



Avrasya Spor Bilimleri ve Eğitim Dergisi

e-ISSN: 2717-8455



Cilt/Vol.: 2, Sayı/Issue: 2
2020

Scan
to discover !



Download this free Unitag App to scan
at unitag.io/app



Avrasya Spor Bilimleri ve Eğitim Dergisi

Eurasian Journal of Sport Sciences and Education

Owner:

Dr. Ercan POLAT

Editor-in-Chief:

Dr. Kadir YILDIZ

Message from the Editor-in-Chief

Eurasian Journal of Sport Sciences and Education (EJSSE) (e-ISSN 2717-8455) is a peer-reviewed scientific journal that publishes original articles and critical reviews in the interdisciplinary area of sport sciences.

Copyright © 2019 EJSSE

Eurasian Journal of Sport Sciences and Education is published biannually (June-December)

<http://dergipark.org.tr/ejsse>

Publishing Board

Dr. Dana BADAU	University of Medicine and Pharmacy of Tirgu Mures, ROMANIA
Dr. Jerónimo García-FERNANDEZ	Universidad de Sevilla, SPAIN
Dr. Malgorzata TOMECKA	Private Academy of Sport Education in Warsaw, POLAND
Dr. T. Osman MUTLU	Muğla Sıtkı Koçman University, Muğla, TURKEY
Dr. Petronal MOISESCU	Dunarea de Jos University of Galati, ROMANIA
Dr. Velittin BALCI	Ankara University, Muğla, TURKEY
Dr. Viorica CALUGHER	The State University of Physical Education and Sport, MOLDOVA

EDITORIAL BOARD MEMBERS

Dr. Abdelmalik SERBOUT	Djelfa University, ALGERIA
Dr. Adela BADAU	University of Medicine and Pharmacy of Tirgu Mures, ROMANIA
Dr. Amin AZIMKHANI	Imam Reza International University, IRAN
Dr. Angela MAGNANINI	University of Rome Foro Italico, ITALY
Dr. Ayad OMAR	Tripoli University, Sports and Health, LIBYA
Dr. Balint GHEORGHE	“Vasile Alecsandri” University of Bacău, ROMANIA
Dr. Dana BADAU	University of Medicine and Pharmacy of Tirgu Mures, ROMANIA
Dr. Dilshad AHMED	University of Macau, CHINA
Dr. Dimitris CHATZOPOULOS	Aristotle University of Thessaloniki, GREECE
Dr. Dusan MITIC	University of Belgrade, SERBIA
Dr. Ebubekir AKSAY	Germany Sport University, GERMANY
Dr. Emanuele ISIDORI	University of Rome Foro Italico, ITALY
Dr. Eugeniu AGAPII	The State University of Physical Education and Sport, MOLDOVA
Dr. Ferman KONUKMAN	Qatar University, QATAR
Dr. Gazanfer DOĞU	İstanbul Aydın University, TURKEY
Dr. Iconomescu Teodora MIHAELA	Dunarea de Jos University of Galati, ROMANIA
Dr. Ivan ANASTASOVSKI	University SS Cyril and Methodist, MACEDONIA
Dr. Iuliana BARNA	Dunarea de Jos University of Galati, ROMANIA
Dr. J.P VERMA	Lakshmibai National Institute of Physical Education, INDIA
Dr. Jerónimo García-FERNANDEZ	Universidad de Sevilla, SPAIN
Dr. Jerzy KOSIEWICZ	Josef Pilsudski University of Physical Education, POLAND
Dr. Khaled EBADA	Faculty of Physical Education. Port Said University, EGYPT
Dr. Kim WONYOUNG	Wichita State University, USA
Dr. March KROTEE	North Carolina State University, USA
Dr. Malgorzata TOMECKA	Private Academy of Sport Education in Warsaw, POLAND
Dr. Mir Hamid SALEHIAN	Islamic Azad University, IRAN
Dr. Michael LEITNER	California State University, USA
Dr. Nadhim Shaker AL-WATTAR	Mosul University, IRAQ
Dr. Ömer ŞENEL	Gazi University, TURKEY
Dr. Petronal MOISESCU	Dunarea de Jos University of Galati, ROMANIA
Dr. Tatiana DOBRESCU	“Vasile Alecsandri” University of Bacău, ROMANIA
Dr. Varela NAHUEL	Universidad de La Matanza, ARGENTINA
Dr. Viorica CALUGHER	The State University of Physical Education and Sport, MOLDOVA
Dr. Yrij DOLINNYJ	Donbas'ka Derzhavna Mashinobudivna Akademiya, UKRAINE

Reviewer Acknowledgements

Eurasian Journal of Sport Sciences and Education (EJSSE) would like to acknowledge the following reviewers for their assistance with peer review of manuscripts for this issue. Many authors, regardless of whether EJSSE publishes their work, appreciate the helpful feedback provided by the reviewers. Their comments and suggestions were of great help to the authors in improving the quality of their papers.

