

EDİTÖRDEN

Merhaba,

Spor Bilimleri Dergisi yirmi birinci yayın yılına ayak bastı. Spor Hekimliği Dergisi'nden sonra bu alandaki bilimsel çalışmaları yayımlamaya başlayan ve olabildiğince kesintisiz şekilde yayın yaşamını sürdüren Spor Bilimleri Dergisi'nin ilk sayısından bugüne çok değerli meslektaşlarımızı bize destek oldular. Dergiyi yayıma başlatan ve her konuda destek olanlara teşekkürü borç biliriz. Bunların bir kısmı aramızdan ayrıldı. Onları da saygıyla anıyoruz.

Derginin, o zamanki adıyla Spor Bilimleri Bülteni'nin, ilk sayısından günümüze değin Bilimsel Danışma Kurulu üyeliklerinde bulunan ve hakemlik yapan bilim insanlarını incelediğimizde, alanın yapısı gereği farklı boyutlarda uzmanlaşmış meslektaşlarımızın varlığı dikkat çekmektedir. Bu durum doğaldır çünkü hareket, egzersiz ve spor bilimleri alanı çoklu yapısı gereği farklı alanlarda uzmanlaşma gerektirmekte, yeri geldiğinde farklı alanların ortak çalışma yapmaları konusunda zengin olanaklar sunmaktadır. Yani bu alan bir nevi farklılıkların birlikteliği, birlikteliğin farklılığı gibidir.

Farklı boyutlardaki uzmanlaşma doğal olarak her boyutun ulusal ve evrensel düzeydeki kendi ölçütlerini oluşturmasına olanak tanımaktadır. Bu nedenle, her boyutun kendi kanalında yürüyüp çalışmalarını sürdürürken, gereksinim duyulduğunda işbirliğinin yolu açılmalıdır. Yoksa gelecekte durum "sosyo-biyolog" mantığına dönüşerek bazı boyutlar diğerlerini önemsizleştirerek bazı merak ve problem çözüme yaklaşımlarını köreltebilir. Oysa farklı boyutlar; kaynağından çıkıp yolunu arayan suyun farklı kanalları oluşturarak ilerlemesine benzetilebilir. Önü kapatılan kanal tıkanır. Tıkanıklık ise bazen su baskınlarına neden olarak çevreye ve insanlara zarar verebilir.

Her alanda olduğu gibi bizim alanımızda da ilk zamanlar kanal sayısı sınırlıyken günümüzde onlarca kanaldan söz ediyoruz. Gelecekte ise kanalların sayısı daha da artacaktır. Diğer bir deyişle, her yeni günde yeni sorular sorulmakta, yeni soruların yanıtları daha fazlasını doğurmaktadır. Bu süreçte, bilim insanları filozoflaşmakta, felsefi yorumları ile daha karmaşık sorunlar ortaya koymaktadırlar. Süreç içinde unutulmaması gereken şey "nitelikten ve derinlikten" taviz vermemektir. Sonuç olarak

bilimsel yaşama, Leonardo'dan uyarlamayla, "görerek bakmak, duyarak dinlemek, hissederek dokunmak, tat alarak yemek, fark ederek hareket etmek, kokuları ayırarak nefes almak ve düşünerek konuşmak" şeklinde yaklaşmak gerekir.

Sevgiyle kalın...

Gıyasettin DEMİRHAN
Sorumlu Yazı İşleri Müdürü

EDİTÖRDEN

Değerli okuyucular,

Hepimizin bildiği gibi “spor ve egzersiz psikolojisi” iki ana amaca hizmet etmektedir. Birincisi, psikolojik faktörlerin bireyin fiziksel performansını (motor) nasıl etkilediğini, ikincisi ise spor ve egzersize katılımın bireyin psikolojik gelişimini, sağlığını ve zindeliğini nasıl etkilediğini anlamaktır. İki temel amaç çerçevesinde ele alındığında, spor ve egzersiz psikolojisi sadece spordaki insan davranışlarını yarışma boyutunda ya da üst düzey performans boyutunda ele almamakta; aynı zamanda sağlık amaçlı veya rekreatif amaçlı yapılan fiziksel etkinliklere katılım boyutu ile bireyin davranışlarını incelemektedir.

Spor ve egzersiz psikolojisinin ikinci temel amacı doğrultusunda yapılan çalışmalar egzersiz psikolojisi alanı olarak adlandırılmaktadır. Egzersiz psikolojisi, temelde fiziksel aktivite ile optimal psikolojik zindelik arasındaki ilişkiyi araştırır. Fiziksel aktivite ve duygu durumdaki değişim, stres kontrolü, psikolojik zindelik, benlik kavramı gelişimi, kendine yetme ve egzersiz bağımlılığı gibi konular egzersiz psikolojisinin temel konularını oluşturur. Egzersizin önemi, egzersiz tercihi ile ilişkili bireysel özellikler, egzersizden zevk almanın kaynakları da egzersiz psikolojisinin çalışma alanları arasında yer alır.

Bu sayıda yer alan çalışmalar ülkemizde yeni olan egzersiz psikolojisi alanı ile ilişkilidir ve bu bilim dalında yer alan farklı çalışma konularını yansıtmaktadır. Bu çalışmalardan ikisi, egzersizin psikolojik etkilerini deneysel yöntemlerle iki farklı örneklem grubunda ele alırken,

diğer iki çalışma egzersiz davranışı parametrelerine (egzersiz değişim basamağı, egzersiz süresi, türü....) göre psikolojik yapıların (optimal performans duygu durumu ve öz yeterlik) incelemesini kesitsel yöntemlerle ele almıştır. Egzersiz psikolojisinin farklı konularını ele alan bu çalışmaların, ülkemizde yapılacak çalışmalara yol gösterici olmasını ve araştırmacıları bu konuları çalışmaya cesaretlendirmesini temenni ediyoruz.

F. Hülya AŞÇI

Yardımcı Yayın Yönetmeni