

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİNİN SAĞLIKLI YAŞAM BİÇİMİ DAVRANIŞ DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

M. Emin KAFKAS, Armağan ŞAHİN KAFKAS, Mehmet ACET

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİNİN SAĞLIKLI YAŞAM BİÇİMİ DAVRANIŞ DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

M. Emin KAFKAS

Yrd.Doç. Dr., İnönü Üniversitesi BESYO mkafkas@inonu.edu.tr

Armağan ŞAHİN KAFKAS

Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü armagan.sahin@inonu.edu.tr

Mehmet ACET

Yrd.Doç. Dr., Dumlupınar Üniversitesi BESYO acetmehmet44@gmail.com

ÖZET: Bu çalışma, beden eğitimi öğretmenlerinin sağlıklı yaşam biçimi davranış düzeylerinin belirlenmesini amaçlamaktadır. Bu amaçla, 2010-2011 eğitim öğretim yılında Malatya il milli eğitim müdürlüklerine bağlı tüm merkez ve ilçelerdeki ilköğretim ve lise okullarında görev yapan 81'i kadın, 127'si erkek toplam 208 beden eğitimi öğretmeni gönüllü olarak çalışmaya katılmıştır. Çalışmada istatistiksel analiz olarak Mann Whitney U ve Kruskall Whallis H testi, anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak kabul edilmiştir. Çalışmada beden eğitimi öğretmenlerinin sağlıklı yaşam biçimi davranış düzeyleri üzerinde cinsiyet, mesleki kıdem ve görev yaptığı okul türü değişkenin ($p<0.05$) anlamlı farklılık oluşturduğu ancak medeni durum değişkeni açısından ($p>0.05$) anlamlı farklılık oluşturmadığı saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi, Sağlık, Yaşam Biçimi, Beslenme

ANALYSIS OF PHYSICAL EDUCATION TEACHERS' LEVEL OF HEALTHY LIFE STYLE BEHAVIOUS

ABSTRACT: This study aims at investigating the physical education (PE) teachers' level of healthy life style behaviors. To this end, a total of 208 PE teachers, 81 female and 127 male, working in primary and secondary schools affiliated to the directorate general of Ministry of education in the center and districts of Malatya province during 2010-2011 academic year. Statistical analyses were done using Mann Whitney U and Kruskall Whallis H test, with significance level accepted as $p<0.05$. Results showed that PE teachers' level of healthy life style behaviors differ significantly ($p<0.05$) with respect to gender, seniority, and type of school they work, while no significant difference ($p>0.05$) was found in terms of marital status.

Keywords: Physical Education, Health, Life Style, Nutrition

GİRİŞ

Sağlık davranışı; sağlık, sağlığın korunması ve sağlığın geliştirilmesi ile ilgili davranışlar bütünü olarak tanımlanmaktadır (Ünalın ve diğ. 2007). Sağlığın gelişimi, yalnızca hastalıkları önlemeye yönelik değil, aynı zamanda bireyin genel sağlık ve iyilik durumunu da iyileştirmeyi amaçlamaktadır (Dirican ve Bilgel, 1993; Pasinlioğlu ve Gözüm, 1998). Bu anlamda günümüz sağlık anlayışı; bireyi, aile ve toplumun sağlığını koruyan, sürdüren ve geliştiren sağlık merkezli bakım yaklaşımını içermektedir (Ayaz ve diğ. 2005). Sağlığın geliştirilmesi; bireylerin fiziksel ve mental sağlıklarını optimum düzeye yükseltmek, fiziksel ve sosyal çevresini geliştirebilmelerini sağlamak için bilinçli karar verme sürecine yardımcı olmaktır (Güngör ve Şahin, 2006; Yalçınkaya ve diğ. 2007). Aynı zamanda bireylerin yaşam biçimlerini değiştirmeleri ve sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını benimsemeleri gereklidir (Owens, 2006). Başka bir ifadeyle sağlığın geliştirilmesi, öncelikle insanların kendi sağlıklarını düzeltmesi, kontrol etmesi ve tam bir sağlık potansiyeline kavuşması olarak tanımlanabilir. Bu hedefin gerçekleştirilebilmesi için sigara, alkol ve madde kullanımı, beslenme alışkanlıkları, fiziksel aktivite durumu, şiddet davranışları, cinsel davranışlar, sağlıksız kilo kontrolü, aile ile iletişim sorunları ve

