

ISSN: 2149-1046



BEDEN EĞİTİMİ ve SPOR BİLİMLERİ D E R G İ S İ

Cilt/Vol: 12 • Sayı/No: 1 • Haziran/June 2017



MANİSA
CELAL BAYAR
ÜNİVERSİTESİ

**CBÜ BEDEN EĞİTİMİ VE
SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ**

**CBU JOURNAL OF PHYSICAL
EDUCATION AND SPORT SCIENCES**

2017, Cilt 12, Sayı 1
Çevrimiçi Basım Tarihi: Haziran 2017
ISSN: 2149-1046

2017, Volume 12, Issue 1
Publishing Date: June 2017
ISSN: 2149-1046

Yayın hakkı©1995 CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi
CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi yılda 2 kez yayımlanan hakemli süreli bir yayındır.

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

CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi Adına

Sahibi – Owner

Dr. Bilal-i Habeş GÜMÜŞ

Baş Editör – Editor in Chief

Dr. Bilal-i Habeş GÜMÜŞ

Editör Yardımcıları/ Associate Editors

Dr. Serdar TOK

Dr. Murat TAŞ

Dr. Pınar GÜZEL

Yayın Kurulu / Editorial Board

Dr. Hatice ÇAMLIYER

Dr. Metin Vehbi SAYIN

Dr. Hüseyin Serhat YERCAN

Dr. Necip KUTLU

Dr. Selhan ÖZBEY

Dr. H. Alper GÜNGÖRMÜŞ

Dr. Süleyman MUNUSTURLAR

Dr. Ali ÖZKAN

Yayın/Teknik Koordinatörü

Dr. Kadir YILDIZ

Publishing/Technical Coordinator

Dr. Kadir YILDIZ

İngilizce Dil Editörleri

Dr. Mehmet ASMA

Öğrt. Gör. Kıvanç DİNLER

Proofreading for Abstracts

Dr. Mehmet ASMA

Öğrt. Gör. Kıvanç DİNLER

Yazım Kontrol Grubu

Dr. Fırat ÇETİNÖZ

Editing Scout

Dr. Fırat ÇETİNÖZ

Yayın Dili

Türkçe- İngilizce

Language

Turkish-English

BİLİMSEL DANIŞMA KURULU – SCIENTIFIC ADVISORY BOARD

Dr. Ahmet UZUN	<i>Necmettin Erbakan Üniversitesi</i>
Dr. Ali ÖZKAN	<i>Bartın Üniversitesi</i>
Dr. Aylin ZEKİOĞLU	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Aysel PEHLİVAN	<i>Haliç Üniversitesi</i>
Dr. Aytekin SOYKAN	<i>Marmara Üniversitesi</i>
Dr. Bahar ATEŞ	<i>Uşak Üniversitesi</i>
Dr. Baki YILMAZ	<i>Yıldırım Beyazıt Üniversitesi</i>
Dr. Betül BAYAZIT	<i>Kocaeli Üniversitesi</i>
Dr. Beyza Merve KARAKÜÇÜK	<i>Gazi Üniversitesi</i>
Dr. Burak GÜRER	<i>Gaziantep Üniversitesi</i>
Dr. Cem KURT	<i>Trakya Üniversitesi</i>
Dr. Cenab TÜRKERİ	<i>Çukurova Üniversitesi</i>
Dr. Çağrı ÇELENK	<i>Erciyes Üniversitesi</i>
Dr. Defne ÖCAL KAPLAN	<i>Kastamonu Üniversitesi</i>
Dr. Dilşad ÇOKNAZ	<i>Abant İzzet Baysal Üniversitesi</i>
Dr. Dilşad MİRZE OĞLU	<i>Sakarya Üniversitesi</i>
Dr. Ercan POLAT	<i>Ömer Halisdemir Üniversitesi</i>
Dr. Erdi KAYA	<i>Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi</i>
Dr. Erdil DURUKAN	<i>Balıkesir Üniversitesi</i>
Dr. Ersan KARA	<i>Uşak Üniversitesi</i>
Dr. Ersan TOLUKAN	<i>Yıldırım Beyazıt Üniversitesi</i>
Dr. Ertan TABUK	<i>Hitit Üniversitesi</i>
Dr. Fatih ÇATIKKAŞ	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Fatih KIYICI	<i>Atatürk Üniversitesi</i>
Dr. Feyza Meryem KARA	<i>Kırıkkale Üniversitesi</i>
Dr. Fırat ÇETİNÖZ	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Gökhan ÇOBANOĞLU	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. H. Alper GÜNGÖRMÜŞ	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. H. Birol YALÇIN	<i>Abant İzzet Baysal Üniversitesi</i>
Dr. Hacı Murat ŞAHİN	<i>Batman Üniversitesi</i>
Dr. Hakkı ÇOKNAZ	<i>Abant İzzet Baysal Üniversitesi</i>
Dr. Hatice ÇAMLIYER	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Hayri AYDOĞAN	<i>Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi</i>
Dr. Hikmet VURGUN	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Hulusi ALP	<i>Süleyman Demirel Üniversitesi</i>
Dr. Hüseyin ÇAMLIYER	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. İbrahim CAN	<i>Bartın Üniversitesi</i>
Dr. İlker ÖZMUTLU	<i>Namık Kemal Üniversitesi</i>
Dr. İsa SAĞIROĞLU	<i>Trakya Üniversitesi</i>
Dr. Kadir YILDIZ	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Kemal GÖRAL	<i>Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi</i>
Dr. Levent ATALI	<i>Kocaeli Üniversitesi</i>
Dr. Mehmet ASMA	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Mehmet GÜL	<i>Cumhuriyet Üniversitesi</i>
Dr. Mehmet GÜLLÜ	<i>Malatya İnönü Üniversitesi</i>
Dr. Meliha Atalay NOORDEGRAAF	-----
Dr. Melike ESENTAŞ	<i>Batman Üniversitesi</i>
Dr. Meriç ERASLAN	<i>Akdeniz Üniversitesi</i>
Dr. Metin Vehbi SAYIN	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Murat AKYÜZ	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Murat KUL	<i>Bartın Üniversitesi</i>
Dr. Murat TAŞ	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Mustafa AKIL	<i>Uşak Üniversitesi</i>
Dr. Mustafa ÖZDAL	<i>Gaziantep Üniversitesi</i>
Dr. Mustafa Yaşar ŞAHİN	<i>Gazi Üniversitesi</i>

Dr. Mutlu TÜRKMEN
Dr. Müfide Y. ÇOTUK
Dr. Müge MUNUSTURLAR
Dr. Mümine SOYTÜRK
Dr. Mürsel BİÇER
Dr. Nazmi SARITAŞ
Dr. Nevzat MİRZEÖĞLU
Dr. Nevzat MUTLUTÜRK
Dr. Nilgün VURGUN
Dr. Niyazi ENİSELER
Dr. Nuran KANDAZ GELEN
Dr. Nurgül TEZCAN
Dr. Nurten DİNÇ
Dr. Osman Tonguç MUTLU
Dr. Ömer ŞENEL
Dr. Özden TEPEKÖYLÜ
Dr. Özgür MÜLAZIMOĞLU BALLI
Dr. Özkan IŞIK
Dr. Öznur AKYÜZ
Dr. Pınar GÜZEL
Dr. Recep CENGİZ
Dr. Recep GÜRSOY
Dr. Recep SOSLU
Dr. Rıdvan EKMEKÇİ
Dr. S. Cem DİNÇ
Dr. Sabri ÖZÇAKIR
Dr. Selhan ÖZBEY
Dr. Serdar TOK
Dr. Sevda ÇİFTÇİ
Dr. Süleyman MUNUSTURLAR
Dr. Şebnem CENGİZ
Dr. Taner BOZKUŞ
Dr. Tennur YERLİSU LAPA
Dr. Turan IŞIK
Dr. Uğur ABAKAY
Dr. Uğur SÖNMEZOĞLU
Dr. Umut Davut BAŞOĞLU
Dr. Ümit KARLI
Dr. Ünal KARLI
Dr. Vedat ÇINAR
Dr. Yavuz YILDIZ
Dr. Zeynep ONAĞ
Dr. Zuhul KILINÇ

Bartın Üniversitesi
Marmara Üniversitesi
Anadolu Üniversitesi
Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Gaziantep Üniversitesi
Erciyes Üniversitesi
Sakarya Üniversitesi
Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Sakarya Üniversitesi
Düzce Üniversitesi
Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi
Gazi Üniversitesi
Pamukkale Üniversitesi
Pamukkale Üniversitesi
Bartın Üniversitesi
Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi
Bartın Üniversitesi
Pamukkale Üniversitesi
Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Abant İzzet Baysal Üniversitesi
Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Sakarya Üniversitesi
Anadolu Üniversitesi
Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Bartın Üniversitesi
Akdeniz Üniversitesi
Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Gaziantep Üniversitesi
Pamukkale Üniversitesi
Nişantaşı Üniversitesi
Abant İzzet Baysal Üniversitesi
Abant İzzet Baysal Üniversitesi
Fırat Üniversitesi
Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Batman Üniversitesi

2017: 12(1) BİLİMSEL DANIŞMA KURULU / ADVISORY BASED MEMBERS FOR 2017: 12(1)

Dr. Serdar TOK
Dr. Selhan ÖZBEY
Dr. Kadir YILDIZ
Dr. Fırat ÇETİNÖZ
Dr. Nihal DAL
Dr. Gülay ALDEMİR

İÇİNDEKİLER
CİLT 12, SAYI 1, HAZİRAN 2017

CONTENTS
VOLUME 12, ISSUE 1, JUNE 2017

Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi / Physical Education and Sports Teaching **Page/Sayfa**

- İlköğretim Okulları 2. Kademe Öğrencilerinin Beden Eğitimi ve Spor Dersine İlişkin Tutumlarının Belirlenmesi (Düzce Örneği)**
Determination of the Secondary School Students' Attitudes with the Course of Physical Education and Sports (Düzce Sample)
Ömer SİVRİKAYA, Muharrem KILÇIK 01-15

Sport Management / Spor Yönetimi

- Gençlik ve Spor Bakanlığı Merkez Teşkilatı Çalışanlarının Örgütsel Adalet ile Örgütsel Sessizlik Algıları Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma**
A Study on the Relationship Between Organizational Justice and Organizational Silence Perceptions of The Employees of The Central Organization of The Ministry of Youth and Sports
Gözde ALGÜN DOĞU, Baki YILMAZ..... 16-27

Psycho-Social Fields in Sport / Sporda Psiko-Sosyal Alanlar

- Ata Sporumuz Güreşe Yönelik Günümüzdeki Toplumsal Bakışın Değerlendirilmesi**
Evaluation of the Current Social Perspective Towards Our Ancestors' Sport Wrestling
Mücahit FİŞNE, Sait BARDAKÇI, Yalçın KARAGÖZ 28-42

Spor Sağlık Bilimleri / Sports Health Sciences

- Egzersiz Bağımlılığı, Yeme Tutum ve Davranışları İlişkisi**
Correlation Between Exercise Dependence and Eating Attitudes and Behaviors
İrfan YILDIRIM, Yunus YILDIRIM, Yasin ERSÖZ, Özkan IŞIK, Sinan SARAÇLI, Şeniz KARAGÖZ, Rıfat YAĞMUR..... 43-54

ÖNEMLİ NOT: Kurum dergisi olan CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, Haziran 2017 yılı itibarıyla yayınları TUBİTAK DERGİPARK AKADEMİK sistemi üzerinden kabul etmektedir. Dergi'nin OJS Sisteminden DERGİPARK'a aktarımı yapılamayan/arada kalan ve <http://edergi.cbu.edu.tr/ojs/index.php/besyo> üzerinden yayını yapılan online sisteme eklenen 3 makaleye yeni sayfa numarası verilerek Dergipark üzerinden online erişime açılmıştır. İlgili yazar ve paydaşlarımızın bilgisine sunulur. Bu araştırma başlıkları aşağıda verilmiştir:

- Relationships between Flow Experience, Personality, Emotional Intelligence, and Performance in a Race Car Driving Simulation***
Erman DOĞAN, Nihal DAL, İlker BALIKÇI, Serdar TOK..... 55-65

- Basketbolcuların Öğrenme Biçimlerinin İncelenmesi**
Şehmus ASLAN..... 66-76

- Genç Basketbolcularda 8 Haftalık Antrenman Programının Fiziksel Parametrelere Etkisi
Öznur AKYÜZ 77-82

İlgili Sayı Editörü: Dr. Bilal-i Habeş GÜMÜŞ
Yardımcı Editörler: Dr. Serdar TOK, Dr. Muammer ALTUN

İlköğretim Okulları 2. Kademe Öğrencilerinin Beden Eğitimi ve Spor Dersine İlişkin Tutumlarının Belirlenmesi (Düzce Örneği)

Determination of the Secondary School Students' Attitudes with the Course of Physical Education and Sports (Düzce Sample)

ORJİNAL ARAŞTIRMA/
ORIGINAL RESEARCH

Ömer SİVRİKAYA¹
Muharrem KILÇIK¹

¹Düzce Üniversitesi, Spor
Bilimleri Fakültesi

Özet:

Bu araştırmanın amacı; Düzce ili ilköğretim okulları 2. kademe öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutumlarının belirlenmesidir. Araştırmanın örneklem gurubunu Düzce ilinde 5, 6, 7 ve 8. sınıfta öğrenim gören 204'ü erkek 190'ı kız olmak üzere toplam 394 gönüllü öğrenci oluşturmuştur. Veri toplama aracı olarak anket kullanılmıştır. Anketin birinci bölümünde bilgi formuna, ikinci bölümünde ise Demirhan ve Altay (2001)'in revize ettiği, beden eğitimi ve spor tutum ölçeğine (BESTÖ) yer verilmiştir. Elde edilen verilerin değerlendirilmesinde SPSS (20) istatistik programı kullanılmış ve bu verilerin anlamlılık düzeyi ($p < 0.05$) alınmıştır. Araştırmada katılımcıların demografik özellikleri ile ankete verdikleri cevapların yüzdelik dağılımlarının belirlenmesinde frekans analizi; cinsiyetler ile beden eğitim dersine ilişkin tutumlarının karşılaştırılmasında bağımsız gruplarda t-testi; yaşanılan yer, sınıf, yaş, gibi değişkenlere göre beden eğitimi dersine ilişkin tutumlarının karşılaştırılmasında tek yönlü varyans analizi ile farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için ise Scheffe ve Games-Howell testleri uygulanmıştır ($p < 0.05$). İlköğretim okulları 2. kademe öğrencilerinin okuduğu sınıfa ve ailelerinin aylık gelir durumları göz önüne alınarak tutumları incelendiğinde tek yönlü varyans analizi" sonuçlarına göre yedinci sınıfta okuyan kız ve erkek öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine karşı tutumları altıncı sınıfta okuyan kız ve erkek öğrencilerin tutumlarına nazaran daha olumlu olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ekonomik durumu iyi olan ailelerde beden eğitimi ve spor dersine karşı olumlu tutum artmaktadır. Ailelerin öğrencilerin spor yapmalarına izin vermesi onları olumlu yönde etkilemiştir. Ailesinde spor yapan öğrencilerin aile fertlerinden etkilenerek beden eğitimi ve spor dersine karşı tutumlarını olumlu şekilde etkilemiştir.

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi, İlköğretim, Öğrenci, Spor ve Tutum

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 06.02.2017

Kabul Tarihi: 08.06.2017

Online Yayın Tarihi:

30.06.2017

Sorumlu yazar:

omersivrikaya@duzce.edu.tr

Abstract:

The objective of this research is to determine the attitudes of the secondary school students' studying at primary education schools which are in the province of Düzce towards physical education and sports lessons. While the total field under survey consists of the secondary school students' studying at primary education schools which are in the province of Düzce, the sample group are composed of total 394 volunteer students consisting of 204 boys and 190 girls who are selected randomly among 5th, 6th, 7th and 8th grade students. The questionnaire is used as data collection tool. In the first part of the survey demographic characteristics, in the second part of survey physical education and sport attitude scale take place which is revised by Demirhan and Altay (2001). Statistical software SPSS (20) is used in the evaluation of the data obtained and, the level of significance is considered as ($p < 0.05$). Frequency analysis is applied to determine the demographic characteristic and percentage of the distributions for the responses of participants, in independent groups t-test is applied to comparisons of the genders and attitudes towards physical education classes, one-way analysis of variance is applied to make comparisons for the attitudes of the course of physical education according to variables such as living place, class, age etc, and Scheffer and Games-Howell test is applied to determine the differences stemmed from which group ($p < 0.05$). According to the one-way analysis of variance results, we can consume that, with the consideration of monthly income of the parents of students and the classes in which the students study in secondary schools, the attitudes of the seventh class girl and boy students are more positive than the attitudes of the sixth class girl and boy students in physical education and sports lesson. The positive attitudes of the students increase in the economically wealthy families. The results of the analysis showed that the attitudes of the students are effected positively whether their parents let them to do sports or not. The students whose family members do sports are more interested in physical education and sports lesson than the others.

Keywords: Physical Education, Primary education, Student, Sports and Attitudes

GİRİŞ

Eğitim insana özgü bir faaliyet olduğu için insan fizyolojik ve psikolojik yapısı gereği de eğitime muhtaç bir varlıktır (Koçak, 2002). Eğitimde amaçların gerçekleşmesi öğrencinin zihinsel eğitiminin yanında fiziksel eğitimiyle olanaklıdır. Beden eğitimi ve spor, genel eğitimin ayrılmaz bir parçasıdır. Amaçlar arasında bir paralellik bulunan her iki eğitim, bir bakıma, birbirini tamamlayıcı bir nitelik taşır (Yavaş, 996).

Beden eğitimi, bireylerin gelişmiş nitelikleri dikkate alınarak bireysel ve toplumsal çevre tarafından bedenlen, ruhen; sıhhatli, sevinçli, güzel ahlak sahibi ve düzgün bir kişiliğe sahip; üretken, becerikli ve olumlu; "milli kültür değerlerini ve demokratik hayatın gerektirdiği davranışlarla donatılmış bireyler olarak geliştirilmeleri için zorunlu karakter eğitimidir (Yaygın,1997).

Morgan (1995), tutum kavramını şu şekilde açıklamaktadır; belirli kişi, obje veya durumlara pozitif veya negatif bir tepki verme meyili şeklinde ifade etmektedir. Tutumlar, en pozitiften en negatife doğru farklı kademelerde oluşabilir. Negatif tutumlar; obje veya düşünceler hakkında negatif kanaati benimseyerek, bu düşünceleri istememe ya da sevmeme gibi bu düşüncelere yönelik tepki oluştururlar. Pozitif tutumlara bakıldığında; obje veya düşünceler hakkında pozitif kanaati benimseyerek, bu düşünceyi içselleştirme ve hoşnut olmayla kendisini göstermektedirler (Demirhan ve Altay, 2001).

Kişi dünyaya geldiğinde tutumlarıyla birlikte yaşama ilk adımını atmaz. Anne-baba ve etraftan öğrenilenler ile yaşantı ve tecrübelerin bir araya gelmesi, tutumları oluşturur. Kişi, bir tutumu benimsedikten sonra, bu tutumla ilgisiz bir durumla karşı karşıya geldiğinde umursamama söz konusudur. Tutumlar, yeniliğe ters düşse de, bilhassa kişinin etrafındaki vaka ve durumlardan çok üstün mertebede etkisi altında kaldığı ergenlik döneminde çok ağır olmakla beraber değişme niteliği gösterebilir (Özgüven, 2000). Kişinin tutumları farklı şekilde değişebilir. Bunlardan biri kişinin bilerek veya bilmeyerek benimsediği tutuma karşı eylemde bulunması ile olur. Değişiklikler az bir olasılıkta olsa bile tutumu etkileyebilir (Akpınar, 2006).

Spor faaliyetlerine yönelik tutumları negatif olan öğrenciler beden eğitimi ve spor dersinde performansını düşürebilir, ders etkinliklerine katılmak istemeyebilir, dersi önemsiz görebilir ve ders esnasında birçok problem oluşturabilir. Öğrencilerin diğer derslere göstermiş oldukları

olumlu ya da olumsuz tepkiyi beden eğitimi ve spor dersine karşıda gösterebilirler. Kız ve erkek öğrencilerin sportif etkinliklere takınacağı pozitif tutum, beden eğitimi ve spor dersine de yansiyarak dersin kazanımlarını amacına uygun bir biçimde verilmesini sağlayıp; dersin kısa ve uzun sürede elde edilmesi gereken hedefine daha kısa sürede ulaşmasını sağlar ya da öğrencinin ileriki yıllarda bedensel faaliyetlere gönüllü iştiraklerine zemin hazırlayabilir (Silverman ve Scrabis, 2004).

Kız ve erkek öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine yönelik demografik özelliklerinin farklı olması sebebiyle farklı tutum gösterebilmektedirler. Yapılan araştırmalara göre erkek ve kız öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumlarına bakacak olursak; Güllü ve Korucu'ya (2005) göre İlköğretim okulları 2. kademe öğrencilerinin beden eğitim ve spor derslerine yönelik düşüncelerinin incelenmesi çalışmalarına Malatya'da bulunan tesadüfen seçilmiş 647 İlköğretim okulları 2. kademe öğrencisi katılmış ve çalışma değerlendirmelerine bakıldığında; öğrencilerin beden eğitim ve spor dersine yönelik tutumlarının genel olarak pozitif yönde olduğu görülmüştür (Güllü ve Korucu, 2005).

Demirhan ve Koca (2004) katılımcıların kız ve erkek olmasını ve spora katılım bakımından lise öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumları ölçmeyi hedeflemişlerdir. Çalışma bulgularına bakıldığında; erkek ve kızların tutumları mukayese edildiğinde kızların tutum puanları erkeklere göre daha düşük olduğu görülmüştür (Başer, 2009; Demirhan ve Koca, 2004; Keskin, 2015; Phillips, 2011). Literatürdeki çalışmaların bazılarında ise erkek öğrencilerin tutum puanlarının daha yüksek olduğu görülmektedir (Balyan, 2009; Ekici vd., 2011; Güllü, 2007).

Hünük'ün (2006) Ankara'daki merkez ilçelerde ilköğretim okulları 2. kademe öğrencilerinin beden eğitim ve spor dersine yönelik tutumlarının öğrencinin erkek - kız oluşu, sınıf seviyesi ve öğretmenin erkek ya da kız oluşu ve spora faal katılımları bakımından mukayese edilmesi konulu yüksek lisans tez çalışmasında; sınıf seviyesi, cinsiyette kızlar aleyhine, spora katılım bakımından sporcu lisansına sahip olmayanlar aleyhine, şubesi, erkek - kız oluşu öğretmenin erkek - kız oluşu düşünüldüğünde tabii bir değişiklik görülmüştür (Hönük, 2006).

Gürbüz'ün (2011) Muğla ilinde yapmış olduğu araştırmada katılanların verdikleri cevaplar incelendiğinde katılımcıların ailelerinin aylık gelir durumları ile beden eğitimi dersine ilişkin

tutumları arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır.

Adıgüzel'in (2010) yapmış olduğu araştırmaya göre öğrenci ailelerinin spor yapmalarını destekleme durumlarına ilişkin dağılımları pozitif yönde olduğu görülmüştür. Ailede spor yapan birisi olan öğrencilerin olmayanlara oranla ailelerinden daha fazla spor yapması için teşvik gördüğü sonucuna ulaşılmıştır.

Çetin'in (2007) yapmış olduğu çalışmada; öğrencilerin yaşadıkları yere göre tutum puan ortalamalarını yüksekten düşüğe doğru sıraladığında ilçe-kasaba değişkenini il, il değişkenini ise köy takip etmektedir.

Bu araştırmanın amacı, Düzce İl'indeki İlköğretim okulları 2. kademe öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersi ile alakalı tutumlarını incelemektir. Öğrencilerin tutumlarını olumlu ve olumsuz etkileyen faktörleri belirleyip önleyici tedbirler almaktır.

YÖNTEM

Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırmamızın evrenini Düzce ilindeki İlköğretim okulları 2. kademe öğrenim gören 5, 6, 7 ve 8. sınıf öğrencilerden oluşmaktadır. Örneklem grubu ise 2015-2016 eğitim-öğretim yılında Düzce şehir merkezinde 8 ve Yığılca ilçesi şehir merkezinde 2 olmak üzere toplam 10 okulda öğrenim gören İlköğretim okulları 2. kademe 5, 6, 7 ve 8. sınıf öğrencilerden meydana gelmektedir.

Veri Toplama Aracı

Veri toplama aracı olarak, birinci bölümünde araştırmacı tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu, ikinci bölümünde ise öğrenci tutumlarının ölçülmesi için; Demirhan ve Altay (2001) tarafından geliştirilen "Beden Eğitimi ve Spor Tutum Ölçeği" (BESTÖ) kullanılmıştır.

Düzce şehir merkezinde 8 ve Yığılca ilçesi şehir merkezinde 2 olmak üzere toplam 10 İlköğretim okulları 2. kademe öğrenim görmekte olan 190 kız ve 204 erkek olmak üzere toplam 394 öğrenciye uygulanmıştır. Ölçeğin Cronbach Alpha Güvenirlik katsayısı 0.93, sınıf içi korelasyon katsayısı 0.85, ölçüt geçerliliği katsayısı 0.83 olarak hesaplanmıştır. Likert tipi 5'li dereceleme ölçeği uygulanmıştır. 24 maddelik ölçeğin 12'si olumlu 12'si olumsuz

maddeden oluşmaktadır. Anket maddelerinin incelenmesinde 6, 7, 9, 10, 12, 14, 15, 16, 17, 18, 21, 23. maddeler olumlu 1, 2, 3, 4, 5, 8, 11, 13, 19, 20, 22, 24. maddeler olumsuz maddeler olarak incelenmiştir.

Ölçekten alınabilecek en fazla puan 120, en düşük puan ise 24'dür. Sonuçta 1-24 puan en olumsuz tutumu, 25-48 puan olumsuz tutumu, 49-72 puan nötr tutumu, 73-94 puan olumlu tutumu, 95-120 puan en olumlu tutumu ifade etmektedir. Ölçekten elde edilebilecek puanları yorumlamanın bir diğer yolu da yanıtlayıcı tarafından işaretlenen cümlelerin madde puanlarının toplamının madde sayısına bölünmesidir. Bu yolla elde edilecek istatistik 1 ile 5 arasında olacaktır. Bunlardan 1- 3 arasında olanlar olumsuz, 3-5 arasında olanlar olumlu tutum gösterecektir (Demirhan ve Altay, 2001).

Verilerin Toplanması

2015-2016 eğitim-öğretim yılında "öğrenci kişisel bilgi formu" ve "beden eğitim ve spora ilişkin tutum ölçeği" örneklemini oluşturan okulların öğrencilerine uygulanmıştır.

Verilerin Analizi

Verilerin analizinde SPSS (20) istatistik programından yararlanılmış ve istatistiksel anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak alınmıştır. Araştırmada katılımcıların demografik özellikleri ile ankete verdikleri cevapların yüzdeler dağılımlarının belirlenmesinde frekans analizi; cinsiyetler ile beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutumlarının karşılaştırılmasında bağımsız gruplarda t-testi; yaşanan yer, sınıf, yaş, gibi değişkenlere göre beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutumlarının mukayesesinde " tek yönlü varyans analizi " ile farklılığın kaçınıcı grupta oluştuğunu bulmak için Scheffe ve Games Howell testleri uygulanmıştır.

BULGULAR

Tablo1. Öğrencilerin Beden Eğitimi ve Spor Dersine Yönelik Tutum Ölçeği Puanlarının Öğrencilerin Okuduğu Sınıfa Göre One-Way ANOVA Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	f	p	Anlamlı fark
Gruplararası	1.380	3	0.460	3.627	0.013	7.sınıf-6.sınıf
Gruplarıçi	49.464	390	0.127			
Toplam	50.844	393				

Öğrencilerin beden eğitimi dersine karşı tutumları, öğrencilerin okuduğu sınıfa bağlı olarak tabii şekilde değişmektedir, $f_{(3, 390)} = 3.627$, $p < 0.05$.

Sınıflar arasındaki farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu bulmak amacıyla yapılan Scheffe testinin sonuçları tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2. Öğrencilerin Beden Eğitimi ve Spor Dersine Yönelik Tutum Ölçeği Puanlarının Öğrencilerin Okuduğu Sınıfa Göre Scheffe Testi Sonuçları

Sınıf	Karşılaştırma	Ortalamalar Arası Fark	p
5.sınıf	6.sınıf	0.103	0.315
	7.sınıf	-0.070	0.643
	8.sınıf	-0.006	1
6.sınıf	5.sınıf	-0.103	0.315
	7.sınıf	-0.173	0.015*
	8.sınıf	-0.109	0.178
7.sınıf	5.sınıf	0.070	0.643
	6.sınıf	0.173	0.015*
	8.sınıf	0.064	0.625
8.sınıf	5.sınıf	0.006	1
	6.sınıf	0.109	0.178
	7.sınıf	-0.064	0.625

Yapılan karşılaştırma sonuçlarına bakıldığında 6 ve 7. sınıfta okuyanlar ($p=0.015$) arasında anlamlı farklılığa rastlanmıştır ($p<0.05$) . Yedinci sınıflarda okuyan kız ve erkek öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine karşı tutumları altıncı sınıfta okuyan kız ve erkek öğrencilerin tutumlarına nazaran daha olumlu olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 3. Öğrencilerin Beden Eğitimi ve Spor Dersine Yönelik Tutum Ölçeği Puanlarının Öğrencilerin Ailelerinin Aylık Gelir Durumlarına Göre One-Way ANOVA sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	f	p	Anlamlı fark
Gruplararası	1.297	4	.324	2.546	.039	(2101-2800)-(701-1400)
Gruplarıçi	49.547	389	.127			
Toplam	50.844	393				

Öğrencilerin beden eğitim dersine karşı tutumları, öğrencilerin ailelerinin aylık gelir durumlarıyla ilişkili olarak tabii bir biçimde değişiklik göstermektedir, $f_{(4, 389)} = 2.546$, $p < 0.05$. Ailelerin aylık gelirleri arasındaki değişikliklerin grupların hangisinde oluştuğunu ortaya çıkarmak için uygulanan " Games-Howell testinin " sonuçlarını gösteren tablo 4'de yer almıştır.

Tablo 4. Öğrencilerin Beden Eğitimi ve Spor Dersine Yönelik Tutum Ölçeği Puanlarının Öğrencilerin Ailelerinin Aylık Gelir Durumlarına Göre " Games-Howell Sonuçları

Sınıf	Karşılaştırma	Ortalamalar Arası Fark	p
0-700 TL	701-1400	0.013	0.999
	1401-2100	-0.054	0.852
	2101-2800	-0.134	0.099
	2801 TL ve üzeri	-0.155	0.406
701-1400 TL	0-700	-0.013	0.999
	1401-2100	-0.067	0.651
	2101-2800	-0.147	0.027*
	2801 TL ve üzeri	-0.168	0.298
1401-2100 TL	0-700	0.054	0.852
	701-1400	0.067	0.651
	2101-2800	0.079	0.589
	2801 TL ve üzeri	0.100	0.781
2101-2800 TL	0-700	0.134	0.099
	701-1400	0.147	0.027*
	1401-2100	0.079	0.589
	2801 TL ve üzeri	-0.021	0.999
2801 TL ve üzeri	0-700	0.155	0.406
	701-1400	0.168	0.298
	1401-2100	0.100	0.781
	2101-2800 TL	0.021	0.999

Yapılan karşılaştırma sonuçlarına bakıldığında 701-1400 TL ve 2101-2800 TL maaş alanlar ($p=0.027$) arasında anlamlı farklılığa rastlanmıştır ($p < 0.05$). Ailesinin aylık gelir düzeyi 2100-2800 TL arasında olan öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine karşı tutumları, ailesinin aylık geliri 701-1400 TL olan öğrencilere göre daha olumlu olduğu belirlenmiştir.

Tablo 5. Öğrencilerin " Aileleriniz spor yapmanıza izin veriyor mu ? " Sorusuna Verdikleri Cevaplara Göre Beden Eğitimi ve Spor Dersine Yönelik Tutum Ölçeği Puanlarının T-Testi Sonuçları

İzin Durumu	N	x	s	sd	t	p
Evet	333	4.46	0.354	387	4.315	0.000
Hayır	56	4.25	0.321			

Öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine karşı tutumları ailelerinin öğrencilerin spor yapmalarına izin vermeleri yönünde tabii bir değişiklik göstermiştir, $t_{(387)} = 4.315$, $p < 0.05$. Bu durum ailelerin öğrencilerin spor yapmalarına karşı çıkmaması ile öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumları arasında önemli bir etken olduğu kanaati oluşabilir.

Tablo 6. Öğrencilerin " Ailelerinizde Spor Yapan Var mı? " Sorusuna Verdikleri Cevaplara Göre Beden Eğitimi ve Spor Dersine Yönelik Tutum Ölçeği Puanlarının T-Testi Sonuçları

Spor yapan var mı?	N	x	s	sd	t	p
Evet	179	4.49	.364	392	3.009	0.003
Hayır	215	4.38	.349			

Öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine karşı tutumları öğrencilerin ailelerinde spor yapan kişilerin bulunmalarına göre anlamlı bir farklılık göstermektedir, $t_{(392)}= 3.009$, $p < 0.05$. Öğrencinin ailesinde spor yapan kişinin bulunmasının spor ile erken yaşta tanışmasına ve spora karşı tutumunun olumlu yönde etkilenebileceğini düşünebiliriz.

Tablo 7. Öğrencilerin Beden Eğitimi ve Spor Dersine Yönelik Tutum Ölçeği Puanlarının Öğrencilerin Yaşadığı Yere Göre One-Way ANOVA Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı fark
Gruplararası	0.290	2	0.145	1.123	0.326	Bulunmamıştır.
Gruplarıçi	50.554	391	0.129			
Toplam	50.844	393				

Öğrencilerin beden eğitim ve spor dersine karşı tutumları, öğrencilerin yaşadıkları yere bağlı olarak değişmemektedir, $f_{(2, 391)}=1.123$, $p > 0.05$.

