



## Spor Eğitmeni Olma Kararını Etkileyen Motivasyon Kaynakları Üzerine Bir Araştırma

Ceyda YILDIZ<sup>1</sup>, Bekir Barış CİHAN<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Yozgat Bozok Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi. <https://orcid.org/0009-0005-3653-9192>

<sup>2</sup>Yozgat Bozok Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi. <https://orcid.org/0000-0002-3107-3849>

### To cite this article/ Atf için:

Yıldız, C., & Cihan, B. B. (2026). Spor eğitmeni olma kararını etkileyen motivasyon kaynakları üzerine bir araştırma. *Uluslararası Bozok Spor Bilimleri Dergisi*, 7(1), 255-263.

### Özet

Bu araştırmanın amacı, spor eğitmenlerinin meslek seçiminde etkili olan motivasyon kaynaklarının incelenmesidir. Araştırmada nitel araştırma yöntemlerinden fenomenoloji deseni kullanılmıştır. Çalışma grubunu, Türkiye'nin farklı şehirlerinde aktif olarak görev yapan 14 pilates eğitmeni oluşturmaktadır. Veriler, yarı yapılandırılmış görüşmeler yoluyla toplanmış ve içerik analizi yöntemiyle analiz edilmiştir. Araştırma bulguları, eğitmenlerinin bu mesleği tercih etme nedenlerinin çok boyutlu olduğunu ortaya koymuştur. Katılımcılar arasında pilatesle tanışma süreci kişisel ilgi, sağlık sorunları, ekonomik motivasyonlar, çalışma koşulları ve sosyal etkenler gibi çeşitli yollarla gerçekleşmiştir. Pilates eğitmeni olma kararında ise mesleki doyum, sağlıklı yaşam arzusu, iş rahatlığı, ekonomik getiri ve bireysel ilgi gibi etkenlerin öne çıktığı belirlenmiştir. Pilatesin diğer spor branşlarına kıyasla daha estetik algılanması, tedavi edici yönü ve toplumsal ilginin yüksekliği de tercih sebepleri arasında yer almaktadır. Sonuç olarak pilates eğitmenlerinin bu alana yönelme nedenlerinin çok boyutlu olduğu görülmüştür. Fiziksel sağlığın iyileştirilmesi, zihinsel denge arayışı, kişisel deneyimler ve mesleki tatmin gibi farklı faktörlerin bir araya gelerek eğitmenlerin bu alanı tercih etmesinde etkili olduğu görülmüştür.

**Anahtar kelimeler:** Eğitmenlik, Eğitmenliğe Yönelme, Pilates Eğitmeni

## A Study on the Motivational Factors Influencing the Decision to Become a Sports Instructor

### Abstract

The aim of this research is to examine the motivational sources that influence sports instructors' career choices. The phenomenology design, one of the qualitative research methods, was used in the study. The study group consists of 14 pilates instructors actively working in different cities of Türkiye. The data were collected through semi-structured interviews and analyzed using the content analysis method. The findings of the research revealed that the reasons instructors prefer this profession are multidimensional. Among the participants, the process of becoming familiar with pilates occurred through various pathways such as personal interest, health problems, economic motivations, working conditions, and social factors. Factors such as professional satisfaction, the desire for a healthy lifestyle, job convenience, economic gain, and individual interest were identified as prominent in the decision to become a pilates instructor. Pilates being perceived as more aesthetic compared to other sports branches, its therapeutic aspects, and its high level of societal interest were also among the reasons for preference. In conclusion, it was observed that the reasons pilates instructors are drawn to this field are multidimensional, and that various factors such as the improvement of physical health, the pursuit of mental balance, personal experiences, and professional satisfaction come together and influence their decision to choose this profession.

**Keywords:** Instructing, Tendency toward Instructing, Pilates Instructor

## GİRİŞ

Kaliteli bir yaşamın önde gelen koşullarından biri şüphesiz ki sağlıklı olma durumudur. Teknolojinin gün geçtikçe hayatımızdaki yerinin artması bazı noktalarda bize dezavantaj sağlayabilmektedir. Gelişen teknoloji insanların gündelik yaşantısını kolaylaştırıp yaşam kalitesini arttırıyor gibi görünse de hareketsizliği beraberinde getirmekte ve sedanter yaşam tarzının ortaya çıkmasına neden olmaktadır (Nieman, 2007). Teknoloji bize her ne kadar katkı sağlasa da in aktif birey sayısındaki artışı da beraberinde getirmektedir. Hareketsiz yaşam, modern toplumların karşısındaki önemli ve ciddi bir tehlikeyi işaret etmektedir (Bozkuş vd., 2013). Hareketsiz yaşam tarzı gün içerisinde harcanan enerji miktarının azalmasına ve bunun getirisi olarak vücut ağırlığında artış gibi fiziksel yönden olumsuz etkilere de sebep olmaktadır (Şavkın, 2014; Uslu, 2019).