stres yönetimi gibi riskli davranışlardan uzak durulması gerekmektedir (Çimen, 2003; Owens, 2006). Bu davranışları tutum haline dönüştüren birey, sağlıklı olma halini sürdürebildiği gibi, sağlık durumunu da daha iyi bir seviyeye getirebilmektedir. Sağlık davranışı, bireyin sağlıklı kalabilmek ve hastalıklardan korunmak için inandığı ve uyguladığı davranışların bütünüdür (Zaybak ve Fadiloğlu, 2004). Sağlıklı yaşam biçimi davranış düzeyi; *egzersiz, kendini gerçekleştirme, sağlık sorumluluğu, beslenme, kişilerarası destek ve stres yönetimi olarak gruplandırılmaktadır* (Maurer ve Smith, 2000). Birey için sağlıklı bir yaşam biçimi düzeyine erişmenin anlamı, daha sağlıklı beslenmek, entelektüel kapasitelerin artması, kalp-damar hastalıklardan korunabilmek, bağışıklık düzeyinin artması, normal beden ağırlığını koruyabilme ve stresle uygun bir şekilde başa çıkabilmektir (Gordon ve diğ. 2002).

Literatürde sağlıklı yaşam biçimi davranış düzeyi hakkında farklı gruplar üzerinde yapılan araştırmalar, bu davranışların henüz istendik bir erişkinliğe ulaşmadığını bildirmektedir. Tokuç ve Berberoğlu'nun (2007), İlköğretim öğretmenleri üzerinde yaptığı araştırmada, öğretmenlerin, sağlığı geliştirici davranış düzeylerinin genel olarak iyi olduğu, en yüksek puan ortalamasının beslenme alt boyutunda, en düşük puan ortalamasının ise egzersiz alt boyutunda olduğu saptanmıştır. Beser ve diğ. (2007), gıda sektöründe çalışanlar üzerinde yaptığı çalışmada, gıda sektöründe çalışanların sağlıklı yaşam biçimi davranış düzeylerinin orta seviyede, egzersiz ve sağlık sorumluluğu alt boyutunun ise en alt sırada olduğu belirtilmektedir. Özellikle öğretmenler üzerinde yapılan araştırmalar incelendiğinde, öğretmenlerin hemen hemen yarısının egzersiz yapmadığı, önemli bir kısmının ise sigara ve alkol kullandığı tespit edilmiştir (Turgul ve diğ. 2004). Buna ek olarak, öğretim elemanları üzerinde yapılan bir araştırma bulgusuna göre, öğretim elemanlarının sağlığı geliştirme ile ilgili sağlık davranış düzeylerinin orta seviyede olduğu belirlenmiştir (Kaya ve diğ. 2008). Sağlıklı yaşam biçimi davranış düzeyini etkileyen birçok faktör bulunmaktadır. Bunlar arasında; *demografik özellikler, sosyo-ekonomik durum, davranışsal, durumsal faktörler, biyolojik özellikler ve kişilerarası etkileşim* gösterilmektedir (Güler ve diğ. 2008; Maurer ve Smith, 2000).

Bu çalışma, beden eğitimi öğretmenlerinin sağlıklı yaşam biçimi davranış düzeylerinin belirlenmesini amaçlamaktadır.

YÖNTEM

Günümüzde var olan bir durumu olduğu gibi ortaya çıkarmayı, tavrıları ve davranışları açıklamayı, karşılaştırmayı ve betimlemeyi amaçlayan çalışmalar tarama türü araştırmalardır (Karasar, 2000). Beden eğitimi öğretmenlerinin sağlıklı yaşam biçimi davranış düzeylerini belirlemeyi amaçladığı için bu çalışma var olan durumu açıklanmaya çalışıldığından, tarama modelinde betimsel bir araştırma olarak desenlenmiştir.