Tablo 8. Öğrencilerin Beden Eğitimi ve Spor Dersine Yönelik Tutum Ölçeği Puanlarının Öğrencilerin Yaşadığı Yere Göre Betimsel İstatistikleri

Yaşanılan Yer	N	Ortalama	s.s
İl merkezi	264	4.41	0.374
İlçe-Kasaba	54	4.44	0.377
Köy	76	4.48	0.290

Öğrencilerin yaşadığı yere göre beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumları istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemiştir. İstatistiki ortalamalara bakıldığında köyde yaşayan öğrencilerin il ve ilçede yaşayanlara göre tutumlarının daha olumlu olduğunu söyleyebiliriz.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Tutumlar küçük yaşlarda başlar ve tutumlarımız yaşamın değişik dönemlerinde değişikliğe uğrayabilir. Tutumlar, insanların hayatına istikamet çizmede tabii bir görev üstlenmektedir. Bireyin tutumlarının olumlu ya da olumsuz olması oldukça önemlidir. Bu nedenle insanların tutumları önceden bilirse olumlu olması yönünde önlemler alınabilir ve düzeltilebilir (Silverman ve Subramaniam, 1999). Bu araştırmanın amacı Düzce şehir merkezi ve Yığılca ilçesi şehir merkezinde öğrenim gören kız ve erkek öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine alakalı tutumlarını belirlemektir.

Yapılan çalışma sonuçlarına göre birinci alt problemimiz " İlköğretim okulları 2. kademe öğrencilerinin sınıf dağılımlarına göre beden eğitimi ve spor dersine olan tutumları " incelendiğinde; öğrencilerde sınıfa göre dağılımlarına bakıldığında tablo 1' de öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine karşı tutumları, öğrencilerin okuduğu sınıfa bağlı olarak anlamlı bir şekilde değişmektedir ($p<0,005$). Yedinci sınıflarda okuyan kız ve erkek öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine karşı tutumları altıncı sınıfta okuyan kız ve erkek öğrencilerin tutumlarına nazaran daha olumlu olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Beşinci sınıfta okuyan öğrencilerle sekizinci sınıfta okuyan öğrencilerin tutum ortalamaları yedinci sınıflarda okuyan öğrencilerin ortalamalarına yakın olduğundan anlamlı fark çıkmamıştır.

Gürbüz'ün (2011) araştırma sonuçlarına göre; ilköğretim 7. sınıf öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutumları olumlu, 6 ve 8. sınıf öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutumlarının ise olumsuz çıkmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin verdikleri cevaplar incelendiğinde sınıf dağılımları ile beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumlar arasında tabii bir değişikliğe rastlanmadığı görülmüştür (Gürbüz, 2011). Bu çalışma bizim yapmış olduğumuz çalışma ile çelişki göstermektedir. Araştırma sonuçlarıyla alakalı olarak kız ve erkek öğrencilerin okuduğu sınıf seviyesine göre beden eğitimi ve spor dersine olan tutumlarına yönelik yapılan çalışmalardan bazıları şu şekildedir. Altay ve Özdemir'in (2006) yapmış olduğu araştırmanın sonucuna bakıldığında; kız ve erkek öğrencilerin tutum puanlarının ortalamalarına bakıldığında sınıf seviyelerine göre tabii bir değişiklik bulunmuştur (Altay ve Özdemir, 2006). Bu çalışmadaki bulgular elde ettiğimiz bulgularla örtüşmektedir.

Hünük (2006)'ün yapmış olduğu araştırmanın sonucuna baktığımızda; ilköğretim 6, 7 ve

8. sınıf kademelerinde okuyan öğrencilere göre istatistiksel olarak tabii bir değişiklik gözlenmiştir. Kız ve erkek öğrencilerin tutum puanları ortalamalarını sınıf kademesi arttıkça azaldığı tespit edilmiştir. Öğrencilerin sınıf düzeyine göre (6, 7, 8) beden eğitimi dersine olan olumlu tutumlarında, sınıf düzeyi yükseldikçe azalma tespit edilmiş bir diğer araştırma ise Yıldız'ın (2013) yapmış olduğu çalışmadır. Ayrıca öğrencilerin sınıf düzeyleri arttıkça beden eğitimi dersine ilişkin tutum puanlarında azalma gösteren birçok çalışma mevcuttur (Haladynave Thomas, 1979; Holoğlu, 2006; Koca ve Aşçı, 2004; Krouscas, 1999). Bu çalışmalardaki bulgular elde ettiğimiz bulgularla örtüşmektedir. Ayrıca bir başka literatür çalışmasında 8. sınıf öğrencilerinin beden eğitimi dersine olan tutum puanlarının 11. sınıf öğrencilerinin tutum puanlarından daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir (Karadağ, 2012). Bu araştırma sonucu bizim araştırmamızda elde ettiğimiz sınıf düzeyi arttıkça olumlu tutumun azaldığı tezini destekler niteliktedir.

Farklı eğitim seviyelerinde okuyan öğrenciler farklı gelişim aşamaları içinde bulunmaları yüzünden ilgileri, istekleri değişebileceği düşünülebilir. Bu sebeple İlköğretim okulları 2. kademe öğrencilerinin her bir sınıf düzeyinde beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutumlarında farklılık olabilir. Öğrencinin beden eğitimi ve spor dersine olumlu tutum oluşturması için anaokulu döneminde spor ile karşılaşması ve daha sonraki eğitim kademelerinde alanında uzman beden eğitimi öğretmenin derslere girmesi öğrencinin spora karşı olumlu tutum geliştirmesine etki edeceğini söyleyebiliriz.

Yapılan çalışma sonuçlarına göre üçüncü alt problemimiz " İlköğretim okulları 2. kademe öğrencilerinin aile gelir düzeyine bakılarak beden eğitimi ve spor dersine dair tutumları "; araştırmaya katılanların verdikleri cevaplar incelendiğinde; tablo üçe bakıldığında öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine karşı tutumları, öğrencilerin ailelerinin aylık gelir durumlarına dayalı olarak tabii bir biçimde farklılaşmaktadır, $f_{(4, 389)} = 2.546$, $p < 0.05$. Ailesinin aylık gelir düzeyi 2100-2800 TL arasında olan öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine karşı tutumları, ailesinin aylık geliri 701-1400 TL olan öğrencilere göre daha olumlu olduğu belirlenmiştir. Yapılan literatür çalışmalarında öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine katılımı, aile aylık geliri en yüksek olandan en düşük olana doğru azalmaktadır (Kızılkaya, 2009; Öncü, 2007; Yıldız, 2015). Bu çalışmalar bizim çalışmamızı destekler niteliktedir.

Ayrıca bazı çalışmalarda öğrencilerin beden eğitimi ve spor derslerine katılımının aile gelir düzeylerine göre farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır (Akman ve ark., 2012; Cantekin, 2014; Gürbüz, 2011; Gary ve David, 1991; Keskin, 2015). Bir başka literatür çalışmasında ise Türkiye'de spora yönelen öğrencilerin genellikle orta seviyeli ailelere mensup olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Devecioğlu ve Sarıkaya, 2006). Bu çalışmalar bizim yaptığımız çalışmalarla çelişmektedir.

Ailenin aylık gelir düzeyinin düşük olması ailelerin çocuklarını spor faaliyetlerine göndermesini olumsuz etkilemektedir. Bunun nedeni, okula servis aracı ile gelen öğrencilerin okulda spor etkinliklerine katıldıklarında ayrıca ulaşım ücreti ödemesidir. Bir başka neden ise okul harici ücretsiz spor etkinliklerinin genellikle şehir merkezine yakın yerlerde yapılmasıdır. Şehir merkezinde oturmayan aileler çocuklarını spor faaliyetlerine gönderememektedir. Bu durumun beden eğitimi ve spor dersine karşı olumlu tutum geliştirmelerine engel olduğunu söyleyebiliriz.

Yapılan çalışma sonuçlarına göre beşinci alt problemimiz " İlköğretim okulları 2. kademe öğrencilerinin ailelerinin spor yapmalarına izin vermelerine göre beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumlarına bakıldığında" ; tablo beşe göre öğrencilerin en az tutum puanının aritmetik ortalaması ebeveynlerin spor yapmasına karşı çıkanlar ($x=4,25$), ailesi spor yapmasına izin verenler ($x=4,46$) olduğu görülmektedir. Öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine karşı tutumları ailelerinin öğrencilerin spor yapmalarına izin verme durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermektedir $p<0.05$. Bu durum ailelerin öğrencilerin spor yapmalarına karşı çıkmaması ile öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumları arasında önemli bir etken olduğu kanaati oluşabilir. Literatürdeki bazı çalışmalarda aile tutumu ile sportif etkinliklere katılım arasında herhangi bir anlamlı fark bulunamamıştır (Cantekin, 2014; Shaji vd., 2014).

Bazı çalışmalarda ise aile desteğinin çocukların spora katılımını teşvik edici yönde olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bununla birlikte aile desteğinin çocuğun spordaki başarısı ve başarısızlığı üzerinde etkili olduğu sonucuna da ulaşılmıştır (Elçi ve Ballı, 2014; Küntay, 1991). Yaptığımız çalışmada sporda aile desteği olan öğrencilerin daha istekli ve başarılı olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Beden eğitimi ve spor dersine teşvik konusunda aile bireylerinin etkisi büyüktür. Öğrencilerin serbest zaman aktivitelerini ailelerinin desteklemesi onların spora olan tutumlarını

pekiştirdiği, pasif aktivelere öğrencileri uzak tuttuğu, onları zararlı alışkanlıklardan sakındığı ve yeteneklerini ortaya çıkarmada onlara yardımcı olduğunu söyleyebiliriz.

Yapılan çalışma sonuçlarına göre altıncı alt problemimiz " İlköğretim okulları 2. kademe öğrencilerinin Öğrencilerin "ailelerinizde spor yapan var mı?" sorusuna göre beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumları incelendiğinde "; tablo altıya göre öğrencilerin ailelerinizde spor yapan var mı sorusuna evet diyenlerin ortalaması ($x=4,49$), Öğrencilerin "Ailelerinizde spor yapan var mı sorusuna hayır diyenlerin ortalaması ($x=4,38$) olduğu görülmektedir. Öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine karşı tutumları öğrencilerin ailelerinde spor yapan kişilerin bulunmalarına göre anlamlı bir farklılık göstermektedir ($p < 0.05$). Literatürdeki çalışmaların hemen hemen hepsinde ebeveynlerin spor yapıyor olmalarının, çocuklarının beden eğitimi dersine yönelik tutumlarını olumlu yönde etkilediği tezine ulaşılmıştır (Bulgu ve Akcan, 2003; Clement vd., 2009; Çelik ve Pulur, 2011; Downward vd., 2014, Hergüner, 1991; Öncü, 2007; Yağcı, 2012; Yıldız, 2015). Bu çalışmalar bizim yapmış olduğumuz araştırmayla örtüşmektedir. Buna karşılık bizim yaptığımız çalışma ile örtüşmeyen çalışmalar da mevcuttur. Literatüre baktığımızda spor faaliyetlerine aktif bir şekilde katılan öğrencilerin ve sedanter öğrencilerin beden eğitimi dersine dair tutumlarında anlamlı bir farklılık görülmediğini belirten çalışmalar da mevcuttur (İmamoğlu, 2011).

Ailede spor faaliyeti ile uğraşan kişilerin olması beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumlarda, önemli bir etken olduğu sonucunu ortaya çıkarabilir. Öğrencinin ailesinde spor yapan kişinin bulunmasının spor ile erken yaşta tanışmasına ve spora karşı tutumunun olumlu yönde etkilenebileceğini düşünebiliriz.

Yapılan çalışma sonuçlarına göre yedinci alt problemimiz "İlköğretim okulları 2. kademe öğrencilerinin yaşamlarını sürdürdükleri ortama bakılarak beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumları incelendiğinde"; tablo sekize göre öğrencilerin en az tutum puanı aritmetik ortalaması yaşanan ortamın il değişkenine bakıldığında ($x=4,41$) olduğunu, en yüksek tutum puanı ortalamalarının ise köy ($x=4,48$) ve ilçe-kasaba ($x=4,44$) değişkeninde olduğu gözlenmiştir. Araştırmaya katılanların verdikleri cevaplar incelendiğinde yaşanan yerle beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumlar arasındaki farkın tabii bir değişiklik olmadığı görülmüştür.

Gürbüz'ün (2011) yapmış olduğu araştırmada İlköğretim okulları 2. kademe öğrencilerinin yaşadıkları mevkiye göre beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumları incelenmesinde tabii bir değişikliğe rastlanmamıştır (Gürbüz, 2011). Bu çalışmadaki bulgular elde ettiğimiz bulgularla

örtüşmektedir. Öztürk (1998)'in yapmış olduğu çalışmaya bakıldığında yaşam biçimleri ve yerleri değişik olan bireylerin tutumları, istekleri ve ilgilerinde de tabii olarak değişiklik olduğu görülmektedir. Toplumsal eşitliğin olmadığı gurupların spor faaliyetlerine iştirak biçimi ve seviyesini ortaya koymaktadır. Bu çalışma bizim yapmış olduğumuz çalışma ile örtüşmemektedir. Aynı bir çalışmada ise şehir merkezinde yaşayan öğrencilerin köy ve kasabada yaşayan öğrencilere oranla derse daha fazla ilgi gösterdikleri ve bu farkın istatistiki olarak anlamlı olduğu bulunmuştur (Kır, 2012). Bu çalışma mevcut araştırma ile örtüşmektedir.

Tutum ortalamalarına bakarak karşılaştırdığımızda köyde yaşamakta olan öğrencinin beden eğitimi ve spor dersine karşı tutumları daha olumlu diyebiliriz. Bunun nedeni olarak, köy yaşantısının aktif yapısının beden eğitimi ve spor dersine olumlu yansıması ve özellikle dayanıklılık gerektiren hareketleri öğrencinin zorlanmadan yapması için gereken öz güveni arttırmasını söyleyebiliriz.

Sonuç olarak Düzce ilinde İlköğretim okulları 2. kademe de okuyan 204'ü erkek, 190'ı kız toplam 394 katılımcının vermiş olduğu cevaplar ve cevaplardan elde edilen bulgular neticesinde İlköğretim okulları 2. kademe öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumları pozitif niteliktedir.

İlköğretim okulları 2. kademe öğrencilerinin öğrenim gördükleri sınıf dağılımlarına göre, ailenin gelir düzeylerine göre, ailelerinin spor yapmalarına izin vermesine göre ve ailesinde spor yapanın olmasına göre beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumları arasında istatistiksel olarak tabii bir değişiklik bulunmuştur.

Kız ve erkek öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine yönelik geliştirdikleri pozitif ve negatif tutumları nelerden ibaret olduğunu bulmak ve bunun sonucunda program geliştirmecilere ve öğretmenlerine, beden eğitimi ve spor dersi programının bu yapılan araştırmalar ışığında yeniden değerlendirilerek gözden geçirilmesi ve kullanılan yöntemlerin değerlendirilmesi aşamasında katkı sağlayarak yol gösterici olabilir.

Milli Eğitim Bakanlığı tarafından sporu teşvik etmek için taslakta olan düşünceleri uygulamaya geçirebilir. Öğrencilerin ders dışı spor etkinliklerini yaptıktan sonra maddi durumu iyi, kötü ayırt etmeden evlerine gitmelerini sağlayacak okul servisi ayarlanabilir.

Araştırmayı geliştirmeye yönelik önerim kullanılan tutum ölçeğini değişik yaş gruplarına, değişik sınıflara, farklı illere, farklı ilçelere hatta farklı köylere uygulanmasıdır. Bu yolun izlenmesi araştırmada daha iyi veriler elde edilmesine, bu verilerin karşılaştırılmasına ve bu verilerden yola çıkarak çeşitli yaş gruplarına mensup öğrencilerin tutumlarını etkileyen olumlu ve olumsuz unsurların tespit edilmesini ve olumsuz tutum geliştiren öğrencilerin bu olumsuzluğunu giderici yolların bulunmasını sağlayabilir.

Beden eğitimi ve spor tutum ölçeği, farklı zaman aralıklarında öğrencilere uygulanarak iki zaman aralığında beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumuna etki eden faktör analiz edilebilir.

KAYNAKLAR

- Adıgüzel, R. (2010). *İlköğretim II. kademe öğrencilerinin spora bakış açılarının ve spor alışkanlıklarının değerlendirilmesi*. Yüksek lisans tezi. Erciyes Üniversitesi, Kayseri.
- Akman, M., Tüzün, S., ve Ünalın, P. C. (2012).Adolesanlarda sağlıklı beslenme ve fiziksel aktivite durumu.*Nobel Med*,8 (1): 24-29.
- Altay, F., ve Özdemir Z. (2006).Ankara ili merkez ilçelerindeki ilköğretim1. kademesinde öğrenim gören 4. ve 5. sınıf öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutumlarının karşılaştırılması (ss.591-593). Muğla: 3-5 Kasım, 9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi.
- Akpınar, M. (2006).*Öğrencilerin fizik dersine yönelik tutumlarının fizik dersi akademik başarısına etkisi*.Yüksek Lisans tezi. Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Balyan, M. (2009).*İlköğretim 2.kademe ve ortaöğretim kurumlarındaki öğrencilerin beden eğitimi dersine yönelik tutumları, sosyal beceri ve öz yeterlik düzeylerinin karşılaştırılması*. Yayınlanmamış doktora tezi, Ege Üniversitesi, İzmir.
- Başer, S. A. (2009). *Öğretmen niteliklerinin beden eğitimi dersi alan öğrencilerin bu derse karşı olan tutumlarına etkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu.
- Bulgu, N, Akcan F. (2003). Spor aktivitelerine aktif katılım: 15-19 yaş grubundaki öğrenciler üzerine bir çalışma, I. Gençlik Boş Zaman ve Doğa Sporları Sempozyumu. Ankara: 21-22 Mayıs.
- Cantekin, T. (2014). İlköğretime başlayan çocukların ailelerinin spora ve beden eğitimi dersine bakış açısını belirlemek. Yüksek lisans tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.
- Clement, D., Brooks, D., & Wilmoth, B. (2009). Parental attitudes towards physical activity: A preliminary analysis. *Fitness Society of India*, 5(2), 1- 11.
- Çelik, Z. ve Pulur, A. (2011). Ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi ve spora ilişkin tutumları. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, Özel Sayı,115-121.
- Çetin, M. (2007). *Ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi ve spora ilişkin tutumlarının karşılaştırılması: Kırşehir İli Örneği*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Demirhan, G., ve Altay, F. (2001).İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin beden eğitimi ve spora ilişkin tutum ölçeği. II.Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yüksekokulu. Ankara.
- Demirhan, G., ve Koca, C., (2004). An examination of high school students' attitudes toward physical education with regard to sex and sport participation. *Perceptual and motor skills*, 98, 754-758.
- Devocioğlu, S. ve Sarıkaya, M. (2006). Sporcu öğrencilerin sosyo-ekonomik değişkenler ışığında profillerinin belirlenmesi. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(2), 301-314.
- Downard, P., Hallmann, K. & Pawlowski, T. (2014). Assessing parental impact on the sports participation of children: a socio-economic analysis of the uk. *European Journal of Sport Science*, 14(1), 84-90.
- Elçi, G.,ve Ballı, Ö. M. (2014) Ebeveynlerin çocuklarının serbest zaman aktiviteleri ve spora katılımlarıyla ilgili görüş ve beklentileri. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 6(1).
- Ekici, S., Bayrakdar, A. ve Hacıcaferoğlu, B. (2011).Lise öğrencilerinin beden eğitimi dersi tutumlarının değerlendirilmesi.*Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 8(1), 829-839.
- Garry, E.B.,&David, A.B. (1991). Childrens' attitudes towards activity and perceptions of physical education. *Health Education Research*, 6(4), 465-478.
- Güllü, M., ve Korucu, G. (2005). İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin beden eğitim derslerine ilişkin görüşlerinin

- incelenmesi.Bursa: 10–11 Haziran, 4. Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Sempozyumu.
- Güllü, M. (2007).Ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi dersine ilişkin tutumlarının araştırılması.Doktora tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Gürbüz, A. (2011). *Ortaokulöğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutumlarının belirlenmesi*. Yüksek lisans tezi. Muğla Üniversitesi, Muğla.
- Haladyna, T.,&Thomas, G. (1979). The attitudes of elementary school children toward school and subject matters. *Journal of Experimental Education*, 48(1), 18-23.
- Hergüner, G. (1991). Çocuğun spora yönelmesinde ailenin rolü ve önemi. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(2), 87-91.
- Holoğlu, O.G. (2006). *İlköğretim ikinci kademedeki öğrenim gören kız öğrencilerin beden eğitimi dersine karşı tutumları*. Yüksek lisans tezi, Uludağ Üniversitesi, Bursa.
- Hünüik, D. (2006). *Ankara ili merkez ilçelerindeki ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin bedeneğitimi dersine ilişkin tutumlarının sınıf düzeyi, öğrenci cinsiyeti, öğretmen cinsiyeti ve spora aktif katılımları açısından karşılaştırılması*. Yüksek lisans tezi.Hacettepe üniversitesi, Ankara.
- İmamoğlu, C. (2011). *Aktif olarak spor yapan ve yapmayan lise öğrencilerinin beden eğitimi dersine karşı tutumlarının karşılaştırılması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Karadağ, S. (2012). *İlköğretim 8. sınıf ve lise 11. sınıf öğrencilerinin beden eğitimi dersine ilişkin tutumlarının çeşitli değişkenlere bağlı olarak karşılaştırılması: Kırıkkale örneği*. Yüksek lisans tezi. Kırıkkale Üniversitesi, Kırıkkale.
- Keskin, Ö. (2015). *Ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersine yönelik tutumlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi: Sakarya İli Örneği*. Yüksek lisans tezi. Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Kır, R. (2012). *II. kademe öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutum ve davranışları*. Yüksek lisans tezi. Kırıkkale Üniversitesi, Kırıkkale.
- Kızılkaya, A. (2009). Lise öğrencilerinin spora katılımında ailenin etkisi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Mersin Üniversitesi, Mersin.
- Koca, C. ve Aşçı, F.H. (2004). Atletik yeterlik düzeyi ve cinsiyetin beden eğitimine yönelik tutum üzerine etkisi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 9 (1), 15-24.
- Koçak, E. (2002). *Erzurum ilinde görev yapmakta olan beden eğitimi öğretmenlerinin iş doyum düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Krouscas, A.J. (1999). Middle school students' attitudes towards a physical education program. Ph. D. Thesis. Vrginia Polytechnic İntitute and State University, p:205.
- Küntay, E. (1991). Çocuk ve gençlerde davranış bozukluğunu düzeltici önlem olarak spor. *Spor ahlakı ve spor felsefesine yeni yaklaşımlar*.Erdemli.A. (Ed.). İstanbul: Medya Yayıncılık.
- Morgan, T. C. (1995). *Psikolojiye Giriş*. (Çev. S. Karakaş). Ankara: Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü Yayınları.
- Öncü, E. (2007). *Ana - babaların çocuklarının beden eğitimi dersine katılımına yönelik tutumları ve beklentileri*. Doktora tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Özguven, İ. E. (2000).*Psikolojik Testler*. Ankara: PDREM Yayınları.
- Öztürk, F. (1998). *Toplumsal Boyutlarıyla Spor*. Ankara: Bağırhan Yayınevi.
- Shajie, K., Raooof, M., Nayerabadi, M., & Houshyar, K. (2014). Effect of parental attitude toward physical activity on sport participation of their children in school. *Advances in environmental Biology*.
- Phillips, S.R. (2011). *Upper elementary school students' attitudes and perceptions toward physical education*.Unpublished doctoral dissertation, Columbia University, New York.
- Silverman S., Subramaniam, P.R. (1999). Student attitude toward physical education and physical aktivite: a review of measurement issues and outcomes. *Journal of Teaching in Physical Education*. Volume:19, Number:1.
- Silverman, S., &Scrabis K.A. (2004). A review of research on instructional theory in physical education 2002-2003.*International Journal of Physical Education*, 41(1), 4-12.
- Yağcı, İ. (2012).*Ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi dersine ilişkin tutumlarının incelenmesi*.Yüksek lisans tezi. Afyon Kocatepe Üniversitesi, Afyonkarahisar.
- Yaldız, A. S. (2013). *İlköğretim okullarında beden eğitimi dersine yönelik öğrenci ve ana-baba tutumları*.Yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Yangın, E. (1997). *Beden eğitimi öğretmenleri kılavuzu*. İstanbul: Meb Yayınları.
- Yavaş, M. ve İlhan, A. (1996).*Beden eğitimi ve sporda özel öğretim yöntemleri*. Bursa: Melisa Matbaacılık.
- Yıldız, A. (2015). *Ebeveynlerin çocuklarının beden eğitimi ve spor dersine katılımına yönelik tutumlarının incelenmesi: Tokat İli Örneği*. Yüksek lisans tezi. Gazi Üniversitesi, Ankara.

Gençlik ve Spor Bakanlığı Merkez Teşkilatı Çalışanlarının Örgütsel Adalet ile Örgütsel Sessizlik Algıları Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma

A Study on the Relationship Between Organizational Justice and Organizational Silence Perceptions of The Employees of The Central Organization of The Ministry of Youth and Sports

ORJİNAL ARAŞTIRMA/ ORIGINAL RESEARCH

Gözde ALGÜN DOĞU¹

Baki YILMAZ¹

¹ Yıldırım Beyazıt Üniversitesi,
Sağlık Bilimleri Fakültesi, Spor Bilimleri
Bölümü

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 29.09.2016

Kabul Tarihi: 19.06.2017

Online Yayın Tarihi: 30.06.2017

Sorumlu yazar: Gözde ALGÜN DOĞU
gzdalgn@hotmail.com

Özet:

Bu çalışmanın amacı; Gençlik ve Spor Bakanlığı Merkez Teşkilatı çalışanlarının örgütsel sessizlik tutumu ile örgütsel adalet algıları arasındaki ilişkiyi incelemektir. Çalışma kapsamında Bakanlık merkez teşkilatı personeline Örgütsel Adalet Ölçeği ve Örgütsel Sessizlik Ölçeği uygulanmış ve sonuçlar istatistiksel olarak analiz edilmiştir. Araştırmanın evrenini Gençlik ve Spor Bakanlığı Merkez Teşkilatı çalışanları oluşturmaktadır. Araştırmada tesadüfi örneklem yöntemi kullanılmıştır. Veri toplama aracı olarak ölçekten yararlanılmış ve çalışmada 361 kişiye ölçek uygulanmıştır.

Araştırma kapsamında Dyne, Ang ve Botero (2003) tarafından geliştirilen ve Erdoğan (2011) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Örgütsel Sessizlik Ölçeği ve Niehoff - Moorman (1991) tarafından geliştirilen ve Yıldırım (1996) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Örgütsel Adalet Ölçeği kullanılmıştır. Çalışmanın güvenilirlik analizi için Cronbach's alpha kat sayısı hesaplanmıştır. Analiz sonucunda ilişkisel sessizlik alt boyutu ile dağıtım adaleti arasında negatif yönlü, diğer tüm alt boyutların birbiriyle pozitif yönlü bir ilişkiye sahip oldukları belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Spor, Örgütsel Sessizlik, Örgütsel Adalet

Abstract:

The purpose of this study; Youth and Sports Ministry 's Central Organization to examine the relationship between employee perceptions of organizational justice with organizational silence. Working under the central Ministry staff applied the scale and the results were statistically analyzed. The population of the Research Department of the Central Organization for Youth and Sports constitute employees. Random sampling method was used in the research. Data collection has been used as a means to scale and applied 361 units in operation scale.

Under the Research, Dyne, Ang and Botero (2003) was developed and Erdogan (2011) adapted to the Turkish Organizational Silence scale and Niehoff - Moorman (1991) was developed by and Yıldırım (1996) adapted to Turkish organizational Justice Scale was used. For reliability analysis of the study, Cronbach's alpha coefficient was calculated. As a result of the analysis, it was determined that there is a negative relationship between the silence subdimension and distribution justice, and all other subdimensions have a positive relationship with each other.

Keywords: Sport, Organizational Silence, Organizational Justice

GİRİŞ

Adalet, hak ve hukuku gözetme, yerine getirme anlamını taşımaktadır. İnsanların aynı ortamda uyum içinde yaşaması için adalet vazgeçilmez bir olgu olarak görülmektedir. Dolayısıyla örgütlerde kaynakların, kazanımların, ödüllerin, çıkarların korunması konusunda adaletle ilişkin kaygı ve ilginin artması doğal bir sonuç olarak değerlendirilmelidir (Çöp, 2008).

Örgütsel adalet ise, elde edilen kazanımların dağıtımını ve bu dağılım yapılırken izlenen prosedürlerin çalışanlar tarafından adil olarak algılanmasını ifade eden bir kavramdır (Citera ve Rentsch, 1993). Dolayısıyla örgüt içindeki sosyal etkileşimin niteliğini tanımlayan en önemli unsur örgütsel adalet olarak görülmektedir (Doğan, 2008). Örgütsel adalet, çalışanların işyerlerinde kendilerine adil davranılıp davranılmadığına nasıl karar verdikleri ve bu kararların işle ilgili diğer değişkenleri nasıl etkilediğiyle ilgili bir kavram olarak da değerlendirilebilir (Moorman, 2002). Örgütsel adalet algıları, dağıtım adaleti, prosedür adaleti ve etkileşim adaleti olmak üzere 3 boyut kapsamında incelenmektedir.

Dağıtım Adaleti; örgüt açısından her çalışanın eşit derecede kıymetli olduğu iddia ediliyorsa da, gerçekte tüm çalışanların değerleri eşit değil ve çalışma ortamında her birinin payına düşen de aynı olamamaktadır. Bu gerçeklik ekseninde gelişen dağıtım adaleti, neyin, hangi örgüt üyeleri arasında, ne miktarda paylaşılacağı sorunu ile ilgilidir (Karaeminoğulları, 2006).

Prosedür Adaleti; kararların alınmasında kullanılan biçimsel prosedürlere ilişkin algılanan adaleti ifade etmektedir. Çalışanların sürecin işleyişi ile ilgili kural ve prosedürlerin adil olup olmadığına dair algılarıyla oluşmaktadır. Bu manada, prosedür adaletinin genel prensipleri, tarafsızlık, fırsat eşitliği ve ifade özgürlüğü olarak sıralanmaktadır (Keskin, Akgün ve Günsel, 2008).

Etkileşim Adaleti; prosedürler uygulanırken çalışanların maruz kaldığı tutum ve davranışların niteliğine yönelik adalet algısı olarak tanımlanmaktadır (Bies ve Moag, 1986).

Sosyal ilişkilerdeki sessizlik, kaçınılmaz olarak olabilecek zahmet, sıkıntı veya sorunla karşılaşmaktan kaçınma davranışı olarak tanımlanmaktadır. Örgütlerde sessizlik, çalışanların iyileşme ve gelişme adına iş veya işyeriyle ilgili teknik ve/veya davranışsal konularla ilgili görüş ve düşüncelerini bilinçli olarak esirgemesi ve sessizleşmesi şeklinde tanımlanabilir (Çakıcı, 2007). Bir iletişim sorunu olan örgütsel sessizlik tutumu için altın nitelmesi her zaman geçerli değildir. Çalışanların bazı durumlar karşısında bilinçli olarak sessiz kalmaları ve örgüte yararlı olacak gerekli bilgiyi aktarmamaları olumsuz bir durum olup

“örgütsel sessizlik tutumu” ile kavramsallaştırılmaktadır. Morrison ve Milliken’e göre (2000) sessizlik, sadece reddedişi ya da muhalefeti ifade etmemekte, bireylerin bilgi eksikliğinden, kendini ifade etme fırsatlarının olmayışından, fikirleri dile getirmenin gereksiz hatta tehlikeli olabileceği inancından da kaynaklanabileceğini belirtmişlerdir (Pinder ve Harlos, 2001).

Örgütler artık, çalışanlarından daha önceki dönemlerde olmadığı kadar çok daha fazlasını talep etmektedir. Tüketicilerin giderek artan beklentileri, yüksek düzeyde ve karmaşık teknolojik yapılanmalar, sert rekabet koşulları ve giderek sınırları ortadan kaldıran küreselleşme gibi nedenlerden ötürü çalışanların daha fazla inisiyatif alması, görüş ve fikirlerini açıkça ifade etmesi, daha yaratıcı olması ve daha fazla sorumluluk alması beklenmektedir (Spreitzer ve Quinn, 1996). Bir yandan çalışanlardan kendilerine güvenmeleri, görüş ve önerilerini açıkça ifade etmeleri, sahip olduğu bilgiyi herhangi bir korkudan kaçınmadan ortaya konmaları beklenirken, bir yandan da yapılan araştırmalarda bu durumların ters yönünde sonuçlar ortaya konmaktadır (Luo, 2009). Literatürde, açık iletişim ve personeli güçlendirmeye önem verilmesi gerekliliğine her ne kadar işaret edilse de, uygulamada, birçok çalışan, örgütlerinde bilgi paylaşımının ve iletişiminin desteklenmediğini belirtmektedir (Işıl ve Sürgevil, 2009). Çalışanların herhangi bir sorun ve durum ile ilgili olarak sahip oldukları bilgi ve görüşlerini açıkça ifade etmelerinin, mevcut pozisyonlarını etkileyeceği, sorun yaratan biri olarak görülebilecekleri, öneri ya da fikirlerinin herhangi bir değişikliğe neden olmayacağına dair inançları bulunmaktadır. Bunun yanında çalışanların büyük çoğunluğu, diğerlerinin önerilerine rıza gösteren bir yaklaşım sergileyerek topluluğun fikrine uyum gösteren bir yapıda davranış göstermektedir. Dolayısıyla tüm bu durumlar çerçevesinde çalışanların gösterdikleri bu tip davranışlar, örgütsel sessizlik tutumu ile yerini bulmaktadır (Karaeminoğulları, 2006).