Dünya Sağlık Örgütü (WHO) raporları, dünyada yaklaşık yüzde 60-85 oranındaki insanların yeterli fiziksel aktivite yapmadığını, yeni yetişen nesillerin de fiziksel aktiviteden giderek uzaklaştığını (Kaya, 2019) ortaya koymaktadır. Spor aktiviteleri, kişinin güçlü fiziksel fonksiyonlarını kontrol etme yeteneğine sahip olmasında (Civan, 2021) ve insanların bedensel algılarını pozitif olarak etkilemesinde önemli bir faktördür (Cusumano ve Thompson, 1997). Bireyler, yaşamlarının belli bir dönemini seçtikleri mesleklerin gerektirdiği eğitimi alarak; diğer bir bölümünü ise bu mesleklerin zorunlu kıldığı çalışma ortamında bulunarak geçirmektedir (Koç, 1994). Hem dünyada hem de ülkemizde egzersiz hakkında bireylere çeşitli yönlerle rehberlik etmek amacıyla kullanılan “eğitmenlik” mesleğine gösterilen yoğun ilgi son on yılda artarak ilerlemiştir (Thompson, 2019).

Bireylerin fiziksel aktivite düzeyi son yıllarda düşme eğilimindeyken gerek ulaşılabilirliğinin kolay oluşu gerekse de araç ve mekân durumdan bağımsız olarak gerçekleştirilebiliyor oluşu pilatesin popülerliğini arttırdığı söylenebilmektedir. Pilates eğitmenliğinin bu popüleritesi, farklı kurum ve federasyonların sunmuş olduğu pilates eğitmenliği sertifika programları ile farklı bir boyut kazanmıştır.

Pilates egzersizi, Joseph Hubertus Pilates tarafından geliştirilmiş bir çeşit beden ve zihin merkezleme tekniğidir (Kloubec 2010). Joseph Hubertus Pilates, soyadını vermiş olduğu pilates egzersiz programını 1900’lü yıllarda geliştirmiştir (Curnow vd., 2009). Pilates, yayılmaya başladığında genelde dansçılar tarafından tercih edilen bir metodken, faydalarının görülmesi üzerine zamanla sağlık amaçlı temel bir egzersiz metodu olarak tercih edilmeye başlanmıştır (Ünal ve Dizmek, 2014; Kalkan, 2019).

Bununla beraber postür bozuklukları ve ağırlardan kaynaklı sorunların giderilmesinde de hekimler tarafından önerilen bir tedavi aracı rolü edinmiştir (Anderson ve Spector, 2000; Wellsi Kolt ve Bialocerkowski, 2012). Pilates metodu fiziksel egzersizin kas ve kemik sağlığının yanında bireylerin ruh sağlığı üzerinde de olumlu etkilerinin olduğunu göstermiştir. Bunlarla beraber, pilatesin kazanımlarının elde edilebilmesi için öğretici rolünde olan eğitmenler de oldukça önem taşımaktadır. Bu mesleği ne amaçla ortaya koydukları ve nitelikleri kaliteyi etkileyen unsurlar arasındadır (Cabbaroğlu, 2019; Göz, 2020; Jago, Jonker, Missaghian ve Baranowski, 2006; Kayaoğlu, 2019; Keskin, 2018; Kloubec, 2010; Segal, Hein ve Basford, 2004).

Pilates eğitmenliği ile ilgili Türkiye’de sınırlı sayıda çalışma olduğu bu doğrultuda bir bilimsel çalışmaya rastlanmadığı görülmektedir. Bu bilgiler doğrultusunda, yapılan araştırmada eğitmenlerin mesleğe yöneliminde rol oynayan motivasyonlar incelenmiştir. Yapılan araştırma sonuçlarının, bilimsel çalışma yapacak olan araştırmacılara ve literatüre önemli katkılar sağlayacağı düşünülmektedir.

## **YÖNTEM**

### **Araştırma Modeli**

Pilates eğitmenlerinin bu alana yönelme sebeplerinin incelenmesini amaçlayan bu çalışmada fenomenoloji deseni kullanılmıştır. Fenomenolojik çalışmalarda günlük yaşamda farkında olunan fakat hakkında ayrıntılı görüş, bilgi sahibi olunmayan olgulara odaklanma söz konusudur (Yıldırım ve Şimşek, 2011). Bu araştırma deseninde bireyin davranışlarını anlamada, bireyin kendine özgü yaşantısının ve algısının bilinmesi belirtilerek, farkında olunan fakat ayrıntılı bilgiye sahip olunmayan olgulara odaklanılır (Creswell, 2015). Burada kişi ya da kişilerin bu olguya dair deneyimlerinin anlamı ve yapısı araştırılır. Groenewald’un (2004) da ifade ettiği gibi fenomenolojik desende kurgulanan çalışmalarda araştırmanın en temel amacı herhangi bir çerçeveye bağlı kalmadan gerçekçi bir yaklaşımla incelenen fenomenin özelliğini mümkün olduğunca açık ve net bir biçimde ortaya koymaktır.