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu, 2010-2011 eğitim öğretim yılında Malatya il milli eğitim müdürlüklerine bağlı tüm merkez ve ilçelerdeki ilköğretim ve lise okullarında görev yapan 81'i kadın, 127'si erkek toplam 208 beden eğitimi öğretmenine kişisel bilgi formu ve sağlıklı yaşam biçimi davranış ölçeği gönderilmiştir. Ancak gönderilen ölçeklerden 208 âdeti beden eğitimi öğretmenleri tarafından doğru olarak doldurulmuş ve değerlendirilmiştir. Geri dönen ölçeklerden 81 âdeti kadın 127 âdeti erkek toplam 208 beden eğitimi öğretmeni gönüllü olarak katılmıştır. Araştırma anket ve ölçeğinin uygulanması için Malatya İl Milli Eğitim Müdürlüğünden yazılı izin alınmıştır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmacı tarafından geliştirilen ve çalışmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden kişilerin sosyo-demografik bilgilerini belirlemek için kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Araştırmada, Walker, Sechrist ve Pender (1987) tarafından 48 madde olarak geliştirilen ve daha sonra 4 madde daha eklenerek 52 madde olan, Türkçeye ve Türk kültürüne uygunluğuna ve ölçeğin geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Bahar, Beşer, Gördes, Ersin ve Kıssal (2008)

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİNİN SAĞLIKLI YAŞAM BİÇİMİ DAVRANIŞ DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

M. Emin KAFKAS, Armağan ŞAHİN KAFKAS, Mehmet ACET

tarafından yapılan Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği II kullanılmıştır. Ölçeğin genel cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı .92 ve bu araştırmada ise .87 olup yüksek güvenilirlik katsayısına sahiptir

Sağlık Sorumluluğu Alt Boyutu (SSAB); bireyin kendi sağlığı üzerindeki sorumluluk düzeyini, sağlığına ne düzeyde katıldığını belirlemeyi amaçlamaktadır.

Egzersiz Alt Boyutu (EAB); sağlıklı yaşamın değişmez bir ögesi olan egzersiz uygulamalarının birey tarafından ne düzeyde uygulandığını ölçmeyi amaçlamaktadır.

Beslenme Alt Boyutu (BAB); bireyin öğünlerini seçme ve düzenleme yiyecek seçimindeki değişiklikleri ölçmeyi belirlemektedir.

Manevi Gelişim Alt Boyutu (MGAB); bireyin yaşam amaçlarını, bireysel olarak kendini geliştirme yeteneğini ve kendini ne derecede tanıdığını ve memnun edebildiğini belirlemeyi amaçlamaktadır.

Kişilerarası İletişim Alt Boyutu (KİAB); bireyin yakın çevresi ile iletişimini ve bu ilişkilerdeki süreklilik düzeyini ölçmeyi amaçlamaktadır.

Stres Yönetimi Alt Boyutu (SYAB); bireyin stres kaynaklarını tanıma düzeyini ve stres kontrol mekanizmalarını belirlemeyi amaçlamaktadır.

Verilerin Analizi

Bu çalışmada, elde edilen veriler değerlendirilirken ölçme araçlarının birinci bölümünde yer alan bağımsız değişkenler için betimsel istatistik hesaplamaları yapılmıştır. Varyansların homojen olup olmadığını belirlemek için yapılan Kolmogorov-Smirnov testi sonucunda varyansların homojen olmadığı tespit edilmiştir. Bundan dolayı katılımcıların verdikleri yanıtların bağımsız değişkenlere göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla Mann Whitney U ve Kruskal Whallis H testi yapılmıştır. Tüm istatistiksel işlemler SPSS 17.0 paket programı kullanılarak yapılmıştır

BULGULAR

Araştırmanın bulguları her bir bağımsız değişken için tek tek ele alınıp incelenip açıklanmaya çalışılmıştır. Beden eğitimi öğretmenlerinin sağlıklı yaşam biçimi davranış düzeylerinin cinsiyet değişkeni açısından farklılaşmış farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan Mann Whitney U testi analizleri Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1: Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranış Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Mann Whitney U Testi Analizleri

SYBD	Cinsiyet	N	\bar{X}	Ss	U	p
SSAB	Kadın	81	24.50	3.59	4245.50	.033*
	Erkek	127	23.30	3.97		
EAB	Kadın	81	22.30	4.10	5052.00	.828
	Erkek	127	22.05	3.52		
BAB	Kadın	81	23.59	3.28	4317.00	.050*
	Erkek	127	22.58	3.69		