Örgütsel sessizlik ölçeğinin orijinalinde 3 boyut bulunmaktadır. Orijinal ölçekte bulunan kabullenici sessizlik, korunmacı sessizlik ve korumacı sessizlik faktörlerinden, kabullenici ve korunmacı sessizlik boyutlarının aynı faktör altında toplandığı görülmüştür. Söz konusu bu iki boyutun daha çok çalışanın örgüt içerisinde kendisi ile ilgili sessizlik davranışı göstermesi ile ilgili olması nedeniyle, ortaya çıkan yeni boyut “*bireysel sessizlik*” olarak adlandırılmıştır. Orijinal ölçekte bulunan diğer boyut (korumacı sessizlik) ise maddelerini aynen koruduğu ve bu tür sessizliğin ise daha çok çalışanın görev yaptığı kurum ve çevresindekilerle ilgili, onları korumaya yönelik sessizlik davranışlarını ilgilendirdiği için “*ilişkisel sessizlik*” adı altında değerlendirilmiştir (Taşkıran, 2010).

Bireysel sessizlik; kendinden çok başkalarının mutluluğunu düşünme ya da yardımseverlik gibi nedenlerle çalışanların işle ilgili düşüncelerini ve bilgilerini diğer insanların ya da örgütün yararı için gizlemesi olarak tanımlanmaktadır (Dyne, Ang ve Botero, 2003). İlişkisel sessizlik ise; başkalarının yararlarını gözeterek işle ilgili bilgi veya düşüncelerin kasıtlı olarak ifade edilmemesi olarak tanımlanmaktadır (Karacaoğlu ve Cingöz, 2009).

Bir örgütün gelişebilmesi için çalışanların sessiz kalmalarının altında yatan temel nedenlerin araştırılması gerekir. Örgütsel sessizlik tutumu, uzun vadede örgütü yıkıma götüren bir durum olduğu gibi aynı zamanda engellenebilir olduğu için birçok önlem alınabilir. Bu çerçevede değerlendirildiğinde çalışmanın amacı; Gençlik ve Spor Bakanlığı Merkez Teşkilatı çalışanlarının örgütsel sessizlik tutumu ile örgütsel adalet algıları arasındaki ilişkiyi incelemektir. Yapılan analizde literatür araştırması ve ardından ölçek çalışması yapılmıştır. Analiz sonucunda örgütsel sessizlik tutumu ile örgütsel adalet algıları arasında anlamlı ve aynı yönde bir ilişki olduğu görülmüştür.

YÖNTEM

Araştırma Grubu

Araştırmanın evrenini Gençlik ve Spor Bakanlığı 2015-2016 yılı Merkez Teşkilatında görev yapan 680 çalışan oluştururken; örneklem grubu ise tesadüfi örneklem yöntemiyle seçilen 361 kişiden oluşmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak gerekli yasal izinler alındıktan sonra ölçek uygulanmasından yararlanılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada kullanılan anket formu 3 ana bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde çalışanların demografik özellikleri (eğitim durumu, ünvan, yaş, çalışma süresi) ile ilgili sorular bulunmaktadır. Araştırma kapsamında, gerekli izinler alınarak ikinci ve üçüncü bölümde sırasıyla; Örgütsel Sessizlik Ölçeği ve Örgütsel Adalet Ölçeği kullanılmıştır. Örgütsel Sessizlik Ölçeği; Dyne, Ang ve Botero (2003) tarafından geliştirilen ve Erdoğan (2011) tarafından Türkçe'ye uyarlanan, 15 soru ve 2 faktörden oluşan ölçektir. Örgütsel adalet ölçüm aracı olarak ise; Niehoff - Moorman (1991) tarafından geliştirilen ve Yıldırım (1996) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Örgütsel Adalet Ölçeği kullanılmıştır. Ölçekte örgütsel adalet algılarını belirlemek için 20 soru ve 3 faktör bulunmaktadır.

15 soruya ilişkin örgütsel sessizlik ölçeği 2 faktörlüdür. Birinci faktör bireysel sessizliği, ikinci faktör ilişkisel sessizliği oluşturmaktadır. 2 faktör, toplam varyansın %59,753'unu açıklamaktadır. Birinci faktör toplam varyansın %44,621'ini, ikinci faktör toplam varyansın %15,132'sini açıklamaktadır. Bireysel sessizlik faktörü altında 12, ilişkisel sessizlik faktörü

altında 3 soru bulunmaktadır. Bireysel sessizlik faktörünü oluşturan sorular; 1-2-3-4-5-6-7-8-9-10-11-12'dir ve faktör yükleri 0,45-0,87 arasındadır. İlişkisel sessizlik faktörünü oluşturan sorular; 13-14-15'tir ve faktör yükleri 0,56-0,86 arasındadır.

Bireysel sessizlik faktörüne ait güvenilirlik analizi incelendiğinde cronbach's alpha değeri 0,92 olarak görülmektedir. Bu değer oldukça güvenilir olduğu söylenebilir. İlişkisel sessizlik faktörüne ait güvenilirlik analizi incelendiğinde cronbach's alpha değerinin 0,70 olduğu görülmektedir. Bu değer 0,60-0,80 arasında olduğundan güvenilir olduğunu söylenebilir (Zillak, 2008).

20 soruya ilişkin örgütsel adalet ölçeğinin 3 faktörlü (boyutlu) olduğu görülmektedir. 3 faktör toplam varyansın %45,779'unu açıklamaktadır. Birinci faktör toplam varyansın %23,087'sini, ikinci faktör toplam varyansın %12,362'sini üçüncü faktör ise toplam varyansın %9,33'ünü açıklamaktadır.

Birinci faktör etkileşim adaletini, ikinci faktör prosedür adaletini, üçüncü faktör ise dağıtım adaletini oluşturmaktadır.

Faktör yüklerini göz önüne aldığımızda; etkileşim adaleti altında 9, prosedür adaleti altında 6 ve dağıtım adaleti altında 5 soru bulunmaktadır. Etkileşim adaleti faktörünü oluşturan sorular 9-10-11-15-16-17-18-19-20. sorulardır ve faktör yükleri 0,394-0,648 arasındadır. Prosedür adaleti faktörünü oluşturan sorular 6-7-8-12-13-14. sorulardır ve faktör yükleri 0,583-0,837 arasındadır. Dağıtım adaleti faktörünü oluşturan sorular 1-2-3-4-5. sorulardır ve faktör yükleri 0,600-0,733 arasındadır.

Etkileşim adaleti faktörüne ait güvenilirlik analizi incelendiğinde cronbach's alpha değeri 0,77 olarak görülmektedir. Bu değer 0,60-0,80 arasında olduğundan güvenilir olduğunu söylenebilir. Prosedür adaleti faktörüne ait güvenilirlik analizi tablosunu incelediğimizde cronbach's alpha değeri 0,812 olduğu görülmektedir. Bu değer 0,60-0,80 arasından da büyük olduğundan oldukça güvenilir olduğunu söylenebilir. Dağıtım adaleti faktörüne ait güvenilirlik analizi tablosunu incelediğimizde cronbach's alpha değeri 0,72 olarak görülmektedir.

Verilerin Analizi

Elde edilen verilerin tanımlayıcı istatistikleri, ortalama ve standart sapma ile hesaplanmış, verilerin analizi için (Bağımsız Örneklem) T-Testi, One-Way ANOVA, çalışmanın güvenilirlik analizi için Cronbach's alpha kat sayısı hesaplanmış, geçerlilik analizi için ise, faktör analizi yapılmıştır. Ölçek verilerinin analizlerinde SPSS 22 programı kullanılmış, anlamlılık düzeyi olarak $p < 0.05$ kabul edilmiştir.

BULGULAR

Tablo 1. Cinsiyet Değişkeni Açısından Bağımsız Gruplarda Örgütsel Adalet ve Örgütsel Sessizlik Ölçeği Alt Boyutlarının Karşılaştırılması (T-Testi Sonuçları)

Değişkenler	Cinsiyet	N	Ortalama	Standart Sapma	T	p
Prosedür Adaleti	Erkek	182	21.07	4.16	.212	.833
	Kadın	179	20.98	4.24		
Etkileşim Adaleti	Erkek	182	30.72	4.78	-.520	.603
	Kadın	179	30.99	5.04		
Dağıtım Adaleti	Erkek	182	16.64	3.21	-.579	.563
	Kadın	179	16.84	3.38		
Bireysel Sessizlik	Erkek	182	39.31	8.25	.821	.412
	Kadın	179	38.55	9.31		
İlişkisel Sessizlik	Erkek	182	9.93	1.70	-1.436	.152
	Kadın	179	10.22	2.10		

Tablo 1 incelendiğinde; Örgütsel Adalet Ölçeği alt boyutlarından, prosedür, etkileşim ve dağıtım adaleti ile Örgütsel Sessizlik Ölçeği alt boyutlarından bireysel ve ilişkisel sessizlikte cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir fark tespit edilmemiştir ($p < 0.05$).

Tablo 2. Medeni Durum Değişkeni Açısından Bağımsız Gruplarda Örgütsel Adalet ve Örgütsel Sessizlik Ölçeği Alt Boyutlarının Karşılaştırılması (T-Testi Sonuçları)

Değişkenler	Medeni Durum	N	Ortalama a	Standart Sapma	T	p
Prosedür Adaleti	Bekar	169	20.98	4.21	-.179	.858
	Evli	192	21.06	4.19		
Etkileşim Adaleti	Bekar	169	30.76	4.75	-.346	.730
	Evli	192	30.94	5.05		
Dağıtım Adaleti	Bekar	169	16.69	3.33	-.301	.764
	Evli	192	16.76	3.26		
Bireysel Sessizlik	Bekar	169	39.50	8.75	1.138	.256
	Evli	192	38.44	8.84		
İlişkisel Sessizlik	Bekar	169	10.18	1.93	.984	.326
	Evli	192	9.98	1.89		

Tablo 2 incelendiğinde; Örgütsel Adalet Ölçeği alt boyutlarından, prosedür, etkileşim ve dağıtım adaleti ile Örgütsel Sessizlik Ölçeği alt boyutlarından bireysel ve ilişkisel sessizlikte medeni durum değişkenine göre anlamlı bir fark tespit edilmemiştir ($p < 0.05$).

Değişkenler	Yaş	N	\bar{X}	Ss	F	p	Post Hoc
Prosedür Adaleti	18-25	146	21.24	4.07	3.76	.005	4-2
	26-35	97	19.87	4.38			
	36-45	63	21.58	3.99			
	46-55	34	22.70	3.52			
	56-65	21	20.47	4.65			
Etkileşim Adaleti	18-25	146	31.18	4.62	1.46	.214	
	26-35	97	29.94	5.66			
	36-45	63	31.20	4.24			
	46-55	34	30.61	4.99			
	56-65	21	32.14	4.61			
Dağıtım Adaleti	18-25	146	16.76	3.29	1.40	.231	
	26-35	97	16.45	3.04			
	36-45	63	17.53	3.16			
	46-55	34	16.47	3.46			
	56-65	21	16.04	4.27			
Bireysel Sessizlik	18-25	146	39.78	8.55	1.61	.169	
	26-35	97	38.63	8.78			
	36-45	63	39.42	8.11			
	46-55	34	35.67	9.66			
	56-65	21	38.33	10.35			
İlişkisel Sessizlik	18-25	146	10.34	1.88	1.30	.269	
	26-35	97	9.81	1.87			
	36-45	63	10.00	1.90			
	46-55	34	9.85	1.98			
	56-65	21	10.04	2.20			

Tablo 3. Yaş Değişkeni Açısından Bağımsız Gruplarda Örgütsel Adalet ve Örgütsel Sessizlik Ölçeği Alt Boyutlarının Karşılaştırılması (Tek Yönlü Varyans Analizi –Anova Sonuçları)

Tablo 3 incelendiğinde; yaş değişkeni açısından; prosedür adaleti alt boyutunda anlamlı bir fark tespit edilmiştir ($p < 0.05$). Tespit edilen bu farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan post-hoc analizi sonucunda 26-35 yaş ile 46-55 yaş arasında, 46-55 yaş lehine anlamlı bir farklılık saptanmıştır.

Tablo 4. Ünvan Değişkeni Açısından Bağımsız Gruplarda Örgütsel Adalet ve Örgütsel Sessizlik Ölçeği Alt Boyutlarının Karşılaştırılması (Tek Yönlü Varyans Analizi –Anova Sonuçları)

Değişkenler	Ünvan	N	\bar{X}	Ss	F	p	Post Hoc
Prosedür Adaleti	Memur	272	21.10	4.18	.184	.832	
	Sözleşmeli	83	20.80	4.22			
	Şube Müd.	6	20.66	4.92			
Etkileşim Adaleti	Memur	272	31.02	4.85	.848	.429	
	Sözleşmeli	83	30.42	5.09			
	Şube Müd.	6	29.16	4.75			
Dağıtım Adaleti	Memur	272	16.82	3.32	.290	.749	
	Sözleşmeli	83	16.51	3.17			
	Şube Müd.	6	16.50	3.93			
Bireysel Sessizlik	Memur	272	38.70	8.98	1.190	.305	
	Sözleşmeli	83	39.36	3.37			
	SU3	6	44.00	1.41			
İlişkisel Sessizlik	Memur	272	10.02	1.91	.410	.664	
	Sözleşmeli	83	10.22	1.92			
	Şube Müd.	6	10.33	2.33			

Tablo 4 incelendiğinde; Örgütsel Adalet Ölçeği alt boyutlarından, prosedür, etkileşim ve dağıtım adaleti ile Örgütsel Sessizlik Ölçeği alt boyutlarından bireysel ve ilişkisel sessizlikte ünvan değişkenine göre anlamlı bir fark tespit edilmemiştir ($p < 0.05$).

Tablo 5. Eğitim Seviyesi Değişkeni Açısından Bağımsız Gruplarda Örgütsel Adalet ve Örgütsel Sessizlik Ölçeği Alt Boyutlarının Karşılaştırılması (Tek Yönlü Varyans Analizi –Anova Sonuçları)

Değişkenler	Eğitim Seviyesi	N	\bar{X}	Ss	F	p	Post Hoc
Prosedür Adaleti	Lise	60	20.20	3.87	2.70	.045	
	Orta Okul	31	20.06	4.50			
	Üniversite	231	21.49	4.14			
	Yüksek Lisans	39	20.37	4.48			
Etkileşim Adaleti	Lise	60	31.50	4.68	.981	.402	
	Orta Okul	31	29.74	5.85			
	Üniversite	231	30.91	4.83			
	Yüksek Lisans	39	30.43	4.91			
Dağıtım Adaleti	Lise	60	16.90	2.97	.562	.640	
	Orta Okul	31	16.03	3.95			
	Üniversite	231	16.77	3.33			
	Yüksek Lisans	39	16.89	2.96			
Bireysel Sessizlik	Lise	60	39.13	9.60	.280	.840	
	Orta Okul	31	38.74	9.21			
	Üniversite	231	39.05	8.66			
	Yüksek Lisans	39	39.69	8.13			
İlişkisel Sessizlik	Lise	60	10.11	1.86	2.89	.035	
	Orta Okul	31	9.67	2.37			
	Üniversite	231	10.24	1.83			
	Yüksek Lisans	39	9.35	1.92			

Tablo 5 incelendiğinde; eğitim seviyesi açısından, prosedür adaleti alt boyutunda ve ilişkisel sessizlik alt boyutunda anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p < 0.05$). Tespit edilen bu farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan post-hoc analizi sonucunda prosedür adaleti alt boyutunda lise ile üniversite düzeyleri arasında üniversite lehine, ilişkisel sessizlik alt boyutunda ise üniversite ve yüksek lisans düzeyleri arasında üniversite lehine anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır ($p < 0.05$).

Tablo 6. Örgütsel Adalet ve Örgütsel Sessizlik Ölçeği Alt Boyutları Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Katsayısı Değerleri

Değişkenler	Prosedür Adaleti	Etkileşim Adaleti	Dağıtım Adaleti	Bireysel Sessizlik	İlişkisel Sessizlik
Prosedür Adaleti		.419**	.244**	.050	.124*
Etkileşim Adaleti			.145**	.025	.046
Dağıtım Adaleti				.044	-.031
Bireysel Sessizlik					.058
İlişkisel Sessizlik					

Tablo 6 incelendiğinde; korelasyon analizi sonuçlarına göre; prosedür adaleti ile bireysel sessizlik arasında pozitif yönlü ve yüksek düzeyde, etkileşim adaleti ile bireysel sessizlik arasında pozitif yönlü düşük düzeyde, dağıtım adaleti ile bireysel sessizlik arasında pozitif yönlü ve orta düzeyde bir ilişki olduğu görülmektedir. Öte yandan; etkileşim adaleti ile ilişkisel sessizlik arasında pozitif yönlü orta düzeyde, dağıtım adaleti ile ilişkisel sessizlik arasında negatif yönlü orta düzeyde, bireysel sessizlik ile ilişkisel sessizlik arasında pozitif yönlü yüksek düzeyde bir ilişki olduğu saptanmıştır ($p < 0.05$).

TARTIŞMA ve SONUÇ

Gençlik ve Spor Bakanlığı merkez teşkilatında çalışan personelin örgütsel sessizlik tutumu ve örgütsel adalet algıları arasındaki ilişkisinin değerlendirilmesi amacıyla yapılan bu çalışma ölçekler çerçevesinde değerlendirilmiş, ortaya çıkan bulgular ışığında yorumlanarak ve literatür temelli olarak tartışılmıştır.

Örgütlerde çalışanların sessiz kalmalarına neden olabilecek ve onların sessiz kalma tutumlarını etkileyebilecek bir faktör örgütsel adalet algısıdır (Karaeminoğulları, 2006). Çalışanlar örgüt içindeki uygulamalar ve alınan kararların adil olduğuna inanır ve buna yönelik algıya sahip olurlarsa, bu durum onların sessiz kalmayıp konuşmaları noktasında motive edici bir etken olabilir. Nitekim farklı araştırmalarda sessizlik ve adalet arasındaki ilişki araştırılmış ve çalışanların adalet algısının yüksek olmasının sessizlik davranışlarından uzaklaştıklarını ortaya koymuştur (Pinder ve Harlos, 2001). Araştırma bulguları bu çalışma ile aynı yönlü benzerlik göstermemektedir.

Taşkıran'ın (2010)'da yapmış olduğu çalışmada, örgütsel sessizlik tutumu ile örgütsel adalet algısı arasındaki ilişki irdelenmiş, örgütsel adalet algısının alt boyutu olan dağıtım adaletinin bireysel sessizlik tutumu üzerinde bir etkisi olmadığı ve çalışanların uygulamaya ilişkin adalet algısı arttıkça, daha fazla bireysel sessizlik tutumunda buldukları görülmüştür. Çalışanların elde ettiği kazanımların belirlenmesinde kullanılan yöntem ve uygulamalarla ilgili algılarının yüksek olması, herhangi bir durum veya sorun ile ilgili gelişmelere razı göstermesi sonucunda sessiz kalmalarına veya çalışanların herhangi bir durum veya sorun ile ilgili görüşlerini açıkladığında gelebilecek tepkilerden korkmasına bağlı olarak bireysel sessizlik tutumunu göstermelerine neden olmaktadır. Her iki durum da örgütler açısından olumsuz bir durum olarak değerlendirilmelidir. Çalışanların dağıtım adaleti ve uygulamaya ilişkin adalet algısı arttıkça, ilişkisel sessizlik tutumları da artmaktadır. Uygulamaya ilişkin adalet algısının ilişkisel sessizlik tutumlarını da arttırdığı belirlenmiştir. Çalışanların elde ettiği kazanımların belirlenmesinde kullanılan yöntem ve uygulamalarla ilgili algılarının yüksek olması, çalışanların örgütün ve diğer çalışma arkadaşlarının yarar görmesi amacıyla ve onları korumak adına ilişkisel sessizlik tutumuna neden olmaktadır (Taşkıran, 2010). Bulgular çalışmamız ile paralellik göstermemektedir.

Taşkıran'a (2010) göre uygulamaya ilişkin olarak adalet algısının hem bireysel hem de ilişkisel sessizlik üzerinde etkisi görülmüştür. Çalışanların uygulamaya ilişkin adalet algısının yüksek olması sessizlik tutumlarını artırmaktadır. Çalışanların, kazanımların dağıtımında kullanılan yöntem ve prosedürleri özellikle aralarında tartışmaları ve gündem konusu yapmaları, onların birbirleri aralarında çok fazla iletişime girmelerine ve bu bağlamda daha fazla sessizlik tutumunda bulunmalarına neden olabilir. Çalışanların elde ettiği kazanımların belirlenmesinde kullanılan yöntem ve uygulamalarla ilgili algılarının yüksek olması, çalışanların örgütün ve diğer çalışma arkadaşlarının yarar görmesi amacıyla ve onları korumak

adına ilişkisel sessizlik tutumuna neden olduğu düşünülmektedir. Güvenli'nin, (2014)'de yapmış olduğu çalışmada, adalet algısının alt boyutlarından olan "dağıtım sal adalet" ile örgütsel sessizlik tutumu arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Çalışma ile sınırlı bu örnekleme; polis memurlarının çalışma ortamında katlandıkları stres ve gerginliklerin giderilmesine yönelik herhangi bir çalışmanın olmadığı düşünülmektedir. Yine çalışma kapsamında polis memurlarının ortaya koymuş oldukları çaba ve performansın karşılığı olan ücret veya motivasyonu yükseltecek geri bildirimleri alamadıkları, vermiş oldukları hizmet karşılığında almış oldukları ödüllerin adil dağıtılmadığı düşünülmektedir. Çalışanların elde ettikleri ödül veya ücretlerin adil dağıtımıyla ilgili olan dağıtım sal adalet, çalışanların bilişsel, duygusal ve davranışsal tepkilerine sebep olduğu bilinmektedir. Buna göre ödül ve ücretler konusunda adaletli olunmadığını düşünen örneklem kapsamındaki polis memurlarının ilgisizlik, umutsuzluk, soğukluk, sessiz kalma, fikir ve önerilerini kendine saklama gibi örgüt içerisinde sessiz kaldıkları görülmektedir. Bulgular çalışmamız ile benzerlik göstermektedir.

Morrison ve Milliken (2000)'e göre örgüt içerisinde kalıplaşan karar verme prosedürleri, yönetsel yetersizlik, ücret adaletsizliği ve örgütün performans yetersizliği gibi örgüt içi etkenler sessiz kalınmaya sebep olacak ve örgüt yararına herhangi bir kararın açığa çıkartılmasına engelleyecektir. İnsanlar sıkıntı, çatışma ve diğer algılanan tehlikeleri önlemek için sessiz kalabilirler. Fakat sessizlik sayesinde muhalefet etme veya beğenmeme durumunu gösterebilirler, dolayısıyla hem bireyler hem de örgütler için bir baskı mekanizması oluşturabilirler (Beheshtifar, 2012). Pinder ve Harlos, (2001) özellikle bireyler arasında adaletsiz davranışların işgörenlerin sessizliğinin güçlü sebepleri olabileceğini iddia etmişlerdir. Milliken (2003) ise işgörenlerin sessiz kalma tercihini etkileyen nedenleri; örgütsel, yönetsel ve bireysel faktörlerle açıklamışlardır. Aşırı hiyerarşik yapı, örgüt kültürünün yetersizliği, yöneticilerin adil olmayan tutum ve davranışları, örgüt içi sosyal ilişkilerin ve iletişimin yetersizliği, deneyim yetersizliği, gücü kötüye kullanma ve cezalandırma gibi nedenlerden dolayı çalışanların sessiz kaldıkları görülmüştür. Araştırma bulguları çalışmamız ile benzerlik göstermektedir.

İşleyici'nin (2015) yapmış olduğu çalışmada, örgütsel adalet algısı ile örgütsel sessizliğin eğitim kurumlarında birbiriyle ilişkili olduğunu vurgulanmıştır. Öğretmenlerin yöneticilerinin adil olduğuna inanmaları, sessiz kalma davranışının oluşmasında etkilidir. Bulgular çalışmamız ile benzerlik göstermektedir.

Sonuç olarak ilişkisel sessizlik alt boyutu ile dağıtım adaleti arasında negatif yönlü, diğer tüm alt boyutların birbiriyle pozitif yönlü bir ilişki olduğunu ortaya çıkaran bu araştırmada; örgüt ne kadar adaletli davranmaya çalışır, kazanımların adil olarak paylaştırılmasını sağlar ve bu çerçevede çalışanlarına adil bir çalışma ortamı yaratırsa, o düzeyde algılanan örgütsel sessizlik tutumu üzerindeki kontrolünü arttırabileceği söylenebilir. Örgüt içerisinde sessizliğin çalışanların davranışlarına yansıdığı görülmekte ve örgütün daha başarılı olabilmesi ve gelişim sağlayabilmesi için sessizliğin araştırılarak çözüm bulunması gerektiği düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

- Beheshtifar, M.B., Hossein, M., Mahmood, N. (2012). Destructive role of employee silence in organizational success. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, Vol.2, No.11, 275-282.
- Bies, R. J., Moag, J. S. (1986). Interactional justice: Communication criteria of fairness. *Research on Negotiation in Organizations*, Vol. 1, 43-55, Greenwich, CT: JAI Press.
- Citera, M., Rentsch, J. R. (1993). Is There Justice in Organizational Acquisition? The Role of Distribute and Prosedural Fairness in Corporate Acquisition, Justice in the Workplace. *Approaching Fairness in Human Resource Management*, R.Cropanzano, USA: L. Erlbaum Inc., s. 211.
- Çakıcı, A. (2007). Örgütlerde sessizlik: Sessizliğin teorik temelleri ve dinamikleri. *Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 16 (1), 145-162.
- Çöp, S. (2008). *Türkiye ve Polonya'da turizm sektörü çalışanlarının örgütsel adalet ve örgütsel bağlılık algılarına ilişkin bir uygulama*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, s.1. Ankara.
- Doğan, H. (2008). A Research Study for Procedural Justice as a Factor in Employee Retention, *Yönetim ve Ekonomi*, Vol.15, No.2, s.62.
- Dyne, L.V., Ang, S., Botero, C. (2003). Conceptualizing employee silence and employee voice as multidimensional constructs, *Journal of Management Studies*, 40(6), 1364.
- Güvenli, D. (2014). *Örgütsel adalet algısı ve tükenmişlik sendromunun örgütsel sessizlik üzerindeki etkisi emniyet mensupları üzerinde bir araştırma*. Yüksek Lisans Tezi. Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Işıl, Ö., Sürgevil, O. (2009). Örgütsel sessizlik olgusu ve turizm işletmeleri açısından değerlendirilmesi. *Turizm İşletmelerinde Örgütsel Davranışın İçinde*, Editör: Zeyyat Sabuncuoğlu, Bursa: MKM Yayıncılık.
- İşleyici, K. (2015). *Örgütsel adalet ve örgütsel sessizlik arasındaki ilişkinin incelenmesi (Zonguldak İli Örneği)*, Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bolu.
- Karacaoğlu, K., Cingöz, A. (2009). İş gören sessizliğinin kaynağı olarak liderlik davranışı ve örgütsel adalet algısı, *17.Ulusal Yönetim ve Organizasyon Kongresi*, 21-23 Mayıs Eskişehir, ss. 698-705.
- Karaeminoğulları, A. (2006). *Öğretim elemanlarının örgütsel adalet algıları ile sergiledikleri üretkenliğe aykırı davranışlar arasındaki ilişki ve bir araştırma*, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Keskin, H., Akgün, A.E., Günsel, A. (2008). Örgütsel sessizlik kavramı, boyutları ve yönetimi. *Örgütsel davranışta seçme konuların içinde*, Editör: Mahmut Özdevecioğlu ve Hikmet Karadal. Ankara: İlke Yayınevi, s. 97.
- Luo, Y. (2009). Are we on the same page? Justice agreement in international joint ventures. *Journal of Business Research*, Vol.44, No.9, p. 384.
- Milliken, J., Morrison, W., Hewlin, E. (2003). An Exploratory study of employee silence: Issues that employees don't communicate upward and why. *Journal of Management Studies* Vol.6, No.40, (1453-1476).
- Moorman, R.H. (2002). Relationship between organizational justice and organizational citizenship behavior: Do fairness perceptions influence employee citizenship?, *Journal of Applied Psychology*, Vol. 76, s.845-855.
- Morrison Elizabeth, W., Milliken Frances, J. (2000). Organizational Silence: A Barrier to Change and Development in a Pluralistic World, *The Academy of Management Review*, Vol. 25, No. 4, (706-725).
- Pinder Craig, C., Harlos Karen, P. (2001). Employee Silence: Quiescence and acquiescence as responses to perceived injustice, *Research in Personnel and Human Resources Management*, Volume 20, (331- 369).
- Spreitzer, G., Quinn, R. (1996). Empowering middle managers to be transformational leaders. *Journal of Applied Behavioral Science*, 32(3): 237-261.
- Taşkıran, E. (2010). *Liderlik tarzının örgütsel sessizlik üzerindeki etkisinde örgütsel adaletin rolü ve bir Araştırma*. Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Doktora Tezi, İstanbul.
- Zillak, S.T., McCloskey, D.N. (2008). *The cult of statistical significance: How the Standard error costs us jobs, justice and lives*. University of Michigan Press.

Ata Sporumuz Güreşe Yönelik Günümüzdeki Toplumsal Bakışın Değerlendirilmesi*

Evaluation of the Current Social Perspective Towards Our Ancestors' Sport Wrestling

ORIJİNAL ARAŞTIRMA/
ORIGINAL RESEARCH

Mücahit FİŞNE[†],
Sait BARDAKÇI¹,
Yalçın KARAGÖZ¹

¹Cumhuriyet Üniversitesi, Sivas

Özet:

Güreş, Türk kültüründe ve Türk spor tarihinde sosyal ve kültürel olarak önemli işlevler üstlenmiş ve toplumumuzda çok önemli bir yere sahip olmuştur. Bu çalışmanın amacı ata sporumuz olarak görülen güreşe yönelik günümüzdeki toplumsal bakışın ortaya konulmasıdır. Çalışma grubunu kolayda örnekleme yöntemiyle ulaşılan 876 kişi oluşturmuştur. Veri toplama aracı olarak Güven ve Öncü (2011) tarafından geliştirilen “Yağlı Güreşlere Yönelik Tutum Ölçeği” genel olarak Güreş sporuna uyarlanarak kullanılmıştır. Söz konusu ölçeği ve demografik bilgi formunu içeren anket araştırmaya katılmayı kabul edenlerin bir kısmına yüz yüze bir kısmına ise on-line anket yöntemiyle uygulanmıştır. Veri analizinde öncelikle Kolmogorov-Smirnov Normallik Testi ile verilerin normallik sinaması yapılmış, veriler normal dağılım göstermediği için Mann-Whitney U ve Kruskal Wallis nonparametrik testleri kullanılmıştır. Güreşe olan ilginin gençlerde daha düşük olduğu, eğitim düzeyi yükseldikçe güreşe olan ilginin azaldığı, katılımcıların yaklaşık % 32’sinin bir güreşçi ismi bile yazamadığı, yarısından fazlasının (%54) hiç güreş müsabakası izlemediği ve yaklaşık yarısının (%45) erkek çocukları varsa veya olursa güreş yapmasını istemediği belirlenmiştir. Elde edilen bulgular ata sporumuz olarak görülmesine rağmen güreş sporuna yönelik toplumsal ilginin düşük olduğunu göstermektedir. Uluslararası literatürdeki benzer çalışmalar da başka toplumlarda da geleneksel sporlara yönelik ilginin azaldığını göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Ata Spor, Güreş, Toplumsal Bakış.

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 19.10.2016
Kabul Tarihi: 07.06.2017
Online Yayın Tarihi: 30.06.2017

Abstract:

Wrestling has served as important social and cultural functions in Turkish culture and in Turkish sports history and it has been in a very important place for our society. Aim of this study was to investigate the current social perspective against wrestling as seen our ancestors' sport. A total of 876 participants who were selected with random sampling method completed this survey. The modified version of “Attitude Scale towards Oil Wrestling” developed by Güven and Öncü (2011) was used as an instrument. The survey form was conducted as face to face and online survey to the sample. As the data has not a normal distribution Mann-Whitney U and Kruskal-Wallis nonparametric tests were used. The main findings reveal that interest towards wrestling is lower in young people, even %32 of participants doesn't know one of the wrestlers, more than half of the participants (%54) has never watched wrestling and approximately half of the participants now or in the future if they have children (%45) doesn't want their children not to do wrestling sport. The findings demonstrate that social interest towards wrestling is low although it is seen as our ancestors' sport. In international literature, the similar studies demonstrate that social interest towards traditional sports is decreasing. The results can be used as a base in studies for popularization of wrestling which has an important place in our culture throughout the history again, for its being in its deserved place and for its continuing its existence and functions.

Keywords: Ancestors' Sport, Wrestling, Social Perspective.

* Bu çalışma 6- 8 Mayıs 2016 tarihleri arasında Kahramanmaraş'ta düzenlenen III. Uluslararası Geleneksel Türk Güreşleri Sempozyumu'nda sözel bildiri olarak sunulmuştur.

[†] Sorumlu yazar: Mücahit Fişne, mfishne@gmail.com

GİRİŞ

Kültürün tamamlayıcı unsurları arasında yer alan spor, içinde bulunduğu ve yapıldığı toplumun özelliklerine göre şekillenmektedir (Karahüseyinoğlu, 2008a). Böylece her ulusun geçmişinden süzülüp gelen, sosyal yapı ve yaşayışından kaynaklanan, kısmen coğrafi özellikleri de bünyesinde barındıran farklı spor kültürü anlayışları oluşmaktadır (Şahin, 2011b). Bu kapsamda, Türk toplumunun zengin geleneksel kültür yelpazesinde önemli yer tutan, oluşum süreci yüzyıllar öncesine dayanan (Karahüseyinoğlu, 2007) ve uzun yıllar süren kültürel pratikler arasından süzülerek gelen (Karahüseyinoğlu, 2008a), Türklerin yaşama biçimini, doğuştan getirdiği özelliklerini ve yaşadıkları yerlerin coğrafi özelliklerini yansıtan (Güven, 1992), yarışmayı, hoş vakit geçirmeyi sağlayan, yardım ve rekreasyonel amaçlar taşıyabilen (Karahüseyinoğlu, 2008b) ve bünyesinde milli ve dini ritüelleri barındıran (Güven, 1992) sportif faaliyetler “Geleneksel Türk Sporları” şeklinde ifade edilmektedir.

