım) konularının gelişmiş ve izole edildiği; motor skill (motor beceri) ve achievement (başarı) konularının daha az tercih edildiği; physical education (beden eğitimi), teachers (öğretmenler) ve perceptions (algılar) konularının ise temel konular olduğu tespit edilmiştir.



Amerika	32
İspanya	26
Yunanistan	22
Avustralya	13
Türkiye	6
İngiltere	3
Brezilya	2
Çin	2
Finlandiya	2
Bulgaristan	1

Şekil 11. Ülkelerin iş birliği dağılımı

Öğretim yöntemleri yelpazesi konu alanında iş birliği yapılan ülkeler Şekil 11' de renkli olarak belirtilmiş olup, renklerin koyuluğu en çok iş birliği yapılan ülkeyi belirtmektedir. Şekil 11 incelendiğinde en çok Amerika'daki araştırmacılar ile iş birliği sağlandığı söylenebilir. Amerika'yı İspanya ve Yunanistan takip ederken, Türkiye'den 6 araştırmacı ile iş birliği gerçekleştirilmiştir. Özgül, Atan ve Kangalgil (2019) tarafından yapılan çalışmada, komut ve katılım yöntemlerinin öğrencilerin temel voleybol becerileri ile beden eğitimi spor dersine olan tutumları üzerindeki etkisini incelemiştir. Diğer bir çalışmada ise Türkiye'deki ortaokullarda beden eğitimi spor öğretmenleri tarafından kullanılan öğretim yöntemlerini ve bu yöntemlere ilişkin algıları ele almışlardır (Parsak ve Saraç, 2019). Benzer şekilde Sympas, Papaioannou, Digelidis, Erturan ve Byra (2019), Türkiye ve Yunanistan'daki beden eğitimi ve spor öğretmen adaylarının öğretim yöntemlerine yönelik kullanımlarını ve algılarını araştırmışlardır.

Tartışma

Öğretim sürecinde eğitimcilerin öğrenmeyi kolaylaştırmak için benimsediği çeşitli öğretim yöntemleri bulunmaktadır. Araştırmacılar, öğrencilerin öğrenme sürecini etkileyebilecek bireysel farklılıklara sahip olduğunu belirtirken (Salar, Turgut, Aksakallı ve Gürbüz, 2016), bu farklılıklardan dolayı standart bir öğretim yöntemi kullanımının tüm öğrenciler için etkili bir öğretim sağlamayacağı ifade edilmektedir (Xie ve Jiang, 2022). Nitekim çalışmalar, öğrencilere uygun öğretim yöntemi kullanıldığında akademik başarı düzeyinin önemli düzeyde etkilendiğini göstermiştir (Inayat ve Ali, 2020; Syafitri, 2018). Eğitimciler, öğrencilerin çeşitliliğini ve benzersiz ihtiyaçlarını dikkate alarak öğretimi sürdürmeyi planlasa da öğretim sürecindeki temel amaç öğrenci gruplarının tümünü kapsayan bir öğretim yöntemini kullanabilmektedir (Dreyer ve Van der Walt, 1996). Bu yüzden eğitimciler, öğretim yöntemleri arasındaki farklılıkları kabul etmekle birlikte etkili öğretim stratejisini uygulamak arasında bir denge kurması gerekmektedir. Bu dengeyi sağlamak için Mosston ve Ashworth (1990) eğitimcilerin farklı öğrencilerin ihtiyaçlarına en iyi şekilde uyarlayabilecekleri ve değiştirebilecekleri bir öğretim yöntemleri yelpazesini geliştirmiştir. Yelpaze komut, alıştırmaya, eşli çalışma gibi geleneksel öğretim yöntemlerini ve yönlendirilmiş buluş, problem çözme ve öğrencinin başlatması gibi daha modern, yenilikçi yöntemleri kapsamaktadır.

Mosston ve Ashworth tarafından geliştirilen öğretim yöntemleri yelpazesi literatürde farklı konu başlıkları ile araştırmacılar tarafından değerlendirilmiş olup, bu yöntemlerin psikomotor, duyuşsal ve bilişsel beceriler üzerine etkisi kapsamlı bir şekilde rapor edilmiştir. Önceki bir çalışmada öğretmen ve öğrenci algıları ile öğretim yöntemleri yelpazesi arasındaki ilişki ele alınmış olup, öğretmenlerin kişisel deneyimlerine göre öğretim yöntemi seçtiği ifade edilmiştir (Sympas, Digelidis ve Watt, 2016). Bu araştırma bulgularına literatürde farklı çalışmalarda da rastlanılmış olup (Cothran, Kulinna ve Ward, 1999;

Parsak ve Saraç, 2019), öğretim yöntemlerine yönelik algı ve uygulamaların öğrencilerin motivasyonu ve öz yeterlikleri üzerine istatistiksel olarak anlamlı bir etki oluşturduğu araştırmacılar tarafından gözlemlenmiştir (Kulinna ve Cothran, 2003; Chatzipanteli, Digelidis ve Papaioannou, 2015). Bu araştırma bulgularına benzer bulgular diğer çalışmalarda da rapor edilirken, öğretim yöntemleri yelpazesinin psikomotor gelişimde de etkili olabileceği belirtilmiştir (Harrison, Fellingham, Buck ve Pellett, 1995). İfade edilen konu başlıklarına ek olarak öğretim yöntemleri yelpazesinin öğrenciler üzerinde algılanan başarı düzeyini artırdığı ve öğrencilerin karar verme becerilerini olumlu yönde etkilediği saptanmıştır (Byra ve Jenkins, 1998; Kirby, Byra, Readdy ve Wallhead, 2015; Barba-Martín, 2010).

Diğer yandan literatürdeki araştırmalar öğrenci merkezli öğretim yöntemlerinin, öğretmen merkezli öğretim yöntemlerine kıyasla öğrencilerin bilişsel, duyuşsal ve psikomotor becerilerini daha fazla geliştirdiğini belirtmiştir (Cuellar-Moreno ve Caballero-Juliá, 2019). Öğretim yöntemlerinin araştırma sıklığı kelime bulutu analizi ile değerlendirilmiş olup, en çok araştırma konusu olan yöntemlerin eşli çalışma ve kendini değerlendirme yönteminin olduğu tespit edilmiştir. Literatürde yapılan çalışmaların metodolojik tasarımları değerlendirildiğinde ise nicel araştırma yöntemlerinden betimsel, korelasyonel ve yarı deneysel ön-test son-test araştırma desenlerinin tercih edildiği saptanmıştır. Tematik harita bulguları ele alındığında öğretim yöntemleri yelpazesinin motor beceri ve hareket ana başlıklarında daha az araştırma konusu olduğu söylenebilir. İfade edilen konu başlıkları öğretim yöntemleri yelpazesi alanının sınırlı yönlerini oluştururken, ilerleyen dönemlerde motor beceri ve hareket ile öğretim yöntemleri yelpazesi arasındaki ilişkiyi değerlendiren çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Sonuç ve Öneriler

Bu araştırmanın sonucunda öğretim yöntemleri konusuna yönelik en çok yayın yapan ve en çok atıf yapılan yazarın Mark Byra olduğu anlaşılmıştır. Konu alanı üzerine gerçekleştirilen çalışmaların üç veya daha çok yazar iş birliği ile yapıldığı belirlenmiştir. Konu üzerine yayın kabul etme eğilimine sahip olan derginin Journal of Teaching and Physical Education olduğu tespit edilmiştir. Ek olarak physical education, teachers, perceptions, students ve knowledge kelimelerinin anahtar kelime olarak tercih edildiği saptanmıştır.

İlerleyen dönemde konu alanı üzerine araştırma yapmak isteyen araştırmacılar öğretim yöntemlerinin motor beceriler üzerine etkisini değerlendirebilir. Nitekim tematik harita analizi sonuçları konu alanında motor beceriler üzerine yeterli çalışmanın yapılmadığını göstermiştir. Bu çalışmanın sonuçlarının konu alanına ilgi duyan araştırmacılar ve uygulayıcılara rehber olabileceği ve yayım sürecini hızlandırabilme anlamında önemli olduğu söylenebilir.

Yazar notu

Bu çalışma, 5.Ulusal Spor Bilimleri Öğrenci Kongresi, Ankara-Gazi Üniversitesi 8-10 Mayıs 2023'te özet bildiri olarak sunulmuştur.

Finans Kaynakları

Bu çalışmanın hazırlanması ve yazımı sırasında kurum ve/veya kuruluşlardan herhangi bir maddi destek alınmamıştır.

Çıkar Çatışması

Bu makalenin yayınlanmasıyla ilgili yazarlar arasında herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Yazar Katkıları

Araştırma Fikri: OD, SNU; Araştırma Tasarımı: OD, SNU; Verilerin Analizi: SNU; Makale Yazımı: OD, SNU; Eleştirel İnceleme: OD

Kaynaklar


1. Barba, M. (2010). Differences between the cooperative learning and the practice style in rural school. Comparison of two studies of case in a didactic unit of acrosport in the second cycle of primary education. *RETOS-Neuvas Tendencias en Educacion Fisica, Deporte y Recreacion*, (18), 14-18.
2. Beckett, K. D. (1991). The effects of two teaching styles on college students' achievement of selected physical education outcomes. *Journal of Teaching in Physical Education*, 10(2), 153-169.
3. Bidabadi, N. S., Isfahani, A. N., Rouhollahi, A. ve Khalili, R. (2016). Effective teaching methods in higher education: requirements and barriers. *Journal of Advances in Medical Education ve Professionalism*, 4(4), 170-178.
4. Boyce, B. A. (1992). The effects of three styles of teaching on university students' motor performance. *Journal of Teaching in Physical Education*, 11(4), 389-401.
5. Byra, M. ve Jenkins, J. (1998). The thoughts and behaviors of learners in the inclusion style of teaching. *Journal of Teaching in Physical Education*, 18(1), 26-42.
6. Byra, M., Sanchez, B. ve Wallhead, T. (2014). Behaviors of students and teachers in the command, practice, and inclusion styles of teaching: Instruction, feedback, and activity level. *European Physical Education Review*, 20(1), 3-19.
7. Calabuig-Moreno, F., González-Serrano, M. H., Fombona, J. ve Garcia-Tascon, M. (2020). The emergence of technology in physical education: A general bibliometric analysis with a focus on virtual and augmented reality. *Sustainability*, 12(7), 2728.
8. Chatoupis, C. ve Vagenas, G. (2018). Effectiveness of the practice style and reciprocal style of teaching: A meta-analysis. *Physical Educator*, 75(2), 175-194.
9. Chatzianteli, A., Digelidis, N. ve Papaioannou, A. G. (2015). Self-regulation, motivation and teaching styles in physical education classes: An intervention study. *Journal of Teaching in Physical Education*, 34(2), 333-344.
10. Cothran, D. J., Kulinna, P. H., Banville, D., Choi, E., Amade-Escot, C., Macphail, A., Macdonald, D., Richard, J. F., Sarmiento P. ve Kirk, D. (2005). A cross-cultural investigation of the use of teaching styles. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 76(2), 193-201.
11. Cothran, D., Kulinna, P. H. ve Ward, E. (1999). Students' experiences with and perceptions of Mosston's spectrum of teaching styles. *In Research Quarterly for Exercise and Sport*, 70(1), A84-A85.
12. Cuellar-Moreno, M. ve Caballero-Juliá, D. (2019). Student perceptions regarding the command and problem solving teaching styles in the dance teaching and learning process. *Research in Dance Education*, 20(3), 297-310.
13. Dreyer, C. ve Van der Walt, J. L. (1996). Learning and teaching styles: Empowering diverse learners in tertiary classrooms. *Koers-Bulletin for Christian Scholarship/Bulletin vir Christelike Wetenskap*, 61(4), 469-482.
14. Goldberger, M., Ashworth, S. ve Byra, M. (2012). Spectrum of teaching styles retrospective 2012. *Quest*, 64(4), 268-282.
15. Harrison, J. M., Fellingham, G. W., Buck, M. M. ve Pellett, T. L. (1995). Effects of practice and command styles on rate of change in volleyball performance and self-efficacy of high-, medium-, and low-skilled learners. *Journal of Teaching in Physical Education*, 14(3), 328-339.
16. Jaakkola, T. ve Watt, A. (2011). Finnish physical education teachers' self-reported use and perceptions of Mosston and Ashworth's teaching styles. *Journal of Teaching in Physical Education*, 30(3), 248-262.
17. Inayat, A. ve Ali, A. Z. (2020). Influence of teaching style on students' engagement, curiosity and exploration in the classroom. *Journal of Education and Educational Development*, 7(1), 87-102.
18. Kırpık, G. ve Dönbak, E. R. (2021). Turizm alanında yer alan liderlik araştırmalarının bibliyometrik analizi. *Alanya Akademik Bakış*, 5(2), 883-909.
19. Kirby, S., Byra, M., Readdy, T. ve Wallhead, T. (2015). Effects of spectrum teaching styles on college students' psychological needs satisfaction and self-determined motivation. *European Physical Education Review*, 21(4), 521-540.
20. Kulinna, P. H. ve Cothran, D. J. (2003). Physical education teachers' self-reported use and perceptions of various teaching styles. *Learning and Instruction*, 13(6), 597-609.
21. Landøy, A., Popa, D. ve Repanovici, A. (2020). Teaching learning methods. *Collaboration in Designing a Pedagogical Approach in Information Literacy*, 137-161.
22. Morgan, K., Kingston, K. ve Sproule, J. (2005). Effects of different teaching styles on the teacher behaviours that influence motivational climate and pupils' motivation in physical education. *European Physical Education Review*, 11(3), 257-285.
23. Mosston, M. (1966). *Teaching physical education*. Columbus, OH: Merrill
24. Mosston, M. ve Ashworth, S. (1990). *The spectrum of teaching styles. From command to discovery*. Longman, Inc., 95 Church St., White Plains, NY 10601-1505.
25. Özgül, F., Atan, T. ve Kangalıl, M. (2019). Comparison of the command and inclusion styles of physical education lessons to teach volleyball in middle school. *Physical Educator*, 76(1), 182-196.
26. Parsak, B. ve Saraç, L. (2019). Turkish physical education teachers' use of teaching styles: self-reported versus observed. *Journal of Teaching in Physical Education*, 39(2), 137-146.
27. Salar, R., Turgut, Ü., Aksakallı, A. ve Gürbüz, F. (2016). Bireysel farklılıkların öğretim sürecine yansımalarına dair öğretmen görüşlerinin incelenmesi: nitel bir araştırma. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(2), 431-444.


28. **Syafitri, N.** (2018). The correlation between lecturers' teaching styles and students' reading habit towards reading comprehension. *ELS-JISH*, 1(1), 96-102.
29. **Sympas, I., Digelidis, N. ve Watt, A.** (2016). An examination of Greek physical educators' implementation and perceptions of Spectrum teaching styles. *European Physical Education Review*, 22(2), 201-214.
30. **Sympas, I., Papaioannou, A., Digelidis, N., Erturan, G., ve Byra, M.** (2020). Higher-order factors and measurement equivalence of the spectrum of teaching styles' questionnaire across two cultures. *Journal of Teaching in Physical Education*, 40(2), 245-255.
31. **Şahin, A., Karakaya, Y. E. ve Dikmen, M.** (2023). Mapping tendencies in curriculum research on physical education and sports: a bibliometric analysis. *Participatory Educational Research*, 10(3), 106-129.
32. **Ünlü, H. ve Aydos, L.** (2007). Öğretmen görüşlerine göre; beden eğitimi derslerinde öğretmenlerin ve öğrencilerin tercih ettikleri öğretim yöntemleri. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(2), 71-81.
33. **Van Raan, A.** (1996). Advanced bibliometric methods as quantitative core of peer review based evaluation and foresight exercises. *Scientometrics*, 36(3), 397-420.
34. **Wang, V. ve Torrisi-Steele, G.** (2019). Transformation of higher education in China: A teaching methods perspective. In *Handbook of research on challenges and opportunities in launching a technology-driven international university* (pp. 131-160). IGI Global.
35. **Xie, R. ve Jiang, J.** (2022). Creativity: the effectiveness of teacher-student conflict. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3), 1628.

COVID-19 Salgını Sürecinde Fiziksel Aktivitenin Ergenlerin Psikolojik İyi Oluşları Üzerine Yordayıcı Etkisi

Predictive Effect of Physical Activity on Adolescents' Psychological Well-Being
During the COVID-19 Pandemic

Araştırma Makalesi / Research Article

 Ayşe Özge DALDAŞ¹

 Gökçe ERTURAN²

¹ Katip Çelebi İlkokulu, DENİZLİ

² Pamukkale Üniversitesi
Spor Bilimleri Fakültesi, DENİZLİ

Sorumlu Yazar / Corresponding Author
Prof. Dr. Gökçe ERTURAN
gokce.erturan@gmail.com

Geliş Tarihi / Received : 03.10.2023

Kabul Tarihi / Accepted : 26.12.2023

Yayın Tarihi / Published : 31.01.2024

Etik Bilgilendirme / Ethical Statement

Bu araştırma, Pamukkale Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'nun 05.10.2021 tarih ve E-60116787-020-44409 sayılı kararı ile etik açıdan uygun bulunmuştur.

DOI: 10.53434/gbesbd.1370504

Öz

Bu araştırmanın amacı, COVID-19 salgını sürecinde fiziksel aktivitenin ergenlerin psikolojik iyi oluş parametreleri üzerine yordayıcı etkisini incelemektir. Toplam 1041 (560 kız, 481 erkek; $X_{yaş} = 15,59 \pm 2,46$.) lise öğrencisi uygun örnekleme yöntemi ile araştırmaya dahil edilmiştir. COVID-19 salgını kısıtlamalarında eve kapanmanın sonrasında okulların açıldığı 2021-2022 eğitim-öğretim yılında, gerekli izinler alındıktan sonra veriler toplanmıştır. Öğrencilerin depresyon, mutluluk, öznel zindelik, fiziksel aktivite, mental iyi oluş ve yaşam doyumu düzeylerini ölçen ölçek paketi, beden eğitimi ve spor ders saatlerinde uygulanmıştır. Verilerin toplanması sırasında öğrencilere, COVID-19 salgını kısıtlamaları sırasındaki dönemi düşünceleri istenmiştir. Verilerin analizinde fiziksel aktivitenin her bir psikolojik sağlık değişkeni üzerine yordayıcı etkisini tespit etmek için doğrusal basit regresyon analizi uygulanmıştır. Ergenlerin fiziksel aktivite düzeyinin mental iyi oluş, öznel zindelik ve mutluluk düzeyleri üzerine pozitif anlamlı yordayıcı etkisi olduğu, depresyon ve yaşam doyumu düzeyleri üzerine anlamlı yordayıcı etkisi olmadığı görülmüştür. Bu çalışma, fiziksel aktivitenin, salgın gibi olağanüstü koşullarda bile psikolojik sağlığın önemli bileşenlerine yaptığı pozitif etkiyi kanıtlaması bakımından beden eğitimi öğretmenlerine, öğretmen yetiştiren kurumlara ve Millî Eğitim Bakanlığına önemli bilgiler sağlamaktadır.

Anahtar Kelimeler: Fiziksel aktivite, Psikolojik sağlık, COVID-19 salgını, Ergenler

Abstract

The aim of this study was to examine the predictive effect of physical activity on adolescents' psychological well-being during the COVID-19 pandemic era. A total of 1041 (560 female, 481 male) high school students participated in the study using convenience sampling method. In the 2021-2022 academic year, when schools are opened after the lockdown due to COVID-19 pandemic restrictions necessary permissions were obtained. Participants were filled the questionnaire pack assessing students' depression, happiness, subjective vitality, physical activity, mental well-being, and life satisfaction was applied during physical education and sports lesson. During data collection, students completed the questionnaire pack keeping the COVID-19 pandemic restrictions in mind. Simple linear regression analysis was used to determine the predictive effect of physical activity on each psychological health variable. Adolescents' physical activity level had a significant positive predictive effect on mental well-being, subjective vitality, and happiness levels, while there was no significant predictive effect on depression or life satisfaction levels. This study is important for physical education teachers, teacher training institutions, and the Ministry of National Education because it demonstrates the positive effect of physical activity on important components of psychological health even in extreme conditions such as pandemics.

Keywords: Physical activity, psychological health, COVID-19 pandemic, Adolescents

Giriş

COVID-19 salgını süresince alınan karantina önlemleri salgının yayılmasını sınırlamak için gerekli görülse de Dünya Sağlık Örgütü, salgının psikolojik iyi oluş üzerine olumsuz etkilerinin altını çizmiştir (Dünya Sağlık Örgütü, 2020). Bireyler, karantina sırasında enfeksiyon ve ölüm korkusu, sosyal temasların kaybı, hapsedilme, çaresizlik gibi stres yaratan çok sayıda faktörün yanı sıra depresyon ve panik atak yaşamışlardır (Brooks ve diğerleri, 2020; Xiang ve diğerleri, 2020). Bu olumsuz etkilerin yanı sıra COVID-19 salgını döneminde karantina sürecini evlerinde geçiren bireylerin daha fazla hareketsiz yaşama maruz kalarak kilo artışı, bölgesel ağrılar, halsizlik hissi yaşadıkları da belirlenmiştir (Akyol, Başkan ve Başkan, 2020).

Salgın döneminde okulların eğitimini uzaktan sürdürmesi (Hürriyet, 2023) sebebiyle ergenlerin bilgisayar, telefon, tablet gibi teknolojik cihazlarla evde hareketsiz geçirdikleri süre artmıştır (Çelik ve Yenal, 2020). Bu dönemde yaşanan kısıtlamaların, bireylerin psikolojik sağlığına doğrudan ve dolaylı etkileri (Evli ve Şimşek, 2022) gündeme gelmiştir. Kişilerin yaşamlarının niteliği ile ilgili genel değerlendirmeleri içeren psikolojik iyi oluş, bilişsel ve duygusal parçaları olan çok boyutlu bir yapıdır (Diener, 1994). Psikolojik iyi oluşun üç önemli özelliği bulunmaktadır. Bunlardan birincisi, öznel olmasıdır. Çünkü Campbell'a (1976) göre psikolojik iyi oluş, bireyin kendi deneyimi dahilindedir. İkincisi, psikolojik iyi oluşun pozitif faktörleri de içinde bulundurmasıdır. Üçüncüsü ise psikolojik iyi oluşun kişinin yaşamı ile ilgili tüm yönlerin genel bir değerlendirmesi şeklinde olduğudur (Diener, 1994). Psikolojik iyi oluşun yüksek olması, yaşam doyumu algısının yüksek olması, çoğunlukla hoş duygular, haz duyguları içerisinde olmayı ve nadiren üzüntü, keder, öfke gibi olumsuz duyguların yaşamasını içerir.

Psikolojik iyi oluşun, farklı parametrelerinden biri olan öznel zindelik, "tam işlevli bir kişinin belki de en genel özelliği" olarak kabul edilmiştir (Ryan ve Deci, 2017). Öznel zindelik, öznel iyi oluşun eudaimonik veya duygusal yönünü işlevselleştiren bir kavramdır (Ryan ve Deci, 2008). Bu nedenle öznel zindelik, bireyin fiziksel sağlık, kendini gerçekleştirme ve kişisel refah ile ilişkili değişkenlerini gösterir. Öznel zindelik, psikolojik iyi oluşun ve tam olarak işlevsel olmanın bir ölçüsü olarak yaygın olarak kullanılan, uyanık ve canlı olma ve enerjiye sahip olma hissini ifade eder (Ryan ve Frederick, 1997). Yüksek düzeyde öznel zindeliğe sahip bireyler, aktivite yapmak için motive, uyanık ve enerjili olma eğilimindedir. Ayrıca, anlamlı aktiviteler gerçekleştirme, stresli yaşam olaylarıyla etkili bir şekilde başa çıkma ve daha iyi psikolojik sağlığa sahip olma konusunda daha yüksek katılım bildirdiler (Uğur, Kaya ve Tanhan, 2021).

Mutluluk, kişinin genel öznel iyi oluşunu yansıtan, keyif ve memnuniyet ile karakterize edilen öznel bir ruh halidir (Veenhoven, 2010). Bireyin yaşamının en temel amaçlarından biri olan mutluluk, kendini gerçekleştirme ve doyumda önemli bir rol oynamaktadır (Diener ve Seligman, 2004). Psikososyal ve zihinsel

sağlığın, daha fazla mutluluğa yol açtığı bilinmektedir (Freire ve Ferreira, 2018).

COVID-19 salgını döneminde kısıtlamalardan etkilenen ergenlerde belirsizliğe tahammülsüzlük nedeniyle mutluluk düzeylerinin doğrudan olumsuz etkilendiği bilinmektedir (Evli ve Şimşek, 2022). Chen, Osika, Henriksson, Dahlstrand, Friberg (2022), yaptıkları boylamsal çalışmada salgın boyunca işveçli ergenlerin stres ve psikosomatik semptomlarının yüksek, mutluluğun ise düşük düzeyde seyrettiğini belirlemişlerdir. Benzer şekilde İranlı ergenlerde salgında düşük-orta düzey mental bozukluk gözlenirken (Ghorbani, Afshari, Eckelt, Dana ve Bund, 2021), Kanadalı ergenlerde yüksek stres düzeyi tespit edilmiştir (Laurier, Pascuzzo ve Beaulieu, 2021). Ergenlerde salgından psikolojik olarak olumsuz etkilenmenin diğer bir sebebi de karantinaya alınma olarak görünmektedir. Zhang, Zhang, Ma ve Di (2020), salgının ilk ayında, karantinaya alınan Çinli ergenlerin kaygı düzeylerinin karantinaya girmeyenlerden yüksek olduğunu belirlemişlerdir.

Yaşam doyumu da diğer psikolojik sağlık değişkenleri gibi ergenlerin kişisel iyilik halinin ve psikolojik gelişiminin güvenilir bir göstergesi olarak açıklanmıştır (Kleszczewska, Dzielska, Salonna ve Mazur 2018). Yaşam doyumu, öznel iyi oluşun bireylerin genel olarak yaşamlarına ilişkin değerlendirmelerini kapsar (Diener, 1984). Yüksek yaşam doyumu, ergenlere içsel, sosyal ve bilişsel işlevleri açısından birçok fayda sağlar (Suldo ve Huebner, 2006).

Depresyon, genellikle çocuklukta veya genç erişkinlikte başlayan, erken başlangıçlı, kronik ve engelleyici bir bozukluktur (Stevanovic, Jancic ve Lacic, 2011). Ergenler 18 yaşından önce majör depresif bozukluk tahminleri %8 ila %20 arasında değişen, depresyon gelişimi için yüksek riskli bir gruptur (Naicker ve diğ., 2013). Depresyon, ergenler için birçok akut endişe sunar, ancak aynı zamanda çok çeşitli uzun vadeli olumsuz sağlık sonuçları için yüksek bir risk oluşturur (Naicker ve diğ., 2013). Ergen depresyonunun 10 ila 15 yıllık sonuçlarını araştıran bir vaka-kontrol çalışması, ergenlikte depresyonu olan bireylerin ilk intihar girişimi için beş kat, tekrarlayan majör depresif bozukluk atağı için iki kat artmış risk altında olduğunu ortaya koymuştur (Weissman, Wolk ve Goldstein, 1999).

COVID-19 salgınının, ileri dönemlerde ergenlerin vücut kompozisyonları ve sağlıklarının korunmasında birtakım sorunlara sebep olabileceği düşünülmektedir (Çelik ve Yenal, 2020). Örneğin, Türk ergenlerde yapılan bir çalışmada çevrimiçi ders süresi arttıkça sırt ve omuz ağrılarında da artış olduğu belirlenmiştir (Uluğ ve diğerleri, 2023). Ayrıca, salgında çocuklar ve ergenlerde uyku bozukluğu, depresyon ve kaygının arttığı (Duan ve Zhu, 2020; Gilbert ve diğerleri, 2021) zihinsel sağlıkta %74 düşüş yaşandığı belirlenmiştir (Gilbert ve diğerleri, 2021). Ergenlerin salgında ekran sürelerindeki artışın fiziksel aktivite düzey-

lerinde düşüşe neden olduğu düşünülmektedir (Uluğ ve diğerleri, 2023). Almanya'da yapılan bir çalışmada ergenlerde salgın öncesindeki ekran zamanının da salgın sırasındaki fiziksel aktiviteyi negatif etkilediği bulunmuştur (Wunsch, 2021). Bulguroğlu, Bulguroğlu ve Özaslan (2021), yaptıkları retrospektif çalışmada Türk üniversite öğrencilerinin salgında fiziksel aktivite düzeylerinin salgın öncesine göre azaldığını tespit etmişlerdir.

İranlı ergenlerde (Ghorbani ve diğerleri, 2021) ve Yunan ergenlerde (Lazaridis ve diğerleri, 2023) salgında günlük orta-yüksek şiddette fiziksel aktivite düzeyinin Dünya Sağlık Örgütü'nün (2020) ergenler için günde 60 dakika orta-yüksek şiddet fiziksel aktivite önerisinin çok altında olduğu tespit edilmiştir. Çinli ergenler salgında günde yalnızca ortalama 23,4 dakika yüksek-orta fiziksel aktivite yapmışlardır (Kang, 2021). Amerikalı çocuklar ve ergenlerde yapılan başka bir çalışmada ise salgında fiziksel aktivitedeki düşüşün %61 olduğu belirlenmiştir (Gilbert ve diğerleri, 2021). Türk ergenlerde de durum benzer görünmektedir. Salgın sırasında %65'inin fiziksel aktivite düzeylerinin düşüşü, öğrencilerin yalnızca %17,2'sinin tavsiye edilen haftalık fiziksel aktivite düzeyine ulaştıkları belirlenmiştir (Korkmaz, Öztürk, Rodoplu ve Selen, 2020). Türk ergenlerin salgında %29,97'sinin düşük, %38,15'inin orta, %31,86'unun şiddetli fiziksel aktivite yaptıkları, günlerinin %29,07'sini oturarak geçirdikleri belirlenmiştir (Uluğ ve diğerleri, 2023).

COVID-19 salgını döneminde ergenler için fiziksel aktivitenin önemi, birçok araştırma ile ortaya konmuştur. Örneğin fiziksel aktivitenin uyku bozukluğunu büyük ölçüde azalttığı belirlenmiştir (Morres, Galanis, Hatziogeorgiadis, Androutsos ve Theodorakis, 2021). Bu konuda yapılan araştırmaların büyük çoğunluğu fiziksel aktivitenin salgında ergenlerin psikolojik sağlığı üzerine etkisine odaklandığı görülmektedir. Örneğin İranlı ergenlerde salgında orta-yüksek şiddette fiziksel aktivitenin, depresyon, kaygı ve stres ile negatif ilişkili olduğu belirlenmiştir (Ghorbani ve diğerleri, 2021). Benzer şekilde Kanadalı ergenlerde salgında fiziksel aktiviteye katılım, düşük stres düzeyi ile ilişkili bulunmuştur (Laurier ve diğerleri, 2021). Wright, Williams ve Veldhuijzen van Zanten (2021), Birleşik Krallıkta salgın sırasında fiziksel aktivitenin, ergenlerde mental sağlık ve iyi-oluşun en güçlü pozitif tahmin edicisi olduğunu belirlemişlerdir. Çinli ergenlerin fiziksel aktivite düzeyi arttıkça psikolojik sağlıklarının (Kang ve diğerleri, 2021), Yunan ergenlerinin ise öznel zindelik ve yaşam doyumlarının (Lazaridis ve diğerleri, 2023) arttığı ortaya konmuştur. Mahon, Yarcheski ve Yarcheski (2005) tarafından Amerikalı ergenlerde yapılan bir çalışmada düzenli fiziksel aktivite yapma ile mutluluk ve iyi oluş hali arasında pozitif yönde ilişki olduğu belirlenmiştir. Salgında fiziksel aktivite yapan Sırp ergenlerin mental sağlığı ve yaşam doyumunu, yapmayan akranlarından yüksek bulunmuştur (Dordic ve diğerleri, 2022).

Çinli ergen popülasyonunda birçok araştırma yapılmış ve sonuçları birbiriyle tutarlı bulunmuştur. Salgında ergenlerin fiziksel aktivite düzeyi arttıkça ruhsal bozukluğun azaldığı (Kang ve diğerleri, 2021), haftada en az 150 dakika fiziksel aktivite yapan Çinli ergenlerin negatif ruh halinde düşüş olduğu (Xiao, Yan

ve Zhao, 2021), iyi beslenme ve orta ve yüksek şiddette fiziksel aktivitenin depresyon ve kaygı düzeyi ile negatif ilişkili olduğu belirlenmiştir (Chi ve diğerleri, 2021). Xiang ve diğerleri (2022) Çinli çocuk ve ergenlerdeki fiziksel aktivite eksikliğini ekran başında geçen süredeki artış açısından boylamsal olarak incelemişlerdir. Salgında ekran süresi salgın öncesi ve sırasında kısa olan öğrencilerin depresyon ve kaygı düzeylerinin, ekran süresi salgın öncesinde kısa, salgında uzun olan öğrencilerden ve salgın öncesinde ve sırasında uzun olan öğrencilerden daha düşük olduğunu belirlemişlerdir.

Salgında yapılan derleme çalışmalar da fiziksel aktivitenin ergenlerin psikolojik sağlığına yaptığı olumlu etkiyi ortaya koymaktadır. Örneğin, Panchal ve diğerlerinin (2023) 61 makale ve örneklemlerindeki 54999 çocuk ve ergeni dahil ederek yaptıkları derleme çalışmada salgında kaygı, depresyon ve öfkenin yüksek olduğunu belirlemişlerdir. Derleme kapsamına dahil edilen çalışmalarda ebeveyn-çocuk ilişkisinin kaygı ve depresyona karşı koruyucu olduğu tespit edilmiştir. Zhang ve Chen (2019) yaptıkları sistematik derleme çalışmasında, haftada 10 dakikalık fiziksel aktivitenin veya haftada bir gün fiziksel aktivitenin mutluluk düzeylerini artırdığı sonucuna varmışlardır. Okuyama ve diğerleri (2021) fiziksel inaktivitenin ergenlerde psikolojik sağlığın bileşenlerini tehdit ettiğini, fiziksel aktivite ve psikolojik sağlığın farklı bileşenleri arasında pozitif korelasyon olduğunu ortaya koymuşlardır.

Farklı kültürlerde salgın sırasında fiziksel aktivitenin psikolojik sağlık üzerine etkisini araştıran çalışmaların aksine Türk kültüründe yapılan çalışmalar oldukça sınırlı sayıdadır. Arslandoğan, Türkmen, Töre, Demir ve Hazar (2021), yetişkin bireylerde fiziksel aktivite ile mental iyi oluş arasındaki pozitif ilişkiyi ortaya koymuşlardır. Birgün ve Özen (2021) üniversite öğrencilerinde fiziksel aktivitenin strese direnmeyi artırdığını belirlemişlerdir. Bargı, Şahin ve Çimenli (2021) ise üniversite öğrencilerinde fiziksel aktivite ve depresyon arasında anlamlı bir ilişki olmadığını ortaya koymuşlardır. Fiziksel aktivitenin psikolojik sağlık üzerine etkisini ergen bireylerde araştıran yalnızca bir çalışmaya rastlanmıştır. Altuntaş (2021), fiziksel aktivitenin ergenlerin salgın sırasındaki psikolojik sağlığı üzerine etkisini deneysel olarak incelemiştir. Çalışmada, sekiz hafta, haftada üç gün kalistenik egzersiz yaptırılan ergenlerde depresyon ve kaygının, kontrol grubuna kıyasla düştüğü belirlenmiştir. Oysa ki COVID-19 küresel sağlık acil durumunun ışığında ve gelecekteki olası salgın veya karantina dönemlerinde özellikle ergenlik dönemindeki bireylerde psikolojik iyi oluş ile hangi faktörlerin ilişkili olduğunu anlamak önemlidir. Çünkü ergenlerde ruh sağlığı sorunlarının yüksek prevalansı dikkat çekicidir (Sadler ve diğerleri, 2018) ve salgının, özellikle gelecekte hakkında önemli seçimler yapma döneminde olan ergenlerde, yetişkinlere kıyasla daha yıkıcı etkiler yaratması muhtemeldir (Üngür ve Karagözöğlü, 2021). Farklı araştırmalarda ergenlerin psikolojik sağlık çatı değişkeninin belirleyicisi olarak kaygı, depresyon, iyi oluş gibi pozitif ve negatif pek çok farklı değişken tercih edilmiştir. İlgili alanyazında benzer örneklem gruplarında yapılan araştırmalardan hareketle bu

araştırmada psikolojik sağlık değişkeninin pozitif yordayıcıları olarak mental iyi oluş (Çelik ve Yenil, 2020), öznel zindelik (Lazaridis ve diğerleri, 2023; Behzadnia ve Fatahmodares, 2020), mutluluk (Mahon ve diğerleri, 2005; Zhang ve Chen, 2019) ve yaşam doyumu (Lazaridis ve diğerleri, 2023; Dordic ve diğerleri, 2022; Şimşek, Koç, Özsoy ve Karakuş, 2020) ile negatif tahmin edicisi olarak depresyon (Ghorbani ve diğerleri, 2021; Chi ve diğerleri, 2021; Altuntaş, 2021) araştırma kapsamına alınmıştır. Bu bağlamda bu araştırmanın amacı, COVID-19 salgını sürecinde fiziksel aktivitenin ergenlerin mental iyi oluş, öznel zindelik, depresyon, mutluluk ve yaşam doyumu üzerine yordayıcı etkisini incelemek olarak belirlenmiştir.

Yöntem

Araştırmanın Modeli

Bu araştırmada nicel, kesitsel ve retrospektif bir araştırma deseni kullanılmıştır.

Araştırma Grubu

Bu araştırmanın evreni, 2021- 2022 eğitim öğretim yılında X ili Y ve Z ilçelerinde öğrenim görmekte olan toplam 35459 lise öğrencisinden oluşmaktadır (Millî Eğitim Bakanlığı Strateji Geliştirme Başkanlığı, 2021). Çalışmada minimum ulaşılması gereken örneklem sayısı 382 olarak hesaplanmıştır (Krejcie ve Morgan, 1970). Uygun örnekleme yöntemi ile seçilen beş farklı devlet lisesinde öğrenim gören 560 kız ve 481 erkek, toplam 1041 öğrenci çalışmaya gönüllü olarak katılmıştır (Yaş aralığı 13-18, $X_{yaş} = 15,59 \pm 2,46$). Tablo 1’de örneklemin cinsiyete ve sınıf düzeyine göre dağılımı verilmiştir.

Tablo 1. Araştırma örnekleminin cinsiyete ve sınıf düzeyine göre dağılımı

Sınıf Düzeyi	Kız	Erkek	Toplam
9. sınıf	164	115	279
10. sınıf	219	201	420
11. sınıf	151	133	284
12. sınıf	26	32	58
Toplam	560	481	1041

Tablo 1’e bakıldığında 9-12. sınıf aralığında öğrenim gören 560’ı kız, 481’i erkek olmak üzere toplam 1041 lise öğrencisinin araştırmaya katıldığı görülmektedir.

Veri Toplama Araçları

COVID-19 salgını nedeniyle uzaktan eğitim 2020-2021 eğitim-öğretim yılı bahar yarıyılına sonuna kadar devam etmiştir (Hürriyet, 2021). Çalışmada veriler 2022 yılı ocak ayında toplanmıştır. Bu dönemde yüz yüze eğitime geçilmiş olduğu için katılımcı-

ların ölçek paketini doldururken, kısıtlamaların olduğu ve eğitimin uzaktan devam ettiği dönemi (sekiz ay öncesini) düşünerek maddeleri yanıtlamaları istenmiştir.

Çocuklar için Epidemiyolojik Çalışmalar Merkezi Depresyon Ölçeği: Ölçek, Kovacs (1981) tarafından geliştirilmiş, Tatar, Bildik, Özmen, Saltukoğlu ve Astar (2016) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Yirmi maddeden oluşan ölçek dörtlü Likert (0=Hiç, 1=Az, 2=Biraz, 3=Çok) olarak puanlanmaktadır. Ölçek tek boyutlu oluşmakta ve Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı 0,83’tür (Tatar ve diğerleri, 2016). Bu çalışmadan elde edilen verilere uygulanan doğrulayıcı faktör analizi sonuçları dikkate alınarak ölçekten altı madde çıkarılarak 14 maddeye düşürülmüştür. Her bir maddenin tek tek çıkarılmasının ardından açılımlı faktör analizi yapılarak faktör yapısı kontrol edilmiştir. Altı maddenin ölçekten çıkarılmış son haliyle verilere yeniden açılımlı faktör analizi yapılmış ve ölçeğin orijinalindeki tek faktörlü yapısını koruduğu belirlenmiştir (Büyüköztürk, 2002). Ölçeğin son halinin uyum indekslerinin yeterli olduğu görülmüştür [RMSEA=,055; NFI=,934; GFI=,966; CFI=,949; X²/sd=4,104].

Mutluluk Ölçeği: Ölçek Demirci (2018) tarafından geliştirilmiştir. Altı maddeden oluşmaktadır, beşli Likert tipinde (1=Bana Hiç Uygun Değil, 2=Bana Uygun Değil, 3=Bana Biraz Uygun, 4=Bana Oldukça Uygun, 5=Bana Tamamen Uygun) puanlanır ve tek alt boyutlu bir ölçektir. Ölçeğin Cronbach alpha iç tutarlılık katsayısı 0,83’tür. Ölçeğin test-tekrar test güvenilirlik katsayısı 0,73 olarak bulunmuştur (Demirci, 2018). Ölçekteki maddelerin düzeltilmiş madde toplam puan korelasyonları 0,45 ile 0,65 arasında değişmektedir (Demirci, 2018). Ölçeğin bu çalışmadan elde edilen verilere uygulanan doğrulayıcı faktör analizi sonuçları, ölçeğin yapı geçerliği açısından özgün formuyla paralel olduğunu ortaya koymuştur [RMSEA=,051; NFI=,976; GFI=,994; CFI=,906; X²/sd=3,742].

Öznel Zindelik Ölçeği: Ölçek Ryan ve Frederick (1997) tarafından geliştirilmiş, Sarrazin ve diğerleri (2019) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçek beş maddeden oluşmaktadır, beşli Likert tipi (1=Kesinlikle katılıyorum, 2=Katılıyorum, 3=Kararsızım, 4=Katılmıyorum, 5=Kesinlikle katılmıyorum) ve tek boyutlu bir ölçektir. Bu çalışmadan elde edilen verilere uygulanan doğrulayıcı faktör analizi sonuçları dikkate alınarak ölçekten bir madde çıkarılarak dört maddeye düşürülmüştür. Ölçekten madde çıkarılmasından sonra verilere açılımlı faktör analizi yapılmış ve ölçeğin orijinalindeki tek faktörlü yapısını koruduğu belirlenmiştir (Büyüköztürk, 2002). Ölçeğin son halinin uyum indekslerinin yeterli olduğu görülmüştür [RMSEA=,040; NFI=,997; GFI=,998; CFI=,998; X²/sd=2,672].

Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi: Anketin Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirlik çalışması Öztürk (2005) tarafından yapılmıştır. Anket en az 10 dakika yapılan fiziksel aktivite ile ilgili soruları içermektedir. Anket ile şiddetli fiziksel aktivite (futbol, basketbol, vb.) süresi (dk), orta dereceli fiziksel aktivite (halk oyunları, dans, masa tenisi vb.) süresi, yürüme ve bir günlük

oturma süreleri sorgulanmaktadır. Katılımcılardan kısıtlama dönemindeki sıradan bir haftalarını düşünerek anketi doldurmaları istenmiştir. Dakika, gün ve MET değeri (istirahat oksijen tüketiminin katları) çarpılarak "MET-dakika/hafta" olarak bir puan elde edilmektedir (Öztürk, 2005). Verilerin analizi için aşağıdaki değerler kullanılmaktadır.

- Yürüme skoru=3.3 MET
- Orta şiddetli aktivite skoru=4.0 MET
- Şiddetli aktivite skoru=8.0 MET

Toplam fiziksel aktivite skoru= Yürüme + orta şiddetli aktivite + şiddetli aktivite skorları. Toplam fiziksel aktivite skoruna göre katılımcıların fiziksel aktivite düzeyleri "hafif, orta şiddetli, şiddetli, çok şiddetli" biçiminde sınıflandırılmaktadır.

Warwick-Edinburg Mental İyi Oluş Ölçeği: Ölçek, Tennant ve diğerleri (2007) tarafından geliştirilmiş, Keldal (2015) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçek 14 maddeli ve tek faktörlüdür. Ölçek beşli Likert derecelendirmeye (1=Hiç katılmıyorum, 2=Katılmıyorum, 3=Kararsızım, 4=Katılıyorum, 5= Tamamen katılıyorum) sahiptir. Ölçeğin test-tekrar test güvenilirlik katsayısı 0,83, Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı 0,92'dir (Keldal, 2015). Bu çalışmadan elde edilen verilere uygulanan doğrulayıcı faktör analizi sonuçları dikkate alınarak ölçekten altı madde çıkarılmıştır. Ölçek, sekiz maddeye düşürülmüştür ve ölçeğin bu halinin uyum indekslerinin yeterli olduğu görülmüştür [RMSEA=,056; NFI=,970; GFI=,981; CFI=,977; X2/sd=4,204].

Yaşam Doyumunu Ölçeği: Ölçek Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilmiş, Dağlı ve Baysal (2016) tarafından Türkçe uyarlanmıştır. Ölçek tek faktörlüdür, beş maddeden oluşmaktadır ve beşli Likert derecelendirmeye (1=Hiç katılmıyorum, 2=Çok az katılıyorum, 3=Orta düzeyde katılıyorum, 4=Büyük oranda katılıyorum, 5=Tamamen katılıyorum) sahiptir. Ölçeğin test-tekrar test tutarlılık katsayısı 0.97, Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı 0.80'dir (Dağlı ve Baysal, 2016). Ölçeğin bu çalışmadan elde edilen verilere uygulanan doğrulayıcı faktör ana-

liz sonuçları, ölçeğin yapı geçerliği açısından özgün formuyla paralel olduğunu ortaya koymuştur [RMSEA=,054; NFI=,989; GFI=,993; CFI=,992; X2/sd=4,032].

Verilerin Analizi

Tek değişkenli 18, çok değişkenli üç adet uç veri, veri setinden çıkarılmış, toplam 1041 veri ile analizler gerçekleştirilmiştir. Her değişken için basıklık ve çarpıklık değerleri aracılığı ile normallik varsayımı kontrol edilmiş, her bir ölçek için Cronbach alpha değerleri hesaplanmıştır. Çalışmada kullanılan tüm ölçme araçlarının, çalışmanın örneklem grubunun yaş aralığı için daha önce geçerliği ve güvenilirliği test edilmiştir. Ancak tüm ölçeklerin bu çalışma kapsamında elde edilen veriler ile uyumluluğu, doğrulayıcı faktör analizi ile test edilmiştir (Şimşek, 2006). Analizler sonucunda üç ölçekte gerekli görülen maddeler çıkarılmış ve analizler bu verilerle gerçekleştirilmiştir. Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketinden elde edilen veriler ile her bir bireyin fiziksel aktivite düzeyi MET skoru olarak hesaplanmıştır (Genç, Şener, Karabacak ve Üçok, 2011). Çalışmanın değişkenleri arasındaki ilişkiler Pearson Korelasyon Analizi ile incelenmiş, fiziksel aktivitenin ergenlerin mental iyi oluş, öznel zindelik, mutluluk, depresyon ve yaşam doyumlarının anlamlı yordayıcısı olup olmadığı Doğrusal Regresyon Analizi ile incelenmiştir.

Etik Beyan

Çalışma için Etik Kurul (E-60116787-020-44409) ve İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden (E-16605029-44-38041290) izinler alınmıştır. Araştırma, Helsinki Bildirgesi prensiplerine uygun gerçekleştirilmiştir. Beden eğitimi ders saatinde bilgilendirilmiş onam formunu imzalayan öğrencilerden veriler toplanmıştır. Bir sınıfa ölçek paketinin uygulanması yaklaşık 45 dakika sürmüştür.

Bulgular

Çalışmada kullanılan tüm ölçek ve alt ölçeklere ilişkin tanımlayıcı değerler, normallik ve iç tutarlılık değerleri Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2. Çalışmanın değişkenlerine ilişkin tanımlayıcı değerler

	Min.	Maks.	Likert	\bar{X}	SS	Çarpıklık	Basıklık	Cronbach α
Fiziksel Aktivite*	0	13545	-	2515,07	2848,439	1,53	2,105	-
Depresyon	1,2	4	4	2,54	0,648	-0,02	-0,662	0,91
Zindelik	1	5	5	2,77	0,955	0,166	-0,366	0,8
Yaşam Doyumu	0,8	4	5	2,16	0,781	0,222	-0,565	0,79
İyi Oluş	1	5	5	3,14	0,859	-0,297	-0,179	0,89
Mutluluk	1	5	5	3,16	0,894	-0,267	-0,187	0,85

*MET-dakika/hafta, N=1041

Tablo 2'deki çarpıklık ve basıklık değerleri incelendiğinde tüm değişkenlerin normal dağıldığı görülmektedir (Karagöz, 2016). Cronbach alpha katsayılarına bakıldığında tüm ölçme araçlarının iç tutarlığının yüksek olduğu söylenebilir. Ölçeklerin Likert dereceleri göz önünde bulundurulduğunda, yaşam doyumunun orta noktanın altında olduğu; depresyon, öznel zindelik, mental iyi oluş ve mutluluğun orta noktanın üzerinde olduğu

söylenebilir. Haftalık toplam fiziksel aktivite MET ortalaması (2515,07), haftalık toplam 1500 MET'in üstünde olduğu için araştırma örnekleminin fiziksel aktivite düzeyinin birinci yüksek kategoride olduğu söylenebilir (Guidelines for Data Processing and Analysis of the International Physical Activity Questionnaire, 2022). Tablo 3'te Pearson Korelasyon Analizi sonuçları verilmiştir.

Tablo 3. Çalışmanın değişkenlerini arasındaki ilişkiler

	Fiziksel Aktivite	Mental İyi Oluş	Öznel Zindelik	Depresyon	Yaşam Doyumu
Fiziksel Aktivite	-				
Mental İyi Oluş	0,100*	-			
Öznel Zindelik	0,099*	0,654*	-		
Depresyon	-0,049	-0,565*	-0,560*	-	
Yaşam Doyumu	0,057	0,630*	0,554*	-0,476*	-
Mutluluk	0,044	0,611*	0,631*	-0,417*	0,543*

*p<0.01

Tablo 3'e bakıldığında ergenlerin depresyon düzeyinin, mental iyi oluş (p=0,00), öznel zindelik (p=0,000), yaşam doyumu (p=0,000) ve mutluluk (p=0,000) ile negatif yönlü anlamlı ilişkili olduğu görülmektedir. Fiziksel aktivitenin mental iyi oluş

(p=0,000) ve öznel zindelik (p=0,001) ile pozitif anlamlı ilişkili olduğu görülmüştür. Tablo 4'te fiziksel aktivitenin, farklı psikolojik iyi oluş parametreleri üzerine yordayıcı etkisini test etmek için regresyon analizi sonuçları verilmiştir.

Tablo 4. Fiziksel aktivitenin psikolojik iyi oluş düzeyleri üzerine yordayıcı etkisi

	ΔR^2	F	sd1	sd2	β	t	p	Durbin-Watson
Mental İyi Oluş	0,013	14,437	1	1039	0,117	3,800	0,001*	1,92
Öznel Zindelik	0,010	11,277	1	1039	0,104	3,211	0,001*	1,807
Depresyon	0,005	6,551	1	1039	-0,079	-1,572	0,116	1,713
Mutluluk	0,570	1379,882	1	1039	0,755	37,147	0,000*	1,917
Yaşam Doyumu	0,002	3,151	1	1039	0,055	1,775	0,076	1,391

*p<0.05

Tablo 4'e bakıldığında otokorelasyonu test etmek için kullanılan Durbin Watson değerinin tüm değişkenler için 1,5 ile 2,5 aralığında olduğu ve otokorelasyonun olmadığı görülmektedir (Kalaycı, 2014). Fiziksel aktivitenin ergenlerin mental iyi oluş (p=0,001), öznel zindelik (p=0,001) ve mutluluk (p=0,000) düzeyleri üzerine pozitif anlamlı yordayıcı etkisi olduğu görülmektedir. Ergenlerin COVID-19 salgını kısıtlamalarındaki fiziksel aktivite düzeyleri arttıkça mental iyi oluş, öznel zindelik ve mutluluk düzeylerinin de arttığı söylenebilir.

Tartışma

Bu çalışmada COVID-19 salgını sürecinde fiziksel aktivitenin ergenlerin psikolojik iyi oluş parametreleri üzerine yordayıcı etkisini incelemek amaçlanmış ve ergenlerin salgındaki kısıtlamalar dönemine ilişkin depresyon, mutluluk, öznel zindelik, fiziksel aktivite, mental iyi oluş ve yaşam doyumu düzeyleri ölçülmüştür. Sonuçlar, fiziksel aktivitenin ergenlerin mental iyi oluş ve öznel zindeliklerini pozitif yordadığını ortaya koymuştur. Literatürde farklı kültürlerde yapılan araştırmalardan benzer sonuçlar elde edilmiştir. Örneğin, Arslandoğan ve diğerleri (2021) fiziksel aktivite düzeyi yüksek olan bireylerin mental iyi oluş düzeylerinin de yüksek olduğunu ortaya koymuşlardır. Lazaridis ve diğerleri (2023), Yunan ergenlerde fiziksel aktivitenin öznel zindeliği artırdığını ortaya koymuşlardır. Behzadnia ve Fatahmodares (2020) ise İranlı genç bireylerde, salgında sosyal faaliyetlerde bulunmanın öznel zindeliği artırdığını ve algılanan stresi azalttığını belirtmişlerdir.

Araştırmada, fiziksel aktivitenin ergenlerin mutluluk düzeylerini pozitif yordadığı görülmüştür. Benzer şekilde Mahon ve diğerleri (2005) ergenlerde düzenli fiziksel aktivite ile mutluluk arasında pozitif ilişki olduğu belirlenmiştir. Yaptıkları derleme çalışmada da Zhang ve Chen (2019), fiziksel aktivitenin mutluluk üzerine etkisini ortaya koymuşlardır. COVID-19 salgınında yaşanan yoğun stres ve belirsizliğin mutluluğu, yaşam doyumunu ve yaşam kalitesini olumsuz etkilediği bilinmektedir (Morres ve diğerleri, 2021). Mutluluk üzerine olan pozitif etkisi, fiziksel aktiviteyi, salgın gibi belirsizliği ve kısıtlayıcılığı yüksek durumlarda ergenler için önemli bir reçete haline getirmektedir.

Fiziksel aktivitenin ergenlerin depresyon düzeyleri üzerine anlamlı yordayıcı etkisi olmadığı görülmüştür. Bu araştırmadan elde edilen sonuca benzer şekilde Barğı ve diğerleri (2021), üniversite öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmada fiziksel aktivite ve depresyon arasında anlamlı bir ilişki olmadığını ortaya koymuşlardır. Buna karşın literatürdeki pek çok çalışma, depresyon ve fiziksel aktivite arasında negatif ilişki kanıtları ortaya koymaktadır. Örneğin İranlı (Ghorbani ve diğerleri, 2021), Çinli (Chi ve diğerleri, 2021) ve Türk (Altuntaş, 2021) ergenlerde salgında yapılan fiziksel aktivitenin depresyonu düşürdüğü bulunmuştur. Bu araştırmada literatürdeki benzer araştırmalar ile tutarlı olmayan bir sonuç elde edilmesinin nedeninin, kullanılan ölçüm aracından kaynaklanabiliyor olabileceği düşünülmektedir. Çocuklar için Epidemiyolojik Çalışmalar Merkezi Depresyon Ölçeği, daha önce benzer örneklem gruplarında geçerlik ve güvenilirliği ispatlanmış olsa da bu çalışmadan elde edilen verilere de doğrulayıcı faktör analizi uygulanmış ve bu çalışma kapsamında top-

lanan verilerin ölçek ile uyum gösterip göstermediği test edilmiştir. Bu analizler sonucunda ölçekten altı madde çıkarılarak 14 maddeye düşürülmüştür ve ölçeğin bu haliyle uyum indekslerinin yeterli olduğu görülmüştür. Çalışmadan elde edilen verilerin geçerliğini artırmak adına alınan bu tedbirin, araştırma sonuçlarını etkilemiş olabileceği düşünülmektedir (Tatar ve diğerleri, 2016).

Son olarak bu çalışmada fiziksel aktivitenin ergenlerin yaşam doyumu düzeyleri üzerine anlamlı bir yordayıcı etkisi olmadığı görülmektedir. Oysa ki, fiziksel aktivite yapan yetişkinlerin COVID-19 ile enfekte olma riskinin daha düşük olduğu bilinmekte (Zhang ve diğerleri, 2020), bu durumun da yaşam doyumunu olumlu etkileyeceği varsayılmıştır. Ayrıca COVID-19 salgını öncesi ve sırasında fiziksel aktivite yapan ergen ve yetişkin bireylerin yaşam doyum puanlarının daha yüksek olduğu bilinmektedir (Şimşek ve diğerleri, 2020). Benzer şekilde Sırp (Dordic ve diğerleri, 2022) ve Yunan ergen (Lazaridis ve diğerleri, 2023) örneklemelerinde yapılan çalışmalar da fiziksel aktivite ile yaşam doyum arasındaki pozitif ilişkiyi ortaya konmuştur. Ancak bu çalışmada literatürdeki benzer araştırmalar ile tutarlı olmayan bir sonuç elde edilmiştir. Bunun nedeninin, kullanılan Yaşam Doyumu Ölçeğinden (Dağlı ve Baysal, 2016) kaynaklanabiliyor olabileceği düşünülmektedir. Ölçeğin tek faktörlü ve beş maddeden oluşan yapısı, ölçme hassasiyeti konusunda sınırlılık oluşturmuş olabilir.

Bu araştırmanın bazı sınırlılıkları vardır. İlki, araştırmanın kesitsel yapısından kaynaklanan, elde edilen bulguların genellenilmesi ile ilgilidir. Salgın süresince alınacak tekrarlı ölçümler, ergenlerin salgın kısıtlamalarının arttığı ve azaldığı dönemlerdeki fiziksel aktivite ve buna bağlı olarak da psikolojik iyi oluş durumlarındaki değişim hakkında bilgi sağlayabilirdi. Ayrıca retrospektif yapıdaki bu çalışmada, katılımcıların sekiz ay önceki kısıtlamalar dönemini hatırlayarak ölçekleri doldurmaları istenmiştir. Bu durumun, ölçümlerin geçerliğine ilişkin bir sınırlılık yaratabileceği düşünülmektedir. Diğer bir sınırlılık ise fiziksel aktivite ölçümünde kullanılan veri toplama aracının ölçme hassasiyeti konusundaki sınırlılıktır. Bundan sonraki çalışmalarda fiziksel aktivitenin ölçümünde anket, ölçek gibi kağıt-kalem testlerinin ötesinde pedometre, akselerometre gibi objektif ölçme araçları kullanılarak bireylerin fiziksel aktivite düzeyleri daha güvenilir yöntemlerle ölçülebilir. Son olarak da araştırmanın örneklem grubunun çeşitliliğinin, sosyo-ekonomik düzey gibi değişkenler bakımından tabakalama yapılmadan iki ilçeden uygun örnekleme ile belirlenmiş olması bir sınırlılık kabul edilebilir.

Sonuç ve Öneriler

Sonuç olarak bu çalışmada COVID-19 salgını döneminde fiziksel aktivite yapan ergenlerin mental iyi oluş, öznel zindelik ve mutluluk düzeylerinin anlamlı düzeyde arttığı belirlenmiştir. Salgın dönemindeki karantina ve belirsizliğin, ergenlerin psikolojik sağlığına olan olumsuz etkilerinin, orta ve yüksek şiddette fiziksel aktivite yaparak azaltılabileceği söylenebilir. Beden eğitimi

öğretmenlerinin, öğrencilerin sağlığını ve yaşam kalitesini iyileştirme konusunda stratejiler üretebilecek teknopedagojik alan bilgisine sahip olmaları önemlidir. Bu konuda sorumluluk, beden eğitimi öğretmenleri kadar öğretmen yetiştiren kurumlara ve Milli Eğitim Bakanlığı'na da düşmektedir.

Yazar notu

Araştırma birinci yazarın, ikinci yazarın danışmanlığında gerçekleştirildiği yüksek lisans tezidir.

Finans Kaynakları

Makalenin hazırlanması ya da yazımı sırasında finansal kurum ve/veya kuruluşlardan maddi herhangi bir destek alınmamıştır.

Çıkar Çatışması

Bu makalenin yayınlanmasıyla ilgili yazarlar arasında herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Yazar Katkıları

Araştırma Fikri: GE, AÖD; Araştırma Tasarımı: GE, AÖD; Verilerin Analizi: GE; Makale Yazımı: AÖD; Eleştirel İnceleme: GE

Kaynaklar

1. **Akyol, G., Başkan, A. H. ve Başkan, A. H.** (2020). Yeni tip koronavirus (COVID-19) döneminde spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin karantina zamanlarında yaptıkları etkinlikler ve sedanter bireylere önerileri. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 7(5), 190-203.
2. **Altuntaş, K.** (2021). *COVID-19 salgını sırasında uzaktan eğitim alan adölesanlarda kalistenik egzersiz eğitiminin etkinliği* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
3. **Arslandoğan, A., Türkmen, M., Töre, E., Demir, B. ve Hazar, S.** (2021). COVID-19 sürecinde fiziksel aktivite düzeyi ile mental iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2(2), 67-75.
4. **Barğı, G., Şahin, E. ve Çimenli, Ç.** (2021). Investigation of stress, anxiety, depression and physical activity levels in university students who are remotely educated during prolonged Covid-19 pandemic process. *İzmir Democracy University Health Sciences Journal*, 4(2), 159-168.
5. **Behzadnia, B. ve Fatahmodares, S.** (2020). Basic psychological need-satisfying activities during the COVID-19 outbreak. *Applied Psychology: Health & Well-being*, 12(4), 1115-1139.
6. **Birgün, A. ve Özen, G.** (2021). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin Covid-19 pandemi sürecinde fiziksel aktivite düzeyi ve sıkıntıya dayanma kapasitelerinin incelenmesi. *Journal of Sport and Health Researches*, 2(1), 16-27.
7. **Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N. ve Rubin, G.J.** (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. *Lancet*, 395(10227), 912-920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
8. **Bulguroğlu, H. İ., Bulguroğlu, M. ve Özasan, A.** (2021). Covid-19 pandemi sürecinde üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite, yaşam kalitesi ve depresyon seviyelerinin incelenmesi. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 12(2), 306-311.




9. **Büyüköztürk, Ş.** (2002). Faktör analizi: Temel kavramlar ve ölçek geliştirmede kullanımı. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 32(32), 470-483.
10. **Campbell, A., Converse, P. E. ve Rodgers, W.** (1976). The Quality of American life: perceptions, evaluations, and satisfactions. New York: Russell Sage Foundation.
11. **Chen, Y., Osika, W., Henriksson, G., Dahlstrand, J. ve Friberg, P.** (2022). Impact of COVID-19 pandemic on mental health and health behaviors in Swedish adolescents. *Scandinavian Journal of Public Health*, 50(1), 26-32.
12. **Chi, X., Liang, K., Chen, S.T., Huang, Q., Huang, L., Yu, Q. ... ve Zou, L.** (2021). Mental health problems among Chinese adolescents during the COVID-19: The importance of nutrition and physical activity. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 21(3), 100-218.
13. **Çelik, F. ve Yenal, T.** (2020). COVID-19 ve hareketsiz yaşam. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 3(2), 249-259.
14. **Dağlı, A. ve Baysal, N.** (2016). Adaptation of the satisfaction with life scale into Turkish: The study of validity and reliability. *Electronic Journal of Social Sciences*, 15(59), 1250-1262.
15. **Demirci, İ. ve Ekşi, H.** (2018). Keep calm and be happy: A mixed method study from character strengths to well-being. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 18(29), 303-354. <http://dx.doi.org/10.12738/estp.2018.2.0799>
16. **Diener, E.** (1994). Assessing subjective well-being: Progress and opportunities. *Social Indicators Research*, 31(2), 103-157.
17. **Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J. ve Griffin, S.** (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
18. **Diener, E. ve Seligman, M. E.** (2004). Beyond money: Toward an economy of well-being. *Psychological Science in the Public Interest*, 5(1), 1-31.
19. **Dordic, V., Cvetković, M., Popović, B., Radanović, D., Lazić, M., Cvetković, B., ... ve Marković, M.** (2022). Physical activity, eating habits and mental health during COVID-19 lockdown period in Serbian adolescents. *Healthcare*, 10(5), 834.
20. **Duan, L. ve Zhu, G.** (2020). Psychological interventions for people affected by the COVID-19 epidemic. *Lancet Psychiatry*, 7(4), 300-302.
21. **Dünya Sağlık Örgütü.** COVID-19 salgını sırasında ruh sağlığı ve psikososyal hususlar. (2020, 22 Kasım). Erişim adresi: <https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/mental-health-considerations.pdf>
22. **Evli, M. ve Şimşek, N.** (2022). The effect of COVID-19 uncertainty on internet addiction, happiness and life satisfaction in adolescents. *Archives of Psychiatric Nursing*, 41, 20-26.
23. **Freire, T. ve Ferreira, G.** (2018). Health-related quality of life of adolescents: Relations with positive and negative psychological dimensions. *International Journal of Adolescence and Youth*, 23(1), 11-24.
24. **Genç, A., Şener, Ü., Karabacak, H. ve Üçok, K.** (2011). Kadın ve erkek genç yetişkinler arasında fiziksel aktivite ve yaşam kalitesi gereksinimlerinin incelenmesi. *Kocatepe Tıp Dergisi*, 12, 145-150.
25. **Ghorbani, S., Afshari, M., Eckelt, M., Dana, A. ve Bund, A.** (2021). Associations between physical activity and mental health in Iranian adolescents during the COVID-19 pandemic: An accelerometer-based study. *Children*, 8(11), 1022.
26. **Gilbert, A. S., Schmidt, L., Beck, A., Kepper, M. M., Mazzucca, S. ve Eyler, A.** (2021). Associations of physical activity and sedentary behaviors with child mental well-being during the COVID-19 pandemic. *BMC Public Health*, 21(1), 1-12.
27. **Guidelines for Data Processing and Analysis of the International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) – Short and Long Form.** (2022, 19 Kasım 2022). Erişim adresi: <https://sites.google.com/site/theipaq/scoring-protocol>
28. **Hürriyet.** 2021'in Eğitim Karnesi. Erişim adresi: <https://sites.google.com/site/theipaq/scoring-protocol>
29. **Kalaycı, Ş.** (2014). SPSS uygulamalı çok değişkenli istatistik teknikleri. Ankara: Asil Yayın.
30. **Kang, S., Sun, Y., Zhang, X., Sun, F., Wang, B. ve Zhu, W.** (2021). Is physical activity associated with mental health among Chinese adolescents during isolation in COVID-19 pandemic? *Journal of Epidemiology and Global Health*, 11(1), 26-33.
31. **Karagöz, Y.** (2016). *SPSS ve AMOS 23 uygulamaları*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
32. **Keldal, G.** (2015). Warwick-Edinburgh mental iyi oluş ölçeğinin Türkçe formu: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 103-115.
33. **Kleszczewska, D., Dzielska, A., Salonna, F. ve Mazur, J.** (2018). The association between physical activity and general life satisfaction in lower secondary school students: The role of individual and family factors. *Community Mental Health Journal*, 54(8), 1245-1252.
34. **Korkmaz, N., Öztürk, İ. E., Rodoplu, C. ve Selen, U.** (2020). Ortaokul öğrencilerinin COVID-19 salgını sürecinde fiziksel aktivite düzeylerindeki değişikliklerin incelenmesi (Bursa ili örneği). *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 22(4), 101-115.
35. **Kovacs, M.** (1981). Okul çağındaki çocuklarda depresyonu değerlendirmek için derecelendirme ölçekleri. *Acta Paedopsychiatrica: Uluslararası Çocuk ve Ergen Psikiyatrisi Dergisi*, 46(5-6), 305-315.
36. **Krejcie, R. V. ve Morgan, D.W.** (1970). Determining sample size for research activities. *Educational and Psychological Measurement*, 30(3), 607-610.
37. **Laurier, C., Pascuzzo, K. ve Beaulieu, G.** (2021). Uncovering the personal and environmental factors associated with youth mental health during the COVID-19 pandemic: The pursuit of sports and physical activity as a protective factor. *Traumatology*, 27(4), 354-364.
38. **Lazaridis, A., Sympas, I., Tsalas, T., Krommidas, C. ve Digelidis, N.** (2023). Adolescents' out-of-school physical activity levels and well-being during the COVID-19 restrictions in Greece: A longitudinal study. *Journal of Functional Morphology and Kinesiology*, 8(2), 55.
39. **Mahon, N. E., Yarcheski, A. ve Yarcheski, T. J.** (2005). Happiness as related to gender and health in early adolescents. *Clinical Nursing Research*, 14(2), 175-190.
40. **Millî Eğitim Bakanlığı Strateji Geliştirme Başkanlığı.** Millî Eğitim İstatistikleri Örgün Eğitim 2021/2022. 2021. (2023, 4 Nisan). Erişim adresi: https://sgb.meb.gov.tr/www/icerik_goruntule.php?KNO=460
41. **Morres, I. D., Galanis, E., Hatzigeorgiadis, A., Androutsos, O. ve Theodorakis, Y.** (2021). Physical activity, sedentariness, eating behaviour and well-being during a COVID-19 lockdown period in Greek adolescents. *Nutrients*, 13(5), 1449.

42. Naicker, K., Galambos, N. L., Zeng, Y., Senthilselvan, A. ve Colman, I. (2013). Social, demographic, and health outcomes in the 10 years following adolescent depression. *Journal of Adolescent Health, 52*(5), 533-538.
43. Okuyama, J., Seto, S., Fukuda, Y., Funakoshi, S., Amae, S., Onobe, J., ... ve Imamura, F. (2021). Mental health and physical activity among children and adolescents during the COVID-19 pandemic. *The Tohoku Journal of Experimental Medicine, 253*(3), 203-215.
44. Öztürk, M. (2005). *Üniversitede eğitim-öğretim gören kişilerde Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketinin geçerliliği ve güvenilirliği ve fiziksel aktivite düzeylerinin belirlenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
45. Panchal, U., Salazar de Pablo, G., Franco, M., Moreno, C., Parelada, M., Arango, C. ve Fusar-Poli, P. (2023). The impact of COVID-19 lockdown on child and adolescent mental health: systematic review. *European Child & Adolescent Psychiatry, 32*(7), 1151-1177.
46. Ryan, R. M. ve Deci, E. L. (2008). From ego-depletion to vitality: Theory and findings concerning the facilitation of energy available to the self. *Social and Personality Psychology Compass, 2*, 702-717.
47. Ryan, R. M. ve Frederick, C. (1997). On energy, personality, and health: Subjective vitality as a dynamic reflection of well-being. *Journal of Personality, 65*(3), 529-565.
48. Sadler, K., Vizard, T., Ford, T., Marchesell, F., Pearce, N., Mandalia, D., Davis, J., Brodie, E., Forbes, N., Goodman, A., Goodman, R. ve McManus, S. (2018). Mental health of children and young people in England. *Health and Social Care Information Centre*. (2023, 4 Nisan). Erişim adresi: <https://dera.ioe.ac.uk/32622/1/MHCYP%202017%20Summary.pdf>
49. Sarrazin, P., Appleton, P., Ramis, Y., Gobbi, E., Erturan, G., Krommidas, K., Holzweg, M. ve Papaioannou, A. (2019, Temmuz). Construct validity and measurement equivalence of the IMPACT Project measure. *15. Avrupa Sport ve Egzersiz Psikolojisi Kongresinde sunulan bildiri*, Münster, Almanya.
50. Stevanovic, D., Jancic, J. ve Latic, A. (2011). The impact of depression and anxiety disorder symptoms on the health-related quality of life of children and adolescents with epilepsy. *Epilepsia, 52*(8), e75-e78.
51. Suldo, S. M. ve Huebner, E. S. (2006). Is extremely high life satisfaction during adolescence advantageous? *Social Indicators Research, 78*(2), 179-203.
52. Şimşek, E., Koç, K., Özsoy, D. ve Karakuş, M. (2020). Investigation the effect of performing physical activity at home on sleep quality and life satisfaction during coronavirus (Covid-19) outbreak. *International Journal of Applied Exercise Physiology, 55*-62.
53. Şimşek, Ö. F. (2006, Mayıs). Sosyal bilimler ve davranış bilimlerinde yapısal eşitlik modellemesinin üstünlükleri: Bir simülasyon çalışması. *5. İstatistik Günleri Sempozyumuna sunulan bildiri*, Antalya.
54. Tatar, A., Bildik, T., Özmen, H. E., Saltukoğlu, G. ve Astar, M. (2016). Translation of center for epidemiologic studies depression scale for children to Turkish and examination of psychometric characteristics. *Nobel Medicus, 12*(3), 57-66.
55. Tennant, R., Hiller, L., Fishwick, R., Platt, S., Joseph, S., Weich, S., Parkinson, J., Secker, J. ve Stewart-Brown, S. (2007). The Warwick-Edinburgh mental well-being scale (WEMWBS): Development and UK validation. *Health and Quality of Life Outcomes, 5*(1), 50-63. doi:10.1186/1477-7525-5-63
56. Uluğ, N., Beğen, S.N., Keskin, E., Karahan, Z., Şanlı, T., Kelek, F., Adalı, F., Özere, A. ve Kılıç, E. (2023). Covid-19 pandemisi sürecinde uygulanan uzaktan eğitimin lise öğrencilerinin kas iskelet sistemi problemleri, uyku, ekran süresi ve fiziksel aktivite düzeyine etkisi. *Journal of Health Sciences and Management, 3*(1), 7-15.
57. Uğur, E., Kaya, Ç. ve Tanhan, A. (2021). Psychological inflexibility mediates the relationship between fear of negative evaluation and psychological vulnerability. *Current Psychology, 40*(9), 4265-4277.
58. Üngür, G. ve Karagözöğlü, C. (2021). The early psychological impact of the COVID-19 pandemic among young swimmers during home confinement. *Psychiatria Danubina, 33*(13), 405-411.
59. Weissman, M. M., Wolk, S., Goldstein, R. B., Moreau, D., Adams, P., Greenwald, S. ve Wickramaratne, P. (1999). Depressed adolescents grown up. *Jama, 281*(18), 1707-1713.
60. Veenhoven, R. (2010). How universal is happiness. *International Differences in Well-Being, 328*-350.
61. Wright, L. J., Williams, S.E. ve Veldhuijzen van Zanten, J. J. (2021). Physical activity protects against the negative impact of coronavirus fear on adolescent mental health and well-being during the COVID-19 pandemic. *Frontiers in Psychology, 12*, 580-511.
62. Wunsch, K., Nigg, C., Niessner, C., Schmidt, S.C., Oriwol, D., Hanssen-Doose, A., ... ve Woll, A. (2021). The impact of COVID-19 on the interrelation of physical activity, screen time and health-related quality of life in children and adolescents in Germany: results of the motorik-modul study. *Children, 8*(2), 98.
63. Xiang, M., Liu, Y., Yamamoto, S., Mizoue, T. ve Kuwahara, K. (2022). Association of Changes of lifestyle behaviors before and during the COVID-19 pandemic with mental health: A longitudinal study in children and adolescents. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 19*(1), 92.
64. Xiang, Y. T., Zhao, Y. J., Liu, Z. H., Li, X. H., Zhao, N., Cheung, T. ve Ng, C. H. (2020). The COVID-19 outbreak and psychiatric hospitals in China: Managing challenges through mental health service reform. *International Journal of Biological Sciences, 16*(10), 17-41.
65. Xiao, S., Yan, Z. ve Zhao, L. (2021). Physical activity, screen time, and mood disturbance among Chinese adolescents during COVID-19. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services, 59*(4), 14-20.
66. Zhang, Y., Zhang, H., Ma, X. ve Di, Q. (2020). Mental health problems during the COVID-19 pandemics and the mitigation effects of exercise: A longitudinal study of college students in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 17*(10), 3722.
67. Zhang, Z. ve Chen, W. (2019). A systematic review of the relationship between physical activity and happiness. *Journal of Happiness Studies, 20*(4), 1305-1322.

Futbol Taraftarlarının eFANGelizm Düzeylerinin Değişkenlere Göre İncelenmesi

eFANGelism Levels of Football Fans Analysis According to Variables

Araştırma Makalesi / Research Article

-  Alperen HALICI¹
 Ahmet KARACİF¹
 Pınar KARACAN DOĞAN¹

¹ Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi,
ANKARA

Sorumlu Yazar / Corresponding Author
Doç. Dr. Pınar KARACAN DOĞAN
karacan@gazi.edu.tr

Geliş Tarihi / Received : 04.10.2023
Kabul Tarihi / Accepted : 29.11.2023
Yayın Tarihi / Published : 31.01.2024

Etik Bilgilendirme / Ethical Statement
Bu araştırma, Gazi Üniversitesi Etik Kurulu'nun 07.02.2023 tarih ve 2023-02 sayılı kararı ile etik açıdan uygun bulunmuştur.

DOI: 10.53434/gbesbd.1371408

Öz

Bu çalışmanın amacı futbol taraftarlarının eFANGelizm düzeylerinin değişkenlere göre incelenmesidir. Bu amaç doğrultusunda, araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu, 2022-2023 Spor Toto Süper Lig'in ilk 14 haftasında en yüksek seyirci ortalamasına sahip 6 takımın (Galatasaray, Fenerbahçe, Beşiktaş, Trabzonspor, Adana Demirspor ve MKE Ankaragücü) taraftarları oluşturmuştur. Bu kapsamda 1049 taraftar çalışmaya dahil edilmiştir. Veri toplama aracı olarak "Spor Takımı Evangelizmi (eFANGelizm) Ölçeği (STEÖ)" kullanılmıştır. Veriler Google form aracılığıyla toplanmıştır. Veri setinin normal dağılıma uygunluğu çarpıklık-basıklık değerleri incelenerek yorumlanmış ve araştırma soruları tanımlayıcı istatistik, t-testi ve ANOVA analizleri ile test edilmiştir. Araştırmadan elde edilen verilere göre, taraftarların eFANGelizm düzeyleri; hem demografik (yaş, cinsiyet, eğitim durumu) değişkenlere hem de taraftar (memleket takımını tutma, ikinci takım tutma, kulübe üyelik, taraftar grubuna üyelik, maç izleme, takım) davranış değişkenlerine göre anlamlı şekilde farklılaşmaktadır. Bu sonuç doğrultusunda, spor kulüplerinin, eFANGelizm düzeyini artıracak önlemleri alırken hem demografik hem de taraftar davranış özelliklerine göre ayrı ayrı stratejiler uygulaması gerektiği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Takıma bağlılık, Evangelizm, Sadakat

Abstract

This study aims to examine the eFANGelism levels of football fans according to the variables. For this purpose, the survey model, one of the quantitative research methods, was used in the research. The study group of research consisted of the fan of 6 teams (Galatasaray, Fenerbahçe, Beşiktaş, Trabzonspor, Adana Demirspor, and MKE Ankaragücü) with the highest audience average in the first 14 weeks of the 2022-2023 Spor Toto Super League. In this context, 1049 fans were included in the study. The "Sports Team Evangelism (eFANGelism) Scale (STEÖ)" was used as a data collection tool. Data was collected with Google Forms. The suitability of the data set to the normal distribution was interpreted by examining the skewness and kurtosis values, and the research questions were tested with descriptive statistics, t-test and ANOVA analyses. According to the data obtained from the research, the eFANGelism levels of the fans; differs significantly according to both demographic (age, gender, educational status) variables and fan (hometown team, second team, club membership, fan group membership, watching a match, team) behavior variables. In line with this result, it can be said that sports clubs should apply separate strategies according to demographic and fan behavior characteristics while taking measures to increase eFANGelism

Keywords: Team loyalty, Evangelism, Loyalty

Giriş

Spor kulüplerinin gelir kaynakları; bilet, lisanslı ürün satışı, naklen yayın, sponsorluk, reklam vb. birçok unsurdan oluşmaktadır. Bu gelir kaynaklarının oluşabilmesi ve artırılabilmesi günümüz pazarlama anlayışında müşteri olarak adlandırılan (Akşar, 2008) taraftarlara bağlıdır. Taraftarlar, kulübün finansal kaynaklarının temelini oluşturmasının yanı sıra stadyumda oluşturduğu atmosfer ile kendi takımı için itici bir güç haline gelmekte ve oyuncuların performansının artmasına da katkı sağlamaktadır. Bu nedenlerle taraftarların takıma bağlılığının artırılması spor kulüplerinin varlıklarını sürdürürebilmeleri açısından oldukça önemlidir.

Taraftarın takıma olan bağlılığının artırılması için taraftar davranışlarının incelenmesi gerekmektedir. Ulusal ve uluslararası literatürde takıma bağlılığı temsil eden birçok davranış olduğu belirlenmiştir. Bu davranışlar; stadyumda maç izleme, deplasmana gitme, lisanslı ürün kullanımı, skora duyarlılık, sosyal medyadan ya da web sitesinden takımı takip etme, paylaşım yapma ve takımla ilgili bilgi toplama şeklinde sıralanabilir (Halıcı, 2023; Hunt, Bristol ve Bashaw, 1999; Park, Kim ve Chiu, 2021; Salman, 2008; Sutton, McDonald, Milne ve Cimperman, 1997; Wann ve Brandscome, 1990). Ayrıca davranışsal özelliklerin yanı sıra maça gitme motivasyonlarına göre de taraftarlar birbirinden ayrılabilir. Taraftarların bir kısmının motivasyonu takımı desteklemek olsa da bazı taraftarların temel motivasyonu sosyalleşmek ya da eğlenmek olabilmektedir (Dietz-Uhler, Harrick, End ve Jacquemotte, 2000; Halıcı ve Çimen, 2021; Kearney, 2003).

Bu davranışsal ve motivasyonel farklılıkların yanı sıra uluslararası literatürde, taraftarların kendi kulübünün tanıtımını yaparak diğer taraftarları etkilemeleri de takıma olan bağlılığı temsil eden davranışlardan biri olarak kabul edilmektedir. Literatürde "eFANGelizm" olarak adlandırılan bu kavram, "marka evangelizmi" kavramından türemiştir. Marka evangelizmi kavramını Matzler, Pichler ve Hemetsberger (2007), marka ile ilgili olumlu görüşler yayma ve başkalarını aynı markayla ilişki kurmaya hararetle ikna etmeye çalışma şeklinde tanımlamıştır. Marka evangelizmi, olumlu ağızdan ağıza pazarlamanın bir uzantısıdır ve "lobicilikle" ilgili davranış kalıplarını içerir (Hsu, 2017).

Marka evangelizmi kavramının spora yansımaları olarak ifade edilen eFANGelizm ise, Dwyer ve diğerleri (2015) tarafından "aktif olarak başkalarının satın alma davranışını pozitif yönde etkilemek için bir kulübün tanıtımını yapma ve kulüple ilgili iyi haberlerin yayılmasına katkı sağlayan ve bu katkıyı herhangi bir beklenti içerisinde girmeden gerçekleştiren taraftar davranışı" şeklinde açıklanmaktadır. Bu kapsamda "*Spor Takımı Evangelizm (eFANGelizm) Ölçeği*" çalışması yapan araştırmacılar "evangelizm" sözcüğünün içerisine "fanatik" kelimesinin kısaltması olan "fan" kelimesini yerleştirerek "eFANGelizm" kavramını ortaya çıkarmışlardır.

EFANGelist taraftarlar; sadece takım ürünlerini ya da takıma dair unsurları tüketmesinden ziyade takımın gönüllü elçiliğini yaparak takımı hakkında olumlu izlenim yaratma çabası içine girmektedir (Yüksekbilgili, 2017). Bu olumlu izlenim yaratma çabası içerisinde eFANGelist taraftarlar, kendi takımını diğer takımlara göre üstün görme, takımının avukatlığını yapma, etrafındakilere takımla ilgili hediyeler alma ve başka bir takımın taraftarı olan aile üyelerini/arkadaşlarını kışkırtıcı hareketlere maruz bırakma davranışları gösterebilmektedir (Dwyer vd., 2015).

Kişisel satış elemanı gibi çalışan eFANGelist taraftarlar, kulüplere göre mesajları çok daha fazla kişiselleştirebilmektedir. Taraftarlar ile doğrudan iletişim kurularak gerçekleştirilen bu kişiselleştirme, mesajların daha etkili ve ikna edici olmasına neden olabilmektedir (Göktaş ve Erdoğan Tarakçı, 2020). Böylece kulüpler, gönüllü taraftarlar aracılığıyla herhangi bir maliyet olmaksızın reklam etkinlikleri gerçekleştirerek, kulüp imajını olumlu yönde geliştirmeye katkı sağlayabilmektedir. Bu olumlu imaj da takıma ilgi seviyesi düşük olan taraftarların bağlılığının artmasına neden olabilmektedir. Bilimsel çalışmalarda kulüp imajının olumlu olmasının bağlılığı olumlu yönde etkilediğini ortaya koymaktadır (Altın, Bezgin-Ediş, Tüfekçi ve Altın, 2020; Yapraklı, Keser ve Ünal, 2021). Ayrıca eFANGelist taraftarlar, takıma ait ürünleri etrafındakilere hediye ederek, ikna edici bir davranış örneği sergileyebilmektedir. Schenebelen ve Bruhn belirttiği (2018) gibi duygu odaklı bir strateji olan bu davranışlar kulübün yeni taraftar kazanmasına da katkı sağlayabilmektedir. Takıma yönelik bu kazanımlar nedeniyle taraftarların eFANGelizm düzeyinin artırılması, kulüpler için önemli bir konu haline gelmektedir. Bu doğrultuda eFANGelist taraftarlara yönelik olarak yapılacak bilimsel çalışmalar da daha fazla önem kazanmaktadır. Literatür için yeni bir kavram olan eFANGelizm ile ilgili olarak yapılan çalışmalar incelendiğinde; eFANGelist davranışların takıma bağlılıkla ilişkisini belirlemeye yönelik çalışmalar olduğu tespit edilmiştir (Dwyer, Greenhalgh ve LeCrom, 2016; Erdoğan, Öztaş ve Şirin, 2021; Halıcı, 2023; Park vd., 2021). Bu çalışmalara göre; takıma yüksek bağlılık duyan taraftarlar diğer taraftara göre daha fazla eFANGelist davranışlar göstermektedir. Bu sonuçlarda taraftarların eFANGelizm düzeylerinin ölçülmesinin önemini ortaya koymaktadır.

Kulüpler, yapılacak bilimsel araştırmalar sayesinde, eFANGelist davranışlar sergileyen taraftar sayısını belirleyebilir ve elde edilen bu sonuçlara dayanarak taraftarların eFANGelist davranışlarını artırma ve korumaya yönelik gerekli önlemleri alabilir. Ayrıca, yaş, cinsiyet, eğitim gibi demografik değişkenlerin yanı sıra maç izleme, ikinci takım tutma, memleketinin takımı tutma gibi taraftar davranışlarının eFANGelizm düzeyi ile ilişkisini belirleyecek bilgiler, kulüplerin hedef odaklı iletişim stratejilerini özelleştirmelerine ve bu yönde etkili adımlar atmalarına yardımcı olabilir. Bu nedenle, spor kulüpleri için, taraftarların eFANGelizm düzeylerinin belirli aralıklarla ölçülmesi önem

arz etmektedir. Tüm bu bilgiler ışığında, bu çalışmanın amacı, futbol taraftarlarının eFANgelizm düzeylerinin demografik değişkenler ve taraftar davranışları değişkenleri açısından incelenmesidir.

Yöntem

Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada nicel araştırma yöntemlerinden biri olan tarama modeli kullanılmıştır. Tarama modeli, geçmişte ya da günümüzdeki bir durumu var olduğu şekliyle betimleyen, öğrenmenin gerçekleşmesi ve bireyde istenen davranışların gelişmesi için uygulanan süreçlerin tümüdür. Genel tarama modelinde, çok sayıda elemandan oluşan bir evrende, evren hakkında genel bir yargıya varmak için evrenin tümü ya da ondan alınacak bir grup örnek ya da örneklem üzerinde tarama yapılmaktadır (Karasar, 2012).

Araştırma Grubu

Araştırma grubunu, 2022-2023 Spor Toto Süper Lig’de mücadele eden ilk 14 hafta itibarıyla en yüksek seyirci ortalamasına sahip 6 futbol takımının taraftarları oluşturmaktadır. Bu kapsamda, Fenerbahçe, Galatasaray, Beşiktaş, Trabzonspor, Ankaragücü ve Adana Demirspor takımlarının taraftarları çalışmaya dahil edilmiştir. Passolig’den edilen bulgular doğrultusunda 6 takımın taraftarının 4,802,898 passolig kartının olduğu belirlenmiştir. Araştırma grubunun tespit edilmesi amacıyla G*Power 3.1 analiz programı aracılığıyla güç analizi gerçekleştirilmiştir. Çalışma kapsamında uygulanacak testler referans alınarak, 0,05 güven aralığı %95 güç ve düşük etki (small effect) büyüklüğünde gerçekleştirilen analiz sonucunda, en az 1000 kişilik bir gruba ulaşılması gerektiği belirlenmiştir. Bu sonuçlar baz alınarak tesadüfi örnekleme yöntemiyle seçilen 1049 taraftar çalışmaya dahil edilmiştir. Katılımcılara ait tanımlayıcı bilgiler Tablo 1.’de sunulmuştur.

Tablo 1. Katılımcılara ait tanımlayıcı bilgiler

Değişkenler	Kategori	f	%
Takım	Fenerbahçe	216	20,5
	Galatasaray	200	19,1
	Beşiktaş	145	13,8
	Trabzon	201	19,2
	Ankaragücü	148	14,1
	Adana Demirspor	139	13,3
Cinsiyet	Kadın	309	29,5
	Erkek	740	70,5
Yaş	18 ve altı	176	16,7
	19-21	284	27,1
	22-25	232	22,1
	26-34	139	13,3
	35 ve üstü	218	20,8

Eğitim	İlkokul	8	0,8
	Ortaokul	43	4,1
	Lise	389	37,1
	Lisans	553	52,7
	Lisansüstü	56	5,3
Maç İzleme Sayısı	0	103	9,8
	1-5	241	23,1
	6-10	123	11,7
	11-15	99	9,4
	16-20	106	10,1
	20 ve üstü	377	35,9

Veri Toplama Araçları

Araştırma sorularını değerlendirmek amacıyla hazırlanan veri toplama aracı 2 bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde, kişisel bilgi formu, ikinci bölümde ise “Spor Takımı Evangelizmi (eFANgelizm) Ölçeği” kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmanın birinci bölümde demografik ve taraftarlar davranışlarına yönelik sorulara yer verilmiştir. Demografik sorular; cinsiyet, yaş ve eğitimden oluşurken taraftar davranışı ise tutulan takım, maç izleme sayısı, taraftar grubuna üyelik, kulübe üyelik, ikinci takım tutma ve memleketinin takımını tutma sorularından oluşmaktadır.

Spor Takımı Evangelizmi (eFANgelizm) Ölçeği: Spor Takımı Evangelizmi (eFANgelizm) Ölçeği, Dwyer ve diğerleri (2015) tarafından geliştirilmiştir. 14 sorudan oluşan ölçeğin orijinali, “avukat”, “reklam”, “kışkırtma” ve “özümseme” olmak üzere 4 alt boyuttan oluşmaktadır. Orijinal ölçeğin Türkçe’ye uyarlama çalışması, Yüksekbilgili (2017) tarafından yapılmış ve tek faktörlü 12 soruluk forma dönüştürülmüştür. Ölçeğin Türkçe formunun güvenilirlik değeri ,936 ve geçerlilik değeri 0,845 olarak belirlenmiştir. Ölçek 5’li likert tipi şeklinde derecelendirilmiştir (Kesinlikle Katılmıyorum- Kesinlikle Katılıyorum).

Verilerin Toplanması

Bu çalışma Gazi Üniversitesi Etik Komisyonuna yapılan başvuru neticesinde, etik açıdan bir sakınca bulunmadığına dair onayın alınmasıyla başlatılmıştır. Ölçme aracı, katılımcıların bir kısmına yüz yüze bir kısmına da elektronik ortamda uygulanmıştır. Katılımcılar hem basılı hem de elektronik formda yer alan yönerge ile bilgilendirilmiş olup, gönüllülük esasıyla çalışmaya dahil olmuştur. Veri toplama süreci, 1 ayda tamamlanmıştır.

Verilerin Analizi

Taraftarların eFANgelizm düzeyini araştırmak amacıyla, ölçme aracı, 1093 taraftara uygulanmıştır. Veriler, herhangi bir müdahalede bulunulmadan SPSS paket programına aktarılmıştır. Veri inceleme ve temizleme yöntemleri kullanılarak, veri setindeki eksik, hatalı ve uç değer sorunu yaratan 44 form analize

dahil edilmemiştir. Veri inceleme aşaması sonrasında, 1049 veriye verinin normal dağılıma uygunluğu, çarpıklık-basıklık değerleri incelenerek yorumlanmıştır.

Tablo 2. STEÖ normallik testi sonuçları

Ölçek	N	X	Min.	Max.	Skewness	Kurtosis
STEÖ	1049	3,47	1	5	-,539	-,355

Bu kapsamda, literatürde kriter değer olarak belirtilen rakamlar (Tabachnick ve Fidell, 2013) eşliğinde sonuçlar incelenmiş ve veri setinin normal dağılıma uygun olduğu anlaşılmıştır. Veri dağılımının incelenmesinin ardından, verilerin analizinde

frekans ve yüzde dağılımı, ortalama değerler, t-Testi, ANOVA ve Posthoc LSD testi kullanılmıştır.

Etik Beyan

Bu araştırma, Gazi Üniversitesi Etik Komisyonu'nun, 07.02.2023 tarih ve 02 sayılı kararıyla etik açıdan bir sakınca bulunmadığına dair onay alınarak başlatılmıştır.

Bulgular

Bulgular bölümünde yer alan analizler iki bölüm halinde raporlaştırılmıştır. Birinci bölümde demografik değişkenlere, ikinci bölümde ise taraftar davranışlarına göre eFANgelizm ortalamalarının değişip değişmediğine yönelik analizler yer verilmiştir.

Taraftarların Demografik Değişkenlere Göre eFANgelizm Düzeylerine Ait Bulgular

Tablo 3. Cinsiyet değişkenine göre STEÖ'ne yönelik t-testi sonuçları

Değişken	Cinsiyet	N	X	Sx	t	sd	p	Cohen'S d
Cinsiyet	Kadın	309	3,11	,96	7,947	1047	,000	,53
	Erkek	740	3,62	,94				

Tablo 3'te yer alan bilgiler incelendiğinde; taraftarların eFANgelizm ortalama puanlarının cinsiyete göre farklılaştığı görülmektedir. Erkeklerin eFANgelizm ortalamaları kadınlara göre

anlamli düzeyde yüksektir. Hesaplanan farklılığın etki büyüklüğünün belirlenmesi amacıyla yapılan analiz sonucunda, farklılığın orta düzeyde olduğu belirlenmiştir.

Tablo 4. Cinsiyete göre eFANgelizm ölçeği maddelerinin t-testi sonuçları

	Cinsiyet	N	M	p
Tuttuğum takımdan "biz" şeklinde bahsederim.	Kadın	309	3,741	,000
	Erkek	740	4,236	
Çevremdekilere tuttuğum takımın iyi oyuncularından bahsederim.	Kadın	309	3,534	,000
	Erkek	740	4,155	
Tuttuğum takım ile ilgili tanımadığım kişilerin konuşmalarına dahil olurum.	Kadın	309	2,786	,000
	Erkek	740	3,503	
Aracımda tuttuğum takımı belirten ürünler bulunur.	Kadın	309	2,929	,000
	Erkek	740	3,543	
Ofisimde tuttuğum takımı belirten ürünler bulunur.	Kadın	309	2,838	,000
	Erkek	740	3,520	
Doğum günlerinde, özel günlerde tuttuğum takıma ait ürünleri hediye olarak veririm.	Kadın	309	2,770	,000
	Erkek	740	3,362	
İnternet profillerimde tuttuğum takımı belirtirim.	Kadın	309	2,864	,000
	Erkek	740	3,709	
Tuttuğum takımı tutmayan arkadaşlar ve aile üyeleri ile onların tuttuğu takım kaybettiğinde iletişim kurarım.	Kadın	309	3,107	,000
	Erkek	740	3,581	
Tuttuğum takımı tutmayan arkadaşlar ve aile üyeleri ile onların tuttuğu takım kazandığında iletişim kurarım.	Kadın	309	2,903	,06
	Erkek	740	3,074	
Tuttuğum takımı tutmayan arkadaşlar ve aile üyeleri ile onların tuttuğu takım oynarken iletişim kurarım.	Kadın	309	3,061	,001
	Erkek	740	3,358	
Tuttuğum takımın maçının olduğu günlerde takım üniformasını giyerim.	Kadın	309	3,155	,000
	Erkek	740	3,551	
Aynı takımı tutan arkadaşlar ve aile üyeleri ile tuttuğumuz takım oynarken iletişim kurarım.	Kadın	309	3,696	,001
	Erkek	740	3,959	

Tablo 4'te yer alan bilgiler incelendiğinde; 9. madde dışında yer alan tüm maddelerde erkekler lehine anlamlı farklılık bulunmaktadır.

Tablo 5. Taraftarların yaş ve eğitim değişkenlerine göre eFANGelizm ortalamalarının ANOVA sonuçları

Değişken	Düzye	N	\bar{X}	Sx	f	sd	p	n ²
Eğitim	Lise ve altı	440	3,58	,97	5,025	2	,007*	,010
	Lisans	553	3,41	,96				
	Lisansüstü	56	3,24	1,11				
Yaş	18 ve altı	176	3,71	,94	3,926	4	,004*	,015
	19-21	284	3,34	,99				
	22-25	232	3,47	1,00				
	26-34	139	3,47	,97				
	35 ve üstü	218	3,46	,95				

Tablo 5'te yer alan bilgiler incelendiğinde; taraftarların eFANGelizm ortalama puanlarının hem eğitim hem de yaşa göre farklılaştığı görülmektedir. Posthoc LSD testine göre; lise ve altı mezuniyete sahip taraftarların eFANGelizm ortalamaları lisans ve lisansüstü mezunlarına göre anlamlı düzeyde yüksektir. 18 ve altı yaşa sahip taraftarların eFANGelizm ortalamaları diğer yaş gruplarına göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir.

Taraftarların Taraftar Değişkenlerine Göre eFANGelizm Düzeylerine Ait Bulgular

Tablo 6. Üyelik, ikinci takım ve memleket takımını tutma değişkenlerine göre eFANGelizm ortalamalarının t-testi sonuçları

Değişken		N	X	Sx	t	sd	p	Cohen's d
Taraftar Grubuna Üyelik	Evet	388	4,03	,75	15,585	1047	,000	1,02
	Hayır	661	3,15	,95				
Kulübe Üyelik	Evet	255	3,99	,81	10,018	1047	,000	,76
	Hayır	794	3,31	,97				
İkinci Takım Tutma	Evet	257	3,31	,85	3,008	1047	,001	,22
	Hayır	792	3,52	1,01				
Memleket Takımını Tutma	Evet	685	3,65	,94	8,067	1047	,000	,52
	Hayır	364	3,15	,98				

Tablo 6'da yer alan bilgiler incelendiğinde; taraftarların eFANGelizm ortalama puanları, memleket takımını ve ikinci takım tutma, taraftar ve kulübe üyelik değişkenlerine göre farklılaştığı belirlenmiştir.

Memleketinin takımını tutanların eFANGelizm ortalamaları tutmayanlara; taraftar grubuna üye olanların olmayanlara, kulübe üye olanların olmayanlara ve ikinci takım tutmayanların tutanlara göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir.

Tablo 7. Takım ve maç izlemeye göre eFANGelizm ortalamalarının ANOVA sonuçları

Değişken	Düzye	N	\bar{X}	Sx	f	sd	p	n ²
Maç İzleme Sayısı	0	103	2,46	1,02	74,241	5	,000	,26
	1-5	241	2,96	,88				
	6-10	123	3,44	,80				
	11-15	99	3,83	,75				
	16-19	106	3,76	,81				
	20 ve üstü	377	3,92	,81				
Takım	Fenerbahçe	216	3,08	,94	44,166	5	,000	,17
	Galatasaray	200	3,04	,96				
	Beşiktaş	145	3,23	,91				
	Trabzonspor	201	3,79	,84				
	Ankaragücü	148	3,84	,89				
	Adana Demirspor	139	4,12	,74				

Tablo 7'de yer alan bilgiler incelendiğinde; taraftarların eFANGelizm ortalama puanlarının maç izleme sayısına göre anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. Posthoc LSD testine göre; 20 ve üstü, 16-19, 11-15 ve 6-10 maç izleyenlerin eFANGelizm ortalamaları 1-5 maç ve hiç maç izlemeyenlere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir.

Takım değişkenine göre taraftarların eFANGelizm ortalama puanlarının farklılaştığı görülmektedir. Posthoc LSD testine göre; Adana Demirspor, Trabzonspor ve Ankaragücü taraftarlarının eFANGelizm ortalama puanları, Beşiktaş, Fenerbahçe ve Galatasaray'a göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tartışma

Bu bölümde elde edilen sonuçlar literatür temelli tartışılarak yorumlanmıştır. Birinci bölümde demografik değişkenler ikinci bölümde ise taraftar davranışlarına yönelik olarak elde edilen sonuçlara yönelik yorumlara yer verilmiştir.

Futbol taraftarlarının eFANGelizm düzeyinin değişkenlerle olan ilişkisinin incelendiği çalışmada; yaş, eğitim ve cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılıklar tespit edilmiştir. Cinsiyete göre yapılan analizler sonucunda (Tablo 3) eFANGelizm ortalamalarının erkekler lehine anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir. Literatürde eFANGelizm ortalamalarının erkekler lehine anlamlı düzeyde yüksek olduğunu gösteren birçok çalışma yer almaktadır (Gelen, Öntürk, Yaraş, Satılmış ve Şahin, 2022; Küçükbiş ve Yurtsızoğlu, 2019; Yüzgenç, Doğan ve Koç, 2022). Bu sonuçlar detaylı bir şekilde incelendiğinde (Tablo 4), kadın taraftarların en düşük ortalamalarının ürün kullanımıyla ilgili maddeler olduğu belirlenmiştir. Bu ortalamaların düşük olması erkekler lehine anlamlı farklılığın oluşmasına neden olmuş olabilir. Taraftarların lisanslı ürün kullanımında fayda-fiyattan ziyade takım kimliğini yansıtmaya, takıma destek olma gibi motivasyonlara sahip olduğu bilinmektedir (Halıcı, 2023). Kadın taraftarların ortalamasının erkekler için daha düşük olması kadın taraftarlarının ürünlere yönelik kalite beklentisinin yüksek olmasından kaynaklı olabilir. Ayrıca eFANGelizm ortalamalarının erkekler lehine yüksek olması erkeklerin kadınlara göre futbola ilgilerinin daha fazla olmasından kaynaklanabileceği söylenebilir. Her ne kadar kadınların ortalaması erkekler için düşük olsa da kadınların eFANGelizm düzeyi, ortalamasının üstündedir. Bu sonuçta, spor kulüplerinin doğru stratejilerle hali hazırda ortalamasının üstünde yer alan eFANGelizm düzeylerini artırabileceğini göstermektedir.

Kadınların ortalamasının erkekler için düşük olmasının nedenlerinden birisi de eFANGelist davranışlardan birisi olan “sosyal ortamda takımı hakkında konuşma” davranışı olabilir. Futbol hakkında konuşmak, erkeklerin sosyal ortamlarında yaygın bir durumken, kadınların futbola olan ilgisinin genellikle erkekler için daha az olması, futbola ilgi duyan kadınların bu konuyu sosyal ortamlarında dile getirememelerine sebep olmuş olabilir. Ayrıca eFANGelizm düzeyini belirleyen davranışlardan olan “maç günlerinde diğer takımı tutan bireylerle iletişim kurma” bir nevi karşıdaki bireyleri kızdırma üzerine yapılan eylemler arasında girmektedir. Çatışma ihtimali olan bu eylemleri kadınların tercih etme olasılığı erkekler için daha düşüktür. Erdoğan, Öztas ve Şirin (2021)’in yapmış olduğu çalışma da eFANGelizm düzeyi ile şiddet arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Yapılan bilimsel çalışmalarda erkeklerin şiddete eğilimlerinin kadınlara göre daha yüksek olduğunu gösteren çalışmalar olduğu göz önüne alındığında (Ayorinde, Nnajieto ve Anyakoha, 2016; Kural ve Özbek, 2019) kadınların eFANGelizm ortalamalarının bu nedenle daha düşük çıktığı söylenebilir.

Eğitim ve yaş değişkenine göre elde edilen verilere bakıldığında (Tablo 5); “lise ve altı” mezuniyete sahip taraftarlarla “18

ve altı” yaş grubu taraftarların eFANGelizm ortalamalarının diğerlerine göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Literatürde yaş ve eğitim seviyesi düşük olan taraftarların takıma bağlılığının daha yüksek olduğunu gösteren birçok çalışma bulunmaktadır (Çakmak, Başaran ve Karatut, 2022; Doğru, Sayımer, Çetin ve Koç, 2021; Genç ve Yıldırım, 2022; Katırcı, Yüce, Güler ve Özçiftçi, 2016). Halıcı (2023)’nın da çalışmasında belirttiği gibi; yaş ve eğitim seviyesi düşük olan bu taraftarların takıma bağlılığının diğerlerine göre yüksek olması sosyal kimlik teorisiyle ilişkilendirilebilir. Sosyal kimlik teorisine göre bireyler belirli bir sosyal grubun parçası olmak ve aidiyet duygusu kazanmak için bir takım taraftarı olabilmektedir. Kendisini gücünün yanında konumlandırarak herhangi bir uğraş vermeden bir takımın taraftarı olan bireyler, bu sosyal kimliğin statü, rahatlama, başarı gibi kazanımlarına ulaşabilmek için takımlarına yüksek bir bağlılık duyabilmektedir (Kozanoğlu, 1990’dan aktaran Doğru vd., 2021; Jacobson, 2003).

Demografik değişkenlere göre değişebilen eFANGelizm düzeyi taraftar davranışlarına göre de değişebilmektedir. Taraftar davranışlarına yönelik elde edilen sonuçlara bakıldığında; tüm (taraftar ve kulübe üyelik, ikinci takım tutma, memleket takımı tutma, maç izleme ve takım) değişkenlerde anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

Taraftar davranışı değişkenlerinden birisi olan memleketin takımını tutma değişkenine göre, eFANGelizm ortalamaları anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır (Tablo 6). Sonuçlara göre memleketinin takımını tutanlar tutmayanlara göre daha yüksek eFANGelizm ortalamasına sahiptir. Hem takıma bağlılık hem de eFANGelizm çalışmalarında memleketin takımını tutma değişkeni sınırlı sayıda çalışmada kullanılmıştır. Bu çalışmalardan biri olan Doğru ve diğerlerinin (2021) çalışmasında da memleketinin takımını tutanların takımla özdeşleşme düzeyinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu durum, Hacısoftaoğlu, Akcan ve Bulgu (2012)’nin de belirttiği gibi ulusa bağlılığı ifade eden milliyetçilik düşüncesinin spora yansımaları olarak da ifade edilebilir. Aidiyet, bağlılık ve kendini adanma gibi milliyetçiliğe özgü olarak kabul edilen unsurlar, bir takıma yansıtıldığında “memleket milliyetçiliği” olarak ifade edilmektedir. Takım değişkenine göre yapılan analiz sonuçları da bu bulguları desteklemektedir. İstanbul takımlarının eFANGelizm ortalaması diğer takımlara göre anlamlı düzeyde düşük bulunmuştur. Benzer bir sonuçta Küçükbiş ve Yurtsızoğlu (2019)’nin çalışmasında ortaya çıkmıştır. Buna göre Sivasspor taraftarlarının eFANGelizm düzeyinin, Fenerbahçe, Galatasaray ve Beşiktaş taraftarlarınınkinden daha yüksek olduğu ifade edilmiştir.

Memleketinin takımını tutma değişkeni gibi ikinci takım tutma değişkeninde de eFANGelizm ortalamaları arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir (Tablo 6). İkinci takım tutanların ortalamaları tutmayanlara göre daha düşük olduğu belirlenmiştir. Memleketinin takımını tutma değişkeninde olduğu gibi ikinci takım tutma değişkeninde de literatürde sınırlı sayıda çalışmada

yer almaktadır. Taraftarların çoğu genellikle bir takım tutsa da bazılarının yıldız sporcular, memleket bağlantıları gibi sebeplerle ikinci bir takımı desteklediği de görülebilmektedir. Özellikle Halıcı (2023)'nin da çalışmasında elde ettiği sonuç gibi, takıma bağlılığı düşük olan taraftarların ikinci takım tutma ortalaması daha yüksek olmaktadır. Bu nedenle, ikinci takım tutanların hassas taraftarlar olduğu düşünüldüğünde spor kulüplerinin bu taraftarların eFANGelist davranışlarını geliştirecek tedbirleri alması gerekmektedir.

Taraftar ve kulübe üyelik değişkenlerine bakıldığında da taraftarların eFANGelizm düzeylerinin anlamlı şekilde farklılaştığı görülmektedir. Yapılan analizlerde hem taraftar grubuna hem de kulübe üye olan taraftarların, anlamlı düzeyde daha fazla eFANGelist davranışlar gösterdiği tespit edilmiştir. Literatüre bakıldığında da takıma bağlılık olarak ele alınan çalışmalarda, taraftar grubuna ya da kulübe üye olan taraftarların takıma bağlılığının yüksek olduğuna yönelik güçlü bir destek bulunmaktadır (Açak ve diğerleri, 2018; Katırcı vd., 2016; Kural ve Özbek, 2019).

Sonuç ve Öneriler

Tüm bu bulgular analiz edildiğinde sonuç olarak; takıma bağlılığı temsil ettiği düşünülen eFANGelizm düzeylerinin hem demografik değişkenler hem de taraftar davranışları açısından anlamlı düzeyde değişebildiği belirlenmiştir. Bu sonuçlar, spor kulüplerinin, eFANGelizm düzeyini artıracak önlemleri alırken, hem demografik değişkenlere hem de taraftar davranış özelliklerine göre ayrı ayrı stratejiler uygulaması gerektiğini göstermektedir. Bu değişkenler göz önüne alınarak, hedef odaklı iletişim stratejileri uygulanabilir ve böylece taraftarlarda istendik davranış değişiklikleri geliştirilerek, eFANGelizm düzeyleri artırılabilir.

Kadın sporcuların eFANGelizm düzeyinin düşük çıkması, futbolun kadınlar tarafından sosyal ortamlarında sınırlı ölçüde ele alınmasından kaynaklanıyor olabilir. Bu nedenle, özellikle kadın taraftarları bir araya getirerek sosyalleştirecek stratejiler uygulanabilir. Örneğin; kulüp düzeyinde kadın taraftar grupları ya da kulüplerinin oluşturulması sağlanabilir. Bu şekilde, kadın taraftarların eFANGelizm düzeyi artırılabilir. Erkeklerle kıyasla kadın taraftarların lisanslı ürün kullanımının daha düşük olması sebebiyle, kadınların bu ürünlerden beklentilerini belirlemek üzere bilimsel araştırmalar yapılması düşünülebilir. Bunun yanı sıra, kadın taraftarlara özel lisanslı ürünler de geliştirilebilir.

Memleketinin takımını tutan taraftarların oranının yüksek olduğu takımlarda, eFANGelizm ortalamasının da yüksek olduğu saptanmıştır. Bu taraftarların eFANGelist davranışlarını sürdürülebilmeleri ve potansiyel taraftarların mevcut taraftarlara dönüşülebilmeleri için, özellikle Anadolu takımlarının pazarlama stratejilerinde yerel değerlere vurgu yapan unsurlara odaklanmaları gerektiği belirginleşmektedir. Örneğin; Trabzonspor'un maç sonu kutlamalarında, Karadeniz bölgesini ve Trabzon şehrini yansıtan unsurları kullanması gibi (Horon, kemeççe, kolbastı

oyunu, vb.). Son olarak ise eğitim seviyesi ve yaş ortalaması yüksek olan taraflar ile ikinci takım tutan taraftarların eFANGelist davranışlarının diğerlerine göre daha düşük çıkmasının nedenlerine yönelik bilimsel çalışmaların yapılması önerilebilir. Ayrıca bu araştırma Spor Toto Süper Lig'in ilk 14 hafta itibarıyla en yüksek seyirci ortalamasına sahip 6 takım (Fenerbahçe, Galatasaray, Beşiktaş, Trabzonspor, MKE Ankaragücü ve Adana Demirspor) ile sınırlıdır. Özellikle seyirci ortalaması düşük olan kulüplerin taraftarlarıyla yapılacak çalışmalar farklı sonuçlar verebilir.

Yazar notu

Bu çalışma, 17-20 Mayıs 2023 tarihleri arasında Antalya'da yapılan 4. Uluslararası Rekreasyon ve Spor Yönetimi Kongresi'nde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

Finans Kaynakları

Bu çalışmanın hazırlanması ve yazımı sırasında kurum ve/veya kuruluşlardan herhangi bir maddi destek alınmamıştır.

Çıkar Çatışması

Bu makalenin yayınlanmasıyla ilgili yazarlar arasında herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Yazar Katkıları

Araştırma Fikri: AH, AK; Araştırma Tasarımı: AH, AK, PKD; Verilerin Analizi: AH, AK; Makale Yazımı: AH, AK; Eleştirel İnceleme: PKD, AH

Kaynaklar

1. **Açak, M., Düz, S., Karataş, Ö., Karademir, T., Kurak, K. ve Bayer, R.** (2018). Türkiye Futbol Federasyonu 1. ligindeki taraftarlarının fanatizm durumlarının incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 20(3), 8-23.
2. **Akşar, T.** (2008). *Taraftar mı, müşteri mi?* Erişim adresi: <https://www.dunya.com/kose-yazisi/taraftar-mi-musteri-mi/3163>
3. **Altın, Ş., Ediş, L. B., Tüfekçi, İ. ve Altın, B.** (2020). Spor pazarlamasında lisanslı ürünlerin tercihinde, kulüp imajı, marka efangelizmi, takım sadakati ve takımla özdeşleşme değişkenlerinin etkisi. *İşletme Araştırmaları Dergisi*, 12(4), 3759-3775.
4. **Ayorinde, S. A., Nnajiye, C. C., & Anyakoha, I. C.** (2016). Dynamic and implications of football fans' club and fans' fanaticism for school violence among tertiary students in Lagos, Nigeria. *African Research Review*, 10(4), 155-169.
5. **Çakmak, G., Başaran, Z. ve Karatut, A.** (2022). Futbol taraftarlarının takıma psikolojik bağlılık, fanatizm ve mutluluk düzeylerinin incelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 9(1), 95-110.
6. **Dietz-Uhler, B., Harrick, E. A., End, C. ve Jacquemotte, L.** (2000). Sex differences in sport fan behavior and reasons for being a sport fan. *Journal of Sport Behavior*, 23(3), 219-231.
7. **Doğru, Y. B., Sayımer, İ., Çetin, C. ve Koç, F.** (2021). Taraftar motivasyon faktörlerinin psikolojik bağlılık, kulüp ürünlerini satın alma ve medya yoluyla kulübü takip etme üzerindeki etkileri: yerel ve ulusal futbol kulüpleri düzeyinde karşılaştırmalı bir araştırma. *Gazi Antep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 6(1), 87-109.


8. **Dwyer, B., Greenhalgh, G. ve LeCrom, C.** (2016). Niche-versus mainstream-sport spectators: An analysis of need for uniqueness and sport eFANGelism. *International Journal of Sport Communication*, 9(3), 364-383.
9. **Dwyer, B., Greenhalgh, G. P. ve LeCrom, C. W.** (2015). Exploring fan behavior: Developing a scale to measure sport eFANGelism. *Journal of Sport Management*, 29(6), 642-656.
10. **Erdoğan, A., Öztaş, M. ve Şirin, E. F.** (2021). Futbol taraftarlarının seyircilik durumları ile spor takımı evangelizm (efangelizm) ilişkisi üzerine ampirik bir araştırma. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10(1), 476-484.
11. **Gelen, N. K., Öntürk, Y., Yaraş, A., Satılmış, S. E. ve Şahin, İ.** (2022). Investigation of sport team evangelism (efangelism) behaviors of faculty of sports sciences students. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 5(3), 675-685.
12. **Genç, N. ve Yıldırım, Y.** (2022). Futbol Taraftarlarının takım evangelizm (eFANGelizm) düzeyinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi: Adana Demirspor-Erzurumspor maçı örneği. *Herkes için Spor ve Rekreasyon Dergisi*, 4(1), 23-27.
13. **Göktaş, B. ve Erdoğan Tarakçı, İ.** (2020). Marka evangelizminin satın alma bağımlılığı, satın alma niyeti ve tavsiyede bulunma üzerindeki etkisi: taraftar ürünleri örneği. *İşletme Araştırmaları Dergisi*, 12(1), 126-145.
14. **Hacısoftaoğlu, İ., Akcan, F. ve Bulgu, N.** (2012). Hayali cemaatler olarak taraftar toplulukları: Ankaragücü taraftar grupları örneği. *Spor Bilimleri Dergisi*, 23(4), 159-176.
15. **Halıcı, A.** (2023). *Futbol taraftarlarının tipolojileri ile etkinlik kalitesi algılarının arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
16. **Halıcı, A. ve Çimen, Z.** (2021). Futbol seyircilerinin etkinlik kalitesine yönelik beklentilerinin değerlendirilmesi. *Pazarlama ve Pazarlama Araştırmaları Dergisi*, 14(2), 389-421.
17. **Hsu, L. C.** (2019). Investigating the brand evangelism effect of community fans on social networking sites: Perspectives on value congruity. *Online Information Review*, 43(5), 842-866.
18. **Hunt, K. A., Bristol, T. ve Bashaw, R. E.** (1999). A conceptual approach to classifying sports fans. *Journal of Services Marketing*, 13(6), 439-452.
19. **Jacobson, B. P.** (2003). *Rooting for laundry: An examination of the creation and maintenance of a sport fan identity*. Connecticut: University of Connecticut.
20. **Karasar, N.** (2012). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Yayınları.
21. **Katırcı, H., Yüce, A., Güler, D. ve Özçiftçi, S.** (2016). You will never walk alone: the case of Eskişehirspor and MKE Ankaragücü sport clubs' fans identification. *Pamukkale Journal of Sport Sciences*, 7(2), 14-26.
22. **Kearney, A. T.** (2003). *The new sports consumer*. Chicago, USA.
23. **Kural, S. ve Özbek, O.** (2019). Views of Turkish Football Super League (Süper Lig) fans on fanaticism and violence. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 4(2), 140-154.
24. **Küçükbiş, H. F. ve Yurtsızoğlu, Z.** (2019). Investigation of the evangelism of sport team's attitudes of the high school students. *Journal of Education and Training Studies*, 7(3), 106-113.
25. **Matzler, K., Pichler, E. A. ve Hemetsberger, A.** (2007). Who is spreading the word? The positive influence of extraversion on consumer passion and brand evangelism. *Marketing Theory and Applications*, 18(1), 25-32.
26. **Park, S., Kim, S. ve Chiu, W.** (2021). Segmenting sport fans by eFANGelism: a cluster analysis of South Korean soccer fans. *Managing Sport and Leisure*, 28(2), 182-196.
27. **Passolig.** (t.y.). Erişim Adresi: <https://www.passolig.com.tr/taraf-tar-ligi>
28. **Salman, G. G.** (2008). *Profesyonel futbol kulüplerinin hizmet kalitesi ile taraftar memnuniyeti ve taraftar tipolojileri arasındaki ilişki* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
29. **Schnebel, S. ve Bruhn, M.** (2018). An appraisal framework of the determinants and consequences of brand happiness. *Psychology & Marketing*, 35(2), 101-119.
30. **Sutton, W. A., McDonald, M. A., Milne, G. R. ve Cimperman, J.** (1997). Creating and fostering fan identification in professional sports. *Sport Marketing Quarterly*, 6, 15-22.
31. **Tabachnick, B. G. ve Fidel, L. S.** (2013). *Using multivariate statistics* (6th ed.). Boston: Pearson.
32. **Wann, D. L. ve Branscombe, N. R.** (1990). Die-hard and fair-weather fans: Effects of identification on BIRGing and CORFing tendencies. *Journal of Sport and Social Issues*, 14(2), 103-117.
33. **Yapraklı, T. Ş. ve Keser, E. ve Ünal, M.** (2020). Marka güveni ve marka özdeşleşmesinin marka evangelizmi üzerindeki etkisi. *Uluslararası İktisadi ve İdari İncelemeler Dergisi*, 27(1), 35-54.
34. **Yüksekbilgili, Z.** (2017). Spor Takımı Evangelizmi (eFANGelizm) Ölçeğinin Türkçeye uyarlanması: güvenilirlik ve geçerlilik çalışması. *Yönetim ve Ekonomi Dergisi*, 24(3), 959-969.
35. **Yüzgenç, A. A., Doğan, H. ve Koç, M. C.** (2022). Examination of Turkish football fans' brand evangelism (efangelism) levels and intention to purchase. *Pakistan Journal of Medical & Health Sciences*, 16(02), 453-453.

The Scale of Effective Decision-Making in Sport (SEDMS): Validity and Reliability Study

Sporda Etkili Karar Verme Ölçeği (SEKVÖ): Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması

Araştırma Makalesi / Research Article

 Mehmet Çağrı ÇETİN¹

 Mehmet KARA¹

¹ Mersin University,
Faculty of Sport Sciences, MERSİN

Corresponding Author / Sorumlu Yazar
Prof. Dr. Mehmet Çağrı ÇETİN
mccetin@mersin.edu.tr

Received / Geliş Tarihi : 18.10.2023

Accepted / Kabul Tarihi : 27.01.2024

Published / Yayın Tarihi : 31.01.2024

Etik Bilgilendirme / Ethical Statement

Bu araştırma, Mersin Üniversitesi Spor Bilimleri Etik kurulunun 26/12/2022 tarih ve 2022-063 sayılı kararı ile etik açıdan uygun bulunmuştur.

DOI: 10.53434/gbesbd.1377855

Özet

Bu çalışmanın amacı, aktif spor yapmakta olan 18 yaş ve üstü lisanslı sporcuların karar vermede etkili olma seviyesini ölçen bir ölçme aracı geliştirmektir. Ölçeğin aday formunu oluşturma aşamalarında, sporculara kompozisyon yazdırma, ölçek literatür taraması, odak gruplarla görüşme "niteliksel adımlar" kapsamında gerçekleştirilirken, sayıtlı analizleri ve geçerlik güvenilirlik analizleri ise gerçekleştirilen "niceliksel adımlar" dır. Madde havuzunda oluşturulan 42 madde ile hazırlanan uzman görüş formu, Lawshe tekniğine göre değerlendirmeleri için uzmanlara sunulmuştur. Uzman dönütleri sonrası, 15 madde çıkartılmış ve 27 madde kalmıştır. Denemelik ölçek formu, 18 yaş ve üstü aktif lisanslı 806 sporcuya, çevrimiçi uygulanmıştır. Ardından niceliksel adımlar kapsamında Açıklayıcı Faktör Analizi'nin (AFA) temel sayıtları sınanmış olup; AFA neticesinde 2 boyutlu toplam 15 maddeden oluşan yapı elde edilmiştir. SEKVÖ' nün psikolojik olarak yapı geçerliğini incelemek amacıyla; AFA sonrasında oluşan 15 maddelik nihai form ile yeniden veri toplama yoluna gidilerek, 493 aktif lisanslı sporcusundan yeni veriler elde edilmiş ve Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA) gerçekleştirilmiştir. DFA sonrası alt boyutlara ait standardize yük değerleri, değişkenlere ilişkin kestirilen hata varyansları, tüm maddelerin T değerleri ve model uyum iyiliği değerleri incelenmesi sonucunda ölçeğin 15 maddeden oluşan 2 faktörlü yapısının bir model olarak doğrulandığı saptanmıştır. Ayrıca DFA sonrasında ölçeğin yakınsak ve iraksak geçerlikleri ile birleştirici güvenilirlik değerleri incelendiğinde ölçütlere uygun değerlere sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı; "Dışsal Karar Verme" alt boyutu için .87, "İçsel Karar Verme" alt boyutu için ise .85 olarak hesaplanmıştır. SEKVÖ' nün 18 yaş ve üstü sporcuların etkili karar verme seviyelerini ölçmede geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğu sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Spor, Güvenirlik, Geçerlik, İçsel karar verme, Dışsal karar verme

Abstract

The aim of this study is to develop a measurement tool that measures the level of influence in decision-making of licensed athletes aged 18 years and above who are active in sports. In the stages of creating the candidate form of the scale, writing essays by athletes, scale literature review, and interviews with focus groups were carried out within the scope of "qualitative steps", while hypothesis analyses and validity and reliability analyses were carried out within the scope of "quantitative steps". The expert opinion form prepared with 42 items in the item pool was presented to the experts for their evaluation according to the Lawshe technique. After the expert feedback, 15 items were removed, and 27 items remained. Trial scale form was administered online to 806 active licensed athletes aged 18 and over. Then, the basic assumptions of EFA were tested within the scope of quantitative steps; because of EFA, a 2-dimensional structure consisting of a total of 15 items was obtained. To examine the psychological construct validity of the SECVS, new data were obtained from 493 active licensed athletes by re-collecting data with the 15-item final form formed after EFA and CFA was performed. After CFA, the standardized loadings of the sub-dimensions, the estimated error variances of the variables, the T-values of all items and the goodness of fit values of the model were examined and it was determined that the 2-factor structure of the scale consisting of 15 items was confirmed as a model. In addition, when the convergent and divergent validity and convergent reliability values of the scale were examined after CFA, it was concluded that this scale had values in accordance with the criteria. Cronbach's alpha internal consistency coefficient was calculated as .87 for the "External Decision Making" sub-dimension and .85 for the "Internal Decision Making" sub-dimension. It was concluded that the SDEQ is a valid and reliable scale for measuring the decision-making effectiveness of athletes aged 18 and over.

Keywords: Sport, Reliability, Validity, Internal decision making, External decision making

Introduction

Human beings always tend to make decisions as long as they live. It is thought that the basis of human behavior lies in the tendency to choose the most appropriate option among the alternatives. Therefore, in the decision-making stage, individuals prefer the optimal option(s) within the framework of the criterion that serves their purpose, considering the available options (Bayrak, 2015). In order to make the most appropriate choice, it is necessary to analyze the nature of decision and decision-making well. While decision means consciously choosing one out of the different possible options (Sánchez, Calvo, Buñuel & Godoy, 2009), decision-making is defined as the process of adequately reducing doubts and uncertainties between options (Tekin, Özmütlu & Erhan, 2009). In other words, Harris (1998) defined decision-making as not only defining alternatives concerning various events and developments but also as a process of choosing the most appropriate one together with goals, aspirations, lifestyle, and values in the selection of alternatives that are taken into consideration about various events and developments. Decision-making for actions in terms of physical education and sport can also affect the outcome of the action. In this sense, Çetin (2009) defines decision-making as ending the state of inaction and indecision in which the individual is in and transitioning this state to action and mobility. On the other hand, the learned and habitual reaction pattern that an individual exhibits when facing any decision-making situation is called a decision-making style (Scott & Bruce, 1995). It is thought that individuals make decisions according to their personal characteristics. This is because people's decision-making styles and the implementation of the decisions they make are the products of their characteristic features (Altay, 2011).

Raehlin (1989) states that the theoretical views in the field of decision-making are determined by observing an individual's choices in some decision situations and obtaining information about the internal decision-making process through examining these choices (Alver, 2003). According to the behavioral approach explaining the decision-making process, decision-making requires a mental process (Kaya, 1996). According to Banks (1971), decision-making requires producing information, organizing the information produced, and then synthesizing this information, that is, verifying the result (Baysal, 2015). During decision-making, since the person is oriented towards the most appropriate option among the different alternatives, the fact that decisions are in the desired direction depends on the healthy functioning of cognitive processes (Eldeleklioğlu, 1999). Therefore, the process is as important as the whole picture formed as a result of decision-making.

Since human is not a creature that adapts to its environment with automatic and instinctive reactions, decision-making behaviors are dynamic and changeable depending on

experiences (Kuzgun, 2009). For this reason, the fact that decision-making is not static imposes different decision-making responsibilities on the individual in different situations. Since decision-making tendency is formed as a result of cognitive and behavioral efforts (Deniz, 2004), it can change shape in line with needs and goals and can be directed towards the most appropriate one (Demir, Namlı, Hazar, Türkeli & Cicioğlu, 2018). Kuzgun (2009), who defines decision-making as the process of choosing the most appropriate one among the alternatives, pointed out that three conditions must exist for decision-making behavior to occur. The first of these is the existence of a strength that creates the need for decision-making and the feeling of strength by the individual, the second is the existence of at least two options to eliminate the strength, and the third is that the individual has the freedom to choose one of the options. In addition to these three items, it is believed that having a healthy psychological structure and the active functioning of the brain's decision-making regions play an important role in the decision-making process physically. The regions responsible for decision-making are expected to take an active role in the act of thinking.

Neuroscience research, which provides information about how our brain changes during thought processes, states that the human brain consists of seven regions: frontal lobe, temporal lobe, parietal lobe, occipital lobe, brain stem, limbic system, and neocortex. In their study, Rudolf and Hare (2004) found that the most active regions of the brain in the decision-making process are the dorsolateral and ventromedial prefrontal cortex regions and that these regions play an active role in the process by neuronal interaction while needing to make a decision. In addition, with brain imaging systems, it has been determined that these regions play an active role during activities such as short-term memory and decision-making behavior (Saraiva & Marshall, 2015). Considering the effect of exercise and sports on neurotransmitters, it is known that exercise increases central nervous system neurotransmitters such as noradrenaline (NA), dopamine (DA), and serotonin (5-HT). When we look at the effect of neurotransmitters on decision-making, it is known that serotonin plays a mediating role in regulating the decision-making functions of the frontal cortex. There are studies in the literature showing that dopamine mediates the adaptation of behavior to new conditions in situations that require flexibility in the mesocorticolimbic system, again in connection with decision-making. It can be stated that due to the increase in these neurotransmitters, the cognitive control emerging as the brain's decision-making process and strategies becomes important in long-term activities (Martin, Meusen, Thompson, Keegan & Rattray, 2018). As a result, it can be said that the increase in neurotransmitters, which play an active role in providing positive developments in the brain through exercise, improves the individual's abilities such as planning, reasoning, cognitive flexibility, and decision-

making. In this respect, it can be clearly stated that exercise and sports are very important for neurological health. Therefore, it is also possible to say that exercise and sports have a positive effect on decision-making.

It is believed that the integration of technology into sports today has accelerated the intercultural interaction of sports. It is observed that the increase in the importance of sports for countries is a result of this interaction and increases competition. Therefore, sportive activities that witness more competition may be instrumental in drawing attention to the importance of non-talent factors for success. In revealing sportive success, it is evident that physiological and technical tactical activities are not enough; mental and psychological factors also play a significant role (Turkay & Demir, 2021). In other words, in sporting environments where competition intensifies, countries consider the psychological and cognitive characteristics of athletes in addition to their abilities in order to be more successful in sportive activities. If pure talent and physical training were enough, we would observed that only the most talented athletes would be at the top of every competition rostrum and there would be no surprising results. However, the fact that highly talented athletes sometimes cannot reach the top suggest that talent is necessary but not sufficient on its own. Therefore, it can be stated that cognition and cognitive process are important in decision-making in sport. Rasmussen (1993), who studied decision-making in sport, expressed the cognitive decision-making process with three different types of behavior patterns. The first of these is skill-based decision-making, where the athletes make decisions based on their instincts without complete conscious control and execute actions because of a sudden decision (Vural, 2013). In the rule-based decision, which is the second type of decision-making behavior as expressed by Rasmussen, the criteria for the athlete's decision are the rules. In other words, the important thing in the decision is the perceived relationship between the task and the cue. While the behavior is automated in skill-based decision-making, the decision-making behavior is performed in a very meticulous manner in rule-based decision-making. Knowledge-based behaviors are more detailed and abstract, so evaluations need to be more understandable (Rasmussen, 1993).

There may be various dynamics affecting an individual's decision-making. While these dynamics are sometimes related to the internal mechanism of an individual, sometimes external factors can affect the decision process. Intrinsic decision-makers can be defined as individuals who consider their past experiences, think alternatively, and make calm decisions among possible options. In addition, internal decision-makers are individuals who do not prefer to include external factors in the process. Internal decision-makers can think in detail and focus on the outcome (Johnson, 1978). On the other hand, extrinsic decision-makers can be expressed as individuals who may panic in situations such as intense pressure,

sound, or light that may disturb the decision-making process, and the difficulty of the decision situation. In other words, external factors may have a negative impact on the process for this type of decision-makers. Extrinsic decision-makers often prefer to talk to avoid being affected by these pressurized and stressful environments and are generally negatively affected by external stimuli (Johnson, 1978).

Although there is no objective criterion for decision-making in sport, it can be said that there are some generally accepted characteristics. It would not be wrong to say that one of these characteristics is the naturalness of decision-making in sport. At the moment of competition, it is difficult for an athlete to precisely follow all the instructions given before the competition. This is because the number of preferences may vary when making decisions during the competition, the decision-maker may be in a conditional decision situation, and the decision could be based on their own initiatives. In this situation, which is expressed as the naturalness of decision-making, the athletes use their freedom (Johnson, 2006). Another point that can be expressed as the second characteristic feature of decision-making in sport is that decisions are based not only on the athlete making the decision but also on external factors. In other words, during the competition, the athletes may not be able to access the information they need to use from time to time and may have to make different types of decisions. In this situation, which is expressed as the dynamism of decision-making in sport, the athlete has to take responsibility for the decision (Johnson, 2006). The time pressure caused by this dynamism in decision-making in sport can be expressed as the third feature. Since the decisions are always made clearly in the competition, time pressure and clarity of behavior can be shown among the generally accepted characteristics of sportive actions.

Sudden changes in the flow of sportive games may occur, requiring dynamic decisions to be taken continuously (Kelecek, Altıntaş & Asci, 2013). Especially in sports where environmental conditions are unpredictable and require open skill during action (Çimen, 2022) such as football, basketball, volleyball, and handball that played using a ball, or sports that demand instant reactions to the opponent's student movements like karate, judo, taekwondo, aikido, or racket-based games like table tennis, court tennis, paddle tennis, making dynamic decisions and their instant implementation are of great importance. Therefore, how athletes and coaches think and what they take into consideration when making decisions is extremely important. Since changing conditions in sport can affect the outcome, the need for dynamic decision-making mechanisms is increasing day by day. However, in sports such as golf and sailing, which do not have time pressure and time limitations, instant decision-making is less important for success (Seiler, 1997). The time pressure involved in sportive success and the need to choose the most appropriate choice among the alternatives in a short time reveal the importance

of decision-making in sport. Another point that indicates the importance of decision-making in sport is the possibility that the decisions taken before the competition may change due to the change of conditions during the competition. During the competition, the athletes are expected to make the right decision and put it into practice quickly to be considered successful. In the competition, the opponent(s) may exhibit some misdirection tactics during the decision-making process. At this point, the athlete who makes a decision is expected to quickly consider all possible alternatives and make a judgment. Because the judgment of deceptive information and correct information is an important criterion for success (Uzunoğlu, 2008).

Effective decision-making, which is one of the cognitive processes and can be expressed as one of the non-ability factors, is important for sportive success. Although there are decision-making studies in the literature, the lack of a decision-making scale developed solely for athletes constitutes the motivation of the current study. For this reason, it was aimed to develop an effective decision-making scale in sports to fill the gap in the field.

Method

Type of Research

This research study aims to develop a scale to determine the extent to which athletes aged 18 and above who are actively engaged in licensed sports in different branches can make effective decisions about the competition environment or their opponents within the framework of the dynamic structure in sports. The present study, which utilized the scaling approach through ranked sums, one of the approaches based on subject responses, was conducted as basic research.

Study Group

This study, which attempts to measure the level of effective decision-making in athletes, consists of two different study groups. For the exploratory factor analysis (EFA) conducted to explore and determine the measurement model, the study group consists of a total of 806 volunteer participants aged 18 and over who are actively engaged in licensed sports. The data were collected between January and February 2023 from the athletes who voluntarily participated in the study. The participants consisted of 429 female (53.2%) and 377 male (46.8%) individuals, with an average age of \bar{X} =22.05, SD = 6.07. In addition, 390 of the participants were individual athletes (48.4%), 416 were team athletes (51.6%); 345 of the athletes (42.8%) were athletes for 1-3 years, 174 (21.6%) for 4-6 years, 118 (14.6%) for 7-9 years, and 169 (21%) for 10 years or more.

Confirmatory factor analysis (CFA) was applied to provide additional evidence regarding the construct validity, convergent validity, divergent validity, and to test the psychometric

properties of the final form formed EFA. For the CFA, the data were collected again in March 2023 from 493 athletes aged 18 years and over who were actively engaged in licensed sports. The data were collected online based on a voluntary participation.

Developing the Scale and Creating the Trial Scale Form

Stage 1 (Focus Group Interview): In order to create an item pool, focus group interviews were conducted with 12 national athletes who represented the national team in their branches and four expert academicians. Convenient sampling method, one of the qualitative research sampling methods, was used for the study group planned to form the individuals who would participate in the focus group interview.

Stage 2 (Printing Composition to the Target Audience): In order to collect data, a total of 226 athletes over the age of 18, who were doing sports in various sports clubs and athletes who were actively participated in licensed sports besides study at Hatay Mustafa Kemal University School of Physical Education and Sports, Osmaniye Korkut Ata University School of Physical Education and Sports, and Mersin University Faculty of Sports Sciences, were asked to write essays concerning their views and experiences related to decision-making by responding to the given open-ended questions.

Stage 3 (Literature Review): The scales related to decision-making in the literature were examined. The Melbourne Decision-Making Scale developed by Mann, Radford, Burnett, Ford, Bond, Nakamura, Vaughan & Yang (1998) and adapted to Turkish culture by Deniz (2005) was examined, which contributed to the item pool. In qualitative steps of the scale development phase, the target group was asked to write essays, focus group interviews were conducted, and a literature review was performed on the subject. As a result of these qualitative steps, the item pool created was evaluated by the target group and researchers and was turned into sentences to determine effective decision-making in sports. These sentences were further refined in terms of language and expression.

Stage 4 (Examining Content Validity): Within the scope of the scale development stages, the trial scale form processing steps were carried out. Within the scope of expert evaluation, a total of 27 experts, including 12 national athletes, 3 academicians who specialized in decision-making in sport in their academic studies, and 12 academicians who were experts in scale development and had scale development studies, were identified, and the form prepared to obtain their opinions was sent to these experts via e-mail to evaluate it electronically. In the evaluation form, the experts were asked to evaluate the items separately by marking them as 3: Good - 2: Should be improved, and 1: Poor, for the criteria of "Representativeness", which emphasizes the strength of the relationship with the theoretical structure, and "Comprehensibility", which emphasizes its comprehensibility by the target audience, and provide their suggestions and corrections, if any.

As a result of the expert feedback, the Lawshe technique was employed to calculate the content validity. In the Lawshe technique, which is an item statistic based on content validity regarding the presence or absence of an item in the scale, a value between -1 absolute rejection and +1 absolute acceptance is obtained.

$$CVR = \frac{Nu}{N/2} - 1 \text{ (Equation 1)}$$

In Equation 1, which shows the calculation of the content validity rate according to the value obtained, Nu indicates the number of experts who rated the item as good, and N indicates the total number of experts who provided their opinions on the item. If all experts say the item is good, the CVR = 1, if half of the experts say the item is good, the CVR = 0. If all experts say the item is bad, the CVR = -1. As a result of the calculation, if the CVR=0 or a negative value, the relevant item does not satisfy the CVR criteria and should be removed from the scale (Ayre & Scally 2014; Lawshe, 1975; Wilson, Wilson, Pan & Schumsky, 2012). In the current study, the critical value of CVR=CVR for 27 experts at $\alpha=0.05$ level of significance was 0.407 (Lawshe, 1975), therefore 12 items did not meet the content validity criterion and 3 items were removed from the trial form upon the experts' recommendation. As a result, after the expert evaluation and content validity study, 15 items were removed from the 42-item initial form, and the final version of the 27-item trial form was obtained.

Stage 5 (Application of the Trial Form of Scale to Athletes): As a result of the expert feedback, 27 items were tested for content validity and a trial form was created in the form of a 5-point Likert type scale (5: Strongly Agree, 4: Agree, 3: Neutral, 2: Disagree, 1: Strongly Disagree). The trial form was applied to 806 active licensed athletes aged 18-47.

Stage 6 (Factor Analyses; EFA, CFA): Before performing EFA, the data were transformed into the desired form for factor analysis in terms of the number of participants and testing the missing data, outliers, multicollinearity, linearity, normality, and the factorability of scale. The criteria for factor analysis were tested separately for EFA and CFA.

Data Analysis Techniques

EFA and CFA were conducted quantitatively for validity, while for reliability, Cronbach's alpha was employed for internal consistency, along with composite reliability based on the CFA findings. Hypothetical analyses were performed before conducting EFA in the study, conducted to test the effective decision-making of licensed athletes aged 18 years and above who are active in sports, to determine the number of items and the dimensionality of scale, and if applicable, the relationship between the factors in the study. Then, the explained variances and factor loadings of the items were calculated. After the rotation process, the calculated loadings were recalculated. Cronbach's Alpha reliability coefficients were also determined after EFA.

The data were analyzed in terms of missing values and sample size. According to Guilford (1954), the sample size should be at least 200 in order to perform factor analysis, while Child (2006) emphasized that the number of items should be determinative, and the data collected should be at least 5 times the number of items. On the other hand, Comrey and Lee (1992) emphasized that 100 is a poor sample size, 300 is a good sample size, 500 is a very good sample size and 1000 is an excellent sample size. Tabachnick and Fidell (2015) also stated that the minimum number should be 300. Considering that the number of data collected for this study was 806, it can be stated that it is close to perfect and very good. Since the research data were collected online via the online Google form, there was no missing data.

The item distributions were normal since the possible measures of central tendency (i.e., mode, median, and arithmetic mean values) were close to each other. When Mahalanobis distances and Z values were examined to find the outliers of the study, all Z values were in the range of 4.69 to -3.32, and when Tabachnick's criteria were taken into account, two observations were not included in the analysis because they were univariate outliers. Mertler and Vannatta (2005) state that in studies with more than 100 samples, the Z score range can be expanded to values between -4 and +4. As a result of the analysis conducted to determine whether there were multivariate outliers using Mahalanobis distances and taking the Chi-square distribution a criterion ($\chi^2_{27}; 0.001 = 55.47$), 55 observations not meeting the Mahalanobis values were excluded from the analysis. Thus, the analysis continued with the data from the remaining 749 observations.

Since it is very difficult to capture the relationship between two variables, the analyses were continued with the assumption that the relationships between the items were linear. Within the framework of normality assumptions, each item was examined one by one, and the data had a univariate normality distribution since the measures of central tendency and kurtosis-skewness were generally close (Can, 2018). When the skewness and kurtosis values of the 27 items were analyzed separately, it was found that the skewness values were between .687 and -1.355, and the kurtosis values were between 3.326 and -.949. As a result of the analysis, it was concluded that the skewness coefficient between -3.3 and +3.3 and the kurtosis coefficient between -7 and +7 were sufficient to meet the normality conditions (Bernstein, 2000). Considering these values, it is possible to say that the distribution is normal.

Tolerance and VIF values were analyzed to check the multicollinearity problem. Tolerance values between the items were between .423 and .870. VIF values were between 2.362 and 1.149. When the items were analyzed, there was no multicollinearity problem since the Tolerance values were > 0.20 and VIF values were < 5 . In addition, since the Durbin-Watson value provided for all items within the scope of autocorrela-

tion of errors is $DW = 2.087$, the errors were independent of each other (Kalaycı, 2005). When the data set was analyzed in terms of "Measurement of Sampling Adequacy Test" and Bartlett's Test of Sphericity" for the factorability of scale, which is another assumption, it was concluded that the data set was factorable since the Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) value was $KMO = .897$ and the relationships between the items were significant and different from 0. Hutcheson and Sofroniou (1999) state that the KMO values are normal when they range between 0.5 and 0.7, good when between 0.7 and 0.8, very good when between 0.8 and 0.9, and excellent when 0.9 and above

is (Dağlı, 2015). Within the framework of this information, it can be said that the values obtained are very good. The fact that the results obtained are significant ($p < 0.05$) reveals that the matrix created for the variables is meaningful and can be used for factor analysis (Gürbüz & Şahin, 2016). Since the KMO statistic reached to question the factorability of the current study group was .897, a good factorability of the correlation matrix was reached. In addition, as indicated in Table 2, according to the results of Bartlett's Test of Sphericity, the null hypothesis was rejected ($\chi^2 = 6767.351, p < 0.05$) and the relevant analysis was carried out.

Table 1. Data on age, gender, sport category, and years of experience of active licensed athletes.

		N	%	\bar{X}	SD
Age				22.05	6.07
Gender	Female	429	53.2		
	Male	377	46.8		
Sports Category	Individual	390	48.4		
	Team	416	51.6		
Sports Experience Year	1-3 Years	345	42.8		
	4-6 Years	174	21.6		
	7-9 Years	118	14.6		
	10 and more	169	21.0		
Total			100.0		

The descriptive statistics of 806 active licensed athletes aged 18 and over who participated in the study are shown in Table 1. According to the data obtained, the average age of the participants was $\bar{X} = 22.05$ ($SD = 6.07$). Moreover, 53.2% of the participants were female, 46.8% were male; 48.4% were interested in individual sports while 51.6% were involved in team sports. It was revealed that 42.8% of the athletes had 1-3 years of sports experience, 21.6% had 4-6 years of sports experience, 14.6% had 7-9 years of sports experience, and 21% had over 10 years of sports experience.

Table 2. KMO and Bartlett's Test

KMO and Bartlett's Test		
KMO Measurement of Sampling Adequacy		.897
Bartlett's Test of Sphericity	Approximate Chi-Square	6767.917
	df	351
	Sig.	.000

To determine the construct validity of the scale in psychological terms, CFA was conducted with data collected again from 493 participants. With CFA, standardized loading values, estimated error variances, and goodness of fit values of the factors of the scale were calculated. After CFA, Cronbach's Alpha reliability coefficients revealing the internal consistency of the scale were calculated.

CFA was conducted to test the psychological construct validity of the SEDMS. Prior to the analysis, the SEDMS, which was reduced to 15 items, was again administered face-to-face and online to the target population of active licensed athletes aged 18 and older. Firstly, assumption analyses were per-

formed with 493 observations. In this context, sample size, missing values, linearity analysis, normality assumption, multicollinearity, and sample size adequacy tests were conducted.

Tabachnick and Fidell (2015) state that a sample size above 300 is sufficient. As a result of the sample size and missing data analysis, one observation containing missing data was excluded from the analysis, and it was deemed appropriate to continue the analysis with the normality assumption of the remaining 492 observations. The 15 items in the final application form were analyzed separately, and it was determined that the data showed univariate normal distribution characteristics since the mode, median, and mean values were generally close to each other or equal (Can, 2018). On the other hand, when the skewness values were analyzed, it was found that these values were generally close to negatively skewed values but took values between -1.467 and 0.254. Considering Bernstein (2000) that the skewness coefficient taking values between -3.3 and +3.3 meets the normality assumption, the results obtained met the assumptions. In order to detect outliers, Z values and Mahalanobis distances were analyzed. Mertler and Vannatta (2005) stated that Z score values can be in the range of +4 to -4 when the population reached is more than 100. Since the extreme Z values of the sample reached for CFA were between 5.53 and -2.31, two observations exceeding the range of -4 and +4 were excluded from the analysis as they were univariate outliers. In subsequent analysis, there were no univariate outliers and the analysis continued with 490 observations. In the analysis based on the Mahalanobis values of the items and chi-squares, multivariate outliers of .001 and smaller were examined ($\chi^2_{215}; 0.001 = 37.70$). As a result, 26 observations were excluded from the analysis and

the analysis continued with the remaining 464 observations. VIF statistics and Tolerance values were analyzed to determine the multicollinearity problem. Inter-item VIF values were between 1.273 and 2.248, while Tolerance values were between 0.445 and 0.785. Since the Tolerance values were > 0.20 and VIF values were < 5, there was no multicollinearity problem. As a result of these hypothesis analyses, 464 observations were obtained, and considering Tabachnick's criteria, it was decided that the observation set obtained was large enough for CFA applications (Tabachnick & Fidell, 2015). After the completion of the hypothesis analyses, CFA was applied with the remaining 464 observations and 15 items.

When the data collected from 464 participants for CFA were analyzed, the mean age of the participants was $\bar{X} = 21.58$, $SD = 5.32$, where 220 were female (47.4%), 244 were male (52.6%). Moreover, 255 were individual athletes (55%) and 209 (45%) were team athletes. In addition, 161 (34.7%) of the participants had 1-3 years of experience, 116 (25%) had 4-6 years of experience, 86 (18.5%) had 7-9 years of experience, and 101 (21.8%) had more than 10 years of experience.

Ethics Statement

Ethical permission of this research was approved by Mersin University Sports Sciences Ethics Committee on the date and number of 26/12/2022-063.

Findings

Study Group Validity Findings

Stag EFA Finding

As a result of the analyses, all the assumptions of the EFA were met and the factor analysis continued with 27 items and 749 observations. It was concluded that the explained variance ratio, which expresses the extent to which the sub-dimensions represent the variables in the data set, took values between .399 and .634 in the SEDMS. It can be stated that if the common variance explained by the factors of the items is less than .10, the possibility of encountering a problem is high. Considering the values obtained, no item was removed. It is also

stated that making a decision only by looking at the table of values is wrong and therefore more information should be obtained about whether the items work or not (Çokluk, Şekerçioğlu & Büyüköztürk, 2018). On the other hand, it is also possible to interpret these values as coefficient of determination. For determining the number of factors, the "Scree Plot", "Percentage of Total Variance Method", "Kaiser Method", and "Explained Variance Criterion" methods were applied.

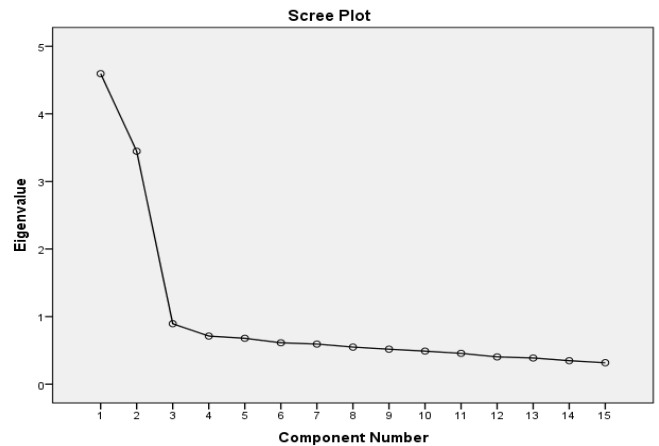


Figure 1. Scree plot

The distance between two points is accepted as a factor in Scree plots, which is one of the methods used to determine the factor(s). In determining the factor, the plateau formation of the criterion, that is, the transition from vertical to horizontal position, is taken into consideration. In the Scree plot shown in Figure 1, it was determined that a plateauing was observed starting from the 3rd point. Accordingly, the presence of a two-factor structure stands out. According to the Kaiser Method, which is another criterion, an eigenvalue value greater than 1 indicates a factor structure. In this direction, when Figure 1 is analyzed, two values with eigenvalues above 1 are observed. Therefore, the existence of a two-factor structure is clear. In Figure 1, the eigenvalues gradually decrease from the beginning, but the acceptance of a 2- or 3-factor structure is prone to personal interpretation. For this reason, the total explained variance table should be analyzed in order to determine the main breaking points more objectively and to determine the appropriate number of factors.

Table 3. Table of total variance

Component	Initial Eigenvalues			Total Extraction of squared loads		
	Total	Variance %	Cumulative %	Total	Variance %	Cumulative %
1	4.594	30.626	30.626	4.594	30.626	30.626
2	3.446	22.973	53.599	3.446	22.973	53.599
3	.894	5.963	59.562			
15	.318	2.118	100.000			

Another method used to determine the factors is the "Percentage of Total Variance" method. According to this method, the maximum number of factors can be reached when the contribution of each additional factor to the expla-

nation of the total variance falls below 5% (Kalaycı, 2005). When Table 3 is analyzed in the light of this information, the result indicates a two-factor structure. Within the framework of the Explained Variance Criterion, Adams states that a value

between 40% and 60% of the variance explained in social sciences is sufficient (as cited in Tavşancıl, 2005). As a result, the criteria were examined separately, and the presence of a two-factor structure was clearly revealed. Horn's (1965) parallel analysis within the framework of principal component analysis compares eigenvalues with randomly distributed empirical data. When the table of the total variance explained is examined, a two-factor structure with eigenvalues greater than 1 explaining 54% of the total structure was obtained. While deciding on the number of factors, Horn's parallel analysis, which is based on the Kaiser method and is a more objective indicator at this stage, was also applied and consistent results were obtained. As a result, Factor 1 explained 30.62% of the variance, while Factor 2 explained 22.97% of the variance.

When considering the number of factors reached and clarified as 2, it is possible to summarize the EFA performed, and the items excluded from the analysis with the parameters specified in the method section and their reasons as follows.

Table 5. Common variances of the items, factor loadings, and the factors

No	Item	F1	F2	Common factor variance (h2)
m21	Making a decision in a time-limited situation makes me panic.	.796		.634
m19	I feel pressure when making decisions in competition.	.752		.567
m20	The possibility of failure while making decisions makes me panic.	.748		.559
m9	I find it difficult to make decisions when the opponent is under intense pressure.	.736		.551
m14	I have negative thoughts when I have serious decisions to make in the competition.	.734		.547
m17	The intense crowd pressure affects my decisions in a match.	.725		.526
m11	I cannot make a quick decision in a difficult position.	.667		.467
m8	I am influenced by external factors (e.g., noise, music) when making decisions in competition.	.632		.399
m3	When making decisions before the competition, I can take into account the possible positions of the opponent.		.791	.630
m2	I can consider different alternatives when making an immediate decision in a position in the competition.		.785	.619
m4	When making a decision, I consider whether I have other options.		.773	.598
m5	I am selective when making decisions in competition.		.727	.533
m1	I make decisions based on my sportive experience in competitions.		.716	.513
m7	I do not make a decision in a competition without considering all alternatives.		.657	.436
m6	I act calmly when making a decision in a position.		.643	.460

Extracted Variance: 30.626 22.973, Cronbach Alpha Values: 1st Sub dimension: 0.87 2nd Sub dimension: 0.85

In Table 5, the total variance explained was found to be 54%. Since all the items had high factor loadings, this structure was named as "Effective Decision-Making Scale in Sport (EDSS)". The Cronbach's Alpha internal consistency reliability coefficients calculated for the factors were .87 and .85. Factor names and reliability coefficients are summarized in Table 6.

Table 6. Factor names and reliability coefficients.

Number of Factors	Factor Names	Number of Items	Cronbach Alpha
1 st Factor	Extrinsic Decision Making	8	.87
2 nd Factor	Intrinsic Decision-Making	7	.85

When Table 6 is examined, it is seen that Factor 1 is named "External Decision-Making" and Factor 2 is named "Internal Decision-Making". Since the reliability coefficient were above the accepted critical point (>0.70) for both factors, it can be said that the measurement tool produces reliable measurements.

Table 4. Items excluded as result of EFA

Communalities <0.30 (Items)	Items with Factor Loadings Below 0.45	Overlapping Values with at Least 0.10 Difference	Items not forming sub-dimensions alone
10, 16, 18, 27	22	12, 24, 25, 26	13, 15, 23

As seen in Table 4, 4 items with communalities less than 0.30 (10, 16, 18, 27), one item with a factor loading less than 0.45 (22), and 4 items with overlapping values (12, 24, 25, 26) were identified. In addition, 3 items (13, 15, 23), which were deemed insufficient to form a sub-dimension when left alone, were removed from the analysis. It was concluded that the final structure reached was a two-factor structure. As a result of the analysis, it was determined that the total variance explained was 54% in the two factors. After removing the mentioned items, the common variance table for the items decided upon for the final structure were presented in Table 5.

CFA Findings

According to the results of the CFA conducted after EFA, the standardized factor loadings of the "Internal Decision-Making" sub-dimension range between .44 and .80, and item 3 stands out as the item that best explains sub-dimension 2. The standardized factor loadings of the "External Decision-Making" sub-dimension varied between .56 and .76, and it was observed that item 20 was the reference item of this sub-dimension. The t-values obtained for the discriminative validity

of the items should be between -1.96 and +1.96 for all items in the variable, i.e. the t-values to reveal the difference between those who responded most positively to an item and those who responded most negatively. T-values, which are an additional proof of validity, fulfill this requirement in all values of the present study. For this reason, it was concluded that all 15 items in the final form had discriminant validity. In addition, the error variances of the sub-dimensions varied between .35 and .72 for the first sub-dimension and between .42 and .60 for the second sub-dimension.

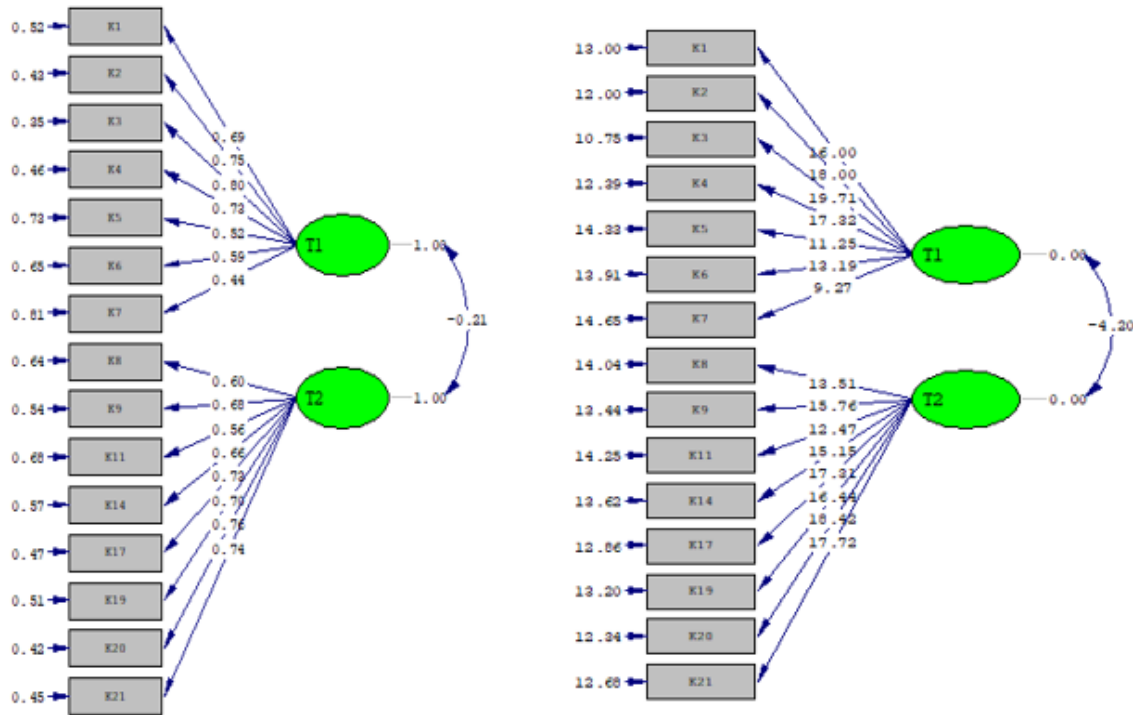


Figure 7. Standardized values of the tested model and significance levels of t-values (p<=.05)

It is shown in Figure 7 that all the standardized correlation coefficients belonging to the model are highly significant, and all t-values obtained for the items in the scale are significant. In addition, when the model goodness of fit criteria is taken into consideration, it is clear that the model fit of the study group is achieved (Çokluk, Şekercioglu & Büyüköztürk, 2012).

When the findings of the model fit of the SEDMS are examined, the χ^2/df indicator ($\chi^2:250.97$ and $df: 89$) is 2.8. Considering that a low value in the model indicates model fit, a value below 3 is an indicator of perfect fit (Kline, 2014; Sumer, 2000). Therefore, considering the ratio of 2.98, it is possible to say that the research is in perfect fit. Other indicators obtained for model fit were CFI = .96 and NNFI = .96. Considering that CFI > .95 and NNFI > .95 critical values indicate perfect fit, it can be concluded that that the research has achieved a perfect fit. RMSEA = .068 and SRMR = .060, which are indicators that the values obtained in terms of model badness, are desired to be low. Considering that RMSEA<.08 and SRMR<.08, it has

been revealed that the values obtained represent a good fit (Gürbüz & Şahin, 2016; Jöreskog & Sor-bom, 1993; Meydan & Şeşen, 2015). At this point, it is clear that the two-factor 15-item structure of the Effective Decision-Making Scale in Sport was confirmed within the framework of the model fit without the need for modification. Following the validated psychological construct validity of the Effective Decision-Making in Sport Scale, which is planned to be a valid and reliable measurement tool, the maximum shared variance squared (MSV), average variance explained (AVE), average of maximum shared variance squared (ASV), and composite reliability values (CR) of the factors are given in Table 9. It is desired that the two dimensions in the Effective Decision-Making in Sport Scale converge closely and explain at least half of the relevant factor. In this context, considering the evidence for convergent validity, the AVE values in both sub-dimensions were greater than 0.5 (AVE>0.5) and all CR values were greater than the AVE values, (Yaşlıoğlu, 2017). Therefore, the desired criteria were generally achieved. In this context, the condition that the CR values, considered the basic criterion for convergent validity, were

greater than the AVE values, the average of the explained variance, has been met ($CR > AVE$). On the other hand, the AVE values were less than 0.50 but at an acceptable level (Hatcher, 1994). In addition, both CR values were greater than 0.70.

In multifactorial constructs, evidence for divergent validity can be expressed as the absence of high relationships between factors and that the relationships between constructs are not greater than the forms they serve. In other words, aim is to obtain relatively independent factors and the factors should diverge from each other. In this context, the square of the maximum shared variance, MSV, reveals the square of the relationship between the two sub-dimensions and the average

of the square of the maximum shared variance, ASV, reveals the average of this square. To be able to talk about divergent validity, the conditions of $ASV < MSV$, $MSV < AVE$, and also the square root value of AVE should be greater than the correlation between factors (Yaşlıoğlu, 2017). At this point, it was revealed that the criteria for divergent validity were met in the current study.

When the composite reliability values (CR), which are accepted as another criterion, are analyzed, it is seen that the requirement of .70 is fulfilled. The criteria and values of compliance with the criteria are given in Table 7 below.

Table 7. Convergent and divergent validity of the scale and composite reliability values

Factors	AVE	MSV	ASV	CR
Extrinsic Decision-Making	0.44	0.44	0.44	0.84
Intrinsic Decision-Making	0.47	0.46	0.44	0.87
Criteria	AVE>.50 CR>AVE	MSV<AVE	ASV<MSV	CR>.70

The Cronbach's alpha reliability coefficients obtained for the final 15-item scale form applied to 464 observations and the target group included in the analysis within the scope of SEDMS were calculated as .83 for the first factor "External Decision-Making" and .87 for the second factor "Internal Decision-Making". According to the data obtained, it can be considered as a highly reliable measurement tool.

Conclusion and Recommendations

In this study, a measurement tool was developed to determine the effective decision-making in athletes. As a result of the analyses, the scale was named as "Scale of Effective Decision-Making in Sport (SEDMS)". The second sub-dimension, which consists of eight items and is called "Internal Decision-Making's, refers to alternative thinking and not being affected by dynamics while making decisions. However, the first sub-dimension, which consists of seven items and is called "External Decision-Making", refers to the external factors that athletes have difficulty in making decisions. The scores obtained in terms of sub-dimensions revealed that the SEDMS is a measurement tool that can measure the extent to which athletes are effective in decision-making. It can be used in sports sciences for all athletes aged 18 years and above.

During the development of the scale, focus group interviews, item writing by athletes for the question pool, examination of content validity according to the Lawshe technique, application of the trial form, and factor analysis were carried out. In order to ensure the scientific steps in the research, in addition to the hypothesis analyses, EFA and CFA analyses, convergent and divergent validity, and composite reliability analyses were performed. After conducting the EFA, the significance of Barlett's test of sphericity and the KMO value of .89 indicated the presence of a correlation matrix. Since the corre-

lation values between the factors were uncorrelated, Varimax technique was preferred among the orthogonal rotation methods (Saraçlı, 2011). In order to be objective in selecting the factor structure, Horn's parallel analysis and Scree plot were utilized. Cronbach's alpha values were calculated as 0.87 for the Internal Decision-Making sub-dimension and 0.85 for the External Decision-Making sub-dimension in the structure consisting of 15 items and two sub-dimensions obtained through EFA. After the EFA, data were collected again, and hypothesis analyses were performed prior to CFA. The data were analyzed by controlling for univariate and multivariate outliers. In addition, multicollinearity was examined with tolerance and VIF values and autocorrelation of errors was examined with Durbin-Watson value. As a result, since the data obtained were suitable for CFA, the analyses were carried out. After CFA, internal consistency values were examined again, and Cronbach's alpha values were calculated as 0.83 for the Internal Decision-Making sub-dimension and 0.87 for the External Decision-Making sub-dimension.

In the light of the information from the literature, it was determined that there were many measurement tools measuring decision-making, but there was no measurement tool measuring decision-making in sports, and the measurement tools used in the field were adaptation studies to Turkish culture. Therefore, SEDMS is important because it is the first measurement tool developed directly in Turkish culture and the study group comprise only athletes. When the related literature is examined, frequently used decision-making measurement tools stand out. The short form of the "Emotional and Personality Related Career Decision-Making Difficulties" scale for high school students adapted to Turkish Culture by Öztemel (2014), the "Decision-Making Styles Scale" created by Taşdelen (2002) with a study group of university students studying in different faculties and adapted to Turkish Culture,

"Career Decision-Making Competence Scale" developed by Ulaş and Yıldırım (2016) for university students, "School Administrators' Decision-Making Effectiveness Scale" developed by Özmen and Yörük (2005) for school administrators, and "Melbourne Decision-Making Scale" adapted to Turkish culture by Deniz (2005) contributed to the current study as frequently used studies in terms of decision-making studies. However, since there was no study that directly measured the decision-making levels of athletes in Turkish culture, a valid and reliable measurement tool was developed. The current study is different due to both the study group and its development in Turkish Culture.

When all the results are taken into consideration, it is thought that SEDMS is a valid and reliable measurement tool in sport sciences. It can be used for all branches, and therefore it can fill the gap in the field. In the future, another sports decision-making scale can be developed specifically for primary and secondary levels of education (under the age of 18) to contribute to the field. In addition, separate scales for team and individual sports can be developed and their similarities or differences can be revealed, and the results can be compared with this study.

Financial Support

No financial support was received from institutions and/or institutions during the preparation and writing of this study.

Conflict of Interest

There is no conflict of interest between the authors regarding the publication of this study.

Author Contributions

Research Idea: MÇÇ; Research Design: MÇÇ; Analysis of Data: MK; Article Writing: MK; Critical Review: MÇÇ

References

1. Altay, Ü. (2011). *Yöneticilerin duygusal zekâ düzeylerinin karar verme stillerine etkisi ve bir araştırma [Effects of managers' emotional intelligence level on decision making styles and a research]*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Üniversitesi, İşletme Anabilim Dalı, İstanbul.
2. Alver, B. (2003) *Çeşitli kamu kurum ve kuruluşlarında çalışanların empatik becerileri, karar stratejileri ve psikolojik belirtileri arasındaki ilişkiler [The Relationship between empathic skills, decision strategies and psychological symptoms of employees]*. (Yayınlanmış doktora tezi). Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
3. Ayre, C., & Scally A. J. (2014). Critical values for Lawshe's content validity ratio: revisiting the original methods of calculation. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 47(1), 79–86. doi: 10.1177/0748175613513808.
4. Bayrak, S. (2015). Okul öncesi öğretmen adaylarının karar verme düzeylerinin incelenmesi [Investigation of pre-school teacher candidates' decision-making levels]. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(17), 429-438.
5. Baysal, Z. (2015). *Okuldan yaşama uzanan köprü: Hayat bilgisi dersinde beceri öğretimi [The bridge from school to life: Teaching skills in life science course]*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım
6. Bernstein, I. (2000, April). Some consequences of violating SEM's assumptions. In *annual meeting of Southwestern Psychological Association, Dallas, TX*.
7. Can, A. (2018). *SPSS ile bilimsel araştırma sürecinde nicel veri analizi [Quantitative data analysis in scientific research process with SPSS]*. Ankara: Pegem Atif İndeksi.
8. Child, D. (2006). *The Essentials of factor analysis (3rd ed)*. London: Bloomsbury Academic.
9. Comrey, A. L., & Lee, H. B. (1992). *A first course in factor analysis*. Hillsdale, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.
10. Çetin, M. Ç. (2009). *Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin karar verme stilleri, sosyal beceri düzeyleri ve stresle başa çıkma biçimlerinin bazı değişkenler açısından karşılaştırmalı olarak incelenmesi [In terms of some variables the comparatively analysis of decision making styles, social skill levels, and forms of coping with stress the students of the physical education and sports school]*. (Yayımlanmış doktora tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
11. Çimen, E. (2022). Sporda beceri öğrenimi [Skill learning in spor]. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimi*, 131.
12. Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G., & Büyüköztürk, Ş. (2012). *Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik: SPSS ve LISREL uygulamaları [Multivariate statistics for social sciences: SPSS and LISREL applications]*. Ankara: Pegem Akademi.
13. Dağlı, A. (2015). Örgütsel muhalefet ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması: geçerlik ve güvenilirlik çalışması [Adaptation of organizational dissent scale into Turkish language: The study of validity and reliability]. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(53), 198-218.
14. Demir, G. T., Namlı, S., Hazar, Z., Türkeli, A., & Cicioğlu, H. İ. (2018). Bireysel ve takım sporcularının karar verme stilleri ve mental iyi oluş düzeyleri [Investigation of individual and team athletes' decision making styles and the level of mental well-being]. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(1), 176-191.
15. Deniz, M. (2004). Üniversite öğrencilerinin karar vermede öz saygı karar verme stilleri ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi üzerine bir araştırma [A study on the relationship between university students' self-esteem in decision making, decision-making styles and problem solving skills]. *Eurasian Journal of Educational Research*, (15), 23-35.
16. Eldeleklioğlu, J. (1999). Karar stratejileri ile ana-baba tutumları arasında ilişki [The relationship between decision strategies and parental attitudes]. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 2(11), 7-13.
17. Guilford, J. P. (1954). *Psychometric methods*.
18. Gürbüz, S., & Şahin, F. (2016). *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri [Research methods in social sciences]*. Ankara: Seçkin Yayıncılık
19. Harris, R. (1998). *Introduction to decision making*. California, USA: Vanguard University of Southern California.
20. Heckler, C. E. (1996). A step-by-step approach to using the SAS™ System for Factor Analysis and Structural Equation Modeling.
21. Horn, J. L. (1965). A rationale and test for the number of components from the matrix of partial correlations. *Psychometrika*, 30(2), 179-185.
22. Johnson, J. G. (2006). Cognitive modeling of decision making in sports. *Psychology of Sport and Exercise*, 7(6), 631-652.

23. Johnson, R. H. (1978). Individual styles of decision making: a theoretical model for counseling. *Personnel and Guidance Journal*, 56(9), 530-536.
24. Jöreskog, K. G., & Sörbom, D. (1993). *LISREL 8: Structural equation modeling with the SIMPLIS command language*. Scientific software international.
25. Kalaycı, Ş., Albayrak, A. S., Eroğlu, A., Küçükşille, E., Ak, B., Karaltı, M., & Antalyalı, Ö. L. (2005). *SPSS uygulamalı çok değişkenli istatistik teknikleri* [Multivariate statistical techniques with SPSS]. Ankara: Asil Yayın Dağıtım.
26. Kaya, Y. K. (1996). *Eğitim yönetimi-Kuram ve Türkiye'deki yönetimi* [Educational management-theory and management in Turkey]. (6. baskı). Ankara: Bilim Kitap ve Kirtasiye.
27. Kelecek, S., Altıntaş, A., & Aşçı, F. H. (2013). Sporcuların karar verme stillerinin belirlenmesi [Determinations of athletes' decision-making styles]. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 8(1), 21-27.
28. Kline, P. (2014). *An easy guide to factor analysis*. London: Routledge.
29. Kuzgun, Y. (2009). *Meslek gelişimi ve danışmanlığı* [Career development and counselling]. Ankara: Nobel Yayınevi
30. Lawshe, C. H. (1975). A quantitative approach to content validity. *Personnel Psychology*, 28(4), 563-575.
31. Mann, L., Radford, M., Burnett, P., Ford, S., Bond, M., Leung, K., ... & Yang, K. S. (1998). Cross-cultural differences in self-reported decision-making style and confidence. *International Journal of Psychology*, 33(5), 325-335.
32. Martin, K., Meeusen, R., Thompson, K. G., Keegan, R., & Rattray, B. (2018). Mental fatigue impairs endurance performance: a physiological explanation. *Sports Medicine*, 48(9), 2041-2051.
33. Mertler, C. A., Vannatta, R. A., & LaVenía, K. N. (2021). *Advanced and multivariate statistical methods: Practical application and interpretation*. London: Routledge.
34. Meydan, C. H., & Şeşen, H. (2015). *Yapısal eşitlik modellemesi: AMOS uygulamaları* [Structural equation modelling: AMOS applications]. (2. Baskı) Ankara: Detay Yayıncılık.
35. Ulaş, Ö., & Yıldırım, İ. (2016). Kariyer kararı verme yetkinliği ölçeğinin geliştirilmesi [The development of career decision-making self-efficacy scale]. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 6(45), 77-90.
36. Özmen, F., & Yörük, S. (2005). İnsan kaynakları yönetimi çerçevesinde, okul yöneticilerinin karar verme sürecindeki etkililiklerine ilişkin ölçek geliştirilmesi. [In the frame of human resource management, a development of an inventory related to the effectiveness of school principals in decision making process]. *Journal of Social Science*, 179.
37. Öztemel, K. (2014). Duygusal ve kişilik ilişkili kariyer karar verme güçlükleri ölçeğinin kısa formu. [The short form of the emotional and personality related career decision-making difficulties scale]. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 5(42), 244-255.
38. Rasmussen, J. (1993). Deciding and doing: decision making in natural context. In *Decision Making in Action: Models and mMethods*. Ablex Publishing.
39. Rudolf, S., & Hare, T. A. (2014). Interactions between dorsolateral and ventromedial prefrontal cortex underlie context-dependent stimulus valuation in goal-directed choice. *Journal of Neuroscience*, 34(48), 15988-15996.
40. Sánchez, A. C. J., Calvo, A. L., Buñuel, P. S. L., & Godoy, S. J. I. (2009). Decision-making of spanish female basketball team players while they are competing. *Revista de Psicología del Deporte*, 18(3), 369-373.
41. Saraçlı, S. (2011). Faktör analizinde yer alan döndürme metotlarının karşılaştırmalı incelenmesi üzerine bir uygulama [An application on comparison the extracting methods in factor analysis]. *Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 1(3), 22-26.
42. Saraiva, A. C., & Marshall, L. (2015). Dorsolateral-ventromedial prefrontal cortex interactions during value-guided choice: a function of context or difficulty?. *Journal of Neuroscience*, 35(13), 5087-5088.
43. Scott, S. G., & Bruce, R. A. (1995). Decision-making style: The development and assessment of a new measure. *Educational and Psychological Measurement*, 55(5), 818-831.
44. Seiler, R. (1997, October). Decision making in sport. In *International symposium of the Turkish association of sport psychology* (pp. 10-12).
45. Sofroniou, N., & Hutcheson, G. D. (1999). *The Multivariate social scientist*, 1-288.
46. Sümer, N. (2000). Yapısal eşitlik modelleri: Temel kavramlar ve örnek uygulamalar [Structural equation modelling: Basic concepts and sample applications]. *Türk Psikoloji Yazıları*, 3(6), 49-74.
47. Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2015). *Çok değişkenli istatistiklerin kullanımı* [Use of multivariate statistics]. Ankara: Nobel Yayınevi
48. Taşdelen, A. (2001). Öğretmen adaylarının bazı psiko-sosyal değişkenlere göre karar verme stilleri [Decision-making styles of pre-service teachers according to some psycho-social variables]. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 10(10), 40-52.
49. Tavşancıl, E. (2005). Tutumların ölçülmesi ve SPSS ile veri analizi [Measurement of attitudes and data analysis with SPSS]. (2. bs). Ankara: Nobel Yayınları.
50. Tekin, M., Özmutlu, İ., & Erhan, S. (2009). Özel yetenek sınavlarına katılan öğrencilerin karar verme ve düşünme stillerinin incelenmesi [Investigation of decision-making and thinking styles of students participating in special talent exams]. *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 11(3), 42-56.
51. Thompson, B. (2004). Confirmatory and explanatory factor analysis: understanding concepts and applications.
52. Turkay, H., & Demir, A. (2021). Spor psikolojisi üzerine bir inceleme [A review on sports psychology]. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 5(10), 119-131.
53. Uzunoğlu, Ö. U., Şahin, M., & Fişekçioğlu, B. (2009). Türk futbol hakemlerinin karar verme stillerinin klasmanlarına ve bazı değişkenlere göre incelenmesi [Investigation of Turkish football referees' decision-making styles according to their classification and some variables]. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 11(1), 32-36.
54. Vural, M. (2013). *Spor genel müdürlüğü merkez ve taşra teşkilatında görev yapan spor yöneticilerinin düşünme ve karar verme stillerinin incelenmesi* [The research of decision making and thinking styles of sports managers working in the central and provincial organizations]. (Yayımlanmış yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
55. Wilson, F. R., Pan, W., & Schumsky, D. A. (2012). Recalculation of the critical values for Lawshe's content validity ratio. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 45, 197-210. doi:10.1177/0748175612440286.
56. Yaşlıoğlu, M. M. (2017). Sosyal bilimlerde faktör analizi ve geçerlilik: Keşfedici ve doğrulayıcı faktör analizlerinin kullanılması. [Factor analysis and validity in social sciences: application of exploratory and confirmatory factor analyses]. *İstanbul Üniversitesi İşletme Fakültesi Dergisi*, 46, 74-85.

Appendix

Effective Decision-Making Scale in Sport (EDMSS)

Athletes may exhibit different behavioral patterns in the decision-making process. These decisions are an indicator of the decision-making level of athletes. The following scale questions, which aim to measure this level, are not right or wrong. They are appropriate for you. In the table below, there are items that express the behaviors that can be possessed in the decision-making process in sports. Please mark the most appropriate option for you. Thank you for your contribution.		Strongly Agree	Agree	Neutral	Disagree	Strongly Disagree
1.	I make decisions based on my sportive experience in competitions.	5	4	3	2	1
2.	I can consider different alternatives when making an immediate decision in a position in a competition.	5	4	3	2	1
3.	When making a decision before the competition, I can take into account the possible positions of the opponent.	5	4	3	2	1
4.	When making a decision, I consider whether I have other options.	5	4	3	2	1
5.	I am selective when making a decision in a competition.	5	4	3	2	1
6.	I act calmly when making a decision in a position.	5	4	3	2	1
7.	I do not make a decision in a competition without considering all alternatives.	5	4	3	2	1
8.	I am influenced by external factors (e.g., noise, music) when making decisions in competition.	5	4	3	2	1
9.	I find it difficult to make a decision when the opponent is under intense pressure.	5	4	3	2	1
10.	I cannot make a quick decision in a difficult position.	5	4	3	2	1
11.	I have negative thoughts when I have to make serious decisions in the competition.	5	4	3	2	1
12.	Intense spectator pressure affects my decisions in the competition.	5	4	3	2	1
13.	I feel pressure when making decisions in the competition.	5	4	3	2	1
14.	The possibility of failure makes me anxious when making decisions.	5	4	3	2	1
15.	Making a decision in a time-limited situation makes me panic.	5	4	3	2	1

Sporda Etkili Karar Verme Ölçeği (SEKVÖ)

Sporcular karar verme sürecinde farklı şekilde davranış kalıpları sergileyebilirler. Verilen bu kararlar, sporcuların karar verme düzeyinin bir göstergesidir. Bu düzeyi ölçmeyi amaçlayan aşağıdaki ölçek sorularının, doğruluğu ya da yanlışlığı yoktur, size uygunluğu vardır. Aşağıdaki tabloda sporda karar verme sürecinde sahip olunabilecek davranışları ifade eden maddeler yer almaktadır. Lütfen size en uygun olan seçeneği işaretleyiniz. Katkılarınız için teşekkür ederiz.		Kesinlikle Katılıyorum	Katılıyorum	Nötrüm	Katılmıyorum	Kesinlikle Katılmıyorum
1.	Müsabakada, sportif tecrübelerimden faydalanarak karar veririm.	5	4	3	2	1
2.	Müsabakada bir pozisyonda anlık karar alırken farklı alternatifleri düşünebilirim.	5	4	3	2	1
3.	Müsabaka öncesi karar alırken, rakibin olası pozisyonlarını hesaba katabilirim.	5	4	3	2	1
4.	Karar alırken, başka seçeneğim olup olmadığını düşünürüm.	5	4	3	2	1
5.	Müsabakada karar alırken seçici davranırım.	5	4	3	2	1
6.	Bir pozisyonda karar alırken soğukkanlı davranırım.	5	4	3	2	1
7.	Müsabakada tüm alternatifleri göz önüne almadan karar vermem.	5	4	3	2	1
8.	Müsabakada karar verirken, dış etkenlerden (örn: gürültü, müzik) etkilenirim.	5	4	3	2	1
9.	Rakip yoğun baskı yaptığı anda karar vermekte zorlanırım.	5	4	3	2	1
10.	Zor bir pozisyonda hızlı karar veremem.	5	4	3	2	1
11.	Müsabakada almam gereken ciddi kararlarda olumsuz düşüncelere kapılırım.	5	4	3	2	1
12.	Yoğun seyirci baskısı, müsabakadaki kararlarımı etkiler.	5	4	3	2	1
13.	Müsabakada karar verirken üstümde baskı hissedirim.	5	4	3	2	1
14.	Karar verirken başarısız olma ihtimali beni telaşlandırır.	5	4	3	2	1
15.	Zamanın kısıtlı olduğu bir durumda karar almak bende panik yaratır.	5	4	3	2	1

Düzenli Egzersiz Yapan Kadınlarda İçselleştirilmiş Kilo Önyargısı ile Olumsuz Beden Konuşmaları Arasındaki İlişkinin Yaş ve Beden Kitle İndeksi Değişkenleri Açısından İncelenmesi

Investigation of the Relationship Between Weight Bias Internalization and Negative Body Talk in Women who Regularly Exercise Considering Age and Body Mass Index Variables

Araştırma Makalesi / Research Article

İlayda ESİN¹

Mehmet Haşim AKGÜL²

¹ Aydın Adnan Menderes Üniversitesi,
Sosyal Bilimler Enstitüsü, AYDIN

² Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi,
Spor Bilimleri Fakültesi, BURDUR

Sorumlu Yazar / Corresponding Author
Mehmet Haşim Akgül
mhakgul@mehmetakif.edu.tr

Geliş Tarihi / Received : 01.11.2023

Kabul Tarihi / Accepted : 15.01.2024

Yayın Tarihi / Published : 31.01.2024

Etik Bilgilendirme / Ethical Statement

Bu araştırma, Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Etik Kurulu'nun 02.02.2022 tarih ve 2022/490 sayılı kararı ile etik açıdan uygun bulunmuştur.

DOI: 10.53434/gbesbd.1384660

Öz

Bu araştırmanın amacı, düzenli egzersiz yapan kadınlarda içselleştirilmiş kilo önyargısı ile olumsuz beden konuşmaları arasındaki ilişkinin yaş ve beden kitle indeksi değişkenleri açısından incelenmesidir. Bu kapsamda nicel araştırma yöntemlerinden olan korelasyonel araştırma deseni kullanılmıştır. Araştırmanın örneklemini düzenli egzersiz yapan 310 ($\text{yaş}_{\text{ort}}=31,13\pm 12,51$) kadın oluşturmaktadır. Veri toplamak amacıyla İki Faktörlü İçselleştirilmiş Kilo Önyargısı Ölçeği (İKÖÖ-2F) ve Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği (OBKÖ) kullanılmıştır. Elde edilen veriler IBM SPSS 22 paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. İKÖÖ-2F ve OBKÖ alt boyutlarının beden kitle indeksi değişkeni ile ilişkisine bakmak amacıyla korelasyon analizi yapılmıştır. Ek olarak ölçeklerin, yaş ve beden kitle indeksi değişkenine göre farklılık gösterip göstermediğini analiz etmek amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve her iki ölçeğinde yordayıcılarını belirleyebilmek amacıyla çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Bulgular incelendiğinde, yaş değişkeninin beden endişeleri alt boyutuyla, beden kitle indeksi değişkeninin de kiloyla ilişkili stres alt boyutu ve beden endişeleri alt boyutuyla istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olduğu saptanmıştır. Çoklu regresyon analizi sonuçlarına göre beden endişeleri ve beden kıyaslama alt boyutları puanlarının, stres puanlarını anlamlı bir şekilde yordadığı görülmüştür. Sonuç olarak, araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda beden kitle indeksi arttıkça; İKÖÖ-2F alt boyutu olan kiloyla ilişkili stres ve OBKÖ alt boyutu olan beden endişelerinin de pozitif yönde arttığı tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Egzersiz, Kadın, İçselleştirilmiş kilo önyargısı, Olumsuz beden konuşmaları

Abstract

This study aims to investigate the correlation between internalized weight bias and negative body talk among women who engage in regular exercise, considering age and body mass index variables. In this context, a correlational research design, one of the quantitative research methods, was used. The study sample comprises 310 women (mean age=31.13±12.51) who exercise regularly. The data was collected using the Two-Factor Internalized Weight Bias Scale (IWBI-2F) and the Negative Body Talk Scale (NBTS). The data was analyzed using the IBM SPSS Statistics 22 software package. Correlation analysis investigated the relationship between the WBI-2F and NBTS subscales with body mass index variable. In addition, a one-way analysis of variance (ANOVA) was conducted to examine potential differences in the scales based on age and body mass index variables. Furthermore, a multiple linear regression analysis was conducted to identify the predictors for both scales. Upon examination of the findings, it was determined that there was a statistically significant difference between the body concerns sub-dimension of the age variable and the weight-related stress sub-dimension, as well as the body examines sub-dimension of the body mass index variable. According to the results of multiple regression analysis, body concerns, and body comparison subscale scores were found to be significant predictors of stress scores. As a result, the research findings also observed that as the body mass index increases, weight-related stress (a sub-dimension of WBI-2F) and body concerns (a sub-dimension of NBTS) also increase positively.

Keywords: Exercise, Woman, Internalization weight bias, Negative body talk

Giriş

Gün geçtikçe değişen beslenme alışkanlıklarının bireylerin düzensiz ve daha sağlıksız beslenmelerine yol açtığı görülmektedir. Beslenme alışkanlıklarındaki bu değişimin birçok parametresi olmakla birlikte, popüler kültürün bu değişimde önemli bir bileşen olduğu söylenebilir. Çünkü popüler kültür; yeme içme alışkanlığından, kıyafet seçimine kadar pek çok toplumsal davranış kalıplarını ve gündelik hayat pratiklerini değiştirmektedir. Bu noktadan hareketle, geleneksel beslenme alışkanlığı yerini daha çok modern tüketim toplumunun “Fast Food” endüstrisine bırakmıştır (Esin ve Akgül, 2022). Beslenme alışkanlıklarının bu değişimi ve modern dünyanın ürettiği konfor alanı bireyleri daha kilolu hale getirerek obezitenin artmasına sebep olmaktadır. Artan obezite ve kilolu birey sayısı beraberinde birçok olumsuz duyguyu da tetiklemektedir. Bu olumsuz duygulardan biri kilo ön yargısıdır. Kilo ön yargısı geçmiş yıllarda daha çok ayrımcılık biçimi olarak tanımlanmıştır (Puhl ve Brownell, 2001). Kilo ön yargısında bireysel olarak veya grup içerisinde yer alan aşırı kilolu veya obez bireylerin “daha az güçlü” bireyler olarak algılanması söz konusudur. Başka bir ifadeyle kilolu veya obez olarak görülen bireylere yöneltilen bu algı biçimi, gruptaki diğer bireylere yöneltilerek devam ettirilmektedir. Grup içerisinde kilo ön yargısına maruz kalan bireyler de bu inançları onaylayarak bunların doğru olduğuna inanırlar (Durso ve Latner, 2008). Aşırı kilolu veya obez bireyler bu kilo ön yargısını içselleştirerek “daha az güçlü” ön yargısını kabul ettiklerini kanıtlamış olurlar (Wang, Brownell ve Wadden, 2004). Kilolu veya obez bireyler buldukları arkadaş, iş veya okul ortamlarında bazı damgalamalara maruz kalabilir. İçselleştirilmiş kilo ön yargısı damgalamayı kısmen içerse de biraz daha farklı anlam ifade ettiği söylenebilir. İçselleştirilmiş kilo ön yargısında damgalamadan farklı olarak birey başkaları tarafından değil; kendi tarafından bu duruma maruz kalmaktadır (Durso ve Latner, 2008). Kısaca tanımlamak gerekirse içselleştirilmiş kilo ön yargısı, bireylerin kendilerine atfedilen kilo ön yargılarının birey tarafından onaylanarak olumsuz toplumsal veya bireysel basamaklıları kendi kendine içselleştirmesidir.

İçselleştirilmiş kilo ön yargısı, dikkat ve duygu durum değişiklikleri, kaçınma ve güvenlik davranışlarının yanı sıra yemek yeme ve kilo yönetimi davranışları ile olumsuz yargılar dahil olmak üzere birçok faktör tarafından etkilenebilir (Ratcliffe ve Ellison, 2015). Ek olarak bazı araştırmalar, kilo ön yargısından dolayı bireylerin egzersiz veya fiziksel aktivite yapmaktan kaçınma eğilimini arttırabileceğini ve yeme bozukluklarına da sebep olabileceğini öne sürmüştür (Puhl ve Heuer, 2009). Vartanian ve Shaprow (2008), bir bireyin içselleştirilmiş kilo ön yargısının egzersiz motivasyonu üzerine etkisini ve egzersiz davranışıyla arasındaki ilişkiyi inceledikleri bir araştırmada, kilo ön yargılarının egzersizden kaçınma motivasyonu ile pozitif ilişkili olduğunu ifade etmişlerdir. Ayrıca bireylerin kilo ön yargılarını içselleştirmesinin, yaşadıkları kültürdeki kiloyla ilgili toplumsal normları kabul ettiklerinin muhtemel bir göstergesi olduğunu ileri sür-

müşlerdir. Kilo ön yargısı, genellikle iki olumsuz duygu aracılığıyla içselleştirilmiş bir etkiye sahiptir: mahcubiyet ve utanç. Başkaları tarafından gelebilecek olan olumsuz değerlendirmelerden kaynaklanan utanç, bireyleri fitness merkezleri, yüzme havuzları gibi birçok insana açık olan egzersiz yapma ortamlarından kaçınmaya yöneltebilir. Bundan dolayı Vartanian ve Shaprow (2008) yaptıkları araştırmada, kilo ön yargısının fiziksel egzersiz yapma motivasyonunun azalması ve düşük fiziksel aktivite düzeyi ile bağlantılı olduğunu varsaymaktadırlar. Bu bağlamda içselleştirilmiş kilo ön yargısı, halka açık ortamlarda başkalarının olumsuz değerlendirmesi korkusu, tek başına egzersiz yapma korkusu, kendinden emin olamama veya egzersiz ortamlarında yanında birine ihtiyaç duyma gibi içselleştirmeleri yansıtabilir.

Özellikle kilo ve yaş temalı konuşmaların kadınların gündelik hayatlarında sıklıkla yer aldığı söylenebilir. Kadınların konuşmalarında bu olguların sıklıkla yer almasının sebeplerinden birinin, kadın ideal bedeninin zayıf olması gerektiği algısıdır (Fredrickson ve Roberts, 1997; Smolak, 2004; Wiseman, Gray, Mosimann ve Ahrens, 1992). Bireylerin konuşmaları arasında yer alan bu tür yorumlar fiziksel ve psikolojik olarak bireyleri etkileyebilmekte ve beden memnuniyetsizliği, yeme bozukluğu patolojisi gibi sonuçlara yol açabilmektedir (Arroyo ve Harwood, 2012; Becker, Diedrichs, Jankowski ve Werchan, 2013; Sharpe, Naumann, Treasure ve Schmidt, 2013). Bu bilgilerden hareketle olumsuz beden konuşmaları da, genellikle arkadaşlar arasında meydana gelen, beden imajı, kilo ile ilgili konuların konuşulması veya tartışılması içeren kişilerarası etkileşim şeklidir (Nichter ve Vuckovic, 1994). Olumsuz beden konuşmalarının öncelikle kadın arkadaşlar arasında öne çıktığı düşünülebilir; araştırmalar ergenlik dönemindeki erkeklerin veya yetişkin erkekler arasında da yaygın olduğunu göstermektedir (Engeln, Sladek ve Waldron, 2013; Jankowski, Diesdrichs ve Halliwell 2014; Jones ve Crawford, 2005). Kadınlar arasındaki olumsuz beden konuşmaları ile ilgili yapılan araştırmalar bu konuşmalara daha fazla maruz kalan kadınların suçluluk, depresyon gibi olumsuz etkiler yaşadığını ve bedenlerinde memnuniyetsizlik hissetme oranlarının daha yüksek olduğunu göstermiştir (Arroyo ve Harwood, 2012; Ousley, Cordero ve White, 2008; Payne ve diğerleri 2011). Fazla kilolu olmak daha fazla fiziksel sağlık ve psikolojik sorunla ilişkilendirilmektedir (Kopelman, 2000). Araştırmalar, daha fazla olumsuz beden konuşması yapan kadınların olumsuz duygulanım (örn. suçluluk ve depresyon) yaşama ve bedenlerinden memnun olmama ihtimallerinin daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur (Arroyo ve Harwood, 2012; Ousley ve diğerleri, 2008; Salk ve Engeln-Maddox, 2012). Bu bağlamda, olumsuz beden konuşmaları ile içselleştirilmiş kilo ön yargısı arasında metodolojik bir ilişki olduğu düşünülmektedir. Bu bağlamda araştırmamızın amacı, egzersiz yapan kadınlarda içselleştirilmiş kilo ön yargısı ile olumsuz beden konuşmaları arasındaki ilişkinin incelenmesi ve bu metodolojik ilişkinin alan yazına kazandırılmasıdır.

Yöntem

Araştırmanın Modeli

Düzenli egzersiz yapan kadınlarda içselleştirilmiş kilo önyargısı ile olumsuz beden konuşmaları arasındaki ilişkinin yaş ve beden kitle indeksi değişkenleri açısından incelenmesi amacıyla yapılan bu araştırma, ilişkisel analiz tekniğine dayalı betimsel bir çalışmadır. Nicel araştırma yöntemlerinden olan korelasyonel araştırma deseni kullanılarak beden kitle indeksi (BKİ) ve yaş değişkenleri ile ölçekler arasındaki ilişki ile her iki ölçek arasındaki ilişkinin yönü incelenmiştir. Bu tür araştırmalar, iki veya daha fazla değişken arasındaki ilişkinin derecesini ve yönünü belirlemeyi amaçlayan tarama modelleri olarak tanımlanmaktadır (Karasar, 2012).

Araştırma Grubu

Araştırma düzenli egzersiz yapan kadınların gönüllü katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırmaya düzenli egzersiz yapan 310 kadın (yaş_{ort}= 31,13±12,51) katılım göstermiştir. Araştırmaya katılan kadınlar en az 3 aydır düzenli olarak haftanın en az 2 günü egzersiz (yüzme, pilates, aletli pilates, bisiklet, spor/fitness merkezlerinde aletli, aletsiz egzersizler) yapmaktadır. Araştırmaya katılan katılımcıların 149 (%48,1)'u 18-25 yaş arasında, 61 (19,7)'i 25-35 yaş arasında ve 100 (32,3)'ü 35 yaş ve üzerindedir. Ayrıca araştırmaya katılan katılımcıların BKİ'lerinin yer aldığı tablo 1 incelendiğinde 37'si 18,5'in altında, 192'si 18,5-24,9 aralığında, 47'si 25-29,9 aralığında, 28'i 30-34,9 aralığında ve 6'sı da 35-39,9 aralığında beden kitle indeksine sahiptir. Beden kitle indeksi WHO (Dünya Sağlık Örgütü) tarafından hiyerarşik olarak şu şekilde kategorize edilmektedir; 18,5'in altı zayıf, 18,5-24,9 normal kilolu, 25-29 obezite öncesi, 30-34,9 obezite birinci sınıf, 35-39,9 obezite ikinci sınıf, 40 ve üzeri obezite üçüncü sınıf. WHO (Dünya Sağlık Örgütü)'nun sınıflandırmasına göre araştırmaya katılan katılımcıların %11,9'u zayıf, %61,9'u normal, %15,2'si obezite öncesi, %9'u obezite 1 ve %1,9'u da obezite 2 sınıfında yer almaktadır.

Tablo 1. Katılımcıların beden kitle indeksleri dağılımı

	N	%
18,5'in altı (zayıf)	37	11,9
18,5-24,9 aralığı (normal)	192	61,9
25-29,9 aralığı (obezite öncesi)	47	15,2
30-34,9 aralığı (obezite 1)	28	9
35-39,9 aralığı (obezite 2)	6	1,9
Toplam	310	100

Veri Toplama Araçları

Araştırmada, verilerin toplanması amacıyla araştırma grubuna "Kişisel Bilgi Formu", "İki Faktörlü İçselleştirilmiş Kilo Önyargısı Ölçeği" ve "Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği" tek bir form halinde uygulanmıştır. Araştırma uygulama aşamasında beden kitle indeksi, Dünya Sağlık Örgütü'nün sınıflandırmasına uygun olarak tasnif edilmiştir. BKİ'nin tespit edilmesi, katılımcılara uygulanan kişisel bilgi formunda yer alan kilo ve boy bilgileri

esas alınarak, katılımcının sahip olduğu kilonun yine katılımcının boy uzunluğunun karesine bölünmesiyle (vücut ağırlığı(kg) / boy(m)²) hesaplanmıştır.

Kişisel bilgi formu: Araştırmaya katılan katılımcıların yaş, kilo, boy, egzersiz yapma durumu, egzersiz sıklığı, egzersiz süresi, egzersiz deneyimi gibi bilgilerini içeren kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

İki faktörlü içselleştirilmiş kilo ön yargısı ölçeği: Ölçeğin özgün formu Meadows ve Higgs (2019) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek, toplam 13 madde ve 2 alt boyuttan oluşan 7'li Likert tipi (1-Kesinlikle Katılmıyorum, 7-Kesinlikle Katılıyorum) puanlamaya sahiptir. Ölçeğin alt boyutları; kiloyla ilişkili stres ve kiloyla ilişkili kendilik değeri şeklindedir. Ölçeğin Türkçe alanyazınına kazandırılması ile geçerlik ve güvenilirlik analizleri Esin ve Akgül (2022) tarafından yapılmıştır. Türkçe 13 maddelik İKÖÖ' ne ilişkin yapılan güvenilirlik analizlerinde, kiloyla ilişkili stres alt boyutu 0,91, kiloyla ilişkili kendilik değerini alt boyutu 0,76 ve toplam ölçeğin 0,80 Cronbach alpha katsayısına sahip olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca geçerlik kapsamında yapılan AFA ve DFA analizleri sonucunda ölçeğin geçerli ve güvenilir olduğu ifade edilmiştir.

Olumsuz beden konuşmaları ölçeği: Ölçeğin özgün formu 2012 yılında Engeln-Maddox, Salk ve Miller tarafından geliştirilmiş ve 2019 yılında Bayköse ve Yazıcı tarafından Türkçe alanyazına kazandırılmıştır. Ölçek toplam 13 madde ve 2 alt boyuttan oluşan 7'li Likert tipi (1-Hiç, 7-Her zaman) puanlamaya sahiptir. Ölçek, beden endişeleri alt boyutu ve beden kıyaslama alt boyutundan oluşmaktadır. Ölçek Türkçe alan yazınına kazandırılırken geçerlik ve güvenilirliği Bayköse ve Yazıcı (2019) tarafından yapılmıştır. Yapılan güvenilirlik analizleri sonucunda iç tutarlılık kat sayısının ,92 olduğu görülmektedir. Ayrıca geçerlik analizleri kapsamında AFA ve DFA analizleri yapılarak ölçeğin geçerli ve güvenilir olduğu ifade edilmiştir.

Verilerin Toplanması

Araştırmada verilerin toplanması amacıyla "Kişisel Bilgi Formu", "İki Faktörlü İçselleştirilmiş Kilo Önyargısı Ölçeği" ve "Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği" tek bir form halinde online veya yüz yüze olarak toplanmıştır. Verileri toplarken katılımcıların bir kısmına Google formlar üzerinden hazırlanmış olan online form ile ulaşılmış, bir kısmına ise yüz yüze ulaşılmıştır. Online katılımcılara formun en üst kısmında yer alan bilgilendirme kutusu yardımıyla, yüz yüze katılımcılara ise formu doldurmadan önce sözlü biçimde bilgilendirme yapılmıştır. Ayrıca, katılımcılara kimliklerinin ve cevaplarının gizli tutulacağı, araştırmadaki bilgilerin yalnızca bilimsel amaçlı kullanılacağı hakkında da bilgi verilmiştir.

Verilerin Analizi

Araştırmanın verileri toplandıktan sonra elde edilen verilerin çözümlenmesinde IBM SPSS Statistics 22 paket programı kullanılmıştır. Verilerin analizi %95 güven aralığında yapılmıştır. Verilerin çözümlenmesinde önce normal dağılıp dağılmadığını

anlamak için çarpıklık ve basıklık değerleri incelenmiş olup, çarpıklık değerinin, 096 basıklık değerinin ise -,265 olduğu saptanmıştır. Hair, Black, Babin, Anderson ve Tatham (2006)'a göre çarpıklık ve basıklık değerlerinin -1.0 ile +1.0 aralığında olması verilerin normal dağılım gösterdiğine işaret etmektedir. Bu bağlamda araştırmanın amacı doğrultusunda, normal dağılan verilerin analizinde parametrik analizler kullanılmıştır. İki Faktörlü İçselleştirilmiş Kilo Önyargısı Ölçeği (İKÖÖ-2F) ve Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği (OBKÖ)'nin yaş ve beden kitle indeksi değişkenine göre farklılaşmış farklılaşmadığını analiz etmek amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA), her iki ölçeğin alt boyutlarının beden kitle indeksi ile ilişkisine bakmak amacıyla korelasyon analizi ve her iki ölçeğinde yordayıcılarını belirleyebilmek amacıyla çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır.

Etik Beyan

Bu araştırma, Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Girişim- sel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'nun 02.02.2022 tarih ve 2022/490 sayılı kararı ile etik açıdan uygun bulunmuştur.

Bulgular

Araştırmanın bu bölümünde düzenli egzersiz yapan kadınlarda içselleştirilmiş kilo önyargısı ile olumsuz beden konuşmaları arasındaki ilişkinin yaş ve BKİ değişkenleri açısından incelenmesi amacıyla gerçekleştirilen araştırma bulgularına yer verilmiştir.

Tablo 1' de katılımcıların beden kitle indeksleri dağılımı, Tablo 2 ve Tablo 3'de 'de İKÖÖ-2F ve OBKÖ'nin toplam puanları üzerinden yaş ve beden kitle indeksi değişkenine göre yapılan ANOVA analizinin sonuçları verilmiştir. İKÖÖ-2F'nin alt boyutlarının beden kitle indeksi ile ilişkisini gösteren korelasyon analiz sonuçları tablo 4'te yer almaktadır. Aynı şekilde olumsuz beden konuşmaları ölçeğinin alt boyutlarının beden kitle indeksi ile ilişkisini gösteren korelasyon analiz sonuçları Tablo 5'te yer almaktadır. Ek olarak tablo 6 ve 7'de İKÖÖ-2F'nin stres ve kendilik değeri alt boyutlarının olumsuz beden konuşmaları ölçeğini yordama düzeyine ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları da verilmiştir.

Tablo 2. İKÖÖ-2F ve OBKÖ'nin yaş değişkenine göre farklılaşma durumu ile ilgili yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları

Ölçekler	Alt Boyutlar	Yaş Grupları	n	\bar{x}	ss	F	Anlamlı Fark	p
İçselleştirilmiş Kilo Önyargısı Ölçeği	Kiloyla ilişkili Stres	18-25 yaş aralığı	149	3,25	1,89	1,68		,187
		25-35 yaş aralığı	61	3,15	1,28			
		35+ üzeri	100	3,59	1,58			
	Kiloyla ilişkili Kendilik Değeri	18-25 yaş aralığı	149	3,81	,99	,196		,822
		25-35 yaş aralığı	61	3,73	,80			
		35+ üzeri	100	3,81	,76			
Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği	Beden Endişeleri	18-25 yaş aralığı	149	3,79	1,47	17,32	2>1 2>3	,000*
		25-35 yaş aralığı	61	4,86	1,23			
		35+ üzeri	100	4,66	1,47			
	Beden Kıyaslama	18-25 yaş aralığı	149	4,28	1,75	1,72		,181
		25-35 yaş aralığı	61	4,69	1,50			
		35+ üzeri	100	4,23	1,60			

* $p<0,05$

Tablo 2'de görüldüğü üzere; katılımcıların İKÖÖ-2F ve OBKÖ alt boyutlarının yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) gerçekleştirilmiştir. Analiz sonuçlarına göre, yaş değişkeninin OBKÖ'nin beden endişeleri alt boyutuyla arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olduğu saptanmıştır ($p<.05$). Yaş grupları arasında bulunan bu anlamlılığın; 25-35 yaş

aralığındaki katılımcılarda 18-25 yaş aralığındaki katılımcılara ve 35 yaş ve üzeri katılımcılara göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Yaş değişkeninin İKÖÖ-2F'nin kiloyla ilişkili stres ve kiloyla ilişkili kendilik değeri alt boyutları ve OBKÖ'nin beden kıyaslama alt boyutuyla istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir ($p>.05$).

Tablo 3. İKÖÖ-2F ve OBKÖ'nin BKİ değişkenine göre farklılaşma durumu ile ilgili yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları

Ölçekler	Alt Boyutlar	BKİ	n	\bar{x}	ss	F	Anlamlı Fark	p
İçselleştirilmiş Kilo Önyargısı Ölçeği	Kiloyla ilişkili Stres	18,5 altı	37	3,32	1,86	7,06	1<4 1<5	,000*
		18,5-24,9 arası	192	3,26	1,61			
		25-29,9 arası	47	2,78	1,36			
		30-34,9 arası	28	4,48	1,94			
		35-39,9 arası	6	5,29	,000			
	Kiloyla ilişkili Kendilik Değeri	18,5 altı	37	3,66	,98	1,387		,238
		18,5-24,9 arası	192	3,79	,94			
		25-29,9 arası	47	3,72	,71			
		30-34,9 arası	28	4,04	,54			
		35-39,9 arası	6	4,33	,000			

Olumsuz Beden Konuşmaları Ölçeği	Beden Endişeleri	18,5 altı	37	3,25	1,72	11,96	1<2	,000*
		18,5-24,9 arası	192	4,20	1,41		1<3	
		25-29,9 arası	47	4,54	1,39		1<4	
		30-34,9 arası	28	5,45	,974		1<5	
		35-39,9 arası	6	5,71	,000			
Beden Kıyaslama	Beden Kıyaslama	18,5 altı	37	4,51	2,03	1,81		,125
		18,5-24,9 arası	192	4,42	1,55			
		25-29,9 arası	47	3,93	1,70			
		30-34,9 arası	28	4,54	1,83			
		35-39,9 arası	6	3,17	,000			

*p<0,05

Tablo 3'te görüldüğü üzere; katılımcıların İKÖÖ-2F ve OBKÖ alt boyutlarının beden kitle indeksi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçlarına göre, BKİ değişkeninin İKÖÖ-2F'nin kiloyla ilişkili stres alt boyutuyla ve OBKÖ'nin beden endişeleri alt boyutuyla arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olduğu saptanmıştır (p<.05). Beden kitle indeksleri arasında bulunan bu anlamlılığın İKÖÖ-2F kiloyla ilişkili stres alt boyutunda; zayıf katılımcılarda obezite 1 ve obezite 2'deki katılımcılara göre daha düşük olduğu görülmektedir. Beden Kitle İndeksleri arasında bulunan bu anlamlılığın OBKÖ'nin beden endişeleri alt boyutunda; zayıf katılımcılarda normal, obezite öncesi, obezite 1 ve obezite 2'deki katılımcılara göre daha düşük olduğu görülmektedir. BKİ değişkeninin İKÖÖ-2F'nin kiloyla ilişkili kendilik değeri alt boyutu ve OBKÖ'nin beden kıyaslama alt boyutu arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir (p>.05).

Tablo 4 incelendiğinde, İKÖÖ-2F'nin kiloyla ilişkili stres alt boyutu beden kitle indeksi ile zayıf (r= ,212), kiloyla ilişkili kendilik değeri alt boyutuyla (r= ,80) ise ilişki çok zayıf bir ilişki içerisinde olduğu görülmektedir. Bu bağlamda, katılımcıların beden kitle indeksleri arttıkça kiloyla ilişkili streslerinin de pozitif yönde arttığı söylenebilir.

Tablo 6. İKÖÖ-2F'nin stres alt boyutu ile OBKÖ'ne ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları

	B	SH	β	t	p	VIF	F
Sabit	-,094	,229		-,408	,683		
Beden Endişeleri	,468	,062	,415	7,55	,000		
Beden Kıyaslama	,330	,056	,324	5,90	,000	1,677	124,452

R= ,67 ; R²= ,44; p<,001

Tablo 6 incelendiğinde, İKÖÖ-2F'nin stres alt boyutunun OBKÖ' yü yordama düzeyini belirlemek için yapılan çoklu regresyon analizi sonuçlarına göre, olumsuz beden konuşmaları alt boyutları olan beden endişeleri ve beden kıyaslama alt boyutlarının puanları stres puanlarını anlamlı bir şekilde yordamaktadır. Her iki bağımsız değişken bağımlı değişken puanlarındaki toplam varyansın %44'ünün açıkladığı görülmektedir (R= ,67; R²= ,44).

Tablo 7. İKÖÖ-2F'nin kendilik değeri alt boyutu ile OBKÖ'ne ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları

	B	SH	β	t	p	VIF	F
Sabit	3,554	,160		22,18	,000		
Beden Endişeleri	,026	,043	,044	,593	,553		
Beden Kıyaslama	,030	,039	,057	,774	,440	1,677	1,287

R= ,091; R²= ,002; p<,001**Tablo 4.** İKÖÖ-2F'nin alt boyutları ve BKİ arasındaki korelasyon analizi sonuçları

		Kiloyla İlişkili Stres	Kiloyla İlişkili Kendilik Değeri	BKİ
BKİ	r	,212	,080	1
	p	,000*	,158	
	n	310	310	310

**p<0,01

Tablo 5. OBKÖ'nin alt boyutları ve BKİ arasındaki korelasyon analizi sonuçları

		Beden Endişeleri	Beden Kıyaslama	BKİ
BKİ	r	,421	,011	1
	p	,000*	,845	
	n	310	310	310

Tablo 5 incelendiğinde, OBKÖ'nin beden endişeleri alt boyutu beden kitle indeksi ile orta (r= ,421) beden kıyaslama alt boyutuyla ise ilişki çok zayıf (r= ,011) bir ilişki içerisinde olduğu görülmektedir. Bu bağlamda, katılımcıların beden kitle indeksleri arttıkça beden endişelerinin de pozitif yönde arttığı söylenebilir.

Tablo 7 incelendiğinde, İKÖÖ-2F'nin kendilik değeri alt boyutunun OBKÖ'ni yordama düzeyini belirlemek için yapılan çoklu regresyon analizi sonuçlarına göre, olumsuz beden konuşmaları alt boyutları olan beden endişeleri ve beden kıyaslama alt boyutlarının puanları kendilik değeri puanlarını anlamlı bir şekilde yordamamaktadır. Her iki bağımsız değişkenin bağımlı değişken puanlarındaki toplam varyansın yalnızca %0,02'sini açıkladığı görülmektedir (R= ,91; R²= ,002).

Tartışma

Düzenli egzersiz yapan kadınlarda içselleştirilmiş kilo önyargısı ile olumsuz beden konuşmaları arasındaki ilişkinin yaş ve beden kitle indeksi değişkenleri açısından incelendiği araştırmanın bu bölümünde, elde edilen bulgular ilgili literatür ile karşılaştırılarak tartışılmıştır. Araştırma bulgularına göre, tek yönlü varyans analizi sonuçları incelendiğinde, yaş değişkeni ile OBKÖ'nin beden endişeleri alt boyutu arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olduğu saptanmıştır. Ancak yaş değişkeni ile İKÖÖ-2F'nin alt boyutları ve OBKÖ'nin beden kıyaslama alt boyutu arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Ayrıca ölçeklerin beden kitle indeksi değişkeni sonuçları incelendiğinde, BKİ'nin İKÖÖ-2F'nin kiloyla ilişkili stres alt boyutu ve OBKÖ'nin beden endişeleri alt boyutuyla arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olduğu saptanmıştır. Alan yazın incelendiğinde, içselleştirilmiş kilo önyargısı ölçeğinin İspanyolcaya uyarlanmasını içeren çalışmaya göre, obeziteye sahip bireylerin zayıf olanlara ve normal kilolu olanlara göre daha çok içselleştirilmiş kilo önyargısı puanlarına sahip oldukları ifade edilmektedir. Benzer şekilde yine ilgili araştırmada, beden kitle indeksi ile içselleştirilmiş kilo önyargısı ölçeği arasında anlamlı doğrudan bir ilişki olduğu belirtilmiştir (Macho, Andres ve Saldana, 2021). Dolayısıyla ilgili literatür ve araştırma bulgularımız çerçevesinde, beden kitle indeksleri arttıkça kiloyla ilişkili stres düzeyinin de pozitif yönde arttığını söyleyebiliriz. OBKÖ'nin beden kitle indeksi ile arasındaki ilişkiye dair yapılan korelasyon analizi sonuçlarında incelendiğinde ise, beden endişeleri alt boyutunun beden kitle indeksiyle ilişki içerisinde olduğu tespit edilmiştir. Bu bağlamda, beden kitle indeksleri arttıkça beden endişelerinin de pozitif yönde arttığı düşünülmektedir. Bu noktadan hareketle, beden kitle indeksi arttıkça içselleştirilmiş kilo önyargısı ölçeğinin alt boyutu olan kiloyla ilişkili stresin ve OBKÖ alt boyutu olan beden endişelerinin pozitif yönde arttığı ifade edilebilir. Yaş değişkeni incelendiğinde ise, sadece OBKÖ'nin beden endişeleri alt boyutuyla ilişkisi olduğu bulunmuş ve yaş gruplarından en çok 25-35 yaş aralığındaki katılımcıların beden endişelerinin yüksek olduğu saptanmıştır.

Alanyazın incelendiğinde, hem araştırma bulgularımıza benzer sonuçların yer aldığı hem de kilo önyargısı ve olumsuz beden konuşmalarıyla ilgili yapılan çalışmalarda yaş ve BKİ değişkenlerinin ele alındığı çalışmalara rastlanmaktadır. Pearl ve diğerleri (2019) yaptıkları bir çalışmada, daha genç yaşlarda yüksek BKİ'ne sahip olan kadınların, genç yaşlarında normal BKİ'ne sahip olan kadınlara göre ilerleyen yaşlarında daha yüksek içselleştirilmiş kilo önyargılarına sahip olabileceklerini ifade etmişlerdir. Ek olarak, çevrelerinden kilo önyargılarına daha erken yaşlarda maruz kalmaya başlayan bireylerin kilo önyargılarını daha fazla içselleştirebildiklerini de ifade etmişlerdir. Benzer şekilde Romano ve diğerleri (2022) yaptıkları bir çalışmada, bireylerin yaşlarının, BKİ'lerinin ve çalışma ortamı gibi faktörlerin içselleştirilmiş kilo önyargısı ile ilişkili olduğunu söylemişlerdir. İlaveten BKİ ile içselleştirilmiş kilo önyargısı arasında pozitif bir ilişki olduğunu da ifade etmişlerdir. Bu bağlamda bahsi geçen

araştırmanın bulguları incelendiğinde, katılımcıların beden kitle indeksleri arttıkça kiloyla ilişkili stresleri de pozitif yönde artıyor olması, araştırma bulgularımızı destekler niteliktedir. Nitekim bireylerin artan BKİ'leri kilo önyargılarıyla desteklendiği zaman kiloyla ilişkili stresin de ortaya çıkabileceği ve bireyin daha fazla içselleştirme yapmasına sebep olabileceği düşünülmektedir. Ayrıca bireylerin kilo önyargılarına maruz kalmaya başladıkları yaşın, ilerleyen yaşlarda içselleştirilmiş kilo önyargısı yaşama ihtimallerini arttırabilmesi sebebiyle yaşın önemli bir faktör olduğu düşünülmektedir. Yine, Lin ve diğerleri (2023) tarafından yapılan başka bir çalışma incelendiğinde, kadınların BKİ'lerindeki değişimlerin içselleştirilmiş kilo önyargısıyla pozitif yönde ilişki içerisinde olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca içselleştirilmiş kilo önyargısındaki değişimin yaş, cinsiyet ve psikolojik sıkıntılar gibi başka değişkenler dahil edildiğinde BKİ'nin bu değişkenler arasında önemli bir aracı rolü olduğu da ifade edilmektedir. Yaptıkları çalışmada kadın ve erkekleri ayrı kategoride inceleyen Lin ve diğerleri (2023), kadın katılımcılar açısından BKİ'deki değişimin kilo önyargısı üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğunu, erkek katılımcılar için anlamlı bir etkiye sahip olmadığını tespit etmişlerdir. Bu bulgular, kadınlar üzerinde yapmış olduğumuz araştırmada, BKİ'nin kiloyla ilişkili stres alt boyutu ile arasındaki anlamlı farklılığı desteklemektedir. Ancak bulgularımızdaki ilişkinin diğer çalışmalara göre daha zayıf olmasının sebebinin, örneklemimizde yer alan kadın katılımcıların düzenli egzersiz yapıyor olmalarından kaynaklandığı düşünülmektedir. Alanyazında yer alan çalışmaların büyük bir kısmının egzersiz faktörünü ele almadıkları görülmektedir.

Yine ilgili alanyazın incelendiğinde, beden konuşmaları ile ilgili Lin, Flynn ve O'Dell (2021) tarafından yapılan bir çalışmada beden konuşmalarının olumsuz şişmanlık konuşmaları ve olumsuz beden konuşmaları ile arasında iyi bir korelasyon olduğunu ifade edilmiştir. Buna ek olarak, olumsuz beden konuşmalarının olumsuz kas konuşmalarıyla ilişkisi olduğunu ve kas memnuniyetsizliğine sebep olabileceğini de belirtilmiştir. Bu bağlamda, bahsi geçen çalışma göz önüne alındığında, olumsuz beden konuşmalarının hem şişmanlık ile hem de kaslılık durumu ile ilişkili olabileceği ve egzersiz yapma isteğini etkileyebileceği söylenebilir. Olumsuz beden konuşmalarının yanı sıra içselleştirilmiş kilo önyargısı ve egzersiz seviyeleriyle ilgili Pearl, Puhl ve Dovidio (2014) yapmış olduğu bir çalışmada, içselleştirilmiş kilo önyargısının egzersiz motivasyonunu, yağlı beden korkusunu, kilo kontrol edilebilirlik inancını etkilediğini ve içselleştirilmiş kilo önyargısının daha az egzersize ve kilo kontrol edilebilirliğe inancın zayıf olmasına sebep olduğunu ifade etmişlerdir. Pearl ve diğerlerinin (2014) elde etmiş olduğu sonuçlar, yaptığımız çalışmayı destekler nitelikte olduğu söylenebilir. Çünkü elde ettiğimiz bulgular neticesinde, beden kitle indeksi arttıkça yani kilo veya yağ oranı arttıkça beden endişelerinin; yağlı bedene sahip olma korkusunun da arttığını ifade etmek mümkündür. Kilo önyargısının beden memnuniyetsizliği, zayıf olma dürtüsü gibi değişkenlerle pozitif, benlik saygısı ile negatif ilişki içerisinde olduğunu ifade

eden çalışmalara da ulaşmak mümkündür (Vartanian ve Novak, 2011). Bahsi geçen çalışmanın bulguları, beden kitle indeksleri arttıkça kiloyla ilişkili streslerin de pozitif yönde arttığı yönündeki bulgumuzu destekler mahiyettedir. Benzer şekilde, içselleştirilmiş kilo önyargısı stres alt boyutunun, olumsuz beden konuşmaları alt boyutlarını anlamlı bir şekilde yordadığı yönündeki bulgularımızı da desteklediği söylenebilir.

Olumsuz beden konuşmaları ile ilgili yapılan bazı çalışmalar beden konuşmalarının baskılayıcı ya da arttırıcı etkilerinin olabileceğini dile getirmektedir. Örneğin, Tan ve Chow (2014) yaptıkları bir çalışmada kadınların BKİ'nin depresif semptomlar üzerinde arttırıcı etkisinin olmasının yanı sıra; kadınların yağlı bedene sahip olma korkularının da olumsuz beden konuşmalarıyla arttığını ifade etmişlerdir. Kadınların olumsuz beden konuşmalarına maruz kalmaları ya da kendi kendilerine olumsuz beden konuşmaları yapmaları beden endişeleriyle ilişkilidir (Shannon ve Mills, 2015). Elde ettiğimiz bulgular sonucunda, kadınlar zayıfladıkça daha az beden endişeleri yaşacağı ve dolayısıyla olumsuz beden konuşmalarının daha az olacağı düşünülmektedir. Benzer şekilde Hart ve Chow (2020) anne ve kızları arasındaki olumsuz beden konuşmalarıyla ilgili yaptıkları bir çalışmada, BKİ'si daha yüksek olan ve anneleriyle daha fazla olumsuz beden konuşması yapan genç kızların, daha yüksek düzeyde beden endişesi yaşadığını göstermektedir. Genç kızların aile üyeleri dışında bedenleri ile ilgili konuşmaları önemsedikleri çevrenin akrabaları olduğu düşünülmektedir. Akrabalar arasında geçen olumsuz beden konuşmaları, beden endişeleriyle birlikte sosyal değerlendirilme endişesi ve yeme bozukluğuyla doğrudan ilişki olduğu görülmektedir (Barbeau, Carbonneau ve Pelletier, 2022). Bu bağlamda, elde ettiğimiz bulgular genel olarak ilgili alanyazın ile paralellik göstermektedir.

Sonuç ve Öneriler

Sonuç olarak, içselleştirilmiş kilo önyargısı ve olumsuz beden konuşmaları arasında yaş ve BKİ değişkenleri açısından ve içselleştirilmiş kilo ön yargısı ile olumsuz beden konuşmaları ölçeğinin alt boyutları arasında bir ilişki olduğu söylenebilir. Yaş değişkeninin olumsuz beden konuşmaları ölçeğinin beden endişeleri alt boyutuyla arasında anlamlı bir fark olduğu, BKİ değişkeninde ise iki faktörlü içselleştirilmiş kilo önyargısı ölçeğinin kiloyla ilişkili stres alt boyutuyla arasında anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır. Ayrıca katılımcıların beden kitle indeksleri arttıkça kiloyla ilişkili stres ve beden endişeleri de pozitif yönde artmaktadır. Araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda beden kitle indeksi arttıkça İKÖÖ-2F alt boyutu olan kiloyla ilişkili stres ve OBKÖ alt boyutu olan beden endişelerinin de pozitif yönde arttığı söylenebilir. Elde ettiğimiz bulgular genel olarak alan yazınla paralellik göstermektedir ve alan yazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Kilo önyargısının içselleştirilmesi ve beraberinde getirdiği olumsuz beden konuşmalarının son yıllarda önemli ölçüde dik-

kat çeken araştırma alanı olduğu bilinmektedir. Özellikle modern ve modernleşmekte olan toplumlarda bu iki kavram ciddi bir psikolojik ve fiziksel sonuçlarla ilişkilendirilmiştir. Dolayısıyla egzersiz yapabilme kültürünün yani egzersiz yapma alışkanlığının tüm yaş gruplarında bir hayat tarzı haline getirilmesi araştırma sonuçlarımıza göre önem taşımaktadır. Böylelikle hem beden sağlığının hem de ruh sağlığının korunabileceği düşünülmektedir. Son olarak, benzer araştırmaların daha geniş katılımlı örneklem gruplarına yapılması önerilmektedir. Bu şekilde daha yaygın ve genellenebilir sonuçlara ulaşmak mümkün olacaktır.

Yazar notu

Bu araştırma İlayda Esin'in, Dr. Mehmet Haşim Akgül tarafından danışmanlığı yapılan "Farklı beden kitle indekslerine sahip bireylerin içselleştirilmiş kilo ön yargısı ile olumsuz beden konuşmaları arasındaki ilişkinin incelenmesi" isimli yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

Teşekkür

Araştırmaya gönüllü olarak katılarak çalışmanın tamamlanmasına destek olan tüm katılımcılara teşekkür ederiz.

Finans Kaynakları

Bu çalışmanın hazırlanması ve yazımı sırasında kurum ve/veya kuruluşlardan herhangi bir maddi destek alınmamıştır.

Çıkar Çatışması

Bu makalenin yayınlanmasıyla ilgili yazarlar arasında herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Yazar Katkıları

Araştırma Fikri: İE; Araştırma Tasarımı: İE, MHA; Verilerin Analizi: İE; Makale Yazımı: İE; Eleştirel İnceleme: MHA

Kaynaklar

1. **Arroyo, A. ve Harwood, J.** (2012). Exploring the causes and consequences of engaging in fat talk. *Journal of Applied Communication Research*, 40(2), 167-187.
2. **Barbeau, K., Carbonneau, N. ve Pelletier, L.** (2022). Family members and peers' negative and positive body talk: How they relate to adolescent girls' body talk and eating disorder attitudes. *Body Image*, 40, 213-224.
3. **Bayköse, N. ve Yazıcı, A.** (2019). Olumsuz beden konuşmaları ölçeği'nin adolesan kız sporcular için geçerlik ve güvenilirliği. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 2(2), 102-118.
4. **Becker, C. B., Diedrichs, P. C., Jankowski, G. ve Werchan, C.** (2013). I'm not just fat, I'm old: Has the study of body image overlooked "old talk"? *Journal of Eating Disorders*, 1, 6-12.
5. **Domoff, S. E., Tan, C. C. ve Chow, C. M.** (2021). Mother-daughter negative body talk as a moderator between body surveillance and body shame in adolescent girls. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 26, 941-948.
6. **Durso, L. E. ve Latner, J. D.** (2008). Understanding self-directed stigma: development of the weight bias internalization scale. *Obesity*, S80-S86.

7. Engeln-Maddox, R., Salk, R. H. ve Miller, S. A. (2012). Assessing women's negative commentary on their own bodies: A psychometric investigation of the negative body talk scale. *Psychology of Women Quarterly*, 36(2), 162-178.
8. Engeln, R., Sladek, M. R. ve Waldron, H. (2013). Body talk among college men: Content, correlates, and effects. *Body Image*, 10(3), 300-308.
9. Esin, İ. ve Akgül, M. H. (2022). İki faktörlü içselleştirilmiş kilo önyarışısı ölçeği: geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Sivas Cumhuriyet University Journal of Sport Sciences*, 3(3), 68-75.
10. Fredrickson, B. L. ve Roberts, T. A. (1997) Objectification theory: Toward understanding women's lived experiences and mental health risks. *Psychol Women Q*, 21(2), 173-206.
11. Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E. ve Tatham, R. L. (2006). *Multivariate data analysis (6th ed.)*. Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall.
12. Hart, E. ve Chow, C. M. (2020). "I just don't want to be fat!": body talk, body dissatisfaction, and eating disorder symptoms in mother-adolescent girl dyads. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 25, 1235-1242.
13. Jankowski, G. S., Diesdrichs, P. C. ve Halliwell, E. (2014). Can appearance conversations explain differences between gay and heterosexual men's body dissatisfaction? *Psychology of Men and Masculinity*, 15, 68-77.
14. Jones, D. C. ve Crawford, J. K. (2005). Adolescent boys and body image: Weight and muscularity concerns as dual pathways to body dissatisfaction. *Journal of Youth and Adolescence*, 34(6), 629-636.
15. Karasar, N. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemi (24.Basım)*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
16. Kopelman, P. G. (2000). Obesity as a medical problem. *Nature*, 404(6778), 635-643.
17. Lin, L., Flynn, M. ve O'Dell, D. (2021). Measuring positive and negative body talk in men and women: The development and validation of the body talk scale. *Body Image*, 37, 106-116.
18. Lin, Y. C., Lin, C. Y., Saffari, M., Tsai, M. C., Chang, Y. H., Strong, C. ve Latner, J. D. (2023). Weight stigma is associated with body mass index among college students in Taiwan: the mediated role of internalized weight stigma. *BMC Psychology*, 11(1), 365.
19. Macho, S., Andrés, A. ve Saldaña, C. (2021). Validation of the modified weight bias internalization scale in a Spanish adult population. *Clinical Obesity*, 11(4), e12454.
20. Meadows, A. ve Higgs, S. (2019). The multifaceted nature of weight-related self-stigma: validation of the two-factor weight bias internalization scale (WBIS-2F). *Frontiers in Psychology*, 10, 808.
21. Nichter, M. ve Vuckovic, N. (1994). Fat talk. Many mirrors: Body image among adolescent girls. N. Sualt (Ed.), *Many mirrors: Body image and social relations* in (pp. 109, 131). New Brunswick, NJ: Rutgers University Press.
22. Ousley, L., Cordero, E. D. ve White, S. (2008). Fat talk among college students: How undergraduates communicate regarding food and body weight, shape, appearance. *Eating Disorders*, 16, 73-84.
23. Payne, L. O., Martz, D. M., Tompkins, K. B., Petroff, A. B. ve Farrow, C. V. (2011). Gender comparisons of fat talk in the United Kingdom and the United States. *Sex Roles*, 65(7), 557-565.
24. Pearl, R. L., Himmelstein, M. S., Puhl, R. M., Wadden, T. A., Wojtanowski, A. C. ve Foster, G. D. (2019). Weight bias internalization in a commercial weight management sample: prevalence and correlates. *Obesity Science & Practice*, 5(4), 342-353.
25. Pearl, R. L., Puhl, R. M. ve Dovidio, J. F. (2014). Differential effects of weight bias experiences and internalization on exercise among women with overweight and obesity. *Journal of Health Psychology*, 20(12), 1626-1632.
26. Puhl, R. M. ve Heuer, C. A. (2009). The stigma of obesity: A review and update. *Obesity*, 17(5), 941-964.
27. Puhl, R. ve Brownell, K. D. (2001). Bias, discrimination, and obesity. *Obesity Research*, 9(12), 788-805.
28. Ratcliffe, D. ve Ellison, N. (2015). Obesity and internalized weight stigma: A formulation model for an emerging psychological problem. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 43, 239-252.
29. Romano, K. A., Heron, K. E., Sandoval, C. M., MacIntyre, R. I., Howard, L. M., Scott, M. ve Mason, T. B. (2022). Weight bias internalization and psychosocial, physical, and behavioral health: A meta-analysis of cross-sectional and prospective associations. *Behavior Therapy*, 54(3), 539-556.
30. Salk, R. H. ve Engeln-Maddox, R. (2012). Fat talk among college women is both contagious and harmful. *Sex Roles*, 66(9), 636-645.
31. Shannon, A. ve Mills, J. S. (2015). Correlates, causes, and consequences of fat talk: a review. *Body Image*, 15, 158-172.
32. Sharpe, H., Naumann, U., Treasure, J. ve Schmidt, U. (2013). Is fat talking a causal risk factor for body dissatisfaction? A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Eating Disorders*, 46, 643-652.
33. Smolak, L. (2004) Body image in children and adolescents: where do we go from here?. *Body Image*, 1(1), 15-28.
34. Tan, C. C. ve Chow C. M. (2014). Weight status and depression: moderating role of fat talk between female friends. *Journal Health Psychol*, 19(10), 1320-1328.
35. Vartanian, L. R. ve Shaprow J. G. (2008) Effects of weight stigma on exercise motivation and behavior a preliminary investigation among college-aged females. *Journal of Health Psychology*, 13(1), 131-138.
36. Vartanian, L. R. ve Novak, S. A. (2011). Internalized societal attitudes moderate the impact of weight stigma on avoidance of exercise. *Obesity*, 19(4), 757-762.
37. Wang, S. S., Brownell, K. D. ve Wadden, T. A. (2004). The influence of the stigma of obesity on overweight individuals. *International Journal of Obesity*, 28(10), 1333-1337.
38. Wiseman, C. V., Gray J. J., Mosimann, J. E. ve Ahrens, A. H. (1992) Cultural expectations of thinness in women: an update. *International Journal of Eating Disorders*, 11(1), 85-89.
39. **World Health Organization:** Obesity and Overweight. (2023, 10 Ekim). Erişim adresi: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>