MGAB	Kadın	81	28.34	3.73	4662,00	.254
	Erkek	127	27.68	3.93		
KİAB	Kadın	81	27.22	3.84	4991,00	.717
	Erkek	127	26.99	3.82		
SYAB	Kadın	81	21.93	3.17	4444,50	.097
	Erkek	127	21.00	2.89		
TOPLA M	Kadın	81	147.82	16.61	4354,00	.062
	Erkek	127	143.31	14.54		

p<0.05*

Tablo 1'e bakıldığında, beden eğitimi öğretmenlerinin SYBD durumları, cinsiyet değişkenine göre, SSAB ve BAB puanları açısından anlamlı biçimde farklılaştığı görülmektedir. Başka bir ifadeyle kadın ve erkek öğretmenlerin SYBD puanlarından SSAB ve BAB açısından kadın öğretmenler lehine anlamlı biçimde (p<0.05) farklılık gösterdiği görülmektedir. SSAB puanları göz önüne alındığında kadın öğretmenlerin ($\bar{X} = 24.50 \pm 3.59$) iken erkek öğretmenlerin ($\bar{X} = 23.30 \pm 3.97$), BAB puanları ($\bar{X} = 23.59 \pm 3.28$) iken erkek öğretmenlerin ($\bar{X} = 22.58 \pm 3.69$) yani kadın öğretmenlerin SSAB ve BAB'nın puan ortalamaları açısından erkek öğretmenlere göre anlamlı biçimde yüksek olduğu görülmektedir. Ancak SYBD puanlarının EAB, MGAB, SYAB ve KİAB açısından cinsiyet değişkenine göre anlamlı biçimde farklılaşmadığı görülmektedir.

Medeni durum değişkeni açısından beden eğitimi öğretmenlerinin SYBD'nin anlamlı farklılık farklılaşmadığını belirlemek için yapılan Mann Whitney U testi analizi ile çözümlenmiş bulgular Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2: Beden Eğitimi Öğretmenlerinin SYBD'nin Medeni Durum Değişkenine Göre Mann Whitney U Testi Analizleri

SYBD	Medeni Durum	N	\bar{X}	Ss	U	p
SSAB	Bekâr	63	23.92	4.24	4430,50	.730
	Evli	145	23.71	3.70		
EAB	Bekâr	63	22.87	3.82	4017,00	.166
	Evli	145	21.84	3.68		
BAB	Bekâr	63	23.14	3.32	4543,50	.952
	Evli	145	22.90	3.67		
MGAB	Bekâr	63	28.46	4.15	4015,00	.165
	Evli	145	27.71	3.72		
KİAB	Bekâr	63	26.53	3.70	3982,50	.141
	Evli	145	27.31	3.86		
SYAB	Bekâr	63	22.07	3.02	3840,50	.067
	Evli	145	21.05	2.99		
TOPLAM	Bekâr	63	146.47	16.90	4387,00	.651
	Evli	145	144.46	14.87		

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİNİN SAĞLIKLI YAŞAM BİÇİMİ DAVRANIŞ DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

M. Emin KAFKAS, Armağan ŞAHİN KAFKAS, Mehmet ACET

Tablo 2 incelendiğinde, beden eğitimi öğretmenlerinin SYBD durumlarının, medeni durum değişkenine göre, ölçeğin toplam ve bütün alt boyutları puan ortalamaları açısından anlamlı biçimde farklılaşmadığı görülmektedir. Bir başka ifadeyle beden eğitimi öğretmenlerinin medeni durum değişkenine göre SYBD ve tüm alt boyutlar üzerinde anlamlı biçimde farklılık oluşturmadığı tespit edilmiştir. Yani beden eğitimi öğretmenlerinin evli veya bekâr olmasının SYBD puanları üzerinde farklılık oluşturmamaktadır. Beden eğitimi öğretmenlerinin görev yaptığı okul türü değişkenine göre SYBD'nin anlamlı biçimde farklılaşıp farklılaşmadığı yapılan Mann Whitney U testi analizi ile sınıanmış ve Tablo'3 sunulmuştur.