Bir kısmı günümüze kadar değişerek veya değişmeden gelebilen (Karahüseyinoğlu, 2008b) ve uluslararası sporlar arasında da yer alan, bir kısmı ulusal veya bölgesel düzeyde kalan, bazıları da unutulmuş kaybolan (İmamoğlu, Taşmektepligil ve Türkmen, 1997) bu geleneksel sporların en önemlilerinden birisi de güreştir. “Ata Sporumuz” olarak da görülen güreş (Atabeyoğlu, 2000; Başaran, 1989; Bayraktar ve Tozoğlu, 2015; Yiğit, 2012) Türk kültüründe ve Türk spor tarihinde sosyal ve kültürel olarak önemli işlevler üstlenmiş ve toplumumuzda her zaman çok önemli bir yere sahip olmuştur.

Hem geleneksel hem modern biçimiyle mevcudiyetini sürdürmekte olan güreş, dünyada pek çok milletin kültürel özelliklerini yansıtmaktadır (Akkurt, 2008). Ancak tüm tarih çağlarında özellikle Türklerin en belli başlı ve belki de en eski sporlarından birisi olmuş (Atabeyoğlu, 2000; Bayraktar ve Tozoğlu, 2015), Türk toplumunun hayatında yer alan zengin geleneklerin vazgeçilmez bir parçasını oluşturmuştur (Güven, 1992).

Türkler güreşi ibadet, güreş yerini ibadet yeri, güreş meydanını er meydanı olarak görmüşlerdir (Nadiem, 1968; Petrov, 1984; akt: Türkmen, 2014). Türklerde güreşler toplumun sosyal yaşamının hemen hemen her bölümünde yer almış, düğünlerde (Kahraman, 1995), törenlerde (Akkurt, 2008; Öngel, 2001; Türkmen, 2014), bayramlarda (Kahraman, 1995; Öngel, 2001), şenliklerde (Akkurt, 2008; Öngel, 2001), festivallerde (Şahin, 2011b), pazar ve panayırda (Akkurt, 2008; Kahraman, 1995), cenaze, defin, yas ve matem törenlerinde (Akkurt, 2008; Öngel,

2001; Şahin, 2011b), cami, hastane, okul ve mezarlık gibi kurumlara yardım ve hayır için yapılan organizasyonlarda (Kahraman, 1995; Karahüseyinoğlu, 2008b) ve kulüplerde (güreş tekkeleri) (Kahraman, 1995; Türkmen, 2014) büyük şehirlerden en ücra köy meydanlarına kadar (İmamoğlu ve ark., 1997) çok yaygın biçimde yapılmış, sosyal ve kültürel birçok fonksiyonun (Akkurt, 2008) yerine getirilmesini sağlamıştır. Ancak özellikle son yüzyılda yaşanan ve küreselleşme ismi verilen değişimler sonucu, toplumların gelenek ve göreneklerinden yaşam tarzlarına kadar birçok şey değişmiştir (Bayraktar ve Tozoğlu, 2015). Bu süreç içerisinde pek çok geleneksel spor da ya yok olmuş ya da yok olma tehlikesiyle karşı karşıya kalmıştır (Linaza, Moran, ve O'Connor, 2013). Bu süreçle birlikte, insanlık tarihi kadar köklü bir geçmişi olan ve Türklerde adeta günlük hayatın bir parçası olan (Bayraktar ve ark., 2012) güreş sporu da, günümüzde neredeyse fonksiyonlarının birçoğunu belki de tamamına yakını yitirmiştir. Bu yüzden güreşle ilgili geleneklerin birçoğu da ortadan kalkmıştır (Bayraktar ve Tozoğlu, 2015).

Bu bağlamda, bu çalışmanın amacı ata sporumuz olarak görülen güreşe yönelik günümüzdeki toplumsal bakışın ortaya konulmasıdır. Güreşe yönelik mevcut toplumsal bakış açısının belirlenmesi ve varsa olumsuzluklara dikkat çekilmesi, bu olumsuzlukların nedenleri ve nasıl giderilecekleri ile ilgili yapılabilecek ileriki çalışmalara temel oluşturması ve bu çalışmaların hangi doğrultuda yapılması gerektiğine yön vermesi bakımından önem taşımaktadır.

YÖNTEM

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu kolayda ulaşılabilir örnekleme yöntemiyle belirlenen ve Sivas ilinde ikamet eden 876 kişi oluşturmaktadır. Veri toplama aracı çalışma grubunu oluşturan 572 kişiye yüz yüze, 304 kişiye ise online anket yoluyla uygulanmıştır.

Veri Toplama Aracı

Araştırmada veri toplama aracı olarak demografik bilgilerden oluşan anket formuyla birlikte Güven ve Öncü (2011) tarafından geliştirilen “Yağlı Güreşlere Yönelik Tutum Ölçeği” maddeleri güreş için düzenlenerek kullanılmıştır. Söz konusu ölçek 20 maddeden ve 2 alt boyuttan oluşan 5’li Likert tipinde bir ölçektir. Ölçeğin faktör yapısı varimax rotasyonu kullanılarak yapılan

açımlayıcı faktör analizi ile ortaya konulmuş ve faktörler “algı” ve “ilgi” alt boyutları olarak tanımlanmıştır. Algı alt boyutu 11 maddeden oluşmakta ve toplam varyansın %60,19’unu açıklamakta, ilgi alt boyutu ise 9 maddeden meydana gelmekte ve toplam varyansın %7,43’ünü açıklamaktadır. Açımlayıcı faktör analiziyle ortaya konulan yapının geçerliği ise doğrulayıcı faktör analiziyle test edilmiştir. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda model uyum indeksleri $\chi^2/sd=1,26$; RMSEA=0,05; CFI=0,99; GFI=0,86; NFI=0,97 olarak hesaplanmış ve bu sonuçlarla söz konusu yapının geçerli bir yapı olduğu ortaya konulmuştur. Son olarak ölçeğin güvenilirliğinin önemli bir göstergesi olan ve iç tutarlılığına ilişkin hesaplanan Cronbach Alpha katsayısı ölçeğin tamamı için 0,96 olarak, algı boyutu için 0,95 olarak ve ilgi boyutu için 0,94 olarak bulunmuştur. Buna göre ölçeğin yüksek güvenilirliğe sahip olduğu sonucuna varılmıştır. Tüm bu bulgular doğrultusunda ölçeğin güvenilir ve geçerli bir ölçek olduğu göz önünde bulundurularak araştırmada veri toplama aracı olarak kullanılmasına karar verilmiştir.

Verilerin Analizi

Katılımcıların güreşe yönelik ortalama tutum puanlarının ve ortalama algı ve ilgi puanlarının normallik sınaması Kolmogorov-Smirnov Testi ile yapılmıştır. Güreşe yönelik genel tutum, algı ve ilgi puanlarının cinsiyete ve daha önce spor yapıp yapmama değişkenlerine göre farklılık gösterip göstermediğinin belirlenmesi amacıyla nonparametrik testlerden olan Mann-Whitney U Testi kullanılmıştır. Ayrıca yaş, medeni durum, eğitim düzeyi ve meslek grubu değişkenlerine göre tutum puanlarının ve algı ve ilgi düzeylerinin anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği ise Kruskal Wallis Nonparametrik Testi kullanılarak incelenmiştir. Söz konusu istatistiksel tekniklerin uygulanmasında Cumhuriyet Üniversitesi Kampüs Lisanslı SPSS 22.00 paket programı kullanılmıştır.

BULGULAR

Demografik Bulgular

Araştırmada elde edilen verilerin demografik dağılımı Tablo 1'deki gibidir.

Tablo 1. Demografik Verilerin Frekans Dağılımı

Cinsiyet	Frekans	Yüzde (%)
Erkek	507	57.9
Kadın	347	39.7
Belirtmek İstemiyorum	21	2.4
Yaş	Frekans	Yüzde (%)
0-20 Yaş	197	22.5
21-24 Yaş	378	43.2
25-29 Yaş	121	13.8
30 Yaş ve Üzeri	179	20.5
Eğitim Düzeyi	Frekans	Yüzde (%)
Lise Öğrencisi	106	12.1
Lise Mezunu	70	8.0
Üniversite Öğrencisi	440	50.3
Üniversite Mezunu	116	13.3
Yüksek Lisans Öğrencisi	51	5.8
Yüksek Lisans Mezunu	19	2.2
Doktora Öğrencisi	38	4.3
Doktora Mezunu	5	0.6
Diğer	29	3.3
Meslek	Frekans	Yüzde (%)
Öğrenci	586	67.1
Çalışan	231	26.5
Emekli	12	1.5
Diğer	43	4.9

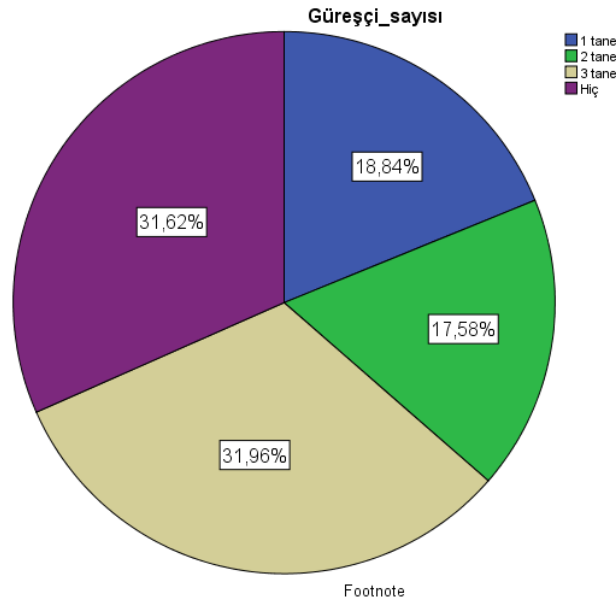
Bu bulgulara ek olarak katılımcılara daha önce lisanslı olarak hiç spor yapıp yapmadıkları sorulmuş ve elde edilen verilere göre katılımcıların % 46.8 'inin daha önce bir branşta spor yaptığı, %53.2 'sinin ise daha önce hiç sporla meşgul olmadığı belirlenmiştir. Katılımcılara yöneltilen bir diğer soru ise daha önce hiç canlı güreş müsabakası izleyip izlemedikleri yönünde olmuş, elde edilen bulgulara göre katılımcıların % 46.4'ünün daha önce canlı bir güreş müsabakası izlediği, % 53.6'sının ise daha önce hiç canlı güreş müsabakası izlemediği tespit edilmiştir. Bu bulgular ve anket formundan elde edilen diğer bulgular Tablo 2'de özetlenmiştir.

Tablo 2. Çeşitli Sorular için Frekans Tablosu

Herhangi bir branşta lisanslı olarak spor yaptınız mı veya yapıyor musunuz?	Frekans	Yüzde (%)
Evet	407	46.8
Hayır	463	53.2
Daha önce canlı olarak hiç güreş müsabakası izlediniz mi?	Frekans	Yüzde (%)
Evet	404	46.4
Hayır	467	53.6
Erkek çocuğunuz olursa (veya varsa) güreş sporu yapmasını ister misiniz?	Frekans	Yüzde (%)
Evet	469	54.6
Hayır	390	45.4
Kız çocuğunuz olursa (veya varsa) güreş sporu yapmasını ister misiniz?	Frekans	Yüzde (%)
Evet	68	8.5
Hayır	734	91.5

Tablo 2 'deki diğer bulgular incelendiğinde katılımcıların % 54.6 'sının erkek çocuğu olması durumunda güreş yapmasını istediği, kız çocuğu olması durumunda ise bu oranın %8.5 olduğu görülmektedir.

Katılımcılara yöneltilen bir diğer soru ise bildikleri güreşçi isimlerinden 3 tanesinin ismini yazmaları yönünde olmuştur. Grafik 1'deki elde edilen bulgulara göre katılımcıların % 32 'si 3 isim, %17 'si 2 isim, %18 'i ise sadece 1 isim yazabilmiştir. Yaklaşık %32 'lik bir kısım ise hiç güreşçi ismi yazamamıştır.



Grafik 1. Katılımcıların Yazabildiği Güreşçi İsmi Sayıları

Güreşe Karşı Tutum ve Alt Boyutlarına İlişkin Bulgular

Öncelikle katılımcıların ölçeğin bütününe oluşturan 20 maddeye verdiği cevapların ortalaması alınarak ortalama tutum puanları belirlenmiştir. Aynı şekilde algı boyutunu oluşturan 11 maddeye ve ilgi boyutunu oluşturan 9 maddeye verdikleri cevapların ortalaması alınarak ortalama algı ve ilgi puanları hesaplanmıştır.

Elde edilen tutum, algı ve ilgi değişkenlerinin normal dağılım gösterip göstermediği Kolmogorov-Smirnov Normallik Testi ile incelenmiştir. Elde edilen bulgular Tablo 3 'de verilmiştir.

Tablo 3. Kolmogorov-Smirnov Normallik Testi Sonuçları

	Test İstatistiği	s.d	Sig (p)
Tutum	0.044	875	0.000
Algı	0.071	875	0.000
İlgi	0.043	875	0.001

Bu bulgulara göre tutum, algı ve ilgi değişkenlerinin normal dağılım göstermediği tespit edilmiştir ($p<0.05$). Bu durumda tutum, algı ve ilgi puanlarının çeşitli değişkenlere göre karşılaştırmasının yapılabilmesi için nonparametrik testlerin kullanılmasının daha doğru olacağı sonucuna varılmıştır.

Ayrıca güreşe yönelik algı, ilgi ve tutum puanlarının genel düzeyini belirleyebilmek için normal dağılmayan verilerde ortalamaların kıyaslanmasında daha sağlıklı sonuçlar veren medyan değerleri tercih edilmiştir. Bu doğrultuda her üç değişkene ait medyan değerleri hesaplanmış ve Tablo 4'deki bulgular elde edilmiştir.

Tablo 4. Tutum, Algı ve İlgi Değişkenlerine Ait Medyan Değerleri

	N	Medyan
Tutum	876	3.30
Algı	876	3.82
İlgi	876	2.89

Tablodaki bulgulara göre ata güreşimiz olarak tanımlanmasına rağmen güreşe yönelik tutumun yeterince olumlu olmadığı söylenebilir. Ayrıca güreşe yönelik algı nispeten biraz daha yüksek olsa da güreşe karşı ilgi puanının oldukça düşük olduğu görülmektedir.

Cinsiyete Göre Güreşe Yönelik Ortalama Tutum, Algı ve İlgi Puanlarının Karşılaştırılması

Güreşe yönelik ortalama tutum, algı ve ilgi puanlarının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğinin belirlenmesi için Mann-Whitney U Testi yapılmıştır. Test sonuçları Tablo 5'deki gibi elde edilmiştir.

Tablo 5. Cinsiyete Göre Mann-Whitney U Testi Sonuçları

	Cinsiyet	N	Medyan	Mann-Whitney U İst.	Z İstatistiği	Sig (p)
Tutum	Erkek	506	3.65	56652	-8.81	0.000
	Kadın	347	3.05			
	Cinsiyet	N	Medyan	Mann-Whitney U İst.	Z İstatistiği	Sig (p)
Algı	Erkek	506	4.09	61606	-7.41	0.000
	Kadın	347	3.45			
	Cinsiyet	N	Medyan	Mann-Whitney U İst.	Z İstatistiği	Sig (p)
İlgi	Erkek	506	3.22	57871	-8.47	0.000
	Kadın	347	2.67			

Bu bulgulara göre ortalama tutum, algı ve ilgi puanlarının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir ($p < 0.05$). Medyan değerleri incelendiğinde erkeklerin gerek güreşe karşı genel tutumlarının gerekse de güreşe yönelik algı ve ilgi düzeylerinin kadınlara göre daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır.

Yaşa Göre Güreşe Yönelik Ortalama Tutum, Algı ve İlgi Puanlarının Karşılaştırılması

Güreşe yönelik ortalama tutum ile alt boyutlarını oluşturan algı ve ilgi puanlarının yaşa göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğinin belirlenmesi için ise nonparametrik istatistiksel yöntemlerden Kruskal Wallis Testi uygulanmıştır. Yapılan test sonucu elde edilen bulgular Tablo 6'daki gibidir.

Tablo 6. Yaş Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Yaş	N	Ki-Kare İstatistiği	s.d	Sig (p)
Tutum	0-20 Yaş	197	9.232	3	0.026
	21-24 Yaş	377			
	25-29 Yaş	121			
	30 Yaş ve Üzeri	179			
Algı	0-20 Yaş	197	6.641	3	0.084
	21-24 Yaş	377			
	25-29 Yaş	121			
	30 Yaş ve Üzeri	179			
İlgi	0-20 Yaş	197	7.387	3	0.041
	21-24 Yaş	377			
	25-29 Yaş	121			
	30 Yaş ve Üzeri	179			

Tablo 6'daki bulgular göz önünde bulundurulduğunda öncelikle güreşe karşı genel tutumun yaşa göre anlamlı bir farklılık gösterdiği söylenebilir ($p=0.026 < 0.05$). Bu farklılığın hangi alt boyuttan kaynaklandığını belirlemek amacıyla algı ve ilgi alt boyutlarına ilişkin bulgular değerlendirildiğinde ise algı boyutunun yaşa göre anlamlı bir farklılık göstermediği ($p=0.084 > 0.05$), ilgi boyutunun ise anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmektedir ($p=0.041 < 0.05$). Buradan hareketle güreş algısının yaşa bağlı olarak değişmediği fakat güreşe olan ilginin yaşa göre farklılaştığı söylenebilir.

Güreşe yönelik tutum ve ilgi düzeyinin yaş arttıkça veya azaldıkça ne yönde değiştiğini belirlemek amacıyla yaş gruplarına ait medyan değerleri hesaplanmış ve Tablo 7'deki bulgular elde edilmiştir.

Tablo 7. Yaş gruplarına ait medyan değerleri

Yaş	Tutum	Algı	İlgi
0-20 Yaş	3,15	3,54	2,80
21-24 Yaş	3,30	3,82	2,89
25-29 Yaş	3,50	3,91	2,89
30 Yaş ve Üzeri	3,35	3,91	3,00

Tablo 7'deki medyan değerleri göz önünde bulundurulduğunda güreşe yönelik ortalama tutum puanının en genç kesimi temsil eden 0-20 yaş grubunda en düşük değer aldığı görülmektedir. Bu değer ileriki yaşlara doğru gidildikçe düzgün bir şekilde olmasa da artmaktadır. Bu sonuçlardan

hareketle genç yaşlara doğru gidildikçe bir başka ifadeyle yeni nesillerde güreşe yönelik tutumun olumsuzlaştığı sonucuna varılabilir. Güreşe yönelik ilgi puanlarının medyan değerleri dikkate alındığında da benzer bir sonuca rastlanmaktadır. 30 yaş ve üzeri grup en yüksek ilgi düzeyine sahipken 0-20 yaş grubu en düşük ilgi düzeyine sahiptir. Bu bulgulara göre ileriki yaşlarda göreceli olarak yüksek olduğu görülen güreşe yönelik ilginin genç insanlarda düşük düzeyde kaldığı söylenebilir.

Eğitim Düzeyine Göre Güreşe Yönelik Ortalama Tutum, Algı ve İlgi Puanlarının Karşılaştırılması

Güreşe yönelik ortalama tutum, algı ve ilgi puanlarının eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği de yine Kruskal Wallis Testi ile incelenmiştir. Yapılan Kruskal Wallis testi sonuçları Tablo 8'deki gibidir.

Tablo 8. Eğitim düzeyine göre Kruskal-wallis testi sonuçları

	s.d	Ki-Kare İstatistiği	Sig (p)
Tutum	7	14.811	0.038
Algı	7	15.920	0.026
İlgi	7	16.750	0.019

Tablo 8'deki Kruskal Wallis testi bulgularına göre güreşe karşı genel tutum puanı eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir ($p=0.038 < 0.05$). Bu farklılığın hangi alt boyuttan kaynaklandığını belirlemek için algı ve ilgi boyutlarına ilişkin bulgular değerlendirilirse hem algı boyutunun ($p=0.026 < 0.05$), hem de ilgi boyutunun ($p=0.019 < 0.05$) eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmektedir. Buradan hareketle hem güreş algısının hem de güreşe olan ilginin eğitim düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı söylenebilir.

Güreşe yönelik tutum, algı ve ilgi düzeyinin eğitim düzeyine göre ne yönde değiştiğini belirlemek amacıyla farklı eğitim düzeylerine göre medyan değerleri dikkate alınmış ve Tablo 9'daki bulgular elde edilmiştir.

Tablo 9. Eğitim düzeyine göre medyan değerleri

Eğitim Düzeyi	Tutum	Algı	İlgi
Lise öğrencisi	3,075	3,363	2,777
Lise mezunu	3,600	4,090	3,222
Üniversite öğrencisi	3,300	3,727	2,888
Üniversite mezunu	3,400	4,000	2,888
Yüksek lisans öğrencisi	3,200	3,909	2,888
Yüksek lisans mezunu	3,400	3,454	2,888
Doktora öğrencisi	3,500	4,282	2,777
Doktora mezunu	2,900	3,454	2,444

Tablo 9'daki medyan değerleri göz önünde bulundurulduğunda güreşe yönelik ortalama tutum puanının ve ortalama ilgi düzeyinin en düşük değerlerini doktora mezunları ve lise öğrencilerinde aldığı görülmektedir. Lise öğrencilerinin tutum ve ilgi puanlarının düşük olması genç yaşlarda (0-20 yaş) güreşe yönelik tutumun ve güreşe olan ilginin düşük olduğu bulgusunu desteklemektedir. Doktora mezunlarının ortalama puanlarının en düşük olması ise eğitim düzeyi en yüksek olan grupta güreşe olan tutum ve ilginin en düşük olduğu sonucunu ortaya koymaktadır.

Daha Önce Spor Yapıp Yapmamaya Göre Güreşe Yönelik Ortalama Tutum, Algı ve İlgi Puanlarının Karşılaştırılması

Son olarak güreşe yönelik ortalama tutum, algı ve ilgi puanlarının daha önce spor yapıp yapmama durumuna göre bir farklılık gösterip göstermediği Mann-Whitney U Testi ile incelenmiştir. Bu bağlamda “Herhangi bir branşta lisanslı olarak spor yaptınız mı veya yapıyor musunuz?” sorusuna “evet” veya “hayır” cevabını veren katılımcıların ortalama tutum, algı ve ilgi puanları karşılaştırılmıştır. Yapılan Mann-Whitney U Testi sonuçları Tablo 10'daki gibi elde edilmiştir.

Tablo 10. Daha önce spor yapıp yapmama durumuna göre Mann-Whitney U testi sonuçları

	Cevap	N	Medyan	Mann-Whitney U İst.	Z İstatistiği	Sig (p)
Tutum	Evet	406	3.55	69180	-6.68	0.000
	Hayır	462	3.10			
Algı	Evet	406	4.00	74114	-5.34	0.000
	Hayır	462	3.55			
İlgi	Evet	406	3.11	69352	-6.63	0.000
	Hayır	462	2.78			

Tablo 10'daki bu bulgulara göre ortalama tutum, algı ve ilgi puanları daha önce spor yapıp yapmama durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermektedir ($p < 0.05$). Bu farklılığın hangi grup lehine olduğuna karar vermek için medyan değerleri incelendiğinde ise daha önce herhangi bir branşta spor yapanların gerek güreşe karşı genel tutum puanlarının gerekse de güreşe yönelik algı ve ilgi düzeylerinin yapmayanlara göre daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Çalışmadan elde edilen bulgulara göre ata sporumuz olarak tanımlanmasına rağmen toplumumuzda güreşe yönelik tutumun yeterince olumlu ve yüksek olmadığı görülmektedir. Güreşe yönelik algı nispeten biraz daha yüksek olsa da güreşe karşı ilgi puanı oldukça düşüktür. Uluslararası literatürdeki benzer çalışmalar da başka toplumlarda genelde geleneksel sporlara özeldir. Güreşe yönelik ilginin azaldığını göstermektedir. Linaza ve ark., (2013) pek çok geleneksel spor ve oyunun yok olduğunu, varlığını sürdürenlerin bir çoğunun ise yok olma tehlikesiyle karşı karşıya olduklarını belirtmektedirler. Goodman (1957) bir çalışmada Japon çocukların geleneksel güreşleri "sumo" ile ithal edilen yeni bir spor olan "beyzbol" arasında tercih konusunda ikiye bölündüklerini ortaya koymuştur. Bir başka çalışmada ise Burton ve Martens (1986) çocukların güreşten uzaklaştığını ifade etmektedirler.

Elde edilen bulgular güreşe yönelik ortalama tutum, algı ve ilgi puanları açısından cinsiyete göre anlamlı bir farklılık olduğunu, erkeklerin gerek güreşe karşı genel tutumlarının gerekse güreşe yönelik algı ve ilgi düzeylerinin kadınlara göre daha yüksek olduğunu göstermektedir. Şahin'in (2011b) yaptığı benzer bir çalışmada da, güreşe yönelik ilgi düzeyleri açısından erkeklerle kadınlar

arasında anlamlı farklılıklar bulunduğu, erkeklerin kadınlara oranla güreş sporuyla daha fazla ilgili oldukları belirtilmiştir.

Elde edilen bulgular göz önünde bulundurulduğunda güreşe karşı genel tutumun yaşa göre anlamlı bir farklılık gösterdiği ancak bu farklılığın algı boyutundan değil sadece ilgi boyutundan kaynaklandığı görülmektedir. Buradan hareketle toplumun güreşle ilgili algısının yaşa bağlı olarak değişmediği, güreşin toplumdaki yerinin ve toplum için ifade ettiği değerlerin tüm yaş gruplarında aynı olduğu ancak güreşe olan ilginin yaşa göre farklılaştığı söylenebilir. Bir başka ifadeyle güreşin tüm toplum için aynı değerleri ifade ettiği ancak ileri yaşlardaki insanların güreşe olan ilgisinin yeni nesillere göre daha yüksek olduğu, gençlerin güreşe yönelik ilgisinin daha düşük kaldığı görülmektedir. Şahin (2011b) de çalışmasında, yaş artışına bağlı olarak güreşe ilgi duyma düzeyinde anlamlı bir artış olduğunu, genç insanlarda güreşe olan ilginin ileriki yaşlarda bulunan insanlara oranla daha düşük olduğunu ifade etmektedir.

Elde edilen bulgulara göre, ata sporumuz olarak görülmesine rağmen katılımcıların ancak % 54,6 'sının erkek çocuğu varsa veya olması durumunda güreş yapmasını istediği, kız çocuğu varsa veya olması durumunda ise % 91,5'inin güreş yapmasını istemediği görülmektedir. Şahin (2011a) de yaptığı bir başka çalışmasında katılımcıların çocuklarını ağırlıklı olarak güreşe yönlendirmek istemediklerini hatta çocuğunun kendi isteğiyle güreş yapmak istemesi durumunda %27'lik bir kesimin buna karşı çıkacağını ve çocuklarını vazgeçirmeye çalışacaklarını ifade ettiklerini belirtmektedir. Karahüseyinoğlu (2008c) da genel olarak geleneksel sporlarla uğraşan bireylerle yaptığı bir çalışmasında, kendileri geleneksel spor yapmalarına rağmen, katılımcılardan kız çocuğu olanların %74,4'ünün kız çocuklarınının güreş yapmasını istemediklerini ortaya koymuştur. Arslan, Yücel ve Güllü'nün (2010) 1050 ilköğretim öğrencisiyle yaptığı bir çalışmada da, erkek ve kız öğrencilerin yaptıkları spor branşları incelendiğinde güreş, % 2,7'lik bir oranla kendisine ancak 7. Sırada yer bulabilmiştir.

Yine elde edilen bulgular, katılımcıların ancak % 46,4'ünün daha önce canlı bir güreş müsabakası izlediğini, % 53,6'sının yani yarısından fazlasının ise daha önce hiç canlı güreş müsabakası izlemediğini göstermektedir. Türkmen, İmamoğlu ve Ziyagil (2006) tarafından yapılan bir çalışmada da medyada izlenmek istenen branşlar arasında güreşin %14,3'lük düşük bir orana sahip olduğu belirlenmiştir. Arslan ve ark., (2010) 1050 ilköğretim öğrencisiyle yaptıkları çalışmada ise, öğrencilerin televizyonda izledikleri spor branşları incelendiğinde güreşin çocuklar

tarafından hemen hemen hiç izlenmediğini, hatta güreşin listede bulunan spor branşları içinde yer bulamadığını ancak % 2,7'lik bir izlenme oranı bulunan “diğer sporlar” başlığı altında yer aldığını ortaya koymuştur.

Sonuç olarak; geçmişte toplumun sosyal ve kültürel hayatında çok önemli fonksiyonlar üstlenerek neredeyse günlük hayatın bir parçası olan ve ata sporumuz olarak görülen güreşe karşı günümüzde toplumun algısı değişmese bile ilgisinin az olduğu, güreşin çok fazla izlenmediği, genç nesillerde güreşe olan ilginin düştüğü, ailelerin çocuklarının güreşe yönelmesini desteklemedikleri belirlenmiştir. Bu sonuçlar, güreşin toplum hayatı içerisindeki öneminde bir azalma olduğunu, güreşin çok arka planda kaldığını göstermektedir.

Türk toplumu ve güreş arasındaki tarihsel, sosyal ve kültürel ilişki göz önüne alındığında, güreşin toplum hayatındaki yeri ve önemi ile ilgili kötüye doğru bir değişimin yaşandığı açık bir şekilde anlaşılmaktadır. Bu değişimin nedenlerinin nerelerde aranabileceği, sorunların neler olabileceği ve bu sorunların nasıl giderilebileceği ile ilgili bilimsel çalışmalar, güreş sporunun ve toplumumuz için taşıdığı değer ve anlamların zenginleştirilerek gelecek kuşaklara aktarılabilmesinde önemli rol oynayacaktır.

KAYNAKLAR

- Akkurt, M. (2008). *Kahramanmaraş'ta yapılan geleneksel güreşlerin tarihsel gelişimi ve toplum tarafından algılanış biçimleri*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Sütçü İmam Üniversitesi, Kahramanmaraş.
- Arslan, C., Yücel, A.S. ve Güllü, M. (2010). İlköğretim ve ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin spor ve oyun alışkanlıklarının incelenmesi. *E-Journal of New World Sciences Academy*, 5(1), 28-46, [Available online at: https://acikerisim.firat.edu.tr/xmlui/bitstream/handle/11508/8194/1791_89322.pdf?sequence=1&isAllowed=y], Erişim tarihi: 15 Eylül 2016.
- Atabeyoğlu, C. (2000). *Geleneksel Türk Güreşi ve Kırkpınar*. İstanbul: TMOK Yayınları: 5.
- Başaran, M. (1989). *Serbest ve Grekoromen Güreş*. T.C. Gençlik ve Genel Müdürlüğü, Yayın No: 84, Ankara: Uzman Matbaacılık.
- Bayraktar, G., Erkmen, N. ve Aka, S. T. (2012). Aba Güreşi, Geçmişi ve Günümüze Yansıması. *Türk Dünyası Araştırmaları*, 200: 231-240.
- Bayraktar, G. ve Tozoğlu, E. (2015). Güreş sporuna küreselleşme sürecinin etkileri. *Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(2), 71-92.
- Burton, D. & Martens R. (1986). Pinned by their own goals: An exploratory investigation into why kids drop out of wrestling. *Journal Of Sport Psychology*, 8, 183-197.
- İmamoğlu, O., Taşmektepligil, M.Y. ve Türkmen, M. (1997). Türk kültüründe spor. *Ondokuzmayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 10, 139-144.
- Goodman, M.E. (1957). Attitudes, and social concepts of japanese and american children. *American Anthropologist, New Series*, 59(6) 979-999.
- Güven, Ö. (1992). *Türklerde Spor Kültürü*. Ankara: Türk Tarih Kurumu Basım Evi.
- Güven, Ö. ve Öncü, E. (2011). Yağlı güreşlere yönelik tutum ölçeğinin geliştirilmesi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 13(2), 194-203.
- Kahraman, A. (1995). *Osmanlı Devletinde Spor*. Ankara: T.C. Kültür Bakanlığı Yayınları.
- Karahüseyinoğlu, M.F. (2007). *Küreselleşme ve geleneksel Türk sporları*. Yayınlanmamış doktora tezi. Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

- Karahüseyinoğlu, M.F. (2008a). Geleneksel Türk sporlarındaki modern spor yansımaları. *E-Journal of New World Sciences Academy*, 3(3), 130-137, [Available online at: <http://dergipark.ulakbim.gov.tr/nwsaspor/article/download/5000062342/5000098405>], Erişim tarihi: 15 Eylül 2016.
- Karahüseyinoğlu, M.F. (2008b). Geleneksel Türk spor kamuoyunun profilinin belirlenmesi. *E-Journal of New World Sciences Academy*, 3(2), 66-74, [Available online at: <http://dergipark.ulakbim.gov.tr/nwsaspor/article/view/5000062349/5000098397>], Erişim tarihi: 15 Eylül 2016.
- Karahüseyinoğlu, M.F. (2008c). Geleneksel spora yönelme isteğinde cinsiyet faktörü. *E-Journal of New World Sciences Academy*, 3(4), 159-167, [Available online at: <http://dergipark.ulakbim.gov.tr/nwsaspor/article/view/5000062336/5000098406>], Erişim tarihi: 15 Eylül 2016.
- Linaza, M., Moran, K. & O'Connor, N.E. (2013). Traditional sports and games: A new opportunity for personalized access to cultural heritage. *6th International Workshop on Personalized Access to Cultural Heritage (PATCH 2013)*, Rome, Italy.
- Nadiem, İ. (1968). *Trace of Turkey in Indian Wrestling*. London: Oxford University Press.
- Öngel, H.B. (2001). *Türk Kültür Tarihinde Spor*. Ankara: T.C Kültür Bakanlığı Yayınları.
- Petrov, R. (1984). *Wrestling in Bulgarian*. Sofia: Sela Press.
- Şahin, S. (2011a). Sosyal değişme sürecinde ailelerin çocuklarını güreşe yöneltme eğilimlerinin belirlenmesi. *E-Journal of New World Sciences Academy*, 6(1), 42-53, [Available online at: <http://dergipark.ulakbim.gov.tr/nwsaspor/article/view/5000062272/5000058597>], Erişim tarihi: 15 Eylül 2016.
- Şahin, S. (2011b). Sosyal değişme sürecinde Türkiye'de toplumun güreş sporuna olan ilgi, bilgi ve değer yargılarının belirlenmesi. *E-Journal of New World Sciences Academy*, 6(3), 193-205, [Available online at: <http://dergipark.ulakbim.gov.tr/nwsaspor/article/view/5000062259/5000058584>], Erişim tarihi: 15 Eylül 2016.
- Türkmen, M., İmamoğlu, O. ve Ziyagil, M.A. (2006). Türkiye'de güreş sporunun popülaritesi ve seçilmiş bazı spor dalları ile karşılaştırılması. *Türk Dünyası Araştırmaları*, 163, 77-94.
- Türkmen, M. (2014). Osmanlı güreş tekkeleri ve fonksiyonelliği. *Türk Halklarının Geleneksel Spor Oyunları Uluslararası Sempozyumu bildiriler kitabı içinde (ss. 162-173)*. Bişkek, Kırgızistan.
- Yiğit, E.Y. (2012). *Yenilmeyi Düşünmediler*. Ankara: Öztepe Matbaacılık.