### **Çalışma Grubu**

Bu araştırmanın çalışma grubunu farklı şehirlerde ve farklı çalışma alanlarında pilates eğitmenliği yapıp yaş aralığı 20-35 olan 14 pilates eğitmeni oluşturmuştur. 14 eğitmen içerisinde farklı bölümlerden mezun olmuş eğitmenler yer almaktadır. Katılımcılara çalışma hakkında detaylı bilgi verilip katılımda gönüllülük esas alınmıştır. Yapılan görüşme sırasında veri kaybını olabildiğince aza indirmek amacıyla katılımcıların da vermiş olduğu onay dahilinde verilen cevaplar ses kaydına alınmıştır. Görüşmelerin süresi ortalama 10-15 dakika sürmüştür.

### **Veri Toplama Aracı**

Fenomenoloji araştırmalarında veriler gözlem, görsel/yazılı materyaller ve görüşme gibi farklı yöntemlerle toplanabilir. Araştırmacının hangi yöntemi seçeceğini olgunun niteliği ve katılımcıların özellikleri belirlemektedir. Ancak araştırmacının temel amacı veri toplama sürecini katılımcıların olgu ile ilgili deneyim ve algılarına daha iyi ulaşılacak şekilde yapılandırmaktır (Ersoy, 2016). Bu doğrultuda araştırmanın verileri spor merkezlerinde eğitmenlik yapan pilates eğitmenlerinden toplanmıştır. Araştırmada veri toplamak amacıyla yarı-yapılandırılmış bir görüşme formu kullanılmıştır. Yarı-yapılandırılmış görüşmelerde araştırmacı katılımcılara önceden araştırmanın amaçlarına uygun olarak hazırladığı soruları yöneltmektedir. Görüşmeler 14 katılımcı ile yapılmış ve elde edilen bilgiler kayıt altına alınmıştır. Verilerin toplanması kapsamında görüşme sürecinde araştırmacılar katılımcılara şu soruları yöneltmiştir. Görüşmelerde katılımcılara genel olarak şu sorular yöneltmiştir;

- 1- Sizi pilatesle ilgilenmeye yönlendiren olay, kişi ya da koşullar nelerdir?
- 2- Pilates eğitmeni olmaya sizi yönlendiren temel motivasyonlar nelerdir?
- 3- Neden başka bir branş yerine pilates tercih ettiniz?

4- Pilates eğitmenliğini kısa vadeli bir uğraş mı, yoksa uzun vadeli bir kariyer olarak mı görüyorsunuz?