Tablo 3: Beden Eğitimi Öğretmenlerinin SYBD'nin Görev Yaptığı Okul Türü Değişkenine Göre Mann Whitney U Testi Analizleri

SYBD	Görev Yaptığı Okul Türü	N	\bar{X}	Ss	U	p
SSAB	İlköğretim	73	23.38	3.88	4577.50	.396
	Lise	135	23.98	3.85		
EAB	İlköğretim	73	21.89	3.59	4630.50	.471
	Lise	135	22.29	3.83		
BAB	İlköğretim	73	22.15	3.82	3921.00	.015*
	Lise	135	23.42	3.34		
MGAB	İlköğretim	73	27.42	3.49	4252,50	.102
	Lise	135	28.22	4.03		
KİAB	İlköğretim	73	26.64	4.43	4543.00	.351
	Lise	135	27.31	3.44		
SYAB	İlköğretim	73	20.65	2.72	4042.00	.032*
	Lise	135	21.74	3.13		
TOPLAM	İlköğretim	73	142.01	14.87	3968.00	.021*
	Lise	135	146.72	15.64		

p<0.05*

Tablo 3'e bakıldığında, beden eğitimi öğretmenlerinin SYBD durumları, okul türü değişkenine göre, BAB, SYAB ve toplam puanlar açısından anlamlı biçimde farklılaştığı görülmektedir. Başka bir ifadeyle ilköğretim ve lisede görev yapan öğretmenlerin SYBD puanlarından BAB, SYAB ve toplam puanlar açısından lisede görev yapan öğretmenler lehine anlamlı biçimde (p<0.05) farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. BAB puanları göz önüne alındığında ilköğretimde görev yapan öğretmenlerin ($\bar{X} = 22.15 \pm 3.82$) iken lisede görev yapan öğretmenlerin ($\bar{X} = 23.42 \pm 3.34$), SYAB puanları ilköğretim öğretmenleri ($\bar{X} = 20.65 \pm 2.72$) iken lise öğretmenlerinin ($\bar{X} = 21.74 \pm 3.13$) son olarak toplam puan açısından ilköğretimde görev yapan öğretmenlerin ($\bar{X} = 142.01 \pm 14.87$) iken lisede görev yapan öğretmenlerin ($\bar{X} = 146.72 \pm 15.64$) olarak bulunmuştur. Bu bulgulara göre lisede görev yapan öğretmenlerin BAB, SYAB ve toplam puan ortalamalarının, ilköğretimde görev yapan öğretmenlere göre anlamlı biçimde yüksek olduğu görülmektedir. Ancak SYBD puanlarının SSAB, EAB, MGAB ve KİAB açısından görev yapılan okul türü değişkenine göre anlamlı biçimde farklılaşmadığı görülmektedir. Beden eğitimi

öğretmenlerinin mesleki kıdem değişkeni açısından SYBD'nin anlamlı biçimde farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek amacıyla yapılan Kruskal Wallis H testi analizi ile çözümlenmiş ve Tablo 4'de bulgular sunulmuştur.

Tablo 4: Beden Eğitimi Öğretmenlerinin İş Doyumları ile Yaşam Kalitelerinin Mesleki Kıdem Değişkenine Göre Kruskal Wallis H Testi Analizleri

Boyut	Mesleki Kıdem	N	\bar{X}	Ss	X^2	p
SSAB	1-5 yıl	53	24.77	3.38	12.978	.005*
	6-10 yıl	88	23.52	4.42		
	11-15 yıl	47	22.61	3.25		
	16 ve Üzeri	20	24.95	2.87		
EAB	1-5 yıl	53	23.45	3.24	10.869	.012*
	6-10 yıl	88	22.07	4.16		
	11-15 yıl	47	20.87	3.28		
	16 ve Üzeri	20	22.05	3.20		
BAB	1-5 yıl	53	23.83	2.70	12.199	.007*
	6-10 yıl	88	22.11	4.13		
	11-15 yıl	47	22.80	3.09		
	16 ve Üzeri	20	24.90	2.75		
MGAB	1-5 yıl	53	28.90	3.91	9.515	.023*
	6-10 yıl	88	28.01	3.53		
	11-15 yıl	47	27.57	4.35		
	16 ve Üzeri	20	25.95	3.21		
KİAB	1-5 yıl	53	27.49	4.12	9.043	.029*
	6-10 yıl	88	27.02	3.73		
	11-15 yıl	47	27.82	3.23		
	16 ve Üzeri	20	24.50	3.81		
SYAB	1-5 yıl	53	22.50	2.21	14,473	.002*
	6-10 yıl	88	21.27	3.39		
	11-15 yıl	47	20.48	3.02		
	16 ve Üzeri	20	20.80	2.50		
TOPLAM	1-5 yıl	53	150.60	13.24	8.339	.040*
	6-10 yıl	88	143.70	17.73		
	11-15 yıl	47	142.14	13.67		
	16 ve Üzeri	20	143.30	11.28		