Egzersiz Bağımlılığı, Yeme Tutum ve Davranışları İlişkisi*

Correlation Between Exercise Dependence and Eating Attitudes and Behaviors

ORJİNAL ARAŞTIRMA/
ORIGINAL RESEARCH

İrfan YILDIRIM¹
Yunus YILDIRIM²
Yasin ERSÖZ¹
Özkan IŞIK^{1†}
Sinan SARAÇLI¹
Şeniz KARAGÖZ¹
Rıfat YAĞMUR¹

¹Mersin Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor
Yüksekokulu

²Afyon Kocatepe Üniversitesi Beden Eğitimi
ve Spor Yüksekokulu

Özet:

Bu çalışmanın amacı; düzenli fiziksel aktivite yapan bireylerin egzersiz bağımlılıkları ile yeme tutum ve davranışları arasındaki ilişkiyi tespit etmektir. Araştırma; betimsel bir araştırma modeli olup, ilişkisel tarama yöntemi ile yapılmıştır. Çalışmanın örneklem grubunu Afyonkarahisar ilinde haftada en az 3 gün ve daha fazla düzenli fiziksel aktivite yapan 375 birey oluşturmaktadır. Araştırmada veriler kişisel bilgi formu, Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği ve Yeme tutum envanterinden oluşan anket yöntemi ile elde edilmiştir. Elde Edilen verilerin SPSS paket programında analizleri yapılmıştır. Verilerin Dağılımı Kolmogorov-Smirnov testi ile incelenmiştir. Test sonucunda verilerin normal dağılım göstermediği saptanmış olup, parametrik olmayan testler ile verilerin analizi yapılmıştır. Analizlerde Tanımlayıcı istatistiklere, Mann Whitney U-Testi ve Spearman korelasyon katsayısı kullanılmıştır. Analizlerden elde edilen bulgulara göre; düzenli fiziksel aktivite yapan bireylerin % 4,8'inin egzersiz bağımlısı; % 44,53'ünün semptomatik (egzersiz bağımlılığı semptomu gösteren), % 50,67'sinde asemptomatik (egzersiz bağımlılığı semptomu göstermeyen) oldukları tespit edildi. Ayrıca %68,53'ünün normal yeme davranışı, %31,34'ünün ise anormal yeme tutum ve davranışlarının olduğu belirlendi. Cinsiyete göre egzersiz bağımlılıklarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı, ancak cinsiyete göre yeme tutum ve davranışlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu saptanmıştır. Ayrıca Bireylerin spor geçmişlerinin egzersiz bağımlılıklarında istatistiksel olarak önemli etkisinin olduğu belirlenmiştir. Sonuç olarak düzenli fiziksel aktivite yapan bireylerin egzersiz bağımlılıkları ile yeme tutum ve davranışları arasında da pozitif bir ilişki olduğu saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Egzersiz Bağımlılığı, Yeme tutum ve Davranışı, Fiziksel Aktivite

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 29.09.2016

Kabul Tarihi: 19.06.2017

Online Yayın Tarihi: 30.06.2017

Abstract:

The current study aimed at identifying correlational status between exercise dependence and eating attitudes and behaviors among those who performed regular physical activities. The study designed in descriptive model was performed with relational screening model. The sample of the study was composed of 375 individuals who performed regular physical activities at least three days a week in Afyonkarahisar Province. The data of the study were collected using a questionnaire consisted of Personal Information Form, Exercise Dependence Scale and Eating Attitudes Scale. The data were analyzed with SPSS. The distribution of the data was assessed using Kolmogorov-Smirnov test. As a result of test; it was seen that the data did not follow a normal distribution and thus were analyzed with non-parametric tests. For the data analyses; descriptive statistics, Mann Whitney U-Test and Spearman Correlation coefficients were employed. According to the findings obtained from the analyses; it was found that % 4,8 percent of the subjects who performed physical activities regularly were exercise dependent; % 44,53 percent were symptomatic, % 50,67 percent were asymptomatic. Besides, it was found that 68.53% of the subjects have normal eating behavior while 31.34% of the subjects have abnormal eating attitudes and behaviors. There was no statistically significant difference in terms of exercise dependence according to gender but there was statistically significant difference in terms of eating attitudes and behaviors. Besides, it was determined that sports history of the individuals affected their exercise dependence status significantly. As a result, it was seen that those who performed physical activities regularly were exercise dependent and there was a positive correlation between exercise dependence and eating attitudes and behaviors.

Key Words: Exercise Dependence, Eating Attitudes and Behaviors, Physical Activity

* Bu araştırma Afyon Kocatepe Üniversitesi, Bilimsel Araştırma Koordinasyon Birimi tarafından 16.KARİYER.111 numaralı proje kapsamında desteklenmiştir. Ayrıca bu araştırma, 2nd International Conference on the Changing World and Social Research'de sözel bildiri olarak sunulmuştur.

†Sorumlu Yazar: Özkan IŞIK

E-mail: ozkanisik1986@gmail.com

GİRİŞ

Egzersiz, fiziksel uygunluğun bir veya daha fazla bileşeninin (kardiyoreseptüer dayanıklılık, esneklik, kassal uygunluk) korunmasını veya geliştirilmesini amaçlayan düzenli, planlanmış ve tekrarlı fiziksel aktiviteler bütünüdür (Özer, 2013). Fiziksel aktivite (FA) ise; iskelet kaslarının kasılmasıyla bazal seviyenin üzerinde enerji harcamayı gerektiren her türlü ev işleri, dans, koşu, yürüyüş vb. bedensel hareketlerin bütünü olarak tanımlanır (Özer, 2013; Pitta ve ark., 2006; Woods ve ark., 2005). Düzenli yapılan egzersizin fiziksel, fizyolojik, metabolik ve psikolojik parametreleri iyileştirdiği, birçok kronik hastalık ve erken mortalite riskini azalttığı, kas kuvvetini, esnekliği ve dayanıklılığı geliştirip, kemik kas ve eklem sağlığını korumaya yardımcı olduğu, kardiyak olaylardan (enfarktüs, hipertansiyon), tip 2 diyabet ve bazı kanser türlerine karşı koruyucu etkisinin olduğu bilinmektedir. Ayrıca düzenli yapılan egzersizin vücut ağırlık kontrolünü sağlamada ve obeziteden korunmada önemli etkisi vardır (ACSM, 2009; Ehrman, ve ark., 2005; Heyward, 2006; Yıldırım ve ark., 2015). Ancak düzenli yapılan FA'nin pek çok yararlarının yanında, zamanın çoğunu FA yaparak geçirmeye çalışmak, bazı engellere rağmen kontrol edilemeyecek oranda FA yapmak egzersiz bağımlılığına neden olabilmektedir (Adams ve ark., 2003; Adams, 2009; Hausenblas ve Downs, 2002). Egzersiz bağımlılığı bireyin bazı engellere ve birçok olumsuz durumlara rağmen kendini kontrol edemeyip aşırı derecede egzersiz yapması olarak tanımlanmaktadır (Adams ve ark., 2003; Adams, 2009; Hausenblas ve Downs, 2002). Bireyin egzersizin süresini, şiddetini ve sıklığını sürekli artırması, egzersiz yapmak için ailesine, arkadaşlarına ve sosyal yaşama dahi zaman ayırmaması, yaşamını egzersiz çerçevesinde algılayıp, planlaması egzersiz bağımlılığının önemli belirtileridir (Adams ve Kirkby, 2002; Hausenblas ve Downs, 2002; Zmijewski ve Howar, 2000). Egzersiz bağımlılığının; kişilik özellikleri, psikolojik faktörler, fizyolojik faktörler, egzersiz tipi, cinsiyet ve egzersize katılım yılı gibi faktörlerle ilişkili olduğu belirtilmektedir (Bavlı ve ark., 2011; Hausenblas ve Downs, 2002).

Egzersiz bağımlılığının tolerans, çekilme etkisi ve kompulsif davranış olmak üzere üç ana bileşeni vardır. Egzersiz sürecinde fizyolojik semptomlarla (tolerans, kaçınma) veya psikolojik semptomlarla (depresyon, gerginlik) kendini göstermektedir (Adams ve ark., 2003; Adams ve Kirkby, 1997; Polat ve Şimşek, 2015; Vardar ve ark., 2012). Yapılan çalışmalarda egzersiz bağımlılığı pozitif bağımlılık ve negatif bağımlılık olmak üzere iki farklı formda değerlendirilmektedir. Bireyin yaşamında karşılaştığı bir takım zorluk ve engellerle başa

çıkabilmek için aşırı derecede egzersiz yapması pozitif bağımlılık; aşırı egzersiz yapan bireyin egzersiz yapmadığında stres, anksiyete, depresyon, sinirlilik, uyku vb. problemleri yaşaması ise negatif bağımlılık olarak değerlendirilmektedir (Hausenblas ve Downs, 2002; Glasser, 1976).

Egzersiz davranışının işlev kaybına yol açacak şekilde tutku ile yapılması ve bırakılmaması birincil egzersiz bağımlılığı olarak adlandırılır. Bu davranışın ardında ruhsal ve fiziksel bir bağ vardır. Zayıf kalma ve çabalarını desteklemek amacıyla aşırı derece egzersiz yapma sonucunda ortaya çıkan egzersiz bağımlılığı ise ikincil egzersiz bağımlılığı olarak adlandırılır. İkincil egzersiz bağımlılığı yeme bozuklukları ile birlikte görülür (Bamber ve ark., 2003; Hausenblas ve Downs, 2002; Powers ve Thompson, 2007; Vardar, 2012; Vardar ve ark., 2012).

Yeme bozuklukları vücut ağırlık takıntısı, şişman olmaktan korkma, zayıflamaya yönelik aşırı istek duyma, vücudun postural görünümü ile ilgili olumsuz düşünceler ve beraberinde ortaya çıkan duygulanım bozukluklarının görüldüğü bir hastalık grubu olarak açıklanabilir (Büyük ve Duman, 2014; Devran, 2014; Yücel, 2009). Başlıca Anoreksiya nervoza ve Bulimia nervoza olmak üzere iki yeme bozukluğu vardır. Anoreksiya nervoza olağan en düşük vücut ağırlığını sürdürebilmek için iştahlarını kontrol etmeye çaba gösterme, yemeyi reddetme veya yemeyi azaltma gibi yöntemlerle alınan kaloriyi kontrol altında tutmaya çalışmaktır. Bulimia nervoza yenileyen tıkanırmasına yeme dönemlerinden sonra, kendi kendine kusturma, bağırsakları boşaltıcı (laksatif), idrar söktürücü (diüretik) ve diğer ilaçlar ya da aşırı egzersiz yapma gibi davranışlarda bulunma dönemlerinin tekrarlanmasıdır (Devran, 2014; Yücel, 2009).

Yapılan çalışmalarda düzenli FA yapan bireylerde egzersiz bağımlılıkları görülebileceği, özellikle güzel bir görünüme sahip olabilmek ve vücut ağırlık kontrolünü sağlayabilmek için egzersiz bağımlılığı ile birlikte yeme bozukluklarının da görülebileceği belirtilmektedir (Bamber ve ark., 2003; Hausenblas ve Downs, 2002; Vardar, 2012; Yeltepe ve İkizler, 2007). Ancak yapılan çalışmaların çoğunlukla ülkemiz dışında yapıldığı görülmüştür (Bamber ve ark., 2003; Hausenblas ve Downs, 2002). Ülkemizde ise egzersiz bağımlılığı ve yeme tutum ve davranışları ile ilgili çalışmalar kısıtlıdır (Bavlı ve ark., 2011; Vardar ve ark., 2012; Yeltepe ve İkizler, 2007). Bunun yanında düzenli FA yapan bireylerde egzersiz bağımlılığı ve egzersiz bağımlılığında yeme tutum ve davranışları ilişkisinin incelendiği çalışmalara rastlanılmamıştır. Benzer çalışmaların ülkemizde Türk Popülasyonunda araştırılmasının önemli olduğu düşünülmüştür.

Bu nedenle düzenli FA yapan bireylerde egzersiz bağımlılığının ve yeme tutum ve davranışlarının belirlenmesi, egzersiz bağımlılığı ile yeme tutum ve davranışları arasındaki ilişkinin ortaya konulması önem arz edecektir. Bu bağlamda; haftada 3 gün ve üzeri düzenli egzersiz yapan bireylerde egzersiz bağımlılığı ve yeme tutum ve davranışları bozuklukları görülebileceği ve bu durumda egzersiz bağımlılığı ile yeme tutum ve davranışları arasında pozitif ilişki olacağı araştırmamızın hipotezini oluşturmaktadır.

Bu doğrultuda çalışmanın amacı; haftada 3 gün ve daha fazla düzenli egzersiz yapan bireylerde egzersiz bağımlılığı ve yeme tutum ve davranışlarını tespit edip, egzersiz bağımlılığı ile yeme tutum ve davranışları arasındaki ilişkiyi saptamaktır.

GEREÇ VE YÖNTEMLER

Çalışma; betimsel bir araştırma modeli olup, ilişkiyi tarama yöntemi ile yapılmıştır. Çalışmanın örneklem grubunu Afyonkarahisar ilinde haftada en az 3 gün ve üzeri düzenli FA yapan 375 birey oluşturmaktadır. Araştırmada veriler kişisel bilgi formu, Egzersiz bağımlılığı ölçeği ve yeme tutum envanterinden oluşan anket yöntemi ile elde edilmiştir.

Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği (EBÖ): Egzersiz bağımlılığını belirlemek amacıyla Daniel Symons Downs tarafından geliştirilmiş, 21 sorudan oluşan Likert tipi (asla-1, daima-6) kendini değerlendirme ölçeğidir. Ölçek, tek bir egzersiz türüne bağlı kalmadan, egzersiz bağımlılığını tespit etmeyi amaçlar. EBÖ-21 Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması Yeltepe ve İkizler (2007) tarafından yapılmıştır. Bu çalışma için ölçek iç tutarlık testi Cronbach Alpha 0.90 olarak hesaplanmıştır.

EBÖ-21 ölçeği DSM-IV (Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı-IV) madde bağımlılıkları kriterleri temel alınarak hazırlanmış ve yedi alt boyuttan oluşur. Bu alt boyutlar:

Tolerans: Egzersiz miktarının istenilen etkiye ulaşmak için artırılması ya da aynı miktarda egzersiz yapmaya devam etme sonucunda etkilerin azalması.

Yoksunluk (Geri Çekilme): Egzersiz yapmama sonucunda ortaya çıkan yoksunluk semptomlarından sakınmak ve rahatlama sağlamak için aynı miktarda egzersiz yapılması.

Niyet Etkisi: Egzersizin sıklıkla düşünülenden daha fazla miktarda ve daha uzun sürede yapılması

Kontrol Kaybı: Şiddetli egzersiz yapma isteği ya da egzersizi kontrol etme ve bırakma isteğinde başarısız olma.

Zaman: Egzersiz yapmak için çok fazla zaman harcamak.

Diğer Aktiviteleri Azaltma: Egzersiz yapabilmek için aile, iş, sosyal ve diğer rekreatif faaliyetleri azaltmak ya da terk etmek.

Devamlılık: Fiziksel veya fizyolojik problemlerden (sakatlık vb.) haberdar olunmasına rağmen egzersize devam etmek.

EBÖ-21 ölçeğinde yukarıdaki 7 bağımlılık kriteri temel alınmış olup, bu kriterlerden 3 ya da daha fazlasını gösteren bireyler egzersiz bağımlısı olarak sınıflandırılmıştır. EBÖ-21'in alt boyutlarından en az 3 ve daha fazlasından 5-6 aralığında puan alan bireyler egzersiz bağımlısı, 3-4 aralığında skor kaydedenler egzersiz bağımlılığı belirtisi gösterenler (semptomatik), 1-2 aralığında skor kaydedenler ise egzersiz bağımlısı olmayanlar (asemptomatikler) olarak sınıflandırılmışlardır (Hausenblas ve Downs, 2002; Köroğlu, 2001; Polat ve Şimşek, 2015; Vardar ve ark., 2005; Vardar ve ark., 2012; Yeltepe ve İkizler, 2007).

Yeme Tutum Envanteri (EAT-26): Garner ve ark. (1982) tarafından anoreksiye nervosanın semptomlarını ölçmek için geliştirilmiştir. EAT 40'dan temel almaktadır. EAT-26 testinde, sonuçlar 26 maddenin puanlarının toplamının değerlendirilmesi ile belirlenir. Test sonucunda 0-53 arasında değerler alınabilir. EAT-26 için 20 puan kesim noktası olarak kabul edilir. 20 puan ve üzeri alanın değerlerde "anormal yeme davranışı", 20 puandan düşük alınan değerlerde ise "normal yeme davranışı olarak tanımlanır (Devran, 2014; Dotti ve Lazzari, 1998; Garner ve ark., 1982). Envanter Devran (2014) tarafından Türkçeye uyarlanmış ve çalışmasında ölçme aracı olarak kullanılmıştır. Bu çalışma için testin iç tutarlık düzeyi (Cronbach's Alpha) 0.79 olarak hesaplanmıştır.

İstatistiksel Analizler

Elde Edilen verilerin SPSS paket programında analizleri yapılmıştır. Verilerin Dağılımı Kolmogorov-Smirnov testi ile incelenmiştir. Test sonucunda verilerin normal dağılım göstermediği saptanmış olup, parametrik olmayan testler ile verilerin analizi yapılmıştır.

Analizlerde Tanımlayıcı istatistikler, Mann Whitney U-Testi ve Spearman korelasyon katsayısı kullanılmıştır.

BULGULAR

Tablo 1. Örneklem Grubuna ait Tanımlayıcı İstatistikler

Değişkenler	N	Cinsiyet	Ortalama±Standart Sapma
Yaş (Yıl)	160	Kadın	27.93±7.51
	215	Erkek	30.20±8.65
Boy (cm)	160	Kadın	167.14±5.86
	215	Erkek	177.61±6.73
Vücut Ağırlığı (kg)	160	Kadın	62.60±8.50
	215	Erkek	78.75±10.35
BKI (kg/m)	160	Kadın	22.43±3.05
	215	Erkek	24.94±2.77

Örneklem grubu 19-28 yaş aralığında olup 160 kadın, 215 erkek toplam 375 bireyden oluşmaktadır (Tablo 1).

Tablo 2. Egzersiz Bağımlılığına Ait Tanımlayıcı İstatistikler

Egzersiz Bağımlılığı Boyutları	n	Cinsiyet	Ortalama±Standart Sapma
Egzersiz Kesilme Etkileri	215	Erkek	2.75±1.08
	160	Kadın	2.80±1.02
Devamlılık	215	Erkek	2.69±1.10
	160	Kadın	2.53±0.96
Tolerans	215	Erkek	2.97±1.00
	160	Kadın	2.98±1.13
Kontrol Kaybı	215	Erkek	2.69±1.05
	160	Kadın	2.82±1.13
Diğer Aktiviteleri Azaltma	215	Erkek	2.66±1.01
	160	Kadın	2.66±1.00
Zaman	215	Erkek	2.88±1.00
	160	Kadın	2.91±1.01
Niyet Etkisi	215	Erkek	2.88±0.99
	160	Kadın	2.89±1.05
Egzersiz Bağımlılığı Toplam Puan	215	Erkek	2.79±0.91
	160	Kadın	2.80±0.85

Genel olarak kadın ve erkeklerin Egzersiz bağımlılık ortalamalarının düşük olduğu görüldü (Tablo 2).

Tablo 3. Egzersiz Bağımlılığı Görülme Düzeyleri

Egzersiz Bağımlılığı	n	%
Bağımlı Olmayan (Asemptomatik)	190	50.67
Bağımlı Olmayan (Semptomatik)	167	44.53
Bağımlı	18	4.8

Düzenli FA yapan bireylerin %4,8'i egzersiz bağımlısı, %44,53'ünün ise bağımlı olmamasına rağmen, egzersiz bağımlılığı belirtisi gösterdikleri tespit edildi (Tablo 3).

Tablo 4. Yeme Tutum ve Davranışlarına Yönelik Tanımlayıcı İstatistikler

EAT 26 Alt Boyutları	n	Cinsiyet	Ortalama±Standart Sapma
Diyet	160	Kadın	10.79±7.26
	215	Erkek	8.99±7.26
Bulimia	160	Kadın	2.81±3.45
	215	Erkek	2.53±3.35
Oral Kontrol	160	Kadın	4.27±4.51
	215	Erkek	3.83±4.29
EAT 26 Toplam Puan	160	Kadın	17.88±13.23
	215	Erkek	15.35±13.55

Genel olarak kadın ve erkeklerin yeme tutum ve davranış ortalamalarının düşük olduğu görüldü (Tablo 4).

Tablo 5. Yeme Tutum ve Davranışları Görülme Düzeyleri

Yeme tutum ve Davranışı	N	%	Ortalama Standart Sapma
Normal Yeme Davranış (EAT<20)	257	68.53	8.77±5.43
Anormal Yeme Davranışı (EAT≥20)	118	31.47	33.11±10.25

Düzenli FA yapan bireylerin %33,11'inde anormal yeme davranışları olduğu belirlendi (Tablo 5).

Tablo 6. Spor Geçmişine Göre Egzersiz Bağımlılığının Karşılaştırılması

Egzersiz Bağımlılığı Alt Boyutları	n	Spor Geçmişi	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	P
Egzersiz Kesilme Etkileri	146	Evet	200.03	29204.50	14960.50	.084
	229	Hayır	180.33	41295.50		
Devamlılık	146	Evet	192.77	28145.00	16020.00	.493
	229	Hayır	184.96	42355.00		
Tolerans	146	Evet	210.16	30684.00	13481.00	.001**
	229	Hayır	173.87	39816.00		
Kontrol Kaybı	146	Evet	197.63	28853.50	15311.50	.167
	229	Hayır	181.86	41646.50		
Diğer Aktiviteleri Azaltma	146	Evet	198.70	29009.50	15155.50	.124
	229	Hayır	181.18	41490.50		
Zaman	146	Evet	205.30	29973.50	14191.50	.013*
	229	Hayır	176.97	40526.50		
Niyet Etkisi	146	Evet	202.62	29582.50	14582.50	.036*
	229	Hayır	178.68	40917.50		
Egzersiz Bağımlılığı Toplam Puan	146	Evet	204.86	29909.50	14255.50	.016*
	229	Hayır	177.25	40590.50		

**p<0,01; *p<0,05

Düzenli FA yapan bireylerin spor geçmişlerine göre egzersiz bağımlılıklarında anlamlı farklılık olduğu görüldü. Spor geçmişi olanların spor yapmamışlara oranla egzersiz bağımlılıklarının daha yüksek olduğu saptanmıştır (Tablo 6). Ancak cinsiyet değişkenine göre bireylerin egzersiz bağımlılıklarında anlamlı farklılık olmadığı görüldü.

Tablo 7. Cinsiyet Değişkenine Göre EAT 26 Karşılaştırılması

EAT 26	Cinsiyet	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	P
Diyet	Erkek	215	174,87	37597,50	14377,50	0,001**
	Kadın	160	205,64	32902,50		
Bulimia	Erkek	215	183,24	39397,50	16177,50	0,306
	Kadın	160	194,39	31102,50		
Oral Kontrol	Erkek	215	182,52	39242,00	16022,00	0,250
	Kadın	160	195,36	31258,00		
EAT 26 Toplam Puan	Erkek	215	176,73	37997,50	14777,50	0,019*
	Kadın	160	203,14	32502,50		

**p<0,01; *p<0,05

Cinsiyet değişkenine göre yeme tutum ve davranışlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu, kadınların erkeklerden yeme tutum ve davranışları puanlarının daha yüksek olduğu saptandı (Tablo 7). Spor geçmişine göre yeme tutum ve davranışlarında anlamlı farklılık olmadığı görüldü.

Tablo 8. Egzersiz Bağımlılığı Yeme Tutum ve Davranışları Korelasyon Tablosu

Spearman korelasyon katsayısı	Diyet	Bulimia	Oral Kontrol	EAT 26 Toplam Puan
Egzersiz Bağımlılığı Toplam Puan	.123*	.144**	.098	.135*

*p<0,05, **p<0,01

Düzenli FA yapan bireylerin egzersiz bağımlılıkları ile Diyet, Bulimia ve toplam yeme tutum ve davranışları arasında pozitif bir ilişki olduğu saptanmıştır.

TARTIŞMA

Günümüzde yaşantısını FA çerçevesinde planlayıp, FA'yi yaşamlarının vazgeçilmez önemli bir unsuru olarak gören bireyler olduğunu unutmamak gerekir. Bu bireylerin aşırı derece FA yapma isteklerinin sosyal, kültürel, sağlık vb. birçok sebepleri olabilir. Bunlardan biride vücut ağırlığını korumak, vücut yağ yüzdesini azaltmak ve kas kütlelerini artırarak güzel bir postural görünüme sahip olmaktır. Bu bireyler egzersizle erişilmesi imkânsız bir mükemmelliği hedefleyip, her geçen gün egzersizin süre, şiddet veya sıklığını artırmaktadırlar. Egzersizin duygu durum hormonlarını etkilediği, özellikle endorfin üretimini artırdığı, bireyin kendini daha mutlu ve daha iyi hissetme halini artırdığı düşünüldüğünde, artan egzersizle birlikte her geçen gün organizmada yeniden bir talep oluşturacak ve egzersiz bağımlısı olacaktırlar (De Coverly Veale, 1987; Kagan ve Squires, 1985; Polat ve Şimşek, 2015). Nitekim yapılan bu araştırma sonucuna göre de; düzenli FA yapan bireylerin %4,8'inin egzersiz bağımlısı, %44,53'ünün de bağımlı olmayan ancak egzersiz bağımlılığı belirtisi gösteren bağımlılık riskli, grup içerisinde yer aldıkları belirlendi. Bu sonuç literatürdeki bulgularla benzerlik göstermektedir (Bavlı ve ark., 2011; Polat ve Şimşek, 2015; Vardar ve ark., 2012). Cinsiyetin egzersiz bağımlılığında farklılık oluşturmadığı, kadın ve erkeklerin egzersiz bağımlılıklarının benzer oldukları tespit edildi. Ancak spor geçmişi olan bireylerin egzersiz bağımlılıklarının spor geçmişi olmayanlara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu durum daha önce düzenli olarak spor yapmış olan bireylerin egzersize daha yatkın olmalarından, ayrıca sporun fiziksel, fizyolojik, sosyal ve ruhsal yararlarının farkında olmalarından dolayı egzersizde devamlılığı sağlamalarından kaynaklandığını düşünmekteyiz. Yapılan bu çalışmada düzenli FA yapan bireylerin %33,11'inde anormal yeme davranışları olduğu belirlenmiştir. Yeme tutum ve davranışlarında

bireylerin spor geçmişlerinin bir farklılık oluşturmadığı, ancak cinsiyetin yeme tutum ve davranışında anlamlı farklılık oluşturduğu, kadınların yeme tutum ve davranışlarının erkeklerden yüksek olduğu belirlenmiştir. Literatürde yapılan çalışmalarda da kadınlarda erkeklerden daha fazla yeme bozuklukları görüldüğü belirtilmektedir (Büyük ve Duman, 2014; Erol ve ark., 2006; Maner, 2001; Siyez, 2006). Kadınların cinsiyet rolünde fiziksel görünümün ön planda olmasından ya da kadınlar için zayıf olmanın ideal beden imgesi olarak kabul edilmesinden, özellikle genç yetişkin kadınların daha fazla yeme tutum ve davranış bozukluklarına maruz kaldıkları düşünülmektedir. Ayrıca kadın ve erkeklerin egzersiz bağımlılığı düzeyinde istatistiksel farklılık olmasa da kadınların egzersiz bağımlılığı düzeylerinin erkeklerden daha yüksek olmasını yine kadınların postural görünüme verdikleri önemden kaynaklandığı düşünülmektedir. Yeme tutum ve davranışları erkeklerden yüksek olan kadınların aynı şekilde egzersiz bağımlılıklarının da yüksek olması, egzersiz bağımlılığı ile yeme tutum ve davranışları arasında ilişki olabileceği hipotezimi desteklemiştir. Nitekim yapılan araştırma sonucunda hipotezimiz doğrulanmış olup, egzersiz bağımlılığı ile yeme tutum ve davranışları arasında pozitif bir ilişki olduğu belirlenmiştir. İkincil egzersiz bağımlılığının temelinde yeme bozukluğunun olduğu bildirilmektedir. Yeme bozukluğu ile birlikte zayıf kalmak için telafi edici olarak aşırı egzersiz yapıldığını bu durumda ikincil egzersiz bağımlılığını ortaya çıkaracağı belirtilmektedir (Adams, 2009; Hausenblas ve Downs, 2002; Vardar 2012). Yeme bozukluğu davranışında özellikle anoreksiya nervoza ve bulima nervoza yeme bozukluklarında kompulsif egzersiz yapılması görülebilen bir durumdur (Bamber ve ark. 2000; Hausenbalas ve Downs 2002). Yapılan araştırma sonucunda ve alan yazındaki çalışmalar doğrultusunda ikincil egzersiz bağımlılığı ile yeme bozuklukları arasında pozitif bir ilişki olduğu, egzersiz bağımlılığının ve yeme bozukluğunun birbirinden etkilenebileceği söylenebilir. Ayrıca egzersiz bağımlısı bireylerin; egzersiz bağımlılıklarının ardında vücut kilo kontrolü sağlamak, vücut yağ yüzdesini azaltıp, kas kütlelerini artırmak ve mükemmel bir postural görünüme sahip olmak amacı güdülmüştür. Mükemmel bir fiziksel görünüme sahip olabilmek için aşırı derecede egzersiz yapan bireylerin besin alımında da aşırı hassasiyet ve beraberinde kısıtlama gibi davranışları ortaya çıkardığı, böylece önlenemez egzersiz yapma isteği ve besin alımı kısıtlamaları beraberinde yeme bozukluklarının ortaya çıkmasına neden olduğunu düşünmekteyiz.

SONUÇ

Sonuç olarak; düzenli FA yapan bireylerin %4,8'inde egzersiz bağımlılığı, %44,53'ünde egzersiz bağımlılığı belirtisi; %33,11'inde anormal yeme davranışları görüldüğü, egzersiz bağımlılığı ile yeme tutum ve davranışları arasında pozitif bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Bu araştırma da düzenli FA yapan bireylerde egzersiz bağımlılığı ve yeme tutum ve davranışları incelenmiştir. Aktif olarak spor yapan amatör ve profesyonel sporcularda da benzer araştırmaların yapılması sporcu sağlığı açısından önem arz edecektir.

KAYNAKLAR

- Adams, J. (2009). Understanding exercise dependence. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 39(4), 231-240.
- Adams, J.M., Miller, T.W., & Kraus, R.F. (2003). Exercise dependence: diagnostic and therapeutic issues for patients in psychotherapy. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 33(2), 93-107.
- Adams, J., & Kirkby, R. (1997). Exercise dependence: A problem for sports physiotherapists. *Australian Journal of Physiotherapy*, 43(1), 53-58.
- Adams, J., & Kirkby, R.J. (2002). Excessive exercise as an addiction: A review. *Addiction Research and Theory*, 10, 415-437.
- American College of Sports Medicine (ACSM). (2000). *ACSM's guidelines for exercise testing and prescription*. USA: Lippincott Williams & Wilkins, 6th ed., p.5.
- Amerikan Psikiyatri Birliği. (2001). *Psikiyatride Hastalıkların Tanımlanması ve Sınıflandırılması El kitabı, Yeniden Gözden Geçirilmiş Dördüncü Baskı (DSM-IV-TR)*. (Çev. Ed: E. Köroğlu). Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Bamber, D.J., Cockerill, I.M., Rodgers, S., & Carroll, D. (2003). Diagnostic criteria for exercise dependence in women. *British Journal of Sports Medicine*, 37(5), 393-400.
- Bamber, D., Cockerill, I.M., Rodgers, S., & Carroll, D. (2000). It's exercise or nothing: a qualitative analysis of exercise dependence. *British Journal of Sports Medicine*, 34(6), 423-430.
- Bavlı, Ö., Kozanoğlu, M., & Doğanay, A. (2011). Düzenli egzersize katılımın egzersiz bağımlılığı üzerine etkisi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(2), 150-153.
- Büyük E.T., & Duman G. (2014). Farklı okullarda okuyan lise öğrencilerinin yeme tutum ve davranışlarının değerlendirilmesi. *The Journal of Pediatr Research*, 1(4), 212-217.
- De Coverley Veale, D.M.W. (1987). Exercise dependence. *British Journal of Addiction*, 82(7), 735-740.
- Devran S.B. (2014). *Doğu Anadolu Bölgesinde yaşayan Adölesan ve Yetişkinlerin Beslenme Alışkanlıkları ile Yeme Tutum Davranışlarının Belirlenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Dotti, A., & Lazzari, R. (1998). Validation and reliability of the Italian EAT-26. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 3(4), 188-194.
- Ehrman, J.K., Gordon, P.M., Visich, P.S., Keteyian, S.J. (2005). *Clinical Exercise Physiology*, USA: Human Kinetics Publishers.
- Erol, A., Toprak, G., & Yazici, F. (2006). Psychological and physical correlates of disordered eating in male and female Turkish college students. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 60(5), 551-557.
- Garner, D.M., Olmsted, M.P., Bohr, Y., & Garfinkel, P.E. (1982). The eating attitudes test: psychometric features and clinical correlates. *Psychological Medicine*, 12(4), 871-878.
- Glasser, W. (1976). *Positive Addiction*. USA: Harper and Row Publisher.
- Hausenblas, H.A., & Downs, D.S. (2002). Exercise dependence: a systematic review. *Psychology of Sport and Exercise*, 3(2), 89-123.
- Heyward, V.H. (2006). *Advanced Fitness Assessment and Exercise Prescription*, USA: Human Kinetics Publishers.
- Kagan, D.M., & Squires, R.L. (1985). Addictive aspects of physical exercise. *The Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 25(4), 227-237.
- Maner, F. (2001). Yeme Bozuklukları. *Psikiyatri Dünyası*, 5(4), 130-139.
- Özer.K. (2013). *Fiziksel Uygunluk*. İstanbul: Nobel Yayınevi.