Accepted Paper : 3

Rejected Paper : 1

Each of the reviewers listed below returned at least one review for this issue:

Dr. Berfin Serdil ÖRS : Aydın Adnan Menderes University, Turkey.

Dr. Esin ERGİN : Aydın Adnan Menderes University, Turkey.

Dr. İbrahim CAN : Iğdır University, Turkey.

Dr. Kemal GÖRAL : Muğla Sıtkı Koçman University, Turkey.

Dr. Serkan KURTİPEK : Gazi University, Turkey.

Dr. Tonguç Osman MUTLU : Muğla Sıtkı Koçman University, Turkey.

İÇİNDEKİLER / CONTENTS

Cilt/ Vol.: 2, Sayı/ Issue: 2, Aralık/December 2020

Makale / Original Article

Sayfa / Page

Gençlik Kamplarında Görev Alan Kamp Liderlerinin Liderlik Yönelimlerinin İncelenmesi / Study on Leadership Orientations of Camp Leaders Assigned in Youth Camps
Mustafa YILMAZ, İ. Fatih YENEL.....

118-134

Derleme / Review

Sayfa / Page

Sporda Hormonal Etkileşim ve Cinsel Davranış
Hormonal Interaction and Sexual Behavior in Sports
Bilal-i Habeş GÜMÜŞ, Nurten DİNÇ, Pınar GÜZEL.....

107-117

Kozmetikte Yeni Trend: Spor Kozmetikleri
New Trend in Cosmetics: Sports Cosmetics
Murat ÜNALMIŞ

135-146

Sporda Hormonal Etkileşim ve Cinsel Davranış

Bilal-i Habeş GÜMÜŞ¹, Nurten DİNÇ^{2*}, Pınar GÜZEL GÜRBÜZ²

¹Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Manisa.

²Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Manisa.

Derleme

Gönderi Tarihi: 09.09.2020

Kabul Tarihi: 30.11.2020

Online Yayın: 31.12.2020

Öz

Bu çalışmanın amacı seksüel aktivitenin ve insan biyokimyasında davranışlara yön veren ve üreme güdüsünü biçimlendiren hormonal değişimlerin sportif aktivite ile olan ilişkilerini güncel literatür verileri içerisinde gözden geçirmektir. Testosteron ve östrojen, sırasıyla testisler ve yumurtalıklar tarafından salgılanan cinsel steroidlerdir. Testosteron, erkeklerde hem anabolik (doku oluşturma) hem de androjenik (eril özelliklerin destekleyicisi) steroiddir. Protein sentezini uyararak kas kütlesi artışı sağlamaktadır. Antrenmanın testosteron sekresyonu üzerindeki etkileri incelendiğinde akut egzersizler sonrasında testosteron seviyelerinde artış görülürken kronik egzersizler sonrasında araştırmalarda çelişkili sonuçların ortaya çıktığı ve bu çelişkili sonuçların sporunun fitness seviyesi, antrenman hacmi ve yoğunluğu ve aşırı antrenman durumundan kaynaklandığı görülmektedir. Ayrıca performansı arttırmak amacıyla dışarıdan alınan kullanımı yasaklı olan anabolik-androjenik steroidlerin uzun süreli kullanımları birçok tıbbi probleme neden olmaktadır. Cinsiyet değişimleri ve sportif aktivite birlikteliği için daha geniş hasta gruplarına ve parametrelerine ihtiyaç olduğu çok açıktır. Genç spor bilimcilerin yaşadıkları toplumun geleneksel yargı değerlerini dikkate alarak bu alanlarda yeni çalışmalar yapması bilime katkı sağlayacaktır. Unutulmaması gereken sağlık ve spor birlikteliğinin sürdürülebilir olması için orta ve düşük yoğunluklu sporun risk kat sayısının da düşük olduğudur.

Anahtar Sözcükler: Hormonal değişiklikler, sportif aktivite, seksüel aktivite, trans bireyler.

Hormonal Interaction and Sexual Behavior in Sports

Abstract

This study aims to review the relationship between sexual activity and hormonal changes that shape behavior and reproductive drive in human biochemistry with sportive activity in the sphere of the current literature data. Testosterone and estrogen are sexual steroids secreted by the testicles and ovaries, respectively. Testosterone is both anabolic (tissue building) and androgenic (supportive of masculine properties) steroid in men. It stimulates protein synthesis and increases muscle mass. When the effects of training on testosterone secretion are examined, it is observed that there is an increase in testosterone levels after acute exercises, while contradictory results appear in research after chronic exercises, and these contradictory results are due to the athlete's fitness level, training volume and intensity and excessive training status. Besides, long-term use of anabolic-androgenic steroids, which are banned from outside use to increase performance, causes many medical problems. Larger patient groups and parameters are needed for gender changes and association of sportive activity. Young sports scientists will contribute to science by carrying out new studies in these areas by considering the traditional judicial values of the society in which they live. It should be noted that the risk coefficient of medium and low intensity sports is low for the health and sports association to be sustainable.