p<0.05*

Tablo 4 incelendiğinde, beden eğitimi öğretmenlerinin SYBD durumları, mesleki kıdem değişkenine göre, SSAB, EAB, BAB, MGAB, KİAB, SYAB ve toplam puanlar açısından anlamlı biçimde farklılaştığı görülmektedir. Başka bir ifadeyle mesleki kıdem açısından kıdem arttıkça SYBD puanlarında ters orantılı olarak düşüşler görülmektedir. Başka bir ifadeyle beden eğitimi öğretmenlerinin görev süresi arttıkça SYBD puanları azalmaktadır. Toplam puan açısından bakıldığında 1-5 yıl görev süresi olan öğretmenlerin ($\bar{X} = 150.60 \pm 13.34$), 6-10 yıl ($\bar{X} = 143.70 \pm 17.73$), 11-15 yıl ($\bar{X} = 142.14 \pm 13.67$) son olarak 16 ve üzeri yıl çalışan öğretmenlerin ($\bar{X} = 143.30 \pm 11.28$) olarak

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİNİN SAĞLIKLI YAŞAM BİÇİMİ DAVRANIŞ DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

M. Emin KAFKAS, Armağan ŞAHİN KAFKAS, Mehmet ACET

bulunmuştur. Bu bulgulara göre beden eğitimi öğretmenlerinin meslek yılı arttıkça genellikle SYBD puan ortalamalarının anlamlı biçimde ($p<0.05$) azaldığı görülmektedir.

TARTIŞMA

Araştırmada beden eğitimi öğretmenlerinin SYBD'nin puan ortalamasının orta düzeyde olduğu bulunmuştur. SYBD ölçeğinden alınabilecek maksimum puan 192 olup, araştırmada SYBD puan ortalaması 145.7 ± 15.50 olarak saptanmıştır. Türkiye'de yapılan bazı çalışmalarda SYBD puan ortalamaları 122.1 ± 19.8 (Altun, 2002), 125.9 ± 17.4 (Karadeniz ve diğ. 2008), 117.5 ± 17.1 olarak (Pasinlioğlu ve Gözüm 1998), 134.5 ± 17.9 (Tokuç ve Berberoğlu, 2007) tespit etmişlerdir. Literatürden elde ettiğimiz sonuçlar bu çalışmanın gerisinde kalmaktadır. Çalışma SYBD puan ortalamaları açısından oldukça yüksek düzeydedir. Yurt dışında, aynı ölçekle yapılan çalışmalarda SYBD puan ortalamaları daha düşük düzeyde bulunmuştur (Bagwell and Bush 2000; Tashiro 2002). Araştırmada kadın öğretmenlerin SYBD puanlarının daha yüksek olduğu ve cinsiyete göre SYBD puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu saptanmıştır. Bu farklılığın nedeni gerek kültürel yapı ile gerekse bayanların sağlık, beslenme ve estetik gibi konulara erkeklerden daha sorumlu bakmaları ile ilgili olabilir.

Çalışmada beden eğitimi öğretmenlerinin SYBD'nin medeni durum değişkenine göre ölçeğin toplam ve bütün alt boyutları puan ortalamaları açısından anlamlı biçimde farklılaşmadığı görülmektedir. Bir başka ifade ile beden eğitimi öğretmenlerinin evli veya bekâr olması SYBD üzerinde anlamlı farklılık oluşturmamaktadır. Ancak öğretmenler üzerinde yapılan çalışmaların kısıtlılığından dolayı bu bağımsız değişkenin tam olarak tartışılması mümkün olmamıştır.

Araştırmada beden eğitimi öğretmenlerinin SYBD durumları, mesleki kıdem değişkenine göre ölçeğin toplam ve tüm alt ölçekler açısından anlamlı farklılaştığı saptanmıştır. Yani görev süresi arttıkça SYBD de artmaktadır. Literatürde bu çalışmayı destekler nitelikte (Yalçınkaya ve Diğ. 2007; Zaybak ve Fadilloğlu 2004; Geçgil ve Yıldız 2006) tarafından sağlık personeli üzerinde yapılan çalışmalarda sağlık personelinin çalışma yılı arttıkça kişilerin SYBD'ye olan eğilimleri de artmakta olduğunu tespit edilmiştir. Ancak literatürdeki bir çalışma ise (Pasinlioğlu ve Gözüm 1998) bu çalışmanın aksine yaş ile SYBD arasında ters bir ilişki tespit etmiştir. Elde edilen bulgular ve karşılaştırılan literatür örnekleri ışığında kişilerin yaş, mesleki kıdem veya çalışma yıllarının artması SYBD üzerinde olumlu etki yapması anlamına gelmektedir.