Yıldırım, İ., Yıldırım, Y., Ersöz, Y., Işık, Ö., Saraçlı, S., Karagöz, Ş., ve Yağmur, R., (2017). Egzersiz bağımlılığı, yeme tutum ve davranışları ilişkisi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 12 (1), 43-54.

- Pitta, F., Troosters, T., Probst, V.S., Spruit, M.A., Decramer, M., & Gosselink, R. (2006). Quantifying physical activity in daily life with questionnaires and motion sensors in COPD. *European Respiratory Journal*, 27(5), 1040-1055.
- Polat C., & Şimşek K.Y. (2015). Spor merkezlerindeki bireylerin egzersiz bağımlılığı düzeylerinin incelenmesi: Eskişehir İli Örneği. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(15), 354-369.
- Powers, P.S., & Thompson, R.A. (2007). *Athletes and eating disorders*. In *Clinical Manual of Eating Disorders*. USA: American Psychiatric Publishing.
- Siyez, D. (2006). Yeme bozukluğu olan çocuklar ve ergenler etiyolojisi ile ilgili çalışmalar, müdahale, değerlendirme ve tedavi. *Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20, 21-27.
- Vardar, E. (2012). Egzersiz Bağımlılığı. *Arşiv Kaynak Tarama Dergisi*, 21(3), 163-173.
- Vardar, E., Vardar, S.A., Toksöz, İ., & Süt, N. (2012). Egzersiz bağımlılığı ve psikopatolojik özelliklerinin değerlendirilmesi. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 25, 51-57.
- Vardar, S.A., Öztürk, L., Vardar, E., & Kurt, C.(2005). Ergen sporcu kızlarda egzersiz yoğunluğu ve öznel uyku kalitesi ilişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 6, 154-162.
- Yeltepe, H., & İkizler, C.(2007). Egzersiz bağımlılığı ölçeği-21'in Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Bağımlılık Dergisi*, 8(1), 29-35.
- Yıldırım, İ., Özşevik K, Özer S, Canyurt E, Tortop Y. (2015). Üniversite öğrencilerinde fiziksel aktivite ile depresyon ilişkisi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 9(Special Issue), 32-29.
- Yücel, B. (2009). Estetik bir kaygıdan hastalığa uzanan yol: Yeme Bozuklukları. *Klinik Gelişim*, 22(4), 39-44.
- Zmijewski, C.F., & Howard, M.O.(2003). Exercise dependence and attitudes toward eating among young adults. *Eating Behaviors*, 4(2), 181-195.

Relationships between Flow Experience, Personality, Emotional Intelligence, and Performance in a Race Car Driving Simulation

Yarış Otomobili Sürüş Simülasyonunda Akış Deneyimi,
Kişilik, Duygusal Zeka ve Performans Arasındaki İlişki

ORJİNAL ARAŞTIRMA
ORIGINAL RESEARCH

Erman DOĞAN¹
Nihal DAL²
İlker BALIKÇI²
Serdar TOK²

¹ School of Physical Education and
Sports, Girne American University
² Faculty of Sport Sciences, Celal
Bayar University

Yazışma Adresi/Correspondence:
Erman DOĞAN
School of Physical Education and
Sports, Girne American University
Girne, T.R.N.C.
ermandogan82@gmail.com
nihal_arc@yahoo.com
ilkerbalikci@hotmail.com
tokserdar@gmail.com

Kabul Tarihi/Accepted: 30/03/2017

Abstract:

Objectives: The primary purpose of this study was to examine the relationship among flow experience, personality, emotional intelligence and performance in race car driving simulation. Another aim of the study was to investigate whether flow experience together with personality and emotional intelligence predicts performance in race car driving simulation.

Material and Methods: Thirty individuals who had at least 2 years' experience with car driving simulation programs and equipment were required to drive two time trials of three laps each in the absence of other competitors. Performances were determined by the mean time taken to complete the 3 laps. Driving simulation was carried out via Play Station 3, Logitech G27 Racing Wheel, as well as its accelerator and brake. Gran Turismo 5 car racing simulation program and LG 102 cm HD TV were also used.

Results: Performance in driving was most strongly related to autotelic experience, extraversion, and utilization of emotion. Different combinations of personality and emotional intelligence dimensions were able to predict certain flow facets.

Conclusion: The results of the present study indicate that flow experience may have the potential to facilitate driving performance. Further, certain personality and emotional intelligence dimensions may lead to the experience of flow.

Keywords: Flow Experience; Personality; Emotional Intelligence; Driving Simulation

Özet:

Amaç: Bu çalışmanın başlıca amacı; akış deneyimi, kişilik, duygusal zeka ve yarış otomobili sürüş simülasyonundaki performans arasındaki ilişkiyi incelemektir.

Çalışmanın bir diğer amacı ise akış deneyiminin, kişilik ve duygusal zeka ile birlikte yarış otomobili sürüş simülasyonundaki performansı öngörüp öngöremeyeceğini araştırmaktır. Gereç ve Yöntemler: Araştırmaya yarış otomobili sürüş simülasyonu konusunda en az iki yıl deneyime sahip 30 erkek katılmıştır. Katılımcılar zamana karşı 2x3 turluk sürüş simülasyonunda en iyi tur zamanını yapmayı denemişlerdir. Sürüş simülasyonu için Play Station 3 oyun konsolu, Logitech G27 direksiyon ve pedal seti, Gran Turismo 5 yarış otomobili simülasyon programı ve LG 102 cm HD TV kullanılmıştır.

Bulgular: Sonuçlar sürüş simülasyonundaki performans ile akış deneyimi alt boyutlarından amaca ulaşma deneyimi arasında güçlü bir ilişkiyi göstermiştir. Kişilik ve duygusal zekanın çeşitli kombinasyonları bazı akış boyutlarını anlamlı olarak öngörebilmiştir. **Sonuç:** Bu çalışmadan elde edilen sonuçlar akış deneyiminin sürüş performansını kolaylaştırabileceğine işaret etmiştir. Buna ek olarak, bazı kişilik ve duygusal zeka boyutlarının akış deneyimine yakınlık sağlayabileceği de araştırma sonuçlarında ortaya çıkmıştır.

Anahtar Kelimeler: Akış Deneyimi; Kişilik; Duygusal Zeka; Yarış Simülasyonu

Although a wealth of studies exist documenting the link between negative emotional experiences such as fear, anxiety, and stress with athletic performance, less is known regarding the effect of positive emotional states on performance. The concept of flow might be the most appropriate psychological construct to represent positive emotional experiences associated with better performance. Flow is defined as a state in which people are so intensely involved in an activity that nothing else seems to matter (Csikszentmihalyi, 1990). Flow is a multi-faceted concept that includes several dimensions such as pleasure in, intrinsic motivation to continue, and total immersion in an activity, as well as action awareness merging, lack of self-consciousness, complete concentration, a strong feeling of control, time distortion, goal clarity, and immediate feedback (Jackson, & Eklund, 2004; Bakker, Oerlemans, Demerouti, Slot, & Ali, 2011). Flow is recognized as a psychological factor having the potential to facilitate athletic performance. In fact, from a theoretical point of view, several reasons might explain a link between better athletic performance and flow. For example, “during flow individuals do not worry about failure and instead experience a high sense of control” (Schüler, & Brunner, 2009, p. 168). In addition, Bakker et al. (2011) argued that when in flow, people are concentrating intensely, and they invest all available energy resources.

Interestingly, up to now, researchers focused largely on factors affecting the occurrence of flow (Kaufman, Glass, & Arnkoff, 2009; Elbe, Strahler, Krstrup, Wikman, & Stelter, 2010; Lindsay, Ian, & Thomas, 2005; Swann, Keegan, Piggott, & Crust, 2012) rather than the relationship between flow and performance. Moreover, the existing literature examining the link between flow and performance yields conflicting results despite similar theoretical reasons for a positive relationship between flow and performance. Some studies have provided support for the argument suggesting that flow is performance enhancing in nature (Bakker, Oerlemans, Demerouti, Slot, & Ali, 2011; Jackson, Thomas, Marsh, & Smethurst, 2001). However, in other studies, flow has not been found to be associated with performance (Schüler, & Brunner, 2009; Janson, Archer, & Norlander, 2005; Stoll, & Lau 2005). Therefore, inconsistent research findings suggest that the flow-performance relationship is problematic and further research is needed for a better understanding of the flow-performance association in sports.

In addition, the current literature regarding the flow-performance association reveals several problems. First, as stated by Kimiecik, and Stein, (1992) there is a clear need to investigate the flow in relation to objective performance outcomes. Second, there were difficulties with the methods used to determine athletes’ flow experiences in studies aiming to explore the relationship between flow and performance. For example, Schüler and Brunner (2009) examined the effect of flow on performance via retrospective recall in a marathon race where athletes’ consume their physical and psychological resources until burnout. Thus, retrospective recall may not be an appropriate method to determine athletes’ flow experiences, at least for certain competitions. In other studies (Stavrou, Jackson, Zervas, & Karteroliotis, 2007) researchers used the Flow State Scale (Jackson, & Marsh, 1996), which was developed to assess athletes’ experiences of flow for a specific event. However, less is known regarding the effect of athletes’ predispositions toward flow on performance. Therefore, the effect of athletes’ predispositions to flow deserves careful examination.

Another problematic issue in flow research, as suggested by Jackson, Thomas, Marsh, and Smethurst (2001), is the lack of information regarding the psychological antecedents of flow. Because psychological differences may potentially facilitate or inhibit flow, it might be worthwhile to examine psychological antecedents of flow. In this respect, due to the effect of personality traits on emotional states and arousal, an association between personality and the flow experience may be expected. For example, the trait of neuroticism within the Five-Factor Model of personality has been shown to be associated with higher physiological arousal and cognitive anxiety (Binboga, Guven, Çatikkas, Bayazit, & Tok, 2012), which is the antithesis of flow (Csikszentmihalyi, 1990). Therefore, it is logical to expect a negative relationship between flow and neuroticism. Contrary to neuroticism, it can be argued that conscientiousness might be a personality trait that facilitates the flow experience due to the ability of conscientious individuals to cope with stress (Bartley, & Roesch, 2011; D’Zurilla, Maydeu-Olivares, & Gallardo-Pujol, 2011; Kaiseler, Polman, & Nicholls, 2012). In the light of the research findings cited above, it can be argued that personality traits may facilitate or inhibit the experience of flow.

An additional line of reasoning that supports a link between flow and personality concerns the role played by personality traits in the attention process. As personality traits may play an important role in the attention process, it might be quite logical to suggest that personality traits, extraversion in particular, may facilitate the experience of flow, which requires a high level of ability to control attention (Csikszentmihalyi, 1990) and to give undivided attention to the task (Goleman, 1995). Previously, it has been suggested that in a demanding psychomotor task requiring a high level of attention and attentional filtering, extraverts may be expected to demonstrate superior performance (Szymura, & Necka, 1998). Therefore, extraversion can be considered a personality trait with the potential to facilitate the occurrence of flow and thus, superior performance.

The trait of emotional intelligence might be another construct that can facilitate the experience of flow. From a theoretical point of view, it can be argued that the defining features of an emotional intelligence trait, such as managing one’s emotions (Petrides, & Furnham, 2003), self-control, ability to motivate oneself (Goleman, 1995), and ability to regulate emotions (Mayer, & Salovey, 1997) overlap considerably with flow. Therefore, the trait of emotional intelligence may be a psychological construct potentially associated with the flow experience.

The present study aimed to examine the relationships between performance in a race car driving simulation, personality, emotional intelligence, and flow. Because car racing requires a high level of concentration, emotional control, and perceptual motor skills, flow may have an important effect on performance during a race car driving simulation against time. After his pole position victory in the 1988 Monaco Grand Prix Qualification, the legendary Formula 1 driver, Ayrton Senna stated that “... suddenly I realized that I was no longer driving consciously. I was driving it by a kind of instinct, only I was in a different dimension” (Williams, 1999, p. 99). Senna’s statement describing his mental state during the qualifying race provides support for the assumption that the flow experience may facilitate car-racing performance. The secondary purpose of the study was to examine whether personality and emotional intelligence could be psychological correlates of flow.

Based on theoretical reasons and research findings, it was hypothesized that flow should be related to better performance (shorter time to complete a lap) in a race car driving simulation. In addition, the Five-Factor personality trait of extraversion should also be related with better performance in driving simulation. Further, personality traits together with the dimensions of emotional intelligence should predict flow.

METHOD

Participants

Individuals, having at least 2 years' experience with driving simulation, from a local gaming community were invited to take part in the study. 30 males ranging in age from 18 to 25 [23.5 (2.11), mean (*SD*)] accepted to participated the study. Participants were required to abstain from the use of any medications that may affect nervous system function and have no acute or chronic neuromuscular disease or psychiatric disorders.

The Short Form of the Five-Factor Personality Inventory

The Short Form of the Five-Factor Personality Inventory, developed by Tatar (2005) comprises 85-items using a five point Likert-type scale to assess the five main personality traits: neuroticism, extraversion, openness to experience, agreeableness, and conscientiousness. The inventory's manual provides evidence for the reliability and validity of the inventory.

The Schutte Emotional Intelligence Scale

The Schutte Emotional Intelligence Scale, developed by Schutte et al. (1998), revised by Austin, Saklofske, Huang, and McKenney (1998), and adapted for the Turkish population by Tatar, Tok, and Saltukoglu (2011) was used to measure emotional intelligence. The scale contains 41 items; and generates an overall EI score, as well as scores for three subscales: regulation of emotion, appraisal of emotion, and utilization of emotion. Regulation of emotion measures the extent to which people report being able to control their own and others' emotions; utilization of emotion measures the extent to which people report being able to use emotions in solving problems; and appraisal of emotions measures the extent to which people report being able to identify their own and others' emotions. Austin et al. (1998) provided evidence for the construct validity of the first two factors and the full scale's internal reliability.

The Dispositional Flow Scale

The Dispositional Flow Scale, developed by Jackson, and Eklund (2004) and adapted into Turkish by Asci, Cağlar, Eklund, Altintas and Jacson (2007), was used to measure participants' predispositions to flow. The scale features 36 items that require a response using a five-point Likert-type scale. The Dispositional Flow Scale measures nine theorized dimensions of flow: challenge-skill balance, action-awareness merging, clear goals, unambiguous feedback, concentration on the task at hand, sense of control, loss of self-consciousness, time transformation, and autotelic experience.

Driving Simulation

A Sony PlayStation 3 (PS3), equipped with a Gran Turismo 5 racing game, and a Samsung 82 cm HD TV were used to create a realistic driving experience. Participants drove the car with a Logitech G27 Racing Wheel, as well as its accelerator and brake. In order to standardize the experimental conditions, the following race settings were implemented and used by all participants: Tsukuba Circuit and Arta Garia 08 race car, automatic transmission, super soft racing tires, steering assist, and force feedback. As stated by Edmonds, Tenenbaum, Mann, Johnson, and Kamata, (2008) such a set up “consisting of advanced processors, software, and hardware brings realism to the gaming experience, which has made this particular unit useful as a training device for race-car drivers.”

Task

Participants were required to complete two separate time trials in the absence of other competitors. Participants were instructed to do their best to drive as fast as possible. Each time a trial consisted of 3 laps with a 3-minute rest period between time trials. Participants’ performances were determined by means of time to complete the 3 laps. Performance times were displayed and recorded automatically by the PS3. Lap times were also recorded manually by the experimenter. Participants’ best time trial was recognized as the actual performance.

Statistical Analyses

Pearson product-moment correlation coefficients and regression analyses were performed in order to analyze the experimental data. The SPSS version 11.0 software package was used for statistical analyses.

RESULTS

Relationships Between Flow, Personality, and Emotional Intelligence, with Performance

Pearson product-moment correlation coefficients were calculated in order to examine the relationships between flow, personality, the trait of emotional intelligence, and driving performance. As shown in Table 1, driving performance was negatively and significantly related to the flow dimensions of challenge-skill balance, clear goals, concentration on task, sense of control, and autotelic experience, which means that these flow dimensions were associated with faster lap times during the driving simulation. Of the Five-Factor personality traits, only extraversion was significantly related to faster lap times. None of the emotional intelligence dimensions was significantly related to driving performance.

Table 1. The Relationship between Flow Experience, Personality, Emotional Intelligence and Driving Performance

	Chal-Skill Balance	Action Awareness	Clear Goals	Unambiguous Feedback	Concentration on Task	Sense of Control	Loss of Self- Conscious	Time Transform	Autotelic Experience	Driving Performance
Driving Performance	-.38*	-.23	-.40*	-.20	-.46*	-.43*	-.13	-.10	-.55**	-
Extraversion	.44*	.37*	.39*	.21	.24	.41*	.06	-.01	.33	-.60**
Agreeableness	.16	-.10	.15	.06	.40*	.40*	-.32	.04	.17	-.04
Conscientiousness	.48**	.44*	.53**	.29	.62**	.62**	.15	.08	.25	-.07
Neuroticism	-.30	-.28	-.34	-.17	-.28	-.47**	-.27	.00	-.18	-.08
Openness	.38*	.18	.52**	.29	.33	.43*	.18	-.02	.33	-.21
Regulation of Emotions	.45*	.49**	.46*	.19	.51**	.55**	.29	.03	.37*	-.17
Utilization of Emotions	.10	.01	.01	.19	-.04	-.09	-.26	.29	-.03	-.26
Appraisal of Emotions	.31	.34	.46*	.22	.25	.42*	.20	-.36	.17	-.18

*p<.05, **p<.01

In order to test whether the flow dimensions, together with the Five-Factor personality traits, and the trait of emotional intelligence could significantly predict variation in driving performance, a stepwise regression analyses was conducted. In the resulting final model, only extraversion, autotelic experience, and utilization of emotions significantly explained variations in driving performance ($R^2 = 0.60$; $F(3, 26) = 12.99$, $p = .001$).

Table 2. Predictive Ability of Flow Experience, Personality, and Emotional Intelligence to Driving Performance

Independent Variables	B	β	t	R	R ²
Extraversion	-2.97	-.53	-3.94	.77	.60
Autotelic Experience	-.45	-.39	-2.98		
Utilization of Emotions	-.28	-.31	-2.49		
Constant	87.39		20.34		

Relationships Between Flow and Personality

In regards to flow and personality, there were several significant relationships. As be indicated in Table 1, the flow dimension of sense of control was positively related to extraversion, agreeableness, conscientiousness, and openness, and negatively related to neuroticism. In addition, the flow domains of challenge-skill balance and clear goals were positively related to extraversion, conscientiousness, and openness. Action awareness was positively related to extraversion and conscientiousness. Concentration on task was only positively related to agreeableness and conscientiousness. Finally, the other flow dimensions of unambiguous

feedback, loss of self-consciousness, time transformation, and autotelic experience were not significantly related to personality traits.

Relationships Between Flow and Emotional Intelligence

The emotional intelligence dimension of regulation of emotions was positively and significantly related to challenge-skill balance ($r = .45$), action awareness ($r = .49$), clear goals ($r = .46$), concentration on task ($r = .51$), sense of control ($r = .55$), and autotelic experience ($r = .37$). No relationship was observed between utilization of emotions and flow. Appraisal of emotions was only significantly related to clear goals ($r = .46$) and sense of control ($r = .42$).

Predictive Ability of Personality and Emotional Intelligence for Flow Dimensions

As presented in Table 2, stepwise regression analyses indicated that different combinations of personality and emotional intelligence could significantly predict several dimensions of flow. Thus, conscientiousness and extraversion explained a significant amount of variance in challenge-skill balance ($R^2 = .39$; $F(2, 27) = 8.57$, $p = .001$). Conscientiousness together with openness could also explain a significant amount of variance in clear goals ($R^2 = .43$; $F(2, 27) = 10.16$, $p = .001$). Moreover, conscientiousness alone could explain a significant amount of variance in concentration on task ($R^2 = .38$; $F(1, 28) = 17.41$, $p = .001$). Among the emotional intelligence dimensions, only regulation of emotions explained variance in action awareness ($R^2 = .24$; $F(1, 28) = 9.02$, $p = .006$) and autotelic experience ($R^2 = .13$; $F(1, 28) = 4.18$, $p = .047$).

Table 3. Predictive Ability of Personality, and Emotional Intelligence to Flow Experience Dimensions

Independent Variables	B	β	t	R	R ²
Challenge-Skill Balance					
Conscientiousness	1.67	.44	2.91		
Extraversion	1.98	.40	2.67	.62	.39
Action Awareness					
Regulation of Emotions	.22	.49	3.00	.44	.24
Clear Goals					
Conscientiousness	1.48	.41	2.76		
Openness	1.96	.40	2.66	.65	.43
Concentration on Task					
Conscientiousness	3.44	.62	4.17	.62	.38
Autotelic Experience					
Regulation of Emotions	.151	.37	2.08	.36	.13

DISCUSSION

In the present study, flow was examined as a predictor of performance in a car-racing task. This study also aimed to determine possible psychological correlates of flow, namely personality and emotional intelligence traits.

Among the flow dimensions, autotelic experience was the strongest predictor of performance in the driving task. In the current study, the trait version of the Flow Scale was used which may aid in understanding the autotelic personality (Jackson, Kimiecik, Ford, & Marsh, 1998). Therefore, it can be argued that underlying facets of the autotelic personality may provide a logical basis for the link between the autotelic experience dimension of the Flow Scale and performance in the experimental task used in this study.

In this respect, Csikszentmihalyi (1990) considers the ability to control stimulus inclusion or exclusion one of the most important features of the autotelic experience. As the experimental task used in this study required an extreme level of concentration and the ability to filter (or exclude) irrelevant stimuli, the results of the present study provide support for the link between performance and the attention related features of the autotelic personality. Therefore, based on the results observed in this study it can be argued that a predisposition to autotelic experience may facilitate performance in attentionally demanding tasks.

Csikszentmihalyi (1990) considers intrinsic motivation as the other essential feature of the autotelic personality. Thus, autotelic experience should occur in intrinsically rewarding activities, done for their own sake, and where attention is not focused on their consequences. Consequently, an experimental task that provides an opportunity to drive a high performance car without risk, which can be highly enjoyable, may foster the occurrence of autotelic experience, which in turn facilitates performance in the driving task.

Extraversion was revealed as another significant predictor of performance in the driving task. The theoretical reason explaining the link between faster lap times and extraversion is related to the cortical arousal level of extraverts. According to Eysenck (1967), extraverts are less cortically aroused and seek to raise their arousal level. Accordingly, extraverts are expected to perform better in demanding tasks (Szymura, & Necka, 1998). Hence, driving a high performance car may provide the additional excitation they are seeking. However, it must be noted that there is strong evidence demonstrating that the effect of extraversion on performance may depend entirely on situational factors.

Predictions regarding the flow-personality association were partially supported. Different combinations of the Five-Factor traits could significantly predict variations in flow, indicating that certain personality traits may lead to predispositions to experience flow. In this respect, extraversion could only predict the challenge-skill balance. It seems that driving a performance car against time, which can stimulate a higher level of excitation, leads to the occurrence of challenge-skill balance in extraverts. Further, psychological characteristics such as self-confidence and assertiveness, which are necessary for the balance of challenge and skill, are also sub facets of extraversion (Matthews, Deary, & Whiteman, 2003). Therefore, extraverted individuals may have a higher predisposition to experience challenge-skill balance, at least in certain demanding activities.

Conscientiousness was found to be another significant predictor of challenge-skill balance. The first line of reasoning supporting this association concerns the features of conscientiousness. Highly conscientious individuals are persistent, self-disciplined, achievement-oriented, organized, attentive, persistent, and focused on obtaining good results (Chamorro-Premuzic & Furnham, 2004; Furnham, Chamorro-Premuzic & McDougall, 2002) and thus, have confidence to achieve better lap times in a driving simulation, and seem predisposed to experience a balance of challenge and skill.

The second line of reasoning for the association between conscientiousness and challenge-skill balance is related to highly conscientious individuals' responses to stress, which can facilitate the occurrence of flow. In previous studies, it has been demonstrated that conscientious individuals tend to choose problem-focused coping strategies, which may lead these individuals to cope better with stress (Bartley, & Roesch, 2011). Moreover, Kaiseler, Polman, and Nicholls (2012) found conscientiousness to be associated with higher perceived stress control. Finally, Nater, Hoppmann, and Klumb (2010) found high levels of conscientiousness to be associated with reduced systemic cortisol concentrations. Therefore, due to their ability to cope with stress, conscientious individuals should be considered more predisposed to experience a challenge-skill balance. Although, this study is exploratory in nature, in a previous study by Ullen et al. (2012), conscientiousness was also found to predict flow in everyday life. Furthermore, Ullen et al. (2012) suggested that high conscientiousness involves emotional and motivational mechanisms that make an individual engage in flow promoting activities.

Conscientiousness was also found to be a significant predictor of the clear goals dimension of flow. It seems that hardworking, motivated, and goal-directed conscientious individuals are more prone to experience flow when the goals are clear.

Despite recent research findings (Ullen et al., 2012; Ross, & Keiser, 2014) indicating the lack of association between flow and openness, openness could predict the clear goals dimension of flow in this study. The two studies cited above examined the relationship between flow and personality in everyday life. However, in the current study the same relationship was examined in a very specific activity in a limited time period. These contradictory results clearly indicate that the relationship between personality and flow may depend on the context. Therefore, in future studies researchers should consider the context for a better understanding of the flow-personality relationship.

The last flow dimension having an association with personality was concentration on task. Conscientiousness was the sole predictor of the concentration on task dimension of flow. Despite the lack of research findings examining the relationship between conscientiousness and the flow dimension of concentration on task, results from other fields of psychology provide support for such a relationship. In several recent studies, low conscientiousness has been found to be an important marker of attention deficit and hyperactivity disorder in children and adolescents (Martel, Nikolas, Jernigan, Friderici, & Nigg, 2010; Miller, Miller, Newcorn, & Halperin, 2008). However, it must be noted that in certain circumstances having more than one stimulus, conscientiousness may inhibit performance (Maclean & Arnell, 2010).

Among the emotional intelligence dimensions, only regulation of emotions predicted a small yet significant amount of variance in action awareness and autotelic experience. As

pleasure, intrinsic motivation, and the lack of anxiety are key elements of flow, individuals with well-developed emotional abilities who are less likely to be paralyzed by fear, hijacked by negative emotions, and strangled by anxiety (Seipp, 1991) may be more predisposed to experience to flow.

CONCLUSION

The results of the present study support the argument that flow may facilitate performance. However, it should be noted that the relationship between a particular trait and performance might be assessed by testing in the presence of a threat (Matthews, Deary, & Whiteman, 2003). In the present study, the driving task was executed virtually in the absence of other competitors. Thus, there was no real threat and the hedonic tone of arousal was possibly positive. Taken together, it can be argued that flow facilitates performance only in no-threat or pleasant conditions. In future studies, the flow-performance relationship should be examined in different settings.

REFERENCES

- Asci, F. H., Çağlar, E., Eklund, R. C., Altintas, A., & Jacson, S. (2007). The adaptation study of Dispositional Flow State-2 and Flow State Scale-2. *Hacettepe Journal of Sport Sciences*, 18(4), 182-196.
- Austin, E. J., Saklofske, D. H., Huang, S. H., & McKenney, D. (2004). Measurement of trait emotional intelligence: testing and cross-validating a modified version of Schutte et al.'s (1998) measure. *Personality and Individual Differences*, 36(3), 555-562.
- Bakker, A. B., Oerlemans, W., Demerouti, E., Slot, B. B., & Ali, D. K. (2011). Flow and performance: A study among talented Dutch soccer players. *Psychology of Sport and Exercise*, 12(4), 442-450.
- Bartley, C. E., & Roesch, S. C. (2011). Coping with Daily Stress: The Role of Conscientiousness. *Personality and Individual Differences*, 50(1), 79-83.
- Binboga, E., Guven S., Catikkas, F., Beyazit O., & Tok, S. (2012). Psychophysiological Responses to Competition and the Big Five Personality Traits. *Journal of Human Kinetics*, 33(1), 187-194.
- Chamorro-premuzic, T., & Furnham, A. (2004). A possible model for understanding the personality – intelligence interface. *British Journal of Psychology*, 95(2), 249-264.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. New York: Harper and Row.
- D’Zurilla, T. J., Maydeu-Olivares, A., & Gallardo-Pujol, D. (2011). Predicting social problem solving using personality traits. *Personality and Individual Differences*, 50(2), 142-147.
- Edmonds, W. a, Tenenbaum, G., Mann, D. T. Y., Johnson, M., & Kamata, A. (2008). The effect of biofeedback training on affective regulation and simulated car-racing performance: a multiple case study analysis. *Journal of Sports Sciences*, 26(7), 761-73.
- Elbe, a-M., Strahler, K., Krusturup, P., Wikman, J., & Stelter, R. (2010). Experiencing flow in different types of physical activity intervention programs: three randomized studies. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 20(1), 111-7.
- Eysenck, H. J. (1967). *The Biological Basis of Personality*. Springfield, IL: Thomas.
- Furnham, A., Chamorro-Premuzic, T., & McDougall, F. (2002). Personality, cognitive ability, and beliefs about intelligence as predictors of academic performance. *Learning and Individual Differences*, 14(1), 47-64.
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence*. New York: Bantam.
- Jackson SA, & Eklund RC. (2004). *The Flow Scales Manual*. Morgantown, WV: Fitness Information Technology, Inc.
- Jackson, S. A. (2001). Relationships between Flow , Self-Concept , Psychological Skills , and Performance. *Journal of Applied Sport Psychology*, 13(2), 129-153.
- Jackson, S. A., & Marsh, H. W. (1996). Development and validation of a scale to measure optimal experience: The Flow State Scale. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 18(1), 17-35.
- Jackson, S. A., Kimiecik, J. C., Ford, S., & Marsh, H.W. (1998). Psychological correlates of flow in sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 20(4), 358-378.
- Jackson, S. a., Thomas, P. R., Marsh, H. W., & Smethurst, C. J. (2001). Relationships between Flow, Self-Concept, Psychological Skills, and Performance. *Journal of Applied Sport Psychology*, 13(2), 129-153.
- Janson, L., Archer, T., & Norlander, T. (2005). Achievement of timing in the highest competitive level: the necessity of a “driving conviction”. *Athletic Insight: Online Journal of Sport Psychology*, 7(2).
- Kaiseler, M., Polman, R. C. J., & Nicholls, A. R. (2012). Effects of the Big Five personality dimensions on appraisal coping, and coping effectiveness in sport. *European Journal of Sport Science*, 12(1), 62-72.
- Kaufman, K. A., Glass, C. R., & Arnkoff, D. B. (2009). Evaluation of Mindful Sport Performance Enhancement (MSPE): A

- New Approach to Promote Flow in Athletes. *Journal of Clinical Sports Psychology*, 3(4), 334–356.
- Kimiecik, J. C., & Stein, G. L. (1992). Examining flow experiences in sport contexts: conceptual issues and methodological concerns. *Journal of Applied Sport Psychology*, 4(2), 144-160.
- Lindsay, P., Maynard, I., & Thomas, O. (2005). Effects of hypnosis on flow states and cycling performance. *The Sport Psychologist*, 19(2), 164-177.
- Macleay, M. H., & Arnell, K. M. (2010). Personality predicts temporal attention costs in the attentional blink paradigm. *Psychonomic Bulletin & Review*, 17(4), 556–62.
- Martel, M. M., Nikolas, M., Jernigan, K., Friderici, K., & Nigg, J. T. (2010). Personality mediation of genetic effects on Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 38(5), 633–43.
- Matthews, G., Deary, I. J., Whiteman, M. C. (2003). Personality Traits. Cambridge University, Cambridge.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence. In P. Salovey, & D. Sluyter, Emotional development and emotional intelligence: *Educational implications* (pp. 3-34). New York: Basicbooks, Inc.
- Miller, C. J., Miller, S. R., Newcorn, J. H., & Halperin, J. M. (2008). Personality characteristics associated with persistent ADHD in late adolescence. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 36(2), 165–73.
- Nater, U. M., Hoppmann, C., & Klumb, P. L. (2010). Neuroticism and conscientiousness are associated with cortisol diurnal profiles in adults-role of positive and negative affect. *Psychoneuroendocrinology*, 35(10), 1573–7.
- Petrides, K. V. & Furnham, A. (2003). Trait Emotional Intelligence : Behavioural Validation in Two Studies of Emotion Recognition and Reactivity to Mood Induction. *European Journal of Personality*, 17(3), 39–57.
- Ross, S. R., & Keiser, H. N. (2014). Autotelic personality through a five-factor lens: Individual differences in flow-propensity. *Personality and Individual Differences*, 59, 3-8.
- Schüler, J., & Brunner, S. (2009). The rewarding effect of flow experience on performance in a marathon race. *Psychology of Sport and Exercise*, 10(1), 168–174.
- Schutte, N. S., Malouff, J. M., Hall, L. E., Haggerty, D. J., Cooper, J. T., Golden, C. J., & Dornheim, L. (1998). Development and validation of a measure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 25(2), 167–177.
- Seipp, B. (1991). Anxiety and academic performance: A meta-analysis. *Anxiety Research*, 4(1), 46–53.
- Stavrou, N. A., Jackson, S. A., Zervas, Y., & Karteroliotis, K. (2007). Flow experience and athletes' performance with reference to the orthogonal model of flow. *The Sport Psychologist*, 21(4), 438–457.
- Stoll, O., & Lau, A. (2005). Flow-Erleben beim Marathonlauf – Zusammenhänge mit Anforderungspassung und Leistung. [Experiencing “flow” during a marathon. Associations with the fit between demand and ability]. *Zeitschrift für Sportpsychologie*, 12(3), 75–82.
- Swann, C., Keegan, R. J., Piggott, D., & Crust, L. (2012). A systematic review of the experience, occurrence, and controllability of flow states in elite sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 13(6), 807–819.
- Szymura, B., & Necka, E. (1998). Visual selective attention and personality: An experimental verification of three models of extra version. *Personality and Individual Differences*, 24(5), 713–729.
- Tatar, A. (2005). Çok boyutlu kişilik envanteri'nin madde-cevap kuramina göre kısa formunun geliştirilmesi ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi [Development of the short form multidimensional personality inventory and examination of its psychometric properties according to item response theory]. (unpublished Doctoral dissertation). Ege University, Izmir.
- Tatar, A., Tok, S., & Saltukoglu, G. (2011). Adaptation of the Revised Schutte Emotional Intelligence Scale into Turkish and Examination of its Psychometric Properties. *Bulletin of Clinical Psychopharmacology*, 21(4), 325-338.
- Ullén, F., de Manzano, Ö., Almeida, R., Magnusson, P. K. E., Pedersen, N. L., Nakamura, J., Csikszentmihályi, M., & Madison, G. (2012). Proneness for psychological flow in everyday life: Associations with personality and intelligence. *Personality and Individual Differences*, 52(2), 167–172.
- Williams, R. (1999). The death of Ayrton Senna. New York: Penguin Books.