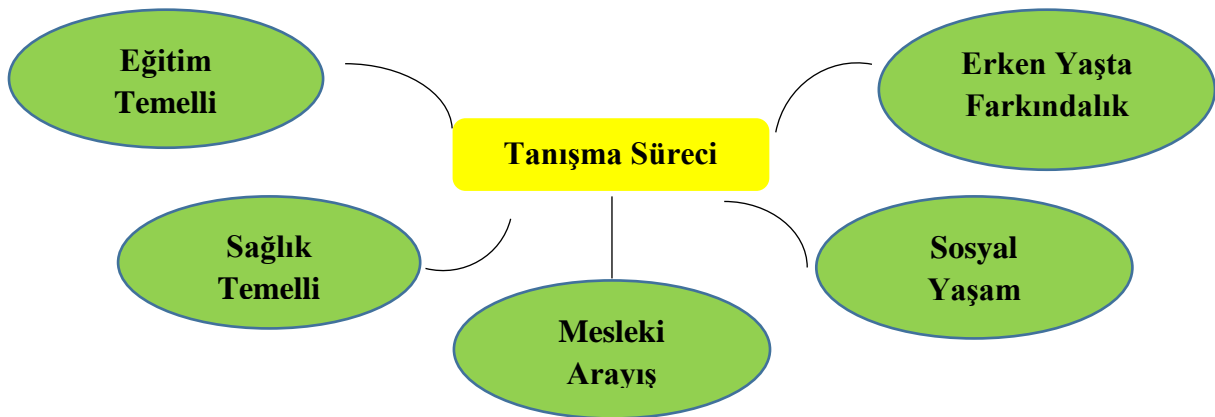
### Verilerin Analizi

Fenomenoloji deseninin kullanıldığı bu çalışmada yapılan görüşmeler sonucu elde edilen veriler içerik analizi yöntemi kullanılarak analiz edilmiştir. İçerik analizi, sözlü, yazılı ve diğer materyallerin nesnel ve sistematik bir şekilde incelenmesine imkan sağlayan bir analiz yöntemidir (Tavşancıl ve Aslan, 2001). Cohen, Manion ve Morrison (2007)'a göre içerik analizi, elde olan yazılı bilgilerin içeriklerinin ve temelde içerdikleri mesajların özetlenmesi işlemi olarak da tanımlanıp karşımıza çıkabilmektedir. İçerik analizinde veriler, ilk aşamada kavramsallaştırılarak anlamlı bir yapıya kavuşturulur; sonrasında bu kavramlar sistematik biçimde düzenlenir ve temalar altında toplanır (Yıldırım ve Şimşek, 2011). Yıldırım ve Şimşek'in (2013) vurguladığına göre, içerik analizi süreci dört temel aşamadan meydana gelmektedir. Bu kapsamda, ilk aşamada katılımcılardan elde edilen veriler özenle incelenmiş ve ön kodlama işlemleri yapılmıştır. İkinci aşamada, elde edilen kodlar arasındaki benzerlikler ve farklılıklar dikkate alınarak sınıflandırılmış ve bunlardan temalar türetilmiştir. Üçüncü aşamada, kodlar ile temalar arasındaki ilişkiler ve tutarlılıklar yeniden gözden geçirilmiş; son aşamada ise temalar son hâline ulaştırılarak yorumlama süreci tamamlanmıştır. Katılımcılar K1 ile başlayıp K14'e kadar kodlanarak elde edilen veriler anonim bir hale getirilmiştir.

### BULGULAR

Araştırmanın bu bölümde spor merkezlerindeki pilates eğitmenlerinin bu alana yönelme nedenlerine ilişkin bulgular kategoriler halinde verilmiştir.

#### 1- Sizi pilatesle ilgilenmeye yönlendiren olay, kişi ya da koşullar nelerdir?

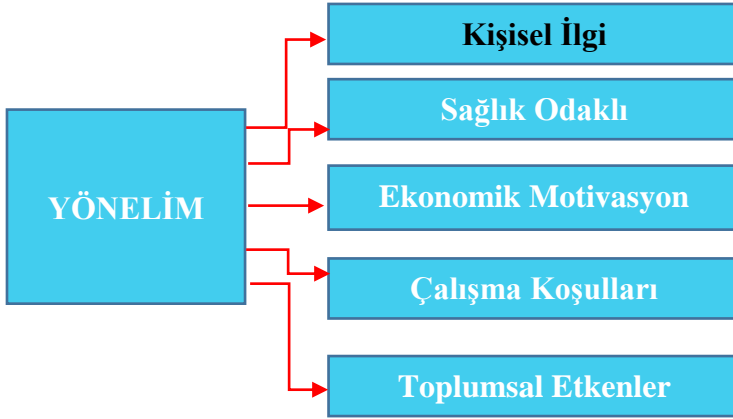


Şekil 1. Pilatesle tanışma süreci

**K1:** “Üniversitede almış olduğum seçmeli derste ilk kez bu kadar içine girmiştım.” **K2:** “Gittiğim spor salonunda seçenek olarak sunulduğunda denemem üzerine tanışmıştım.” **K3:** “Tedavi amaçlı gittiğim fizik tedavi merkezinde fizyoterapist sayesinde tanıştım.” **K4:** “Gittiğim salonda eğlenceli bir spor arayarak başlamıştım.” **K5:** “Üniversite okurken

dersimiz vardı.” **K6:** “Sağlık problemleri yaşadığım zamanlarda doktorumun tavsiyesi üzerine başlamıştım.” **K7:** “Beden eğitiminden mezun olduğumda boş durmamak için bu yola girmiştım.” **K8:** “Çocukken televizyonda karşıma çıktığında hep hayranlık duyardım.” **K9:** “Sık sık sosyal medyada pilates videoları ve resimleri karşıma çıkıyordu.” **K10:** “Yakın çevremdeki arkadaşlarım eğitmenlik yapıyordu onlar sayesinde ve ısrarlarıyla tanıştım.” **K11:** “Küçükken televizyon programı olan Ebru Şallı izleyerek pilatesi tanımıştım.” **K12:** “Çevremde çok sayıda sağlık sorunu yaşayıp pilatese gidenler vardı ben de o sayede duyup öğrenmişim.” **K13:** “Çok fazla alışagelmış branşlarla uğraşmak istemediğim için daha modern ve günümüzde popüler olması sayesinde.” **K14:** “Ben çocukken annem evde sürekli yapardı o şekilde bende de yer edindi.”