Çalışmada beden eğitimi öğretmenlerinin SYBD, okul türü değişkenine göre, BAB, SYAB ve toplam puanlar açısından anlamlı biçimde farklılık oluşturduğu bulunmuştur. Bir diğer ifadeyle ilköğretim veya lisede görev yapan öğretmenlerin SYBD puanları arasında BAB, SYAB ve toplam puanlar açısından lisede görev yapan öğretmenler lehine anlamlı biçimde ($p<0.05$) farklılık gösterdiği saptanmıştır. Ancak SYBD puanlarının SSAB, EAB, MGAB ve KİAB açısından görev yapılan okul türü değişkenine göre anlamlı biçimde farklılaşmadığı görülmektedir. Yani beden eğitimi öğretmenlerinin görev yaptıkları okul türünün SYBD puanlarının SSAB, EAB, MGAB ve KİAB üzerinde farklılık oluşturmadığı belirlenmiştir.

SONUÇ

Araştırmadan elde edilen sonuç, genel olarak beden eğitimi öğretmenlerinin SYBD puan ortalamalarının yüksek düzeyde (145.7 ± 15.50) olduğunu göstermiştir. Bu sonuç Türkiye ölçeği açısından değerlendirildiğinde, literatürdeki çalışmalarla kıyaslandığında beden eğitimi öğretmenleri açısından iyi olduğu söylenebilir. Ancak araştırma örnekleminin sadece Malatya ilinde görev yapan beden eğitimi öğretmenlerini oluşturduğu düşünüldüğünde Türkiye genelinde görev yapan beden eğitimi öğretmenleri üzerinde veya diğer branşlardaki öğretmenlerle kıyaslanması gerekmektedir. SYBD'nin bütün dünyada yeniden gözden geçirildiği ve davranışa dönüştürülmesi gayretlerinin hızla devam ettiğini hem araştırmalardan hem de yazılı ve görsel medyada görülmektedir. Bu konuda gelişmiş ve gelişmekte olan toplumlar için çok önemli bir yere sahip olan okul ortamı ve okulda görev yapan

öğretmenlere özellikle de beden eğitimi öğretmenlerine önemli görevler düşmektedir. Bireylerin küçük yaşta sağlık davranışı edinmelerinde öğretmenlerin önemli görevleri bulunmaktadır.

Bu sonuçlar ışığında;

Okullarda verilen eğitimin öğrencilerde davranış ve alışkanlık düzeyine dönüşüp dönüşmediğinin bilimsel çalışmalarla tespit edilip gerekli düzenlemelerin yapılması,

Yalnızca beden eğitimi öğretmenlerinin değil okullarda çalışan bütün öğretmenlerin öğrenciler için birer model oldukları düşünüldüğünde öğretmenlerin SYBD belirlenmesi, öğretmenlerin SYBD'nin nasıl arttırılacağı ile ilgili bilimsel çalışmaların yapılması gerekmektedir.