Basketbolcuların Öğrenme Biçimlerinin İncelenmesi Investigation of Learning Modality in Basketball Players

ORJİNAL ARAŞTIRMA

ORIGINAL RESEARCH

Şehmus ASLAN¹

¹ Pamukkale Üniversitesi
Spor Bilimleri Fakültesi

Yazışma Adresi/Correspondence:
Şehmus ASLAN
Pamukkale Üniversitesi
Spor Bilimleri Fakültesi
Denizli, TÜRKİYE
sehmsu1@hotmail.com

Kabul Tarihi/Accepted: 11/02/2017

ISSN: 2149-1046
Celal Bayar Üniversitesi ©
Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

Özet:

Amaç: Bu araştırmanın amacı üniversite takım ve kulüplerinde basketbol oynayan sporcuların öğrenme biçim / biçimlerini belirlemek, cinsiyet ve yaşın öğrenme biçimine etkisini incelemektir. **Gereç ve Yöntemler:** Araştırmaya 18-25 yaş aralığındaki 135 basketbolcu katılmıştır. Katılımcılardan 76'sı kadın (yaş ortalaması 21,37±1,85 yıl) ve 59'u erkektir. (yaş ortalaması: 22.39 ±1,78 yıl). Mevcut araştırmada basketbolcuların öğrenme biçimleri Şimşek (2002) tarafından geliştirilen "Öğrenme Biçimleri Envanteri (BİG) 16" ile değerlendirilmiştir. Envanter bedensel, işitsel ve görsel olmak üzere üç öğrenme biçimini ölçmektedir. **Bulgular:** Araştırmada basketbolcuların tercih ettikleri baskın öğrenme biçimlerinin görsel öğrenme (%38,5) biçimi olduğu, bunu sırasıyla karma öğrenme (%24,4) biçimi işitsel öğrenme (%22,2) ve bedensel (% 14,8) biçimi olduğunu göstermiştir. Cinsiyet açısından karşılaştırma yapıldığında ise, kadın ve erkek basketbolcuların en fazla görsel biçimini tercih ettikleri belirlenmiştir fakat tercih edilen öğrenme biçimi açısından aralarında istatistiksel farklılık bulunmamıştır (p>0.05). Benzer şekilde, basketbolcularda yaş grupları açısından farklılık incelendiğinde 18-21 yaş grubu ve 22-25 yaş grubundaki basketbolcuların en fazla görsel biçimini tercih ettikleri fakat gruplar arasında istatistiksel açıdan farklılık olmadığı saptanmıştır (p>0.05). **Sonuç:** Araştırmanın sonuçları üniversite takım ve kulüplerinde oynayan basketbolcuların en fazla tercih ettikleri öğrenme biçiminin görsel öğrenme biçimi olduğu, yaş ve cinsiyetin öğrenme biçimi tercihlerini etkilemediğini göstermiştir.

Anahtar Kelimeler: Spor, Basketbol, Öğrenme Biçimleri, Cinsiyet

Abstract:

Purpose: The aims of this study were to determine of learning modality in the basketball players who play in the teams or clubs of universities, and to investigate the effect of gender and age on learning modality. **Methods:** One hundred thirty-five basketball players aged between 18 to 25 years were included in the study. 76 of the participants were female (average age: 21,37±1,85 years) and 59 of the participants were male (average age: 22.39 ±1,78 years). "BİG16 Learning Modality " developed by Şimşek (2002) was used to determine learning modalities of the basketball players in the study. The inventory evaluated the three learning modalities included kinesthetic, visual, and auditory. **Results:** The results of the study showed that the most preferred learning modality in the basketball players was visual learning modality (38.5%). Mixed learning modality (24.4%), auditory learning modality (22.2%) and kinesthetic learning modality (14.8%) followed visual learning modality, respectively. When compared in terms of gender, the most preferred learning modality in the both female and male basketball players were visual learning modality and there were no differences between the male and the female groups (p>0.05). Similarly, when compared in terms of age groups, the most preferred learning modality in the both 18-21 age group and 22-25 age group was visual learning modality and it was not found differences between the age groups (p>0.05). **Conclusion:** Our results of the study showed that the most preferred learning modality in the basketball players who play in the team and clubs of the universities was visual learning modality and gender and age did not effect on learning modality.

Keywords: Sport, Basketball, Learning Modality, Gender

Günümüzde, öğrenme ve bilgi toplumunun en önemli alt yapılarından birisini oluşturmaktadır. Öğrenme ve bilgi edinme süreci eğitimin en önemli parçasıdır. Gün geçtikçe öğrenme sürecinde elde edilmesi gereken bilgi, beceri, tutum ve davranışların artması nedeniyle bireyin etkin öğrenme becerilerini kazanması önem kazanmaktadır. Eğitimde başarılı olabilmek için etkin öğrenme becerisi geliştirilmelidir. Eğitim programları hazırlanırken etkin öğrenmenin sağlanabilmesi için bireyin sahip olduğu öğrenme biçimi (stili) göz önüne alınmalıdır (Kaya, H. ve Akçin, E. 2002). Öğrenme sürecinde öğrenmenin nasıl gerçekleştiği ve hangi koşullar altında olduğu büyük önem taşımaktadır (Tepehan, 2004). Eğitim ve öğretim faaliyetlerinin yapıldığı ortamları dikkate alınırsa, bireyin fiziksel/biyolojik/psikolojik özellikleri, ilgileri, beklentileri, istekleri, yetenekleri ve zekâ türü açısından bir zenginlik içermektedir. Bu bilgiler ışığında eğitimcilerin öğrencilerin içinde buldukları öğrenme sürecini ve sahip oldukları öğrenme stillerini değerlendirme gerekliliği ortaya çıkmaktadır (Littlewood, 1987; Akt. Çağlayan ve Taşğın, 2008).

Stil kavramı çok farklı alanlarda yaygın olarak kullanılmaktadır. Sanat, medya, moda ve spor alanları örnek olarak verilebilir. Stil, bireylerin tercihini göstermektedir. Bireyin stili diğerleriyle ortak olabilir, ancak bireye özgüdür. Bunun yanı sıra bireyin kişiliğinin bir boyutunu oluşturmaktadır ve göreceli olarak durağandır (Erden ve Altun, 2006). Öğrenme stilleri tanımı, Rita Dunn (1990) tarafından “her bir öğrencinin yeni ve zor bilgiyi öğrenmeye hazırlanırken, öğrenirken ve hatırlarken farklı ve kendilerine özgü yollar kullanması” şeklinde yapılmıştır (Boydak, 2006). Bir diğer tanım ise, “genel olarak bir öğrencinin, öğrenme çevresini psikolojik olarak nasıl algıladığını, çevresi ile nasıl etkileşimde bulunduğunu ve nasıl tepki verdiğini ortaya koyan bireysel özellikler ve tercihler grubu” Dur. (Ersoy, 2003). Bu tanımlardan da anlaşılacağı gibi her öğrencinin öğrenirken kendine özgü yollar kullandığı, diğer bir deyişle bireysel farklılıklarının olduğundan söz edilmektedir.

Son yıllarda eğitim alanında yapılan araştırmalarda eğitim ve bireye bakış açısında büyük değişiklikler olduğu görülmektedir. Söz konusu değişikliklerin bireysel öğrenme süreci ve bireysel farklılıklar üzerinde yoğunlaştığı görülmektedir. Bireysel farklılıklar kişilerin öğrenme biçimlerini ortaya koymakta ve bu süreci farklı yollarla gerçekleştirmektedir (Yıldız ve Baltaoğlu, 2006). Bireyler birbirlerine benzememekte ve her birey diğer bireylerden farklı özelliklere sahip olmaktadır. Bu durum bireylerin öğrenme sürecine yansımaktadır. Bireylerin öğrenmeyle ilgili özellikleri de farklılıklar göstermektedir. Dolayısıyla her bireyin öğrenme stili bir başka bireyin öğrenme stilinden farklı olabilmektedir. Cinsiyet, yaş, kültür, akademik başarı düzeyi gibi bazı faktörler bireylerin öğrenme stillerini etkileyebilmekte ve bireylerin analitik bilgi edinme süreçlerindeki tercihlerine göre de değişiklik gösterebilmektedir (Özer, 1998). Öğrenmek ve öğretmek için çok farklı yöntemler bulunmaktadır. Her öğrenci öğrenebilir, ancak öğrencilerin öğrenme yöntemleri aynı olmayabilir. Bu durum tüm öğrencilere uygun olan tek bir öğrenme stilinin olmadığını göstermektedir. Bir öğrenme stilinin iyi veya kötü olarak değerlendirilmemesi gerektiği, fakat bireye uygun farklı öğrenme stili olduğu söylenebilir (Sternberg, 1994). Bu durumda eğitimde öğrenme sürecinde tek bir öğrenme stilinden ya da en iyi öğrenme stilinden bahsedilemez. Her öğrenci için en uygun olan öğrenmesini sağlayacak stili belirlemek ve bu stille öğretmek önem kazanmaktadır. Bireylerin öğrenme stilleri belirlenerek ve bu stillere uygun ortam oluşturularak eğitim verildiğinde başarı da artmaktadır (Mutlu, 2008). Bireylerin öğrenme stillerini fark etmelerini sağlamak, öğrenmeyi kolaylaştırmakta ve öğrenmenin başarılı olmasını

etkilemektedir (Bilasa, 2012). Bu nedenle eğitimin hemen hemen bütün alanlarında yapılan son yıllardaki çalışmalarda, bilgiyi alma ve aktarma sürecinde kişisel öğrenme ve algılamalar üzerinde durularak birey için en iyi yöntemin bulunması amaçlanmaya başlanmıştır. Dolayısıyla öğrencilerin hem doğuştan getirdikleri hem de çevreden etkilendikleri öğrenme stillerine uygun öğrenme ortamlarını yaratmak, bireysel farklılıkların dikkate alınmasını sağlayacaktır (Yıldız ve Baltaoğlu, 2006).

Öğrenme stiline farklı boyutları vardır. Bu boyutlar; algısal tercihler ve güçlülükler, bilgi işleme alışkanlıkları, motivasyonel ve psikolojik faktörlerdir. Algısal tercihler, öğrencilerin öğrenme sürecinde tercih ettikleri ortam, materyaller ve kullanılan mesajların kodlanma biçimini kapsamaktadır. Öğrencilerin tercihlerin bütünü “öğrenme biçimi/biçimi” (learning modality) olarak tanımlanmaktadır. Öğrenme biçimi, öğrenme stiline temel boyutlarından birisini oluşturmaktadır. Öğrenme biçiminin bedensel, işitsel ve görsel biçim şeklinde kabul edilen üç türü vardır. Eğitimde öğrencilerin genellikle bu biçimlerden birisini kullanmaya eğilimi olduğu görülmektedir. Öğrencinin genellikle eğilimli olduğu biçim türü, öğrencinin zaman içinde kullanmakta ustalık kazandığı biçimdir (Şimşek, 2002; Demir, 2010). Bedensel öğrenme biçimi; vücut, denge, el becerisi, etkinlik, spor, yarışma, dans, macera, tiyatro, meydan okuma, koşma, sıçrama, atlama, yuvarlama becerilerine, duygu ve düşüncelerini beden diliyle ifade etmeye, alet kullanma ve somut bir şeyler üretmeye isteklidir. Bu biçime sahip olanların aktör, sporcu, heykeltıraş, cerrah, teknik eleman olmaya yatkın oldukları ifade edilmiştir (Boydak, 2008; Çağlayan ve Şirin, 2009, Çağlayan ve Taşğın 2008; Şimşek 2002). İşitsel biçimi tercih edenler müzik ve sesli uyarıcılara karşı duyarlıdır. Bu biçime eğilimi olan öğrenciler konuşmak, tartışmak, dinlemek, anlatmak, ses tonu, dil, melodi, farklı sesler, şiiri önemsemekte ve tercih etmektedirler. İşitsel biçimi tercih eden öğrenciler konuşmaktan ve konuşulana dinlemekten hoşlanmaktadır ve şarkıcı, besteci, hatip, öğretmen, eleştirmen, politikacı olma eğilimleri vardır. (Çağlayan ve Şirin, 2008; Çağlayan ve Taşğın, 2008; Şimşek 2002). Renk, çizim, resim, harita, yön, plan gibi görsel algıya hitap eden şeyler görsel biçime sahip öğrencilerin ilgisini çekmektedir. Bu öğrenciler okuduklarını ya da duyduklarını zihinlerinde daha kolay canlandırabilirler (Şimşek, 2002).

Spor, önceden belirlenmiş kurallara göre bireysel veya takım halinde yapılan, genellikle rekabete dayalı yarışma ve kişisel eğlence veya mükemmelliğe ulaşmak için yapılan fiziksel veya zihinsel aktivitedir. Spor ortamında birey; hem kendi yeteneklerini ve hem de başkalarının yeteneklerini tanımayı, rakipleriyle eşit koşullarda yarışmayı, yenildiğinde yenilgiyi kabullenerek kazananı takdir edebilmeyi, müsabakayı kazandığı zaman mütevazı kalabilmeyi, başkalarına yardım etmeyi, zamanını iyi kullanmayı ve planlamayı öğrenir. Bu açıdan bakıldığında sporun bireyin hayata çok yönlü olarak hazırlanmasını hedefleyen çağdaş eğitim sisteminde önemli bir araç olduğu görülmektedir (Çağlayan ve Şirin, 2008). Basketbol hem Türkiye’de hem de dünyada popüler bir spor türüdür. Bu araştırmanın amacı üniversite takım ve kulüplerinde basketbol oynayan sporcuların öğrenme biçimlerini belirlemek, cinsiyet ve yaşın öğrenme biçimine etkisini incelemektir.

YÖNTEM

Araştırmanın modeli tarama yöntemidir. Araştırmanın evreni Ege ve Batı Akdeniz bölgesinde yer alan on bir ildeki üniversitelerdir. Araştırma örneklemini rastgele yöntemle seçilen Denizli, Muğla, Aydın, İzmir, Antalya illerinde Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu/ Fakülte öğrencileri, başta olmak üzere diğer fakültelerin basketbol takımı ve çeşitli kulüplerde aktif olarak basketbol oynayan 18-25 yaş aralığındaki 135 sporcu oluşturmuştur. Sporcuların seçiminde; basketbol branşında okullarını temsilen müsabakalara katılmış olması veya bir kulüpte oynuyor olma şartı aranmıştır.

Araştırmaya katılan basketbolcuların cinsiyete, yaşa göre dağılımları ve ortalamaları tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1: Araştırmaya katılan basketbolcuların cinsiyete göre frekans, yüzde ve yaş ortalaması dağılımları

Cinsiyet		n	%	\bar{X}	ss
Yaş	Kız	76	56,3	21,37	1,854
	Erkek	59	43,7	22,39	1,781
Toplam		135	100,0		

Araştırmaya katılan basketbolcuların cinsiyete göre dağılımları ve yaş ortalamaları Tablo 1’de verilmiştir. Tablo 1’de görüldüğü gibi, araştırmaya 76 kadın (%56,3) (yaş $\bar{X}=21.37\pm 1,85$) ve 59 erkek (%43,7) (yaş $\bar{X}=22.39\pm 1,781$) olmak üzere toplam 135 basketbolcu katılmıştır.

Araştırmaya katılan basketbolcuların gelir durumları tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2: Araştırmaya katılan basketbolcuların gelir durumları

Gelir (Türk Lirası)	n	%
0-250	16	11,9
251-450	45	33,3
451-650	21	15,6
651-851	11	8,1
851- +	42	31,1
Toplam	135	100,0

Tablo 2’de görüldüğü gibi, çalışmaya katılan basketbolcuların % 11,9’nun düşük, % 31,1’in ise yüksek gelir düzeyine sahiptir.

Araştırmaya katılan basketbolcuların haftalık antrenman süreleri tablo 3’te verilmiştir.

Tablo 3: Araştırmaya katılan basketbolcuların haftalık antrenman yapma sıklığı ve süreleri

Spor Süre	n	%	Antrenman Süresi \bar{X} (dk)
Hafta içi her gün	40	29,6	30
Haftada 3 gün	59	43,7	110
Hafta sonları (2 gün)	17	12,6	75
Ara sıra	19	14,1	45
Toplam	135	100,0	

Çalışmaya katılan basketbolcuların haftalık basketbol antrenman yapma sıklıkları incelendiğinde % 29,6'sının hafta içi her gün antrenmana katıldığı, % 43,7'sinin haftada üç gün antrenmana katıldığı, % 12,6'sının hafta sonları iki gün antrenmana katıldığı, %14,1'nin ise basketbol antrenmanlarına ara sıra katıldığı saptanmıştır. Basketbolcuların antrenman süreleri Tablo 3'te verilmiştir.

Araştırmaya katılan basketbolcuların antrenmana katılım ve uygulama durumları tablo 4'te verilmiştir.

Tablo 4: Araştırmaya katılan basketbolcuların antrenman programlarının uygulanma şekli

	n	%
Kulüp antrenörü eşliğinde	70	51,9
Arkadaş grubuyla	10	7,4
Spor hocası eşliğinde	41	30,4
Bireysel program	5	3,7
Programsız	9	6,7
Toplam	135	100,0

Tablo 4'te görüldüğü gibi, araştırmaya katılan basketbolcuların % 51,9'u kulüp antrenörü nezaretinde antrenman yaptığı, % 7,4'sinin arkadaş gurubuyla antrenman yaptığı, % 30,4'ünün spor hocası nezaretinde antrenmana katıldığı, %3,7'sinin kendi bireysel programlarını uyguladığı, %6,7'sinin ise basketbol antrenmanlarına programsız katıldığı görülmüştür.

Araştırmaya katılan basketbolcuların ilgi amaçları tablo 5'te verilmiştir.

Tablo 5: Araştırmaya katılan bireylerin basketbol spor branşıyla ilgilenme amacı

	n	%
Kişisel Gelişim	14	10,4
Sağlıklı Yaşam	19	14,1
Mesleki Kariyer	50	37,0
Sosyal Aktivite	12	8,9
Kişisel Beceri	40	29,6
Toplam	135	100,0

Tablo 5’te görüldüğü gibi, çalışmaya katılan basketbolcuların % 10,4’ü kişisel gelişimleri için basketbol yaptığını, % 14,1’i sağlıklı yaşam için basketbol yaptığını, % 37,0’si mesleki kariyer için basketbol yaptığını, % 8,9’u sosyal aktivite amaçlı basketbol yaptığını belirtirken, %29,6’sı ise kişisel becerilerini geliştirmek için basketbol yaptığını belirtmişlerdir.

Araştırmaya katılan basketbolcuların basketbolu tercih nedenleri tablo 6’da verilmiştir.

Tablo 6: İlgilenilen spor branşının tercih nedeni

	n	%
Kişisel Tercih	77	57,0
Aile	13	9,6
Bed.Egt. Öğretmeni	34	25,2
Ünlü Sporcular	11	8,1
Toplam	135	100,0

Tablo 6’da katılımcıların basketbol branşını seçmede kimin etkili olduğu verilmiştir. Çalışmaya katılan basketbolcuların % 57,0’si kişisel tercih ile basketbol branşını seçtiklerini, % 9,6’sı ailelerinin tercihi ve yönlendirmesiyle basketbol branşını seçtiklerini, % 25,2’si beden eğitimi öğretmenlerinin yönlendirmesiyle basketbol branşını seçtiklerini belirtirken, %8,1’i ise basketbol branşını seçmelerinde ünlü sporcuların etkili olduğunu belirtmişlerdir.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada katılımcıların sosyo-demografik bilgileri ve basketbol sporuyla ilgili bilgileri araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu ile sorgulanmıştır. Sporcuların tercih ettikleri öğrenme biçimi ise Şimşek (2002) tarafından geliştirilen “BİG 16 Öğrenme Biçemleri Envanteri” ile değerlendirilmiştir. BİG 16 Öğrenme Biçemleri Envanteri ile bedensel, işitsel ve görsel olmak üzere üç öğrenme biçimini ölçülmektedir. Her öğrenme biçimi/biçimi 16 madde ile sorgulanmakta ve envanter toplam 48 maddeden oluşmaktadır. Her bir maddenin değerlendirilmesinde, 5’li Likert ölçeği kullanılmaktadır. Her üç öğrenme biçim alt alanından alınan puanların toplamı karşılaştırılarak bireyin tercih ettiği öğrenme biçimi belirlenmektedir (Şimşek, 2002). Buradaki “Katılmıyorum” ve “Kesinlikle Katılmıyorum” ifadesi olumsuz yanıt anlamına gelmektedir ve hangi öğrenme stiline aitse o stilin öğrenci tarafından tercih edilmediğini, öğrencinin o stile tepkili olduğunu göstermektedir (Bilasa, 2012).

Katılımcıların “BİG16 Öğrenme Biçemleri Envanteri” maddelere verdikleri yanıtların hesaplanmasında aşağıdaki yöntem kullanılmıştır.

1. Her bir madde için bireyin seçtiği ifade -2’den 2 arasındaki rakamla kodlanmıştır (Kesinlikle katılıyorum 2, Katılıyorum 1, Kararsızım 0, Katılmıyorum-1, Kesinlikle katılmıyorum -2).
2. Envanterin her bir boyutu için toplam puan hesaplanmıştır (-32 ile 32 arasında değişen bir sayı).
3. Her bir boyut için hesaplanan 7 ile (-7) arasındaki puanları dikkate alınmamıştır. 8 ile 32 arasında değişen puanlar öğrencinin o öğrenme stiline sahip olduğunu göstermiştir. (-8) ile (-32) arasında değişen puanlarda öğrencinin o öğrenme biçimine tepkili olduğu düşünülmüştür.

4. (+) değerli puanlar büyükten küçüğe doğru sıralanmıştır. Puanlardan en büyük değere sahip olan baskın, ikinci büyük değere sahip olan ikincil, en küçük değere sahip olan ise o öğrencinin üçüncül öğrenme biçimini ortaya koymaktadır.

5. Puanların birbirine çok yakın çıkması durumunda ise öğrencinin birden fazla öğrenme stiline biçime sahip olduğu şeklinde yorumlanmıştır (Bilasa, 2012).

BİG16 Öğrenme Biçimleri Envanterinden elde edilen puanlamaya göre sporcuların görsel, işitsel ve bedensel öğrenme biçimlerinden hangisini tercih ettiği belirlenmiştir. Çalışmada baskın biçimi olmayan veya ikincil ve üçüncül öğrenme stiline sahip olduğu belirlenen sporcuların öğrenme biçimi “karma” biçim olarak sınıflandırılmıştır.

Şimşek (2002), yaptığı çalışmada envanterin tümüne ilişkin elde ettiği ölçümler için güvenilirlik katsayısı: .844’dır. Bu araştırma kapsamında bu envanterden elde edilen ölçümlerin güvenilirliği Cronbach’s Alpha ile hesaplanmış ve $\alpha = .879$ ’dır. “BİG16 Öğrenme Biçimleri Envanteri” öğrenme stillerinin tüm boyutlarını ölçen bir envanter değildir. Bu envanter ile öğrenme stiline temel boyutlarından biri olan algısal tercihler belirlenmektedir (Çağlayan ve Şirin, 2008). Envanterin ölçtüğü tercihler, yalnızca öğrenme biçimleriyle ilgilidir. Öğrenme biçimi, çeşitli öğrenme biçimi modellerinde tanımlanan boyutlardan sadece birisidir. Envanter orta ve yükseköğretim kurumları tarafından kullanılabilirliği gibi; kendi öğrenme biçimlerini tanımak amacıyla, öğrenciler tarafından da kullanılabilirliği (Şimşek, 2002).

Verilerin Analizi

Verilerin analizi SPSS 22.00 istatistik programı kullanılarak değerlendirilmiştir. Sosyo-demografik veriler ve basketbol sporu konusundaki bilgiler frekans ve yüzde değerler, ortalama, standart sapma olarak verilmiştir. Cinsiyetin ve yaşın öğrenme biçimini etkileyip etkilemediğini belirlemek için istatistiksel yöntem olarak Kay Kare Testi kullanılmıştır. İstatistiksel hesaplamalarda anlamlılık düzeyi 0.05 olarak alınmıştır.

BULGULAR

Basketbolcuların baskın olarak kullandığı öğrenme biçimlerine ilişkin bulgu ve yorumlara yer verilmiştir. Bu araştırmanın örnekleme için yapılan güvenilirlik çalışmasında envanterin tümüne ilişkin Cronbach’s Alpha değeri 0.924 olarak hesaplanmış, envanterin iç tutarlılığının yüksek olduğu görülmüştür.

Tablo7. Araştırmaya katılan basketbolcuların öğrenme biçimleri için frekans ve yüzde dağılımları

Biçem	n	%
Bedensel	20	14.8
İşitsel	30	22.2
Görsel	52	38.5
Karma	33	24.4
Toplam	135	100

Çalışmaya katılan basketbolcuların tercih ettiği öğrenme biçimi Tablo 7’de verilmiştir. Basketbolcuların baskın olarak görsel öğrenme biçimini (n=52, %38.5) tercih ettikleri görülmektedir. Bunu karma öğrenme biçimi (n=33, %24.4), işitsel öğrenme biçimi (n=30, %22.2) ve bedensel öğrenme biçimi (n=20,% 14,8) tercihleri izlemektedir.

Tablo 8: Araştırmaya katılan basketbolcuların yaş değişkenlerine göre öğrenme biçimlerinin incelenmesine ilişkin kay kare testi sonuçları

Yaş grup	Biçem				Toplam	X ²
	Bedensel	İşitsel	Görsel	Karma		
18-21	10 7,4%	17 12,6%	23 17,0%	10 7,4%	60 44,4%	X ² =0.192
22-25	10 7,4%	13 9,6%	29 21,5%	23 17,0%	75 55,6%	sd=3 p=0.066
Toplam	20 14,8%	30 22,2%	52 38,5%	33 24,4%	135 100,0%	

Tablo 8’de basketbolcuları yaş gruplarına göre tercih ettikleri öğrenme biçimi gösterilmiştir. 18-21 yaş grubundaki basketbolcuların baskın olarak görsel öğrenme biçimini (% 17,0) tercih ettikleri görülmektedir. Bunu işitsel öğrenme biçimi (%12,6), karma öğrenme biçimi (%7,4) ve bedensel öğrenme biçimi (% 7,4) izlemektedir. 22-25 yaş grubunda ise; basketbolcuların baskın olarak görsel öğrenme biçimini (%21,5) tercih ettikleri saptanmıştır. Bunu karma öğrenme biçimi (%17,0), işitsel öğrenme biçimi (%9,6) ve bedensel öğrenme biçimi (% 7,4) tercihleri izlemektedir. Basketbolcu öğrencilerin öğrenme biçimlerinin, yaş değişkenlerine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir (X²(3)=0.192, p>0.05).

Bu durum görsel öğrenme biçimlerinin basketbolcular arasında diğer öğrenme biçimlerine oranla daha fazla tercih edildiği şeklinde yorumlanabilir. Diğer yandan yaş gruplarında dikkat çeken durum ise, her iki yaş grubunda da görsel öğrenme biçiminin daha fazla kullanıldığıdır.

Tablo 9: Araştırmaya katılan basketbolcuların cinsiyet değişkenlerine göre öğrenme biçimlerinin incelenmesine ilişkin kay kare testi sonuçları

Cinsiyet	Biçem				Toplam	X ²
	Bedensel	İşitsel	Görsel	Karma		
Kadın	8 5,9%	21 15,6%	31 23,0%	16 11,9%	76 56,3%	X ² =0.139
Erkek	12 8,9%	9 6,7%	21 15,6%	17 12,6%	59 43,7%	sd=3 p=0.976
Toplam	20 14,8%	30 22,2%	52 38,5%	33 24,4%	135 100,0%	

Tablo 9’da kadın ve erkek basketbolcuların tercih ettikleri öğrenme biçimlerinin karşılaştırması verilmiştir. Kadın basketbolcuların baskın olarak görsel öğrenme biçimini (%23,0) tercih ettikleri görülmektedir. Bunu işitsel öğrenme biçimi (%15,6), karma öğrenme biçimi (%11,9) ve bedensel öğrenme biçimi (%5,9) öğrenme biçimi tercihleri izlemektedir. Erkek basketbolcularda ise; baskın olarak tercih edilen öğrenme biçimi görsel öğrenme biçimidir (% 15,6). Bunu karma öğrenme biçimi (%12,6), bedensel öğrenme biçimi (%8,9) ve işitsel öğrenme

biçimi(%6,7) tercihleri izlemektedir. Basketbolcu öğrencilerin öğrenme biçimlerinin, cinsiyet değişkenlerine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir ($X^2(3)=0.139$, $p>0.05$). Cinsiyet açısından bu durum görsel öğrenme biçimlerinin basketbolcular arasında diğer öğrenme biçimlerine oranla daha fazla tercih edildiği şeklinde yorumlanabilir. Diğer yandan kadın ve erkek arasındaki dikkat çeken durum ise, her iki yaş grubunda da görsel öğrenme biçimi daha fazla kullanılmaktadır. Ancak kadınlardan farklı olarak erkeklerde öğrenme biçim tercihi olarak karma öğrenme biçiminin ikinci sırada tercih etmiş olmasıdır.

SONUÇLAR

Bu araştırmada Denizli, Muğla, Aydın, İzmir, Antalya illerindeki üniversitelerde bulunan Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokul/Fakülte öğrencileri başta olmak üzere diğer fakültelerin basketbol takımı ve kulüplerinde de aktif olarak oynayan basketbolcuların hangi öğrenme biçimlerine sahip oldukları incelenmiştir. Araştırmamızdan elde edilen sonuçlar maddeler halinde aşağıda verilmiştir.

1.18-25 yaş basketbolcuların BİG 16 Öğrenme Biçimleri Envanterine göre; basketbolcu basketbolcular görsel öğrenme biçimini, bedensel ve işitsel öğrenme biçimlerine göre daha fazla tercih etmektedirler. Çağlayan (2007), Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencisi olan 1082 öğrencide yaptığı çalışmasında öğrencilerin %54,6'sının görsel öğrenme biçimine, %25,1'inin bedensel, %20,2'sinin ise işitsel öğrenme biçimine sahip olduklarını belirtmiştir. Bir diğer çalışmada Çağlayan ve Şirin (2008) spor yapan lise öğrencilerinin öğrenme biçimlerinin yarısından fazlasının (%54,6) görsel, %22,4'ünün işitsel, %20,3'ünün ise bedensel öğrenme biçimine sahip olduklarını rapor etmiştir. Bizim çalışmamızda da benzer sonuçlar elde edilmiştir. Spor yapma ve öğrenci olmaları çalışmalardaki örneklemelerin ortak özellikleridir ve bu durum sonuçların benzer olmasına yol açmış olabilir.

2. Basketbolcular yaşları gruplanarak yaşın öğrenme biçimine etkisi incelendiğinde her iki yaş grubunda da baskın öğrenme biçiminin (18-21 ve 22-25 yıl) görsel öğrenme biçim olduğu görülmüştür. Ancak katılımcıların yaş gruplarına göre en fazla tercih ettikleri öğrenme biçimi dışındaki diğer tercihlerinin sıralamasına bakıldığında istatistiksel açıdan fark olmamakla birlikte yaş grupları arasında sıralamada fark görülmüştür. 18-21 yaş grubunda görsel öğrenme biçimini işitsel öğrenme biçimi takip ederken, 21-25 yaş grubunda ise ikinci sırada karma öğrenme biçimi tercih edilmektedir.