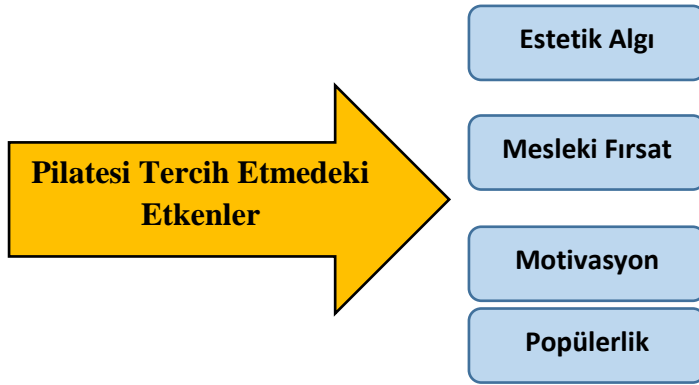
## 2- Pilates eğitmeni olmaya sizi yönlendiren temel motivasyonlar nelerdir?



Şekil 2. Yönelme faktörleri

**K1:** “Pilatesin beni yansıttığını düşünerek karar verdim.” **K2:** “İleriki aşamada geliri güzel olduğu için pilates eğitmeni oldum.” **K3:** “Öğretmen olarak atanamayacağımı anladığımda pilates eğitmeni olmaya karar verdim.” **K4:** “Diğer mesleklere göre daha rahat bir şekilde sürdürebileceğimi düşündüğüm için seçtim.” **K5:** “Pilatesi kendim yapmayı çok sevdiğim için yapmak isteyenlere de yaptırmak için pilates eğitmeni oldum.” **K6:** “Kendi sağlık problemlerime iyi geldiği için başkalarına da şifa olmak istedim.” **K7:** “Pilates yapıp kendiyse barışan kendini seven insanların mutluluğunu görünce o yoldan devam etmeye karar verdim.” **K8:** “Severek ve eğlenerek çalışmanın mümkün olduğunu gördüğümde mesleğimin bu olmasına karar verdim.” **K9:** “Antrenörlük bitirdiğim için hem kendi alanım hem daha rahat bir iş olduğu için.” **K10:** “Sporla birlikte iç içe yaşamayı sevdiğim için pilates eğitmeni olmaya karar verdim.” **K11:** “Hem spor yapıp hem yaptırarak keyif alarak kendi formumu da koruyan bir meslek olduğu için karar verdim.” **K12:** “Günümüzde çok fazla ilgi ve talep gördüğünü tespit ederek pilates eğitmenliğini seçtim.” **K13:** “İlgi alanım ve yeteneğim olduğu için oradan devam etmeye karar verdim.” **K14:** “Toplumda özellikle kadınlar tarafından çok sevildiğini görerek başladım.”

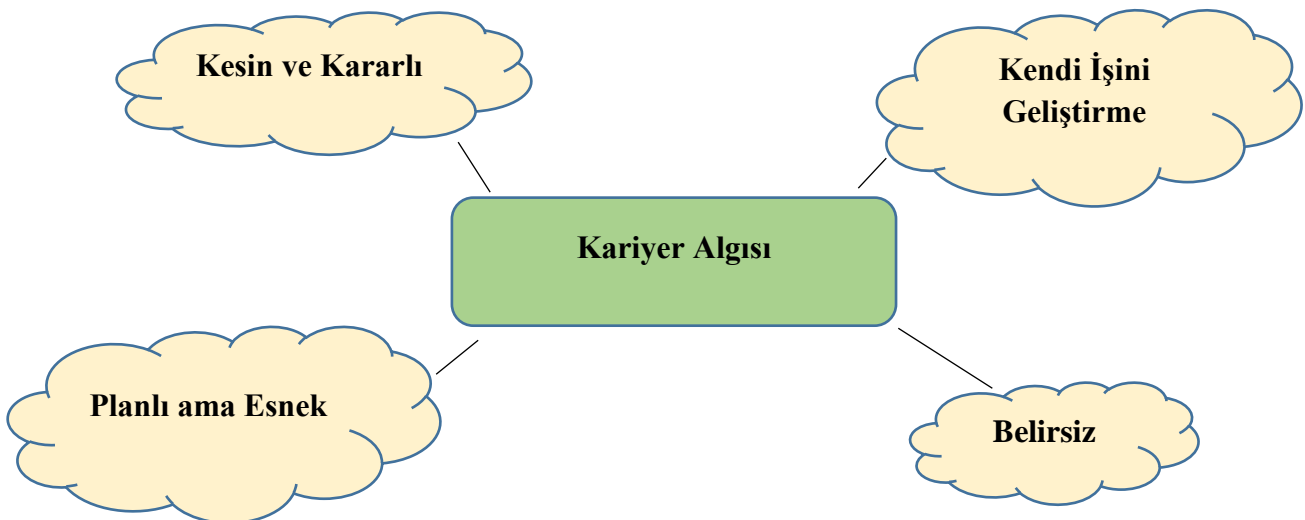
### 3- Neden başka bir branş yerine pilates tercih ettiniz?