KAYNAKLAR

- Altun, İ. (2002). "Kocaeli'nde Yaşayan Halkın Sağlıkla İlgili Tutumlarına ve Sağlık Yaşam Biçimi Davranışlarına İlişkin Bir Çalışma", Sağlık ve Toplum, 3:41-51.
- Ayaz, S. Tezcan, S. Akıncı, F. (2005). "Hemşirelik Yüksekokulu Öğrencilerinin Sağlığı Geliştirme Davranışları", Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 9(2): 26-34.
- Bagwell, MM. Bush, HA. (2000). "Improving Health Promotion For Blue-Collar Workers", Journal of Nursing Care Quality, 14(4): 65-71.
- Bahar, Z. Beşer, A. Gördes, N. Ersin, F. ve Kıssal, A. (2008). "Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği II'nin Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması", C.U.Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 12(1).
- Beser, A. Bahar, Z. Büyükkaya, D. (2007). Health promoting behaviors and factors related to lifestyle among Turkish workers and occupational health nurses' responsibilities in their health promoting activities, Ind Health, 45(1):151-159.
- Çimen, S. (2003). "15-18 Yaş Grubu Gençlerde Riskli Sağlık Davranışları Ölçeğinin Geliştirilmesi", Yayınlanmamış Doktora Tezi. İstanbul.
- Dirican, R. Bilgel, N. (1993). "Halk Sağlığı", II. Baskı. Bursa. Uludağ Üniversitesi Basımevi.
- Geçgil, E. Yıldız, S. (2006). "Adölesanlara Yönelik Beslenme ve Stresle Başetme Eğitiminin Sağlığı Geliştirmeye Etkisi", Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi, 10(2):19-28.
- Gordon, E. Golanty, E. Brown, KM. (2002). Health and Wellness: Physical Activity for Health and Well- Being, Boston, Jones and Barlett Publishers.
- Güler, G. Güler, N. Kocataş, S. Yıldırım, F. Akgül, N. (2008). Bir Üniversitede Çalışan Öğretim Elemanlarının Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları. C.Ü. Hemşirelik Dergisi, 12(3):18-26
- Güngör, İ. Hotun, ŞN. (2006). "Sağlığın Geliştirilmesinde Kullanılan Temel Davranış Değiştirme Kuram ve Modelleri", Hemşirelik Forumu Dergisi. 3:6-13.
- Karadeniz, G. Yanikkerem, UK. Dedeli, Ö. ve Karaağaç, Ö. (2008). "Üniversite Öğrencilerinin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları", TAF Preventive Medicine Bulletin, 7(6).
- Karasar, N. (2000). "Bilimsel Araştırma Yöntemi", 10. Baskı, Ankara, Nobel Yayın Dağıtım.
- Kaya, F. Ünüvar, R. Bıçak, A. Yorgancı, E. Çınar, B. Öz, F. Kankaya F (2008). Öğretim elemanlarının sağlığı geliştirme davranışları ve etkileyen etmenlerin incelenmesi. TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni, 7(1):59-64.
- Maurer, F. Smith, C. (2000). Community Health Nursing Theory and Practice, WB Saunders Company.
- Owens, L. (2006). "The Relationship of Health Locus of Control, Self Efficacy, Health Literacy and Health Promoting Behaviors in Older Adults", A dissertation presented fort he doctor of philosophy decree, The University of Memphis.
- Pasinlioğlu, P. Gözüm, S. (1998). "Birinci Basamak Sağlık Hizmetlerinde Çalışan Sağlık Personelinin Sağlık Davranışları", Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 2(2): 60-68.
- Tashiro, J. (2002). "Exploring Health Promoting Lifestyle Behaviors Of Japanese College Women: Perceptions, Practices, And Issues", Health Care Women International, 23(1): 59-70.

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİNİN SAĞLIKLI YAŞAM BİÇİMİ DAVRANIŞ DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

M. Emin KAFKAS, Armağan ŞAHİN KAFKAS, Mehmet ACET

- Tokuç, B. ve Berberoğlu, U. (2007). “Edirne Merkez İlçe İlköğretim Okullarında Çalışan Öğretmenlerde Sağlığı Geliştirici Davranışlar”, TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni, 6(6): 10-16.
- Turgul, Ö. Balaban, C. Özüğurlu, B. Atasoy, R. Çınar, N. Özgener, N. (2004). Narlidere’de öğretmenlerde nikotin bağımlılığı ve sağlık geliştirici davranışlar. 9. Halk Sağlığı Kongresi Kitabı, Ankara.
- Ünalın, D. Şenol, V. Öztürk, A. ve Erkorkmaz, Ü. (2007). “Meslek Yüksekokullarının Sağlık ve Sosyal Programlarında Öğrenim Gören Öğrencilerin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları ve Öz-Bakım Gücü Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi, 14(2) 101-109
- Walker, SN. Sechrist, KR. Pender, NJ. (1987). “The Health-Promoting Lifestyle Profile: Development And Sychometric Characteristics”, Nurs Res, 36(2):76-81.
- Yalçınkaya, M. Özer, GF. ve Karamanoğlu, YA. (2007). “Sağlık Çalışanlarında Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının Değerlendirilmesi”, TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni, 6(6):21-34
- Zaybak, A. Fadiloğlu, Ç. (2004). “Üniversite Öğrencilerinin Sağlığı Geliştirme Davranışı ve Bu Davranışı Etkileyen Etmenlerin Belirlenmesi”, Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 20(1): 77-95.