3. Araştırmaya katılan kadın ve erkek basketbolcularda cinsiyetin etkisi incelendiğinde kadın ve erken basketbolcuların her ikisinde grupta da görsel öğrenim biçiminin en fazla tercih edilen öğrenme biçimi olduğu görülmüştür. Ancak katılımcıların en fazla tercih ettikleri öğrenme biçimi dışındaki diğer tercihlerinin sıralamasına bakıldığında istatistiksel açıdan fark olmamakla birlikte gruplar arasında sıralamada fark görülmüştür. Kadın basketbolcularda görsel öğrenme biçimini, işitsel öğrenme biçimi, karma öğrenme biçimi ve bedensel öğrenme biçimi izlerken; erkek basketbolcularda bu sıralama farklılık göstermektedir. Erkek basketbolcularda görsel öğrenme biçimini takiben bu sıralama; karma öğrenme biçimi, bedensel öğrenme biçimi ve işitsel öğrenme biçimi eklindedir. Araştırmanın sonuçlarıyla uyumlu olarak öğrenme biçimlerinin cinsiyete göre farklılaşmadığını destekleyen pek çok araştırma mevcuttur. Tuna (2008) resim-iş eğitimi öğrencilerinin öğrenme stillerinin araştırıldığı bir çalışmada, kız ve erkek öğrencilerin

sahip olduğu öğrenme stilleri arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır. Demir (2006) öğretmen adayların cinsiyetleri ile öğrenme stilleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Çağlayan ve Taşgın (2008) yaptıkları çalışmada, beden eğitimi aday öğrencilerine yönelik öğrencilerin öğrenme biçimlerinin cinsiyet değişkenlerine göre farklılaşmadığını bildirmişlerdir. Demir (2008) tarafından yapılan başka bir çalışmada ise, Türkçe öğretmenliği öğrencileriyle öğrenme stillerinin kız ve erkek cinsiyetleriyle anlamlı bir ilişki göstermediği tespit edilmiştir. Farklı öğrenci grupları ve envanterlerle yapılan başka çalışmalarda da; (Ames, 2003; Fer, 2003; Loo, 2004; Shaw ve Marlow, 1999; Ünal ve ark. 2013) öğrencilerin öğrenme biçimleri ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki olmadığını tespit etmişlerdir. Sonuç olarak bu çalışmada üniversite takımlarında ve kulüplerinde basketbol oynayan sporcuların en fazla tercih ettikleri öğrenme biçiminin görsel öğrenme biçimi olduğu ve basketbolcularda yaş ve cinsiyetin öğrenme biçimini etkilemediği görülmüştür.

Genel spor eğitim alanlarında ancak öncelikli olarak bireysel eğitimin ön planda olduğu spor bölümlerindeki eğitim ortamların düzenlenmesinde öğrencilerin bireysel özellikleri önemlidir. Bu noktada, sporcu öğrencilerin öğrenme biçimi tercihleri de ön plana çıkmıştır. Her bireyin farklı şekilde öğrendiği görüşünden hareketle sporcu öğrencilerin öğrenme biçimleri konusunda bilgi sahibi olunması, onlara yönelik hangi sportif eğitim faaliyetlerinin yapılacağı, bu faaliyetlerde nelere yer verileceği ve sporcu öğrencilere göre bu aktivitelerin nasıl düzenleneceğini planlamada rehber rolünü üstlenebilir. Bu çalışmadan elde edilen bulguların, spor yüksek okul/fakülteleri antrenör, rekreasyon öğretmeni, yetiştiren kurumlarda çalışan öğretim elemanların, sporcu öğrencilerin hangi öğrenme biçimine sahip oldukları ve tespit ettikleri öğrenme biçimlerine uygun öğretim yöntem ve materyalleri geliştirmeleri konusunda yol gösterici olabileceği düşünülmektedir. Aynı zamanda bir öğretmen/antrenör adayı olan bu sporcu öğrencilerin kendi öğrenme biçimlerine uygun hazırlanacak ders materyal/ tasarımları daha kolay ve kalıcı öğrenmelerine, ilerde kendilerinin de kullanabileceği ve oluşturabileceği öğretim ve öğrenim yöntemleri geliştirmelerine ve olumlu tutumlar geliştirmelerine yardımcı olacağı düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

- Ames, P.C. (2003). Gender and learning style interactions in students' computer attitudes, *Journal of Educational Computing Research*, 28(3), 231-244.
- Bilasa, P. (2012). ODÜ Üniversite öğrencilerinin öğrenme stillerinin belirlenmesi (Gazi Üniversitesi Örneği), *Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 3(6), Aralık.
- Boydak, H. A. (2006). Öğrenme Stilleri, (7.Basım). İstanbul: Beyaz Yayınları.
- Çağlayan, H. (2007). Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin öğrenme Biçimleri ile Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çağlayan, S.H. ve Şirin, F.E., (2009). Spor yapan lise öğrencilerinin öğrenme biçimlerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi, Celal Bayar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, (BESBD); 4(1), 22-30.
- Çağlayan, S.H. ve Taşgın, Ö. (2008). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu sınavına başvuran aday öğrencilerin öğrenme biçimlerinin incelenmesi, Selçuk Üniversitesi, *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 200-212.
- Demir, R. (2010). Dokuzuncu sınıf öğrencilerinin öğrenme stilleri ve çoklu zekâ alanlarının incelenmesi: T.C. Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Adana.
- Demir, M.K. (2006). Sınıf Öğretmeni Adaylarının Öğrenme Stilleri ve Sosyal Bilgiler Öğretimi, *Eurasian Journal of Educational Research (EJER)*,(23),10,28-37.
- Dunn, R. (1990). Rita Dunn Answers Questions on Learning Styles, *Educational Leadership*, (48),2,15-19.
- Erden, M. ve Altun, S. (2006) Öğrenme Stilleri, Morpa Kültür Yayınları: İstanbul. ss.21.

- Ersoy, S. (2003). İlköğretim 6, 7, 8. sınıf öğrencilerinin İngilizce dersindeki başarılarına göre öğrenme stilleri ve çalışma alışkanlıklarının incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Fer, S. (2003). Matematik, Fizik ve Kimya Öğretmenliği Öğrencilerinin Öğrenme Biçemlerine Göre Kolay Öğrendikleri Öğrenme Etkinlikleri, Çağdaş Eğitim, 28(304), 33-43.
- Kaya, H. ve Akçin, E. (2002). Öğrenme biçimleri / stilleri ve hemşirelik eğitimi, C.Ü. Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi, 6 (2).
- Littlewood, W. T. (1987). *Foreign and second language learning. language acquisition research and its implication for the classroom*. USA: Cambridge University Pres.
- Loo, R. (2004). Kolb's learning styles and learning preferences: Is there a linkage? *Educational Psychology*, 24(1), 99-108.
- Mutlu, M. ve Balm, A.G. (2005). İlköğretimde Fen ve Teknoloji Öğretimi, (Ed.: M. Aydoğdu ve T. Kesercioğlu), Anı Yayıncılık: Ankara.
- Özer, B. (1998). Öğrenmeyi Öğretme, (Eğitim Bilimlerinde Yenilikler, Ed.: A. Hakan), T.C. Anadolu Üniversitesi Açıköğretim Fakültesi Yayınları: Eskişehir.
- Shaw, G.P. ve Marlow, N. (1999). The role of student learning styles, gender, attitudes and perceptions on information and communication technology assisted learning, *Computers & Education*, 33(4):223-234.
- Sternberg, R. (1994). Allowing for Styles of Thinking, *Educational Leadership*, c.52, s.3, ss.36-41.
- Şimşek, N. (2002). BİG16 Öğrenme Biçemleri Envanteri, *Eğitim Bilimleri ve Uygulama* 1, (1), 33-47.
- Tepehan, T. (2004). Deniz Harp Okulu 1. Sınıf öğrencilerinin mezun oldukları lise ve lisans ders grupları ile öğrenme stilleri ve akademik başarıları arasındaki ilişki. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Yıldız Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Tuna, S. (2008). Resim-iş öğretmenliği öğrencilerinin öğrenme stilleri, *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, (7), 25, 252-261.
- Ünal, K., Alkan Dilbaz, G., Özdemir, B.F. ve Çakır, Ö. (2013). Eğitim fakültesi öğrencilerinin öğrenme stil ve stratejilerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi (Mersin üniversitesi örneği), *Mersin University Journal of the Faculty of Education*, 9(3), 56-76.
- Yıldız, V. ve Baltaoğlu, M.G. (2006). Sosyal bilgiler dersinde öğrenme stillerine göre işbirlikli öğrenmenin yaratıcılık üzerindeki etkileri. 15. Ulusal Eğitim Bilimleri Kongresi, 13-15 Eylül. Muğla: Muğla Üniversitesi Eğitim Fakültesi.

Genç Basketbolcularda 8 Haftalık Antrenman Programının Fiziksel Parametrelere Etkisi

Effect of 8-Week Training Program on Physical Parameters in Young Basketball Players

ORJİNAL ARAŞTIRMA

ORIGINAL RESEARCH

Öznur AKYÜZ¹

¹ Celal Bayar Üniversitesi
Spor Bilimleri Fakültesi

Yazışma Adresi/Correspondence:
Öznur AKYÜZ
Celal Bayar Üniversitesi
Spor Bilimleri Fakültesi
Manisa, TÜRKİYE
oznur.akyuz@cbu.edu.tr

Özet:

Amaç: Bu çalışma 8 haftalık basketbol antrenmanının bazı fiziksel parametreler üzerine etkisini gözlemlemek amacıyla yapılmıştır. **Yöntem:** Çalışmaya Pınar Karşıyaka Spor Kulübü 16 yaş grubu basketbol takımından 11 kişi gönüllü olarak katılmıştır. Sporcuların yaş ortalamaları 16±0 yıl, boy ortalamaları 188±0,08 cm ve vücut ağırlığı ortalamaları 75,63±9,87 kg'dır. Çalışmada 8 hafta boyunca 6 gün basketbol antrenmanına ilave olarak 3 gün kuvvet antrenmanı uygulanmıştır. Basketbol antrenmanlarının süresi 90 dk (15 dk. ısınma, 60 dk. drill çalışması, 15 dk. soğuma), kuvvet antrenmanlarının süresi ise 60 dk. olarak gerçekleştirilmiştir. Antrenmanlar saat 16:30 ile 18:30 arasında gerçekleştirilmiştir. Sezon ortasında gerçekleştirilen bu ölçümlerde sporcuların el-pençe kuvveti, bacak kuvveti, sırt kuvveti ve otur-eriş testi ölçümleri 8 hafta öncesi ve 8 hafta sonrasında uygulanmıştır. Elde edilen veriler Spss 22 paket programında Wilcoxon Rank Testi kullanılarak analiz edilmiştir. **Bulgular:** Elde edilen veriler sonucunda sırt, bacak, sağ-sol el pençe kuvvetinde anlamlı olmasa da artış meydana gelmiştir. **Sonuç:** Veriler sonucunda olumlu bir artış meydana gelmemesi sporcuların antrenman programı ve ölçümlerinin sezon ortasında yapılmış olmasından kaynaklanıyor olabilir.

Anahtar Kelimeler: Esneklik, Kuvvet, Sürat, Basketbol

Kabul Tarihi/Accepted: 06/04/2017

Abstract:

Aim: This study was conducted to observe the effects of 8-week basketball training on some physical parameters. 11 people from the 16 year old basketball team participated voluntarily in the Pınar Karsiyaka Sports Club. **Method:** The average age of the athletes is 16±0 years, their average height is 188 ± 0,08 cm and their average body weight is 75,63 ± 9,87 kg. In the study, 6 days of basketball training for 8 weeks, 3 days of strength training was applied. The duration of basketball training is 90 min (15 min warm up, 60 min drill work, 15 min cool down) and 60 min of strength training. Trainings were held between 16:30 and 18:30. Hand-paw force, leg strength, back strength and sit-in test of the athletes were measured 8 weeks before and 8 weeks after these measurements. The obtained data were analyzed using the Wilcoxon Rank Test in the Spss 22 packet program. **Results:** As a result of the obtained results, the back, leg, right-left hand was not significant in the force of the paw, but the increase occurred. **Conclusions:** As a result of the data, it is possible that a positive increase did not occur because the athletes' training program and measurements were made in the middle of the season.

Keywords: Flexibility, Strength, Speed, Basketball

Spor performansı temelde sporcunun vücut yapısı, cinsi ve yaşı ile doğrudan ilişkili görünmekle birlikte ölçülebilir ve geliştirilebilir bazı diğer özelliklere de bağlıdır. Bir spor dalında başarılı olmak için amaca uygun özelliklerin geliştirilmiş olması gereklidir. Örneğin, bir uzun mesafe koşucusunun, bir kürekçinin ya da bir basketbolcunun aynı kondisyonel özelliklere sahip olması beklenemez. Bununla birlikte performansın tüm spor dalları için ortak olan ölçülebilir elemanları vardır (Pazarözyurt, 2008). Basketbol ülkemizde futboldan sonra en çok katılımcısı ve izleyicisi olan sporlardan biridir. Her takım sporlarında olduğu gibi basketbolda da fiziksel özelliklerin yanı sıra, oyun süresi, çabuk ve doğru oynama gerekliliği göz önüne alındığında, kuvvet, sürat, dayanıklılık, hareketlilik ve koordinasyon gibi biyomotorik özellikler ile teknik-taktik ve deneyim gibi parametreler başarının elde edilmesinde önem arz etmektedir (Bakırcı ve Kılınç, 2014).

Yapılan antrenmanların amacı sporcunun motorik özelliklerini en ideal seviyelere ulaştırmak ve mümkün olduğu kadar yüksek performans gösterebilmesini sağlamaktır. Fiziksel aktivite sonrasında yorgunluk ortaya çıkmaya başlar (Akyüz ve ark., 2016). Hentbol, basketbol ve voleybol; oyun süresi, çabuk ve doğru oynama gerekliliği göz önüne alındığında, kuvvet, sürat, dayanıklılık, hareketlilik, beceri ve koordinasyon gibi temel motorik özelliklerin tümünün olması gerekliliği ortaya çıkar (Akyüz ve ark., 2017). Bunun için spor bilimi birçok yönden incelemeler ve araştırmalar yapmaktadır. Hangi yöntemin daha faydalı olduğu, antrenman programlarında hangi özelliğin ne zaman geliştirilmesi gerektiği, bu çalışmaların yılın hangi mevsiminde nerede uygulanmasının daha faydalı olacağı antrenman biliminin cevaplar aradığı birçok konudan sadece bazılarıdır (Korkmaz, 2013).

Basketbol; dayanıklılık, kuvvet, sürat, beceri ve hareketlilik gibi fizik gücü özelliklerini çocukluk ve gençlik çağlarından başlayarak amaçlı çalışmalarla istenen bir biçimde geliştirir ve yetişkinlik çağında da pekiştirerek üstün bir düzeye getirir (Savucu ve ark., 2004). Hareketlilik, sporcunun hareketlerini eklemlerin müsaade ettiği oranda, geniş bir açıda ve değişik yönlere uygulayabilme yeteneğidir (Ercan, 2012).

İzokinetik egzersiz tipi kas kuvvetini geliştirmek ve bireylerin kas kuvvetini belirlemek için kullanılan etkili bir yöntem olarak kabul edilmektedir. Kas kuvveti ölçülürken özellikle Kas kuvveti ölçülürken özellikle dominant/nondominant ve agonist/antagonist kas grupları arasındaki kas dengesini ve kuvvetlerini belirlemek oldukça önemlidir. Bu ölçümlerde yaygın olarak izokinetik dinamometreler kullanılmaktadır (Kafkas, 2014).

Pençe kuvveti basketbolda oyunun gidişatını etkileyen teknik bir özelliktir. Pençe kuvveti; tutuş, atak, savunma, kontra atak ile ilgili teknik hareketleri gerçekleştirir. Güçlü pençe kuvveti basketbolcuların en önemli özelliklerindedir. Bu yüzden basketbolla ilgili çalışmalarda pençe kuvveti üzerinde durulmalıdır (Cengiz, 2012).

Uyguladığımız 8 haftalık antrenman programı ile 16 yaş grubu basketbolcular üzerine yapılan çalışmalar yetersizdir. Bu nedenle çalışma, 16 yaş grubu basketbolcularda 8 haftalık antrenman programının bazı fiziksel parametreler üzerine etkisini gözlemlemek amacıyla yapılmıştır.

YÖNTEM

Çalışma Grubu

Bu çalışmaya, Pınar Karşıyaka Spor Kulübü 16 yaş basketbol takımından 11 sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Basketbol antrenman programı başlatılmadan önce katılımcıların boy, vücut ağırlığı ile beraber bazı fiziksel performans değerleri (el kavrama kuvveti, sırt bacak kuvveti, esneklik) ölçülmüştür. Araştırma kapsamında katılımcılara, 8 hafta boyunca klasik basketbol antrenmanı yapılmıştır (Tablo 1) ayrıca bu 8 haftalık süreçte haftada 3 antrenman olmak üzere kuvvet egzersizleri yapılmıştır (Tablo 2). 8 haftanın ardından el-pençe, sırt ve bacak kuvveti ve esneklik ölçümleri tekrar alınmıştır. Ölçümdeki değerler 16:00 ve 16:30 saatleri arasında alınmıştır. Antrenmanlar ise 16:30-18:30 arasında gerçekleştirilmiştir. Çalışma müsabaka döneminde yapılmış olup testlerle ilgili gerekli bilgilendirmeler test uygulamalarından önce bütün sporculara açıklanmıştır. Bu çalışma Karşıyaka Spor Kulübü Selçuk Yaşar Tesislerinde gerçekleştirilmiştir.

Testler

El Kavrama Kuvvet Testi: Ölçümler 0–100 kg arası kuvvet ölçen Takei Grip- D marka el dinamometresi ile yapıldı. Dinamometre araştırma grubunun el ölçüsüne göre ayarlandı. Ölçümler, araştırma grubu ayakta, kollar aşağı sarkık vaziyette, dinamometreyi vücuda temas ettirmeden maksimum kuvvetle sıkılarak gerçekleştirildi. Sağ ve sol el için ayrı ayrı iki kez ölçüldü ve en iyi değer kg olarak kaydedildi (Pamuk ve ark., 2008).

Esneklik (Otur-Eriş Testi): Otur-Eriş testi esneklik sehpası kullanılarak, uzun oturuş şeklinde dizler bükülmeden iki kez ölçüldü. En iyi değer cm cinsinden kaydedildi (Pamuk ve ark., 2008).

Bacak Kuvveti Testi: Bacak kuvveti ölçümünde sırt ve bacak (Takei-Back&Lift) dinamometresi kullanıldı. Katılımcılar dinamometre sehpasına ayaklarını yerleştirdikten sonra, kollar gergin, sırt düz ve gövde hafif öne eğik pozisyonda, elleri ile kavradıkları dinamometre barını dikey olarak maksimum oranda, dizleri ekstansiyona getirene kadar sırt kullanılmadan sadece bacaklar kullanılarak yukarı çekmeleri istenmiştir. Tüm kuvvet ölçümleri 3 defa tekrarlandı ve en iyi dereceler kg cinsinden kaydedildi (Aslan ve ark, 2011).

Sırt Kuvveti Testi: Sırt kuvveti ölçümünde sırt ve bacak (Takei-Back &Lift) dinamometresi kullanıldı. Denekler dinamometre sehpasına ayaklarını yerleştirdikten sonra, dizler ve kollar gergin, sırt düz ve gövde hafif öne eğik pozisyonda, elleri ile kavradıkları dinamometre barını dikey olarak maksimum oranda yukarı çekerek ölçümü gerçekleştirdiler. En iyi değer kg cinsinden kaydedildi (Saygın ve ark, 2005).

Veri Analizi

Veriler, SPSS paket programı (Version 16.0, SPSS, Inc., Chicago, IL) kullanılarak, non-parametrik testlerden Wilcoxon Ranks Test ile analiz edilmiştir.

Tablo 1. Haftalık basketbol antrenman programı

Pazartesi	Salı	Çarşamba	Perşembe	Cuma	Cumartesi
Fundamental	Pas Maçı	Fundamental	Pas/Lay-Up	Fundamental	Fundamental
Streching	Streching	Streching	Streching	Streching	Streching
Şut Drill	Stanse-Sprint	Örme İle Şut	Close-Out	Şut Drili	Örme İle Şut
1x1 Close-Out	5x0/3x2 Fast Break Offense	1x1 Back Pedal	5x5 (Eksik Adamlı)	1x1 Costa Cost	1x1 Deny
2x2 Help-Side	4x4 Tip Çalışması	2x2 Cut Defense	3x3 Pick And Roll Offense And Spaceng	2x1 Dribblingsiz Maç	2x2 Help-Side
3x3 Jump to The Ball	4x4 Offense Setlerinin Tekrarı	3x3 Pick And Roll Defense (Show-Up)	4x4 Middle Pick And Roll And Spaceng	3x3 3'lü Switch	3x3 Jump To The Ball
4x4 Help and Recover	5x5 Transition Offense	4x4 Show Up Defense Big Man Switch	5x5 Offense Setleri	4x4 Help-Side	4x4 Transition Offense
5x5 1-3-1 Zone Defense	Free Throw	5x5 3-2 Zone Defense	5 Bölge Şut Drili	4x4 T-Game And Stagger Defense	5x5 Offense Setlerinin Tekrarı
Knock Out					

Tablo 2. Haftalık kuvvet antrenman programı

Salı	Perşembe	Cumartesi
Bench Press 4 x 12 Reps.	Close Grip Bench Press 4 x 15 Reps.	Leg Ext. 4 x 12 Reps.
Butter Fly 4 x 15 Reps.	Barfiks 4 x Max. Reps.	Side Lateral Raise 4 x 30 Reps.
Incline Bench Press 4 x 15 Reps.	Triceps Ext. 4 x 12 Reps.	Leg Curl 4 x 12 Reps.
Hammer Curl 4 x 15 Reps.	Smith's Machine 4 x 15 Reps.	Front Raise 4 x 30 Reps.
Push-up (Bosu ball) 4 x 15 Reps.	Rowing 4 x Max. Reps	Bosu Lunge 4 x 10 Reps.
Cable Biceps 4 x 10 Reps.	Triceps Push Down 4 x 10 Reps.	Sumo Squat 4 x 15 Reps.
Crunch 2 x 30 Reps.	Crunch 2 x 40 Reps.	Shoulder Press 4 x 12 Reps.
Çapraz Mekik 2 x 30 Reps.	Side Bent 2x 40 Reps.	Abductor 4 x 40 Reps.
Ters Mekik 2 x 30 Reps.	Plank Max süre	Adductor 4 x 40 Reps.

BULGULAR

Çalışmaya katılan katılımcıların yaş ortalaması 16 ± 0 yıl, vücut ağırlığı ortalama $75,63 \pm 9,87$ kg, boy ortalama $188 \pm 0,08$ cm, sporcu yaşı ortalama 7.6 ± 1.36 yıl bulunmuştur (Tablo1).

Tablo 3. Katılımcıların tanımlayıcı parametreleri

Parametreler	Minimum	Maximum	Ort±SD
Boy (cm)	173	201	188±0.08
Vücut Ağırlığı (kg)	66.4	97.9	75.63±9.87
Yaş (yıl)	16.00	16.00	16±.0
Sporcu Yaşı (yıl)	5.00	10.00	7.6±.1.36

Tablo 4: Sekiz hafta öncesi ve sonrası fiziksel parametrelerin karşılaştırılması

Parametreler	Ön Test			Son Test			P
	Min	Max	Ort. ± SD	Min	Max	Ort. ± SD	
Otur Eriş (cm)	7.2	21.0	13.93±3.9	5.00	20.00	13.18±4.7	.689
Sağ El Kavrama (kg)	28.0	46.3	39.11±5.85	27.0	55.30	41.59±7.33	.131
Sol El Kavrama (kg)	28.2	49.7	40.95±7.0	26.10	52.2	41.4±7.59	.533
Sırt Kuvveti (kg)	68.00	144.50	104.2±20.9	54.50	151.50	108.4±30.6	.594
Bacak Kuvveti (kg)	11.5	133.0	96.4±34.6	56.0	157.00	108.17±31.7	.929

(p<0,05).

Tablo 4’te sporcuların ön test ve son test ortalamaları bulunmaktadır. Sporcuların ön test sağ el-pençe kuvvet değerleri ortalamaları 39.11±5.85, sol el-pençe kuvvet değerleri ortalamaları 40.95±7, bacak kuvveti değerleri ortalamaları 96.40±34.6, sırt kuvveti değerleri ortalamaları 104.2±20.9 ve esneklik değerleri ortalamaları 13.93±3.9’dur. Sporcuların son test sağ el-pençe kuvveti değerleri ortalamaları 41.59±7.33, sol el-pençe kuvvet değerleri ortalamaları 41.4±7.59, bacak kuvveti değerleri ortalamaları 108.17±31.7, sırt kuvveti değerleri ortalamaları 108.4±30.6 ve esneklik değerleri ortalamaları 13.18±4.7’dir. Elde edilen veriler wilcoxon ranks testinde analiz edilmiştir. Analiz sonucunda ön test ve son test arasında herhangi bir anlamlı farklılık tespit edilmemiştir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Yaptığımız çalışmada 8 haftalık basketbol antrenmanlarının bazı fiziksel parametreler üzerine etkisi incelemek amacıyla yapılmıştır.

Erol ve Sevim (1993)’in yapmış olduğu çalışmada sağ el kavrama kuvveti antrenman öncesi 39.00±5.40 kg, antrenman sonrası 47.32±7.47 kg, sol el kavrama kuvveti antrenman öncesi 35.82±6.07 kg, antrenman sonrası 44.79±7.96 kg olduğunu, Gökdemir (1999), sağ el kavrama kuvveti 47.08±5.18 kg, sol el kavrama kuvveti 44.97±6.68 kg, olduğunu, Akkuş ve İnal (1999)’ın yaptığı çalışmada sağ el kavrama kuvvetini 49.96±3.59 kg, olarak belirlemiştir. Çalışmamızda basketbolcuların esneklik ölçümlerini antrenman öncesi 13.93±3.9 cm antrenman sonrası 13.18±4.7 cm olarak bulunmuştur. Kılınç ve arkadaşları (2011), basketbolcular üzerinde

yapmış olduğu benzer çalışmada, 24.2 ± 6.8 cm 26.4 ± 7.4 cm olarak belirlemişlerdir. Gökdemir (1999), üniversite basketbolcuların üzerine yaptığı benzer çalışmada 21.59 ± 9.36 cm olduğunu belirtmişlerdir.

Bakırcı ve Kılınç (2014), hazırlık periyodunda uygulanan kombine antrenmanların üniversite basketbol takımının performans düzeyine etkisini inceledikleri çalışmalarında basketbolcuların sağ el kavrama kuvveti antrenman öncesi 46.1 ± 5.3 kg antrenman sonrası da 45.6 ± 6.2 kg önemli fark olduğunu, esneklik ölçümlerini antrenman öncesi 23.8 ± 7.6 cm antrenman sonrası 25.7 ± 7.6 cm olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Çalışma 2 ay boyunca hazırlık döneminde gerçekleştirilmiştir. Bizim çalışmamızın sezon ortasında gerçekleştirilmesinden dolayı sporcuların fiziksel parametrelerinde anlamlı bir artış meydana gelmediğini düşünmekteyiz.

Güler (2007), amatör futbolcularda müsabaka döneminde yapılan 7 haftalık futbol antrenmanlarının bazı fiziksel ve fizyolojik parametrelere etkisini incelediği çalışmasında, futbolcuların müsabaka dönemi antrenmanları öncesi ve sonrası, sırasıyla, vücut ağırlığı ortalamaları 69.7 ± 7.5 kg ve 69.5 ± 7.2 kg; vücut kütle indeksi ortalamaları 22.0 ± 1.9 ve 21.9 ± 1.8 ; esneklik ortalamaları 30.9 ± 5.5 cm ve 30.2 ± 5.7 cm olduğu ve tüm parametrelerde herhangi bir farklılık meydana gelmediğini belirtmiştir. Çalışmamızda da esneklik değerlerinde anlamlı farklılık meydana gelmemiştir. Göksu ve Yüksek (2003), elit bayan futbolcuların sezon boyunca bazı fiziksel ve fizyolojik parametrelerinde meydana gelen değişikliklerin belirlenmesi üzerine bir çalışma gerçekleştirmiştir. Araştırma süresince, katılımcılar, 8 haftalık hazırlık dönemi öncesi-sonrası ve sezon sonu olmak üzere 3 kez fiziksel ve fizyolojik testler uygulandı. Gönüllülerin bacak kuvveti değerleri arasında I.-III. ölçüm ve II.-III. ölçümler arasında, sağ ve sol pençe kuvveti, 20 mt sprint sürati, aerobik ve anaerobik güçlerinin II.-III. ölçüm değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmadığı belirtilmiştir ($p > 0.05$). Sonuç olarak; üç farklı dönemde yapılan ölçümler sonrasında hemen hemen bütün parametrelerde istatistiksel olarak anlamlı farklar tespit edildi. Özellikle sezon başı (I.ölçüm) ile sezon ortası (II.ölçüm) sezon sonu (III.ölçüm) yapılan ölçümler arasında anlamlı farklar daha belirginken, sezon ortası (II.ölçüm) ile sezon sonu (III.ölçüm) yapılan ölçümler arasındaki daha az parametrede anlamlı farklılıklar tespit edildi. Bunun sebebi; özellikle sezon başı yapılan antrenmanların daha çok dayanıklılık, kuvvet, sürat gibi temel motorik özellikleri geliştirmeye yönelik antrenmanları içerirken, sezon ortası ve sezon sonunda genellikle ağırlığın teknik ve taktik antrenmanlara ağırlık verilmesine paralel olarak gelişmenin bu dönemlerde olduğunu belirtmişlerdir. Bizim çalışmamızda sporcuların fiziksel parametrelerinde anlamlı bir farklılık meydana gelmemesi uygulanan antrenman programının farklılığından kaynaklandığını söylemek mümkündür.

KAYNAKLAR

- Akkuş H., İnal A.N. (1999). Selçuk Üniversitesi Erkek Basketbol. Güreş ve Voleybol Takımlarındaki Sporcu Öğrencilerin Sırt. Pençe. Bacak Kuvvetlerinin ve Anaerobik Güçlerinin Ölçümü Ve Kıyaslanması. Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi. 1(1): 82-86.
- Akyüz, Ö., Çoban, C., Dilber, A. O., Ergün, Z., Taş M, Işık Ö, et al. (2016). İşitme Engellilerde Statik Denge Düzeylerinin Belirlenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 1(2), 110-116.
- Akyüz, M., Uzaldi, B. B., Akyüz, Ö., & Doğru, Y. (2016). Comparison of Sprint Reaction and Visual Reaction Times of Athletes in Different Branches. *Journal of Education and Training Studies*, 5(1), 94-100.
- Aslan. C. S., Büyükdere. C., Köklü. Y., Özkan. A., & Özdemir. F. N. Ş. (2011). Elit Altı Sporcularda Vücut Kompozisyonu. Anaerobik Performans Ve Sırt Kuvveti Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*. 8. 1612-1628.
- Bakır. A., & Kılınç. F. (2014). Hazırlık Periyodunda Uygulanan Kombine Antrenmanların Üniversite Basketbol Takımının Performans Düzeyine Etkisi. İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi. 1(2). 48-67.
- Cengiz. Ö. (2012). Profesyonel Basketbolcuların Maç Öncesi Ve Sonrası Pençe Ve Sırt Kuvvetlerinin Belirlenmesi Dicle Üniversitesi. Yüksek Lisans Tezi Diyarbakır.
- Ercan. Ü. (2012). 10 Haftalık Antrenmanın İlköğretim Küçükler Kategorisinde Futbol Oynayan Öğrencilerin Kuvvet. Dayanıklılık Ve Esneklik Düzeyleri Üzerine Etkisinin Araştırılması. Yüksek Lisans Tezi Dumlupınar Üniversitesi. Kütahya.
- Erol E.A., Sevim Y. (1993) Çabuk Kuvvet Çalışmalarının 16-18 Yaş Grubu Basketbolcuların Motorsal Özellikleri Üzerine Etkisinin İncelenmesi. Hacettepe Üniversitesi. *Spor Bilimleri Dergisi*. 4(3): 25-37.
- Gökdemir, H. (1999). Farklı Branşlardaki Erkek Futbolcuların Fiziksel ve Fizyolojik Özelliklerinin Karşılaştırılması. Selçuk Üniversitesi *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 1(1). 17-19.
- Güler, D. (2007). Amatör Futbolcularda Müsabaka Döneminde Yapılan 7 Haftalık Futbol Antrenmanlarının Bazı Fiziksel ve Fizyolojik Parametrelere Etkisi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(13), 44-51.
- Güler, Ü., Yüksek S. (2003). Elit Bayan Futbolcuların Sezon Boyunca Bazı Fiziksel Ve Fizyolojik Parametrelerinde Meydana Gelen Değişikliklerin Belirlenmesi. İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi, 11(3):74-79.
- Kafkas. A. Ş., & Çöksevim. B. (2014). İzometrik Egzersiz Programlarının Sporcuların Üst Ve Alt Ekstremitte Kas Gurupları Üzerine Etkisi. İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi. 1(3). 10-21.
- Kılınç F. Koç H. Erol A.E. Pulur A. Gelen E. (2011) Kısa Kamp Döneminde Uygulanan Yoğun Antrenmanların Yıldız Erkek Basketbolcuların Biyomotorik ve Teknik Performansları Üzerine Etkileri. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*: 8:1.
- Korkmaz. E. (2013). Farklı İllerdeki Basketbol Takımlarının Bazı Fizyolojik Parametrelerinin Ve Müsabaka Öncesi Sonrası Kan Laktat Seviyelerinin Karşılaştırılması. Doktora Tezi Atatürk Üniversitesi. Erzurum.
- Pamuk. Ö., Kaplan. T., Taşkın. H., & Erkmen. N. (2008). Basketbolcularda Bazı Fiziksel Ve Fizyolojik Parametrelerin Farklı Liglere Göre İncelenmesi. *SPORMETRE Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*. 6:(3);141-144.
- Pazarözyurt. İ. (2008). Elit Bayan Basketbolcularda Antropometrik Özellikler. Dikey Sıçrama ve Omurga Esnekliğinin Mevcutlere Göre İncelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi. Adana*.
- Savucu. Y., Polat. Y., Ramazanoğlu. F., Karahüseyinoğlu. M. F., & Biçer. Y. S. (2004). Alt Yapıdaki Küçük, Yıldız Ve Genç Basketbolcuların Bazı Fiziksel Uygunluk Parametrelerinin İncelenmesi. *Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*. 18(4). 205-209.
- Saygın. Ö., Polat. Y., & Karacabey. K. (2005). Çocuklarda Hareket Eğitiminin Fiziksel Uygunluk Özelliklerine Etkisi. *Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*. 19(3). 205-212.