Şekil 3. Tercih etmedeki etkenler

**K1:** “Göze daha fazla hitap ettiği için.” **K2:** “Maddi gelirinin diğer birçok branşa göre daha iyi olduğu için.” **K3:** “Son zamanlarda aşırı ilgi gördüğü için pilates.” **K4:** “Aşırı kaslanmaktan korkan bireylerin pilatese daha çok ilgi gösterdiğini fark ettiğim için.” **K5:** “Modern bir spor olarak algılandığı için.” **K6:** “Hem bir spor branşı hem de bir tedavi yöntemi olduğu için birçok açıdan olumlu yönleri olduğundan dolayı pilates.” **K7:** “Gösterilen talebi yeterince karşılayacak sayıda olmadığı için pilatesi seçtim.” **K8:** “Diğer sporlara göre daha çekici geldiğinden dolayı daha fazla talep olmasından seçtim.” **K9:** “Çünkü yapmaktan en keyif aldığım spor pilates.” **K10:** “Zarif ve keyifli geldiği için ayrıca çalışma alanı da genelde kadın bireyler olduğu için çok daha rahat hissediyorum.” **K11:** “Hem bir tedavi yöntemi hem de güzel bir egzersiz yöntemi olduğu için.” **K12:** “Kendimi pilates eğitmeni olmak için dünyaya gelmiş gibi hissettiğimden dolayı.” **K13:** “Önümde güzel ve başarılı bir rol model olduğu için ben de bu yolu seçtim.” **K14:** “Çünkü daha erken yaşlardan beri hayalimdi.”

### 4- Pilates eğitmenliğini kısa vadeli bir uğraş mı, yoksa uzun vadeli bir kariyer olarak mı görüyorsunuz?



Şekil 4. Pilatesteki kariyer algısı

**K1:** “Uzun vadeli bir kariyer olarak görüyorum. Kendimi sürekli bu alanda geliştirip çok daha iyi yerlere gelmek için oldukça da çaba gösteriyorum.” **K2:** “Kesinlikle uzun süreli bir iş olarak görüyorum çünkü eğitmenlik dışarıdan her ne kadar kolay gibi gözükse de sürekli kendini yenilemek sürekli eğitimlere devam ediyor olmak gerekiyor ve bunları kısa bir süre çalışmak için değil ömür boyu yapmak için çalışıyorum.” **K3:** “Uzun süreli çalışmayı düşünmüyorum açıkçası atanana kadar boş durmamak bunu yaparken de kendi alanımdan uzaklaşmamak için yapıyorum.” **K4:** “Uzun vadeli görüyorum sebebi ise bu işin gerçekten tam bana göre olduğunu düşünüyorum. Üyelerden gelen memnuniyeti görmek her zaman çok daha motive edici oluyor.” **K5:** “Yani bundan ben de emin değilim aslında şu an yapıyorum ama nereye kadar bir fikrim yok. Belirsizlik içindeyim.” **K6:** “Uzun vadeli istediğim için kendi salonumu açtım umarım da başarılı bir şekilde devam ederim.” **K7:** “Uzun vadeli görüyorum ve çok istiyorum. Kendimi tam olarak işime ait hissediyorum.” **K8:** “Uzun vadeli görüyorum fakat her zaman sadece pilates üzerine olur mu ondan emin değilim. Belki ilerleyen zamanlarda farklı branşlar da eklenebilir.” **K9:** “Zaten eğitimimi bu alanda tamamladığım için uzun vadeli görüyorum tabii ki. Şu anda da işimi güzel ve en iyi şekilde yapabilmek için eğitimlerime devam ediyorum.” **K10:** “Şimdilik uzun vadeli bakıyorum ama hayatın ne getireceği belli olmayabiliyor. Daha iyi imkanlar olursa yolumu değiştirebilirim.” **K11:** “Kendim çok isteyerek ve severek bu yolu seçtiğim için zaten uzun vadeli düşünerek her şeyi planladım. Çok başarılı olup güzel bir şekilde ilerlerim diye umuyorum.” **K12:** “Uzun vadeli bir şekilde planlayarak girdim ama son zamanlarda çok hızlı artan eğitmen ve salon olduğu için emin değilim.” **K13:** “Kesinlikle uzun vadeli düşünüyorum fakat farklı branşların da olduğu daha büyük bir merkez planlarım var.” **K14:** “Uzun vadeli görüyorum işimden çok memnunum çünkü gerek yüz yüze gerek çevrimiçi şekilde de sürdürebiliyorum.”

## TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırmanın temel amacı, eğitmenlerin mesleğe yöneliminde rol oynayan motivasyonları detaylı olarak incelemektir. Yapılan araştırmanın bu aşamasında, veriler kayıt altına alınmış olup bu analizler sonucunda elde edilen bulgulara ve bu bulguların literatürdeki çalışmalarla karşılaştırmalarına yer verilmiştir.

Bu çalışmada, pilates eğitmenlerinin mesleğe yönelimlerinde etkili olan motivasyonlar, yönelim süreçleri ve kariyer beklentileri fenomenolojik bir bakış açısıyla incelenmiştir. Bulgular, pilatesle tanışma sürecinin büyük ölçüde kişisel deneyimler, çevresel etkiler, sağlık sorunları, sosyal medya, ve yakın çevre aracılığıyla edinilen bilgiler üzerinden şekillendiğini göstermektedir.

Katılımcıların pilatesle nasıl ilgilendikleri, katılımcıları pilatese yönlendiren olaylar, kişiler ya da koşullar değerlendirildiğinde bazı katılımcıların sağlık nedenleriyle fizik tedaviye yönelmeleri sonucu tedavi sürecinde eğitmenlerden ilham aldığı ve bu nedenle mesleğe dönüştürdüğü görülmüştür. Bu sonuç, literatürde pilatesin hem rehabilitasyon hem de egzersiz yöntemi olarak giderek daha fazla kabul gördüğünü ifade eden çalışmalarla (Anderson ve Spector, 2000) uyumludur.

Diğer yandan katılımcıların pilates eğitmeni olmaya yönelik motivasyonlarda bazı katılımcılar pilates eğitmenliğini hem ekonomik getirisi yüksek bir iş hem de kendi fiziksel ve psikolojik iyilik hâllerini destekleyen bir alan olarak görmektedir. Literatürde (Thompson, 2019) son

yıllarda pilates eğitmenliğine yönelik artan talebin mesleğin cazibesini yükselttiğini ve eğitmenliğin özellikle genç yetişkinler arasında popüler bir kariyer alanı hâline geldiği bilgisini desteklemektedir.

Yapılan görüşmelerde bir diğer açıdan başka bir branş yerine pilatesin tercih edilme nedenleri incelendiğinde pilatesin tercih edilme sebeplerinin başında pilatesin çok daha modern, zarif ve tedavi edici yönü, geniş kitleler tarafından talep edilmesi gibi etkenler yer almaktadır. Katılımcılar, diğer spor branşlarına kıyasla pilatesin hem fiziksel hem zihinsel faydalarının daha görünür olduğunu, bu nedenle daha çok talep gördüğünü vurgulamıştır. Bu durum literatürde pilatesin bütüncül yapısını ele alan çalışmalarla da paralellik göstermektedir (Curnow vd., 2009; Ünal ve Dizmek, 2014).

Katılımcıların bu eğitmenliği kısa vadeli bir uğraş mı, yoksa uzun vadeli bir kariyer olarak mı gördükleri hakkında alınan cevaplar sonucunda katılımcıların büyük çoğunluğu pilates eğitmenliğini uzun vadeli bir kariyer olarak değerlendirdiği görülmüştür. Katılımcıların bir kısmı ise mesleği geçici bir dönem için sürdürdüklerini dile getirmiştir. Uzun vadeli hedef belirleyen eğitmenlerin, pilates alanındaki artan rekabeti fark etmekle birlikte kendilerini sürekli geliştirme gerekliliğini vurgulamaları, eğitmenlik mesleğinin dinamik doğasını ortaya koymaktadır. Bu sonuçlar incelendiğinde, pilates eğitmenliğinde mesleki gelişimin sürdürülebilirlik açısından kritik bir faktör olduğuna işaret eden çalışmalarla da örtüşmektedir (Cabbaroğlu, 2019; Kayaoğlu, 2019).

Bireylerin pilates Eğitmenliğini tercih etme sebepleri kişisel ilgi, sağlık sorunları, ekonomik motivasyonlar, çalışma koşulları ve sosyal etkenler gibi alt başlıklara ayrılmıştır. Elde edilen bulgular, bireylerin pilatese yönelmesinde sadece fiziksel faydaların değil, aynı zamanda ruhsal ve mesleki doyum arayışlarının da etkili olduğunu göstermektedir. Katılımcıların büyük bir kısmı, pilatesin insan sağlığı üzerindeki olumlu etkilerini gözlemledikçe bu alana ilgi duyduklarını belirtmiştir. Ayrıca, bazı eğitmenlerin kişisel sağlık problemlerini çözümü sürecinde pilatesle tanıştığı ve zamanla bu deneyimin onları profesyonel bir yönetime sürüklediği görülmüştür.

Sonuç olarak bu araştırma, pilates eğitmenlerinin bu alana yönelme nedenlerinin çok boyutlu olduğunu ortaya koymuştur. Fiziksel sağlığın iyileştirilmesi, zihinsel denge arayışı, kişisel deneyimler ve mesleki tatmin gibi farklı faktörlerin bir araya gelerek eğitmenlerin bu alanı tercih etmesinde etkili olduğu görülmüştür. Bu sonuçlar, pilates eğitmenliğinin günümüzde giderek daha fazla talep gören ve profesyonelleşen bir alan olduğunu göstermektedir. Araştırmanın, pilates eğitmenliği üzerine yapılacak yeni çalışmalar için temel bir kaynak oluşturacağı ve alandaki boşluğu doldurmaya katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

## KAYNAKLAR

- Anderson, B. D., & Spector, A. (2000). Introduction to pilates-based rehabilitation. *Orthopaedic Physical Therapy Clinics of North America*, 9(3), 395-410.
- Bozkuş, T., Türkmen, M., Kul, M., Özkan, A., Öz, Ü., & Cengiz, C. (2013). Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda öğrenim gören öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri ile sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının belirlenmesi ve ilişkilendirilmesi. *International Journal of Science Culture and Sport*, 1(3), 49-65.
- Cabbaroğlu, M. (2019). *Sportif rekreasyon etkinliği olarak zumba ve pilatesin yaşam doyumu ve mutluluk üzerine etkisi (Muğla İli örneği)* (Yüksek lisans tezi). Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi.
- Cabbaroğlu, Z. (2019). *Pilates eğitmenlerinin mesleki yeterliklerinin incelenmesi (Yüksek lisans tezi)*. Gazi Üniversitesi.
- Civan A. H. (2021). *Fiziksel aktivite ve spor. Spor Bilimleri II. Editör Z.F. Dinç. Akademisyen Kitabevi*, 33-45.
- Cohen, L., Manion, L., & Morrison, K. (2007). *Research methods in education (6th ed.)*. Routledge.
- Curnow, D., Cobbin, D., Wyndham, J., & Choy, S. T. B. (2009). Altered motor control, posture and the pilates method of exercise prescription. *Journal of Bodywork and Movement Therapies*, 13(1), 104–111.
- Göz, E. (2020). *Erken dönem parkinson hastalarında pilates ve elastik bantlama uygulamalarının denge ve postüral kontrol üzerine etkisi* (Doktora tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi.
- Kalkan, B. (2019). *Sağlıklı kadınlarda tüm vücut vibrasyon eğitimi ve pilates egzersizlerinin fiziksel uygunluk, yorgunluk ve fiziksel benlik algısı üzerindeki etkilerinin karşılaştırılması* (Yüksek lisans tezi). Başkent Üniversitesi.
- Kaya, E. (2019). *Fitness salonuna giden sedanter bireylerin fitnessa yönelme nedenleri ve fiziksel durumlarının incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi.
- Kayaoğlu, B. (2019). *Yaşlılarda uygulanan pilates egzersizlerinin bilişsel ve fonksiyonel performans ile yaşam kalitesine etkisi* (Yüksek lisans tezi). Uşak Üniversitesi.
- Kayaoğlu, S. (2019). *Pilates uygulayıcılarının eğitmenlik sürecine ilişkin görüşleri* (Yüksek lisans tezi). Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi.
- Keskin, K. C. (2018). *Pilates egzersizlerinin kadınlarda vücut kompozisyonuna etkisi* (Yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi.
- Kloubec, J. A. (2010). Pilates for improvement of muscle endurance, flexibility, balance, and posture. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 24(3), 661-667. <https://doi.org/10.1519/JSC.0b013e3181c277a6>.
- Koç, M. (1994). KTÜ Fatih Eğitim Fakültesi birinci sınıf öğrencilerinin mesleki seçimlerine etki eden faktörlerin belirlenmesi. *Çağdaş Eğitim Dergisi*, 204, 4–8.
- Nieman, D. C. (2007). Exercise testing and prescription a health-related. *Appalachian State University*, 47-77, 123-237.
- Segal, N.A., Hein, J., & Basford, J.R. (2004). The effects of pilates training on flexibility and body composition: an observational study. *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*, 85(12), 1977-1981. <https://doi.org/10.1016/j.apmr.2004.01.036>.
- Şavkın, R. (2014). *Pilates eğitiminin vücut kompozisyonuna etkisi* (Yüksek lisans tezi). Pamukkale Üniversitesi.
- Tavşancıl, E., & Aslan, E. (2001). *İçerik analizi ve uygulama örnekleri*. Epsilon Yayınları.
- Thompson, W. R. (2019). *Worldwide survey of fitness trends for 2020*. ACSM's Health & Fitness.
- Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2013). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri* (9. Baskı). Seçkin Yayıncılık.