Key words: Hormonal changes, sportive activity, sexual activity, trans individuals.

*Sorumlu Yazar: Nurten DİNÇ, Doç. Dr., E-posta: nurten.dinc@hotmail.com

GİRİŞ

Eski zamanlardan itibaren sportif aktivitenin başarı ölçütünü etkileyen davranış modellerinin fizyolojik ve psikolojik boyutları, çeşitlilikleri araştırılmıştır. Günümüzde bu konu ile ilgili daha geniş ölçütlere dayalı çalışmalar da devam etmektedir. İnsanların normal cinsel davranış modellerinin çeşitliliği günlük yaşam içinde herkesin alışkanlıklarına göre şekillenmektedir. Bu çeşitlilik ve değişikliğin temelinde; kültürel, sosyal, dinsel inanış ve öğretilerin etkin belirleyici olması yatmaktadır. Bu yadırganacak sosyal bir durum değildir. Amatör veya profesyonel bir uğraş biçimi olarak sportif yarışmaların içinde yer alıyorsanız cinsel aktivite alışkanlıklarının nasıl düzenleneceğine yönelik araştırma ve rehberlik yapacak bir yol haritası bulmak modern yaşam bağlamında bile zorluk göstermektedir. Çünkü konunun mahremiyetine olan saygıdan ötürü gönüllü kişilere ulaşmak zordur, çok dikkat istemektedir.

Bu makaledeki amaç seksüel aktivitenin ve insan biyokimyasında davranışlara yön veren ve üreme güdüsünü biçimlendiren hormonal değişimlerin sportif aktivite ile olan ilişkilerini güncel literatür verileri içinde gözden geçirmektir. Spor antrenörlerinin, teknik eğitimcilerin ve bilim insanlarının ilgilendikleri, cevabını bulmaya çalıştıkları sorulardan birisi de seksüel aktivitenin yarışma öncesinde atletik performansı etkileyip etkilemediğidir. Günümüz sportif aktivitelerinin bir yönünün ekonomik olduğu dikkate alınırsa kazanma ve başarı finansal açıdan önem kazanmaktadır (Zavorsky ve Newton, 2019). Konuyla ilgili yayınlanmış veri sayısı azdır. Bu çalışmalarda metodolojik farklılıklardan dolayı net bir görüş ortaya konulmasını da zorlaştırmaktadır.

Sportif Aktivite ve Hormonal Sistem

Testosteron, erkeklerde en güçlü anabolik hormondur. Antrenmanın testosteron sekresyonu üzerindeki etkileri, sporcunun fitness seviyesine, antrenmanın hacmine ve yoğunluğuna ve aşırı antrenman durumuna göre olarak değişiklik göstermektedir (Kraemer, Fleck ve Deschenes, 2011). Sportif aktivite ile erkeklerde ana androjen olan testosteron seviyeleri arasında ki ilişkiyi açıklayan bilgiler günümüz literatüründe oldukça fazla bulunmaktadır. Konu ile ilgili çalışmalar ilgili bilim dalları tarafından ayrıntılı olarak incelenmiştir (Wood ve Stanton, 2012). Testosteronu; anne karnında fetus üzerindeki etkilerinden başlayarak erkek fenotipine yapmış olduğu değişikliklerden sorumlu olan bir hormon olarak dikkatlice değerlendirmek gerekmektedir.

Testosteron başlıca testislerde yer alan Leydig hücrelerinden salgılanmaktadır. Seminifer tubuluslarda ise spermatozoo üretimi olmaktadır. Günlük testosteron salgılanması yaklaşık olarak 5 mg/gündür ve günlük salgılanmasında bir düzen söz konusu değildir. Dalgalı aralıklı ve pulsatil salgılanma özelliği taşımaktadır. Vücutta testosteron reseptörü içeren hedef dokularda iki ana metabolite dönüşerek aktif rol oynamaktadır. Birinci metabolit aktif testosteron olan dihidrotestosterondur. Diğeri ise östradiyoldür. Dihidrotestosteron, testosterondan daha güçlü bir

androjenik özelliğe sahiptir. Testosteronun salgılanması hipotalamus, hipofiz ve testis üzerinden olmaktadır. Hipotalamus üzerine olan negatif feedback mekanizmasıyla salınımı düzenlenmektedir. Androjen reseptörüne testosteron bağlanarak negatif feedback mekanizması ile doğrudan hipotalamus üzerinde etki gösterirken, östradiol ise negatif feedback vasıtasıyla hipofiz üzerinden etki gösterir (Turek, 2014). Normal ve sağlıklı çalışan bir hipotalamus – hipofiz – testis aksı erkeklerde üreme, bağışıklık ve kas iskelet sisteminin fonksiyonları için temeldir. Kadınlarda; Lüteinizan hormonu (hipofizden salgılanır) ovulasyonda Theca hücrelerinden androjen salgılanmasından ve corpus luteumun devam etmesinden sorumludur. Folikül uyaran hormon ise androjenlerin östradiole çevