



Kesit Akademi Dergisi

The Journal of Kesit Academy

ISSN: 2149 - 9225

Yıl: 4, Sayı:14, Haziran 2018, s. 461-472

Egemen ERMİŐ

Ondokuz Mayıs Üniversitesi YaŐar DoĐu Spor Bilimleri Fakóltesi

Ulvi GÜZEL

Ondokuz Mayıs Üniversitesi YaŐar DoĐu Spor Bilimleri Fakóltesi

ulvigzl@hotmail.com

Necati Alp ERİLLİ

Cumhuriyet Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakóltesi

Aydan ERMİŐ

Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yabancı Diller Yüksekokulu

SOSYAL İLİŞKİ DÜZEYLERİ AÇISINDAN SPORCU VE SEDANTERLERİN KARŐILAŐTIRILMASI

Özet

Sporun, özellikle takım sporlarının sosyal ilişkiler üzerinde etkili olduğu düşünölmektedir. Bu çalışmanın amacı sedanter ve sporcuların sosyal ilişki düzeylerinin belirlenmesidir. Çalışmaya Rize, Ordu ve Samsun illerinde yaşayan 15-25 yaş arasındaki 157 sporcu (80 erkek, 77 kadın) ve 148 sedanter (75 erkek, 73 kadın) rastgele seçilmiş toplam 305 birey katılmıştır. Veri toplama aracı olarak "Sosyal İlişki Unsurları Ölçeği" ve "Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 22.00 istatistik paket programı kullanılmıştır. Sonuçlara göre cinsiyet bakımından Çok Boyutlu Ölçekleme Arkadaş sorularında fark bulunurken, diğer ölçek sorularında fark bulunmamıştır. Spor yapma durumuna göre ise, sosyal ölçekleme aile sorularında fark bulunurken, diğer ölçek sorularında fark bulunmamıştır. Yaşa bağlı olarak spor yapma durumu arasında fark var iken, diğer ölçek puanları bakımından fark yoktur. Sedanter ve sporcuların sosyal ilişki bakımından birçok değişkene göre farklılık göstermediği bulunmuştur. Sonuçlara göre ölkemizde bireylerin aile hayatlarının benzerlik gösterdiği ve kültürel alışkanlıkların yakın olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Sedanter, Sporcu, Sosyal ilişki

COMPARISON OF SOCIAL RELATIONSHIP LEVELS OF SEDENTARY AND ATHLETES

Abstract

Sports, especially team sports, are considered effective on social relations. The purpose of this study is to find out social relations levels in sedentary and athletes. 305 individuals between 15 and 25-157 athletes (80 men, 77 women) and 148 sedentary (75 men, 73 women)- in Rize, Ordu and Samsun participated in the study. "Social Relations Scale" and "Multidimensional Perceived Social Support Scale" were used as data collection tool. SPSS 22.00 program was used for data analysis. Differences were found in terms of gender only in multidimensional scale friends dimension. In terms of doing sport, difference was found only in social scale family dimension. Differences were found in doing sport in terms of age. Analyses showed that sedentary and athletes did not differ according to a great number of variables in terms of social relations. It can be said that individuals' family lives in our country and cultural habits are similar.

Keywords: Sedentary, Athlete, Social relations

GİRİŞ

Spor; birey ya da takım olarak, eğlenme ve mücadele amaçlı, bir kişi ya da takıma karşı yarışılan fiziksel hareket ve beceri isteyen etkinlikler olarak tanımlanabilir. Sportif etkinlikler fiziksel veya zihinsel aktivite isteyen ve hemen herkes tarafından yapılabilen etkinliklerdir.

İnsanların başarılı olma ihtiyacı psiko-sosyal gelişim içerisinde kişinin kendine olan güvenini kazanması veya tazelemesi açısından önemlidir. Kişinin burada kendini başarılı kılabilmesinin en kolay yollarından biri de spor sayesinde olmaktadır (Küçük ve Koç, 2015).

Spor yapmanın sosyal ilişkiler üzerinde her zaman etkili olduğu düşünülmektedir. Özellikle takım sporlarının, yardımlaşma, paylaşma ve beraber hareket etme gibi özellikler kazandırması sebebiyle, kişisel gelişim üzerine etkisi vardır. Sosyal bir varlık olan insan çevresindeki diğer insanlara bağımlı olarak dünyaya gelir, farklı sosyal yapılar içerisinde sevmeye, desteklenmeye ve mutlu olmaya ihtiyaç duyar (Gençtan 2002; Cohen ve ark. 2000).

Sosyal destek son zamanlarda psikoloji, tıp, sosyoloji, epistemoloji, antropoloji ve sosyal hizmet gibi farklı bilim dallarının araştırma konusu haline gelmiştir. Bu durum hali hazırda tanımı ve kavramlaştırılması üzerinde ortak bir bakış açısı sergilenemeyen sosyal destek kavramının daha da farklı boyutlarda ele alınmasına ve tanımının çeşitlenmesine neden olmaktadır (Uchino 2004).

Farklı sosyal destek tanımlarına rastlanmaktadır. Şöyle ki, sosyal destek desteklenmeye ihtiyacı olan bir bireyin diğerleri tarafından korunup gözetilmesi (Turner ve ark. 1983), bir bire-

yin ya da grubun başka bir bireye yakınlık göstermesi, destek olması ve kaynak sağlaması (Bates ve Toro (1999), bireyin çevresinden elde ettiği sosyal ve psikolojik dayanak (Yıldırım 1997), bireyin çevresinden elde ettiği sosyal ve psikolojik destek ve aynı zamanda sosyal ilişkilerin işlevinin ve kalitesinin göstergesi (Schwarzer ve Knoll (2007) olarak tanımlanmış olup; birey sosyal destek aracılığıyla sevildiğinin, değer verildiğinin, dikkate alındığının ve toplumun üyesi olduğunun farkına varabilmektedir (Cobb 1976).

Barrera (1986) verilen sosyal desteği, bireye hali hazırda verilen sosyal destek olarak tanımlarken, algılanan sosyal desteği ise bireyin edindiğine inandığı sosyal destek olarak tanımlamıştır. Kemp ve arkadaşları (1995) ise sosyal desteği nitel ve nicel sosyal destek olarak sınıflandırmış, arkadaşlarla yapılan sosyal aktiviteler ve iletişim ağı sayısının nitel sosyal desteği belirlediğini, algılanan yakınlık ve hissedilen desteğin ise nicel sosyal desteği belirlediğini vurgulamışlardır.

Sosyal destekle ilgili yapılan çalışmalarda çocuğa çevresi tarafından verilen sosyal desteğin önemi ve sosyal desteğin veren kişilere göre farklılıklar gösterebileceğini ortaya konmuştur. Sosyal destek ilişkileri öncelikle ailede oluşmaya başlamaktadır (Yıldırım 2006). Çocuklar için en önemli destek kaynağı anne ve babalarıdır. Bu nedenle anne baba arasında ve ailede sağlıklı bir ilişki kurulması, çocuğun kendisini iyi hissetmesi açısından önemli olmaktadır (Yıldırım ve Kaya 2009).

Çocukları sosyal hayata hazırlayan önemli bir başka unsur ise arkadaşlık bağlarıdır. Çağdaş toplumda çocuklar arkadaşlarıyla daha fazla zaman geçirmekte, arkadaşları yaşamalarında önemli bir yer tutmaktadır. Arkadaşlar tarafından sağlanan sosyal destek çocukların fiziksel, duygusal ve sosyal sorunlarla baş edebilmelerini kolaylaştırmaktadır. Bireyler sosyal yapıda ihtiyaç duydukları sosyal ilişki unsurlarını ve kaynaklarını araştırıp oluşturma eğilimindedirler, bu nedenle kaynaklardan birinde ihtiyaçları olan desteği bulamadıklarında diğer kaynaklara yönelerek ihtiyaçlarını karşılarlar (Hoffman ve ark. 1988).

Saygın (2008) üniversite öğrencilerinin sosyal destek, benlik saygısı ve öznel iyi oluş düzeylerini çeşitli değişkenler açısından incelemiş, sosyal destek arttıkça öznel iyi oluş düzeyinin de arttığını tespit etmiştir.

Sosyal destek, bireyin sevildiğine, değer verildiğine, önemsendiğine, yaşamındaki bir krizin, bir değişikliğin olumsuz sonuçlarını azaltabilmesine ve kritik yaşam olaylarına uyumunun kolaylaşabilmesine ve psikolojik sağlığının korunmasına olanak sağlayan, çevresindeki insanlar tarafından sağlanan duygusal, fiziksel, bilgilendirici araçsal ve parasal yardım olarak tanımlanabilir. (Gallagher ve ark. 1983; Kaner, 2004; Cobb, 1976; Dunst ve ark. 1986; Çakır ve Palabıyık, 1997; Ünlüer, 2009).

Yaşam kalitesi ile algılanan sosyal destek arasında pozitif yönde ilişki olduğu bulunmuştur (Arkar ve ark. 2004). Aile üyeleri ve arkadaşlardan alınan sosyal destek, yaşam kalitesi üzerindeki olumsuz etkiye sahip faktörlerin sayısının azaltılmasında yardımcı olmaktadır (Juanita, 2005).

Spor aktiviteleri ile bireylere birlikte faaliyet yapabilme özelliği kazandırılır. Birey rekabetçi bir yapı, çalışma disiplini, cesaret ve mücadele azmi kazanır. Kazanma ve kaybetmeyi kabullenmeyi, paylaşmayı, yardımlaşmayı, başkalarının görüş ve düşüncelerine saygı duymayı öğrenir. Birlikte çalışma sonucu bireyde sosyal sorumluluk duygusu gelişir. Sosyal sorumluluk duygusunun gelişmesi sonucu toplumda sosyalleşme süreci sağlanmış olur. (Şahan, 2008)

Spor, çağımızın modern toplumlarında kültürel ve refah düzeylerinin bir göstergesi olarak anlam kazanan ve sosyal hayatın tüm yönlerini etkileyen önemli bir sosyal olgudur. (İmamoglu,1992)

Spor, ekonomik, sosyal ve kültürel kalkınmanın temel unsuru olan insanın beden ve ruh sağlığını geliştirmek, kişiliğin oluşumunu, karakter özelliklerinin gelişimini sağlamak, bilgi, beceri ve yetenek kazandırarak çevreye uyumu kolaylaştırmak, kişiler, toplumlar ve uluslararası dayanışma, kaynaşma ve barışı sağlamak, kişinin mücadele gücünü arttırmak yanında belli kurallara göre rekabet ölçüleri içerisinde mücadele etme, heyecan duyma, yarışma ve yarışmada üstün gelme amacıyla yapılan faaliyetlerdir. Spor, bireyin tabii çevresini beşeri çevre haline getirirken elde ettiği yetenekleri geliştiren, belirli kurallar altında araçlı veya araçsız, bireysel ya da toplu olarak boş zaman faaliyeti kapsamı içinde veya profesyonelce meslekleştirerek yaptığı, sosyalleştirici, toplumla bütünleştirici, ruh ve fiziki geliştiren rekabetçi, dayanışmacı ve kültürel bir olgudur. (Erkal 1982)

Spor, toplum hayatına çok değişik yollardan girerek, bireyleri doğrudan ya da dolaylı olarak kendisine bağımlı kılmış ve her zaman toplumun ilgisini canlı tutmayı başarmış bir sosyal olgudur. Toplumun vazgeçilmez zevklerini, ihtiyaçlarını karşılayarak kendisine bağlayan spor, günümüz modern toplumlarında büyük bir sosyal kurum olduğunu kabul ettirerek, toplumu çok yakından ilgilendiren belli davranışlar, kurallar, inançlar ve simgeler geliştirmiştir. Bütün sosyal kurumlar gibi diğer sosyal kurumlarla sıkı bir ilişki halindedir (Kılıçgil, 1998). Bu çalışmanın amacı sedanter ve sporcuların sosyal ilişki düzeylerinin belirlenmesidir.

METOT

Çalışma; Rize, Ordu ve Samsun illerinde yaşayan 15-25 yaş arasındaki 157 sporcu (80 erkek – 77 kadın) ve 148 sedanter (75 erkek – 73 kadın) olmak üzere rastgele seçilmiş 305 birey üzerinde gerçekleştirilmiştir. Çalışmada veri toplama aracı olarak “Sosyal İlişki Unsurları Ölçeği” ve “Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği” kullanılmıştır. Elde edilen verilerin analizinde SPSS.22 istatistik paket programı kullanılmıştır. İstatistiksel analizlerde ikili karşılaştırmalar için t-testi ve ki-kare analizi, çoklu karşılaştırmalarda varyans analizi (ANOVA) testleri kullanılmıştır. Veriler normal dağıldığı zaman ikili karşılaştırmalarla bağımsız değişkenler için t-testi kullanılırken normal dağılmadığı veya değişkenler kategorik olduğu zaman ki-kare testleri kullanılmıştır. Çalışma sonuçlarının değerlendirilmesinde önem seviyesi $\alpha = 0,05$ olarak alınmıştır.

Ölçekler gönüllü katılımcılara uygulanmıştır ve kimlik bilgileri istenmemiştir. Katılımcılara öncelikle hem araştırmanın amacı hem de uygulama esnasında nelere dikkat etmeleri

gerektiği konusunda bilgi verilmiş, ardından anketler verilip uygulama yapılmıştır. Çalışmanın güvenilirlik analizi yapılmış, Cronbach alfa değeri 0,877 bulunmuştur. Bu değer oldukça yüksek bir değerdir ve çalışmanın güvenilir olduğunun göstergesidir.

Sosyal İlişki Unsurları Ölçeği, Turner ve arkadaşları (1983) tarafından algılanan sosyal desteğin bileşenlerini ölçmek amacıyla geliştirilmiş bir değerlendirme aracıdır. Fischer ve Corcoran'a (1994) göre Sosyal İlişki Unsurları Ölçeği, geçerli ve güvenilir bir ölçme aracıdır.

Sosyal ilişki unsurlarını sosyal destek açısından belirlemeye yönelik maddelerden ikisi olumsuz (7 ve 15) ve on üçü de olumlu anlam taşımaktadır. Olumlu maddeler puanlanırken "Benim için tamamıyla geçerli" yanıtı "5" ile ve "Benim için asla geçerli değil" yanıtı ise "1" ile puanlanmaktadır. Olumsuz maddelerin puanlanmasında da "Benim için asla geçerli değil" yanıtı "5" ile "Benim için tamamıyla geçerli" yanıtı da "1" ile puanlanmaktadır. İki alt boyuttan edinilen puanların toplanması toplam puanı vermektedir. Ölçekten alınan yüksek puanlar bireylerin çevrelerinden daha çok sosyal destek aldıklarını düşündüklerini göstermektedir. (V. Duyan ve ark. 2013)

Test-tekrar test yöntemi ve iç tutarlılık katsayısının her ikisi de yüksek bulunmuş ve bu nedenle Sosyal İlişki Unsurları Ölçeğinin güvenilir olduğu kabul edilmiştir. Her iki yöntemle hesaplanan katsayıların ölçeğin orijinalinde hesaplananlar ile benzerlik göstermektedir. Sosyal İlişki Unsurları Ölçeğini oluşturan maddelerin alt ölçeklere dağılımının doğrulayıcı faktör analizi sonucunda orijinal ölçekteki dağılımla aynı olduğu saptanmıştır. Ayrıca ölçeğin bütününe ve alt ölçeklerine ait güvenilirlik değerleri yeterli düzeydedir. (V. Duyan ve ark. 2013)

Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASDÖ)-[Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS)] Amerika Birleşik Devletleri'nde Zimet ve ark. (1988) tarafından geliştirilen, ülkemizde ise uyarılma, geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Eker ve Arkar (1995), Çakır ve Palabıyık (1997), Eker ve arkadaşları (2001) tarafından yapılan, kullanımı yaygın bir sosyal destek ölçeğidir. ÇBASDÖ üç farklı kaynaktan (aile, arkadaş ve özel bir insan) alınan sosyal desteğin yeterliliğini öznel olarak değerlendiren, kullanımı kolay, 12 maddeden oluşan bir ölçektir. Her biri dört maddeden oluşan sosyal desteğin kaynağına ilişkin üç grubu içerir. Önerilen alt ölçek yapısı; "aile", "arkadaş" ve "özel bir insandan" alınan desteği içermektedir. Faktör analizi üç faktörlü yapıyı desteklemektedir. (Kazarian ve McCabe, 1991, Zimet vd. 1988, Eker ve Arkar, 1995). Ölçeğin ve alt ölçeklerin iç tutarlılığı ve test-tekrar test korelasyonları yeterlidir. Eker vd.'nin (2001) yaptığı çalışmanın örneklemini psikiyatri, cerrahi hastaları ve sağlıklı kişilerden oluşan toplam 150 kişilik üç grup oluşturmuştur. Tüm örneklemin ÇBASDÖ'nin güvenilirlik (Cronbach's Alpha) katsayısı $\alpha=0.89$ olarak hesaplanmıştır. Aynı çalışmada ÇBASDÖ ve alt ölçeklerinin iç tutarlılıkları kabul edilebilir düzeyde bulunmuştur. Ölçekte her madde 7 aralıklı bir ölçek kullanılarak; Kesinlikle hayır=1, Kesinlikle evet=7, arasında derecelendirilmiştir. İlgili çalışmada, her alt ölçekteki dört maddenin puanlarının toplanması ile alt ölçek puanı elde edilmiş ve bütün alt ölçek puanlarının toplanması ile ölçeğin toplam puanı elde edilmiştir. Elde edilen puanın yüksek olması algılanan sosyal desteğin yüksek olduğunu ifade etmektedir. ÇBASDÖ'nin Türkçe formunun faktör yapısı, güvenilirliği ve yapı geçerliği, ülkemizde kullanımı açısından, genel olarak tatmin edici bulunmuştur. (Eker vd. 2001).

ÇBASDÖ'nin toplam ve alt alan iç tutarlık güvenilirlik değerlerinin, daha önceki çalışmalarda bulunduğu gibi (Eker ve Arkar, 1995, Çakır ve Palabıyık, 1997; Eker vd. 2001; Kazarian ve McCabe, 1991; Zimet vd. 1988) yüksek olduğu belirlenmiştir. Ölçeğin test yarılama/iki-yarı güvenilirliğinin iyi düzeyde olduğu bulunmuştur. Ölçeğin madde-toplam korelasyonlarına göre ÇBASDÖ'ne ait maddelerinin toplam puanı yordama ve temsil gücünün yüksek olduğu belirlenmiştir. (Meral ve Cavkaytar, 2012)

MSPSS'in destek kaynaklarının yapısı farklı kültürlerde bazı tanım farklılıkları olmakla birlikte genelde tutarlılık göstermekte ve ölçeklerin iç tutarlılığı kabul edilebilir görülmektedir. (Eker ve ark.2001)

BULGULAR

Analizde ilk olarak, Sosyal İlişki Unsurları Ölçeği ve Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği sorularına verilen tanımlayıcı istatistikler verilmiştir. Tablo.1'de ölçekleri oluşturan alt gruplara ve ölçeklerin kendilerine verilen cevapların en küçük ve en büyük değerleri ile ortalama ve standart sapma değerleri verilmiştir.

Tablo 1: Ölçek Değişkenlerine Ait Tanımlayıcı İstatistikler

	N	Minimum	Maksimum	Ortalama	Std. Sapma
Arkadaş Desteği (S.İ.U.Ö.)	306	20,00	45,00	36,6340	4,02900
Aile Desteği (S.İ.U.Ö.)	306	12,00	30,00	23,7026	3,44794
Aile (Ç.B.A.S.D.Ö.)	306	4,00	20,00	15,9608	3,41718
Arkadaş (Ç.B.A.S.D.Ö.)	306	8,00	20,00	16,1699	2,75393
Flört (Ç.B.A.S.D.Ö.)	306	8,00	20,00	16,6471	2,55425
Sosyal İlişki Unsurları Ölçeği	306	36,00	75,00	60,3366	6,17672
Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği	306	22,00	60,00	48,7778	7,98500

Ankete katılanların %51,3'ü düzenli olarak spor yaptıklarını belirtirken, %48,7'si ise yapmadıklarını belirtmişlerdir. Ankete katılanların yaş dağılımlarına bakıldığında; %16,3'ü 20 yaşın altında, %12,7'si 20 yaşında, %13,4'ü 21 yaşında, %14,4'ü 22 yaşında, %13,7'si 23 yaşında, %12,7'si 24 yaşında ve %16,7'si 25 yaşında olduklarını belirtmişlerdir.

İstatistiksel olarak karşılaştırma yapıldığında; yaşa bağlı olarak spor yapma durumu arasında fark bulunurken ($p=0,014$); yaşa bağlı olarak Sosyal İlişki Unsurları Ölçeği Puanları bakımından ($p=0,998$) ve Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği Puanları bakımından fark bulunmamıştır ($p=0,487$).

Analizde ikinci olarak, cinsiyet değişkenine göre sosyal ölçek ve çok boyutlu ölçek değerlerinin ortalama ve standart sapma değerleri hesaplanmıştır. Tablo 1’de cinsiyet değişkenine göre sosyal ölçek ve çok boyutlu ölçeklerin ortalama ve standart sapma değerleri verilmiştir.

Tablo 2: Cinsiyete Göre "Sosyal İlişki Unsurları Ölçeği" ve "Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği" ortalama ve standart sapma değerleri

	Cinsiyet	Gözlem (N)	Ortalama	Std. Sapma
Arkadaş Desteği (S.İ.U.Ö.)	Kadın	151	36,4172	4,15589
	Erkek	155	36,8452	3,90328
Aile Desteği(S.İ.U.Ö.)	Kadın	151	23,4371	3,53945
	Erkek	155	23,9613	3,34758
Aile (Ç.B.A.S.D.Ö.)	Kadın	151	15,7616	3,67280
	Erkek	155	16,1548	3,14816
Arkadaş (Ç.B.A.S.D.Ö.)	Kadın	151	15,8477	2,76345
	Erkek	155	16,4839	2,71684
Flört(Ç.B.A.S.D.Ö.)	Kadın	151	16,4503	2,59664
	Erkek	155	16,8387	2,50580

Cinsiyet değişkenine göre Tablo 2’de verilen sonuçlar bakımından aralarında fark olup olmadığı araştırılmıştır. Buna göre sadece ‘Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği - arkadaş’ soruna verilen cevaplar bakımından farkbulunmuştur (p=0,043). Diğer unsurlara göre ise fark bulunmamıştır: Arkadaş Desteği (p=0,354), AileDesteği (p=0,184), Aile (p=0,315) ve Flört (p=0,184).

Üçüncü olarak cinsiyet değişkenine göre öğrencilerin spor yapma durumu ve uygulanan iki farklı ölçeğe verdikleri cevaplar bakımından fark olup olmadığı araştırılmıştır. Tablo 3’de cinsiyet değişkenine göre bu değişkenlerin ortalama ve standart sapma değerleri verilmiştir.

Tablo 3: Cinsiyete Göre Spor Yapma Durumu ve "Sosyal İlişki Unsurları Ölçeği" ve "Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği" ortalama ve standart sapma değerleri

	Cinsiyet	Gözlem (N)	Ortalama	Std. Sapma
Spor Yapma Durumu	Kadın	151	1,4901	,50156
	Erkek	155	1,4839	,50136
Sosyal İlişki Unsurları Ölçeği	Kadın	151	59,8543	6,25502
	Erkek	155	60,8065	6,08287
Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği	Kadın	151	48,0596	8,28431
	Erkek	155	49,4774	7,64414

Cinsiyet değişkenine göre Tablo.3’de verilen sonuçlar bakımından aralarında fark olup olmadığı araştırılmıştır. Buna göre yukarıda belirtilen üç soruya verilen cevaplar bakımından cinsiyete göre fark bulunmamıştır: Spor Yapma ($p=0,914$), Sosyal İlişki Unsurları Ölçeği ($p=0,178$), Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ($p=0,121$).

Dördüncü olarak spor yapma değişkenine göre katılımcıların uygulanan iki farklı ölçeğe verdikleri cevaplar bakımından fark olup olmadığı araştırılmıştır.

Tablo 4: Spor Yapma Durumuna Göre Sosyal İlişki Unsurları Ölçeği ve Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ortalama ve standart sapma değerleri

	SporYapma	N	Ortalama	Std. Sapma
Arkadaş Desteği (S.İ.U.Ö.)	Evet	157	36,5987	3,89092
	Hayır	149	36,6711	4,18240
Aile Desteği (S.İ.U.Ö.)	Evet	157	24,0955	3,39265
	Hayır	149	23,2886	3,46858
Aile (Ç.B.A.S.D.Ö.)	Evet	157	16,3121	3,17210
	Hayır	149	15,5906	3,63172
Arkadaş (Ç.B.A.S.D.Ö.)	Evet	157	16,2866	2,68436
	Hayır	149	16,0470	2,82923
Flört (Ç.B.A.S.D.Ö.)	Evet	157	16,8089	2,37275
	Hayır	149	16,4765	2,73017
	Hayır	149	48,1141	8,63410

Spor yapma değişkenine göre Tablo4’de verilen sorular arasında fark olup olmadığı araştırılmıştır. Buna göre Spor Yapma Durumuna Göre Sosyal İlişki Unsurları Ölçeği-AileDesteğisorusu bakımından fark bulunmuştur ($p=0,041$). Diğer unsurlara göre ise fark bulunmamıştır: Arkadaş Desteği ($p=0,875$), Aile ($p=0,065$), Arkadaş ($p=0,448$), Flört($p=0,256$).

Benzer şekilde spor yapma durumunun, Sosyal İlişki Unsurları Ölçeği ve Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği değişkenleri bakımından fark olup olmadığı araştırılmıştır. Her iki değişkene göre spor yapma durumu arasında fark olmadığı görülmüştür: Sosyal İlişki Unsurları Ölçeği ($p=0,299$), Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ($p=0,157$).

Son olarak, Arkadaş Desteği (S.İ.U.Ö.) ile Arkadaş (Ç.B.A.S.D.Ö.) değişkenleri arasındaki korelasyon değerine bakılmış ve $r=0,414$ ($p=0,000$) bulunmuştur. İki değişken arasında orta kuvvette ve aynı bir ilişki vardır ve bu değer istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Benzer şekilde Aile Desteği (S.İ.U.Ö.) ve Aile (Ç.B.A.S.D.Ö.) arasındaki korelasyon değerine bakılmış ve $r=0,425$ ($p=0,000$) bulunmuştur. İki değişken arasında orta kuvvette ve benzer bir ilişki vardır ve bu değer istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur.

TARTIŞMA ve SONUÇ

Yapılan analizlere göre sedanter ve sporcuların sosyal ilişki bakımından birçok değişkene göre farklılık göstermediği bulunmuştur. Bu sonuçlara göre ülkemizde bireylerin aile hayatlarının benzerlik gösterdiği ve kültürel alışkanlıkların yakın olduğu söylenebilir. Aile yaşantılarının ve kültürel alışkanlıkların yakın olması da gerek dini inanışlara gerekse toplumsal normlara dayandırılabilir.

Arkadaş, "birbirini yakından tanıyan ve birbirine karşı sevgi, dostluk ve anlayış gösterenlerden her biri" olarak tanımlanmaktadır. Spor yapsın veya yapmasın toplumumuzdaki arkadaş kavramının aynı özellikleri göstermesi ve bireyler için önemli bir değeri ifade etmesi, bireyler açısından arkadaş boyutlu alt ölçek sorularında fark olmamasının nedeni olarak gösterilebilir.

Cinsiyet farklılıkları yalnızca normal örnekleminde bulunmuştur. Arkadaş alt ölçeğinde kadınlar ve özel bir insan alt ölçeğinde erkekler daha fazla sosyal destek algılamışlardır. (Eker ve ark.2001)

Davis ve arkadaşları (1998), üniversite öğrencilerinin oluşturduğu bir örnekleme, kızların, erkeklere göre, daha fazla global destek ve romantik destek, ancak daha az aile desteği aldıklarını bildirmişlerdi. Yapmış olduğumuz çalışma da cinsiyet açısından değerlendirildiğinde çok boyutlu ölçekleme arkadaş sorularında fark olmasını, kadınların erkeklere göre daha fazla duygusal destek fakat spor konusunda daha az aile desteği aldıkları şeklinde yorumlanabilir. Bunun nedenleri arasında spor esnasında kullanılan sportif kıyafetler, seyirci faktörü, toplumun sosyal bakış açısı ve inanç faktörlerinin etkisinin olduğu düşünülebilir.

Arkadaş desteğinin çocuklar üzerindeki olumlu ve olumsuz etkileri de göz önüne alındığında, öğrencinin arkadaşlarıyla sağlıklı ilişki kurup sürdürmesi konusunda sporun etkisinin de azımsanmayacak bir seviyede olduğu düşünülmektedir. Okullarda ve gençlik spor il müdürlüklerinde ebeveynlere yönelik eğitim çalışmaları yapılması, sporun akademik, ruhsal, fiziksel faydalarına yönelik seminerlerin verilmesi, "anne babalar çocuklarına nasıl destek olabilirler?" konulu eğitimlerin verilmesi (İbrahim Yıldırım, 2006), ailelerin çocuklarına spor konusunda daha fazla destek olmasının önünü açabilir. Okullarda ve gençlik spor il müdürlüklerinde bu konudaki psikoeğitsel programların sporun ayrılmaz bir parçası haline gelmesi, sürekli ve düzenli bir plan program halinde uygulanması MEB-Gençlik Spor-Aile işbirliği ile Türk sporunun güçlenmesine ve daha kaliteli hale gelmesine katkı sağlayabilir. Bu çalışmanın sonucunda şu öneriler sunulmuştur;

1. Sporun akademik, ruhsal, fiziksel faydalarına yönelik seminerlerin verilmesi düşünülebilir.
2. Ebeveynlere yönelik sporun konulu eğitim çalışmalarının yapılması ailelerin çocuklarına spor konusunda destek olmalarına katkı sağlayabilir.
3. Sporun faydalarına yönelik eğitimler ile MEB müfredatında Beden Eğitimi ve Spor derslerinin daha fazla etkin olmasının önünü açılabilir.

4. Sporun ruhsal ve fiziksel faydalarını göz önünde bulundurursak sadece örgün eğitimde değil özel eğitimde de Beden Eğitimi ve Spor derslerinin verilmesinin önünün açılmasını sağlayabilir ve özel çocuklarında yararlanmasına katkı sağlanmış olabilir.
5. Bu eğitimlerin sonucunda "sporun çocukların gelişimindeki etkisi" göz önünde bulundurulurken çocukların spora yönlendirilmesiyle Türk Sporunun daha kaliteli hale gelmesine ve daha güçlü olmasına katkı sağlanabilir.

KAYNAKLAR

- Arkar, H. Sarı, Ö, Fidaner, H. (2004). Relationships Between Quality of Life, Percived Social Support, Social Network and Loneliness in a Turkish Sample. *Yeni Symposium*. 42 (1):20-27.
- Barrerra, M. (1986). Distinctionbetweenocialsupportconcepts, measures, andmodels. *American Journal of Community Psychology*, 14, 413-445.
- B.Fatih Meral, A. Cavkaytar (2012) Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği'nin Psikometrik Özelliklerinin Otizmlili Çocuk Aileleri Üzerinden İncelenmesi (e-uluslararası eğitim araştırmaları dergisi Cilt: 3 Sayı: 4- Sonbahar 2012 ss. 20-32)
- Cobb (1976). Social Support as a Moderator of Life Stress. *Psychosom Med*, 38, 300-314.
- Cohen, S. Underwood, L. & Gottlieb, B. (2000). Social support measurement and intervention a guide for health and social scientists. New York: Oxford University Press
- Çakır, Y. & Palabıyık, R. (1997). Gençlerde Sosyal Destek, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinin Güvenilirlik ve Geçerlilik Çalışması. *Kriz Dergisi*, 5(1), 15-24.
- Davis MH, Morris MM, Krauss LA ve ark. (1998) Relationship-specific and global perceptions of social support: Associations with well-being and attachment. *J Pers Soc Psychol*, 74:468-481.
- Dunst, C.J. Trivette, C.M. & Cross, A. (1986). Mediating Influences of Social Support: Personal, Family and Child Outcomes. *American Journal of Mental Deficiency*, 90(4), 403-417.
- Eker, D. Arkar, H. Yıldız, H. (2001) Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği'nin Gözden Geçirilmiş Formunun Faktör Yapısı, Geçerlik ve Güvenirliği (Türk Psikiyatri Dergisi 2001; 12(1):17-25)
- Eker, D. & Arkar, H.(1995). Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinin Faktör Yapısı, Geçerlilik ve Güvenirliği. *Türk Psikologlar Dergisi*, 10(34), 45-55.
- Eker, D. Arkar, H. Yıldız, H. (2001). Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği'nin Gözden Geçirilmiş Formunun Faktör Yapısı, Geçerlik ve Güvenirliği, *Türk Psikiyatri Dergisi*, 12(1):17-25.
- Fischer, J. ve Corcoran, K. (1994). *Measuresforclinicalpractice: A sourcebook (Vol.2)*. New York: The Free Press.

- Gallagher, J. J. Beckman, P. Cross, A. H. (1983). Families of handicapped children: Sources of stress and its amelioration. *Exceptional Children*, 50(1), 10-19.
- Geçtan, E. (2007). *İnsan olmak*, (6. Basım). İstanbul: Metis Yayıncılık
- Hoffman, M, Ushpiz, V. & Shif, R (1988) Social support and self-esteem in adolescence. *Journal of youth and adolescence* 17 (4) 307-316
- Juanita, W.M. (2005). Social Support as a Mediator between Symptom Distress and Quality of Life in Women with Breast Cancer. *Journal of Obstetric, Gynecologic & Neonatal Nursing*; 34(4), 482-493.
- Kaner, S. (2004). Engelli Çocukları Olan Anababaların Algıladıkları Stres, Sosyal Destek ve Yaşam Doyumlarının İncelenmesi. Bilimsel araştırma projesi kesin raporu, Ankara: Ankara Üniversitesi.
- Kazarian, S.S. & McCabe, S.B. (1991) Dimensions of social support in the MSPSS: Factorial structure, reliability, and theoretical implications. *J Community Psychol*, 19, 150-160.
- Kemp, A. Green, B. Hovawitz, C. & Rawlings, E. (1995). Incidence and correlates of post-traumatic stress disorder in battered women: Shelter and community samples. *Journal of Interpersonal Violence*, 10, 43-55.
- Küçük, V. ve Koç, H. (2004). Psiko-sosyal gelişim süreci içerisinde insan ve spor ilişkisi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. 9(1), 211-223.
- Saygın, Y. (2008). Üniversite öğrencilerinin sosyal destek, benlik saygısı ve öznel iyi oluş düzeylerinin incelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Konya.
- Turner, R. J, Frankel, B. G. & Levin, D. M. (1983). Social support: conceptualization, measurement, and implications for mental health. In J. R. Greeley (Ed.), *Research in community and mental health* (67-111). Greenwich, CT: JAI Press.
- Uchino, B. (2004) *Social support and physical health understanding the health consequences of relationships*. London: Yale University Press
- Ünlüer, E. (2009). 2-6 Yaş Arası Otistik Çocuğa Sahip Annelerin Algıladıkları Sosyal Destek ve Umutsuzluk Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi.
- Yıldırım, İ. (2006). Akademik başarının yordayıcısı olarak gündelik sıkıntılar ve sosyal destek. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 30, 258-267.
- Yıldırım, İ. ve Kaya, M. (2009). Üniversite adaylarının anne-babalarına uygulanan sosyal destek programının eş desteği ve adayın aileden algıladığı desteğe etkisi. (TÜBİTAK Proje Raporu, Proje No.107K248). Ankara

- V. Duyan, S. Gelbal ve E. Çalık-Var (2013). Sosyal ilişki unsurları ölçeğinin Türkçeye uyarlama çalışması. (H. Ü. Eğitim Fakültesi Dergisi [H. U. Journal of Education] 44 (2013), 159-169
- Zimet GD, Dahlem NW, Zimet SG ve ark. (1988) The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. J Pers Assess, 52:30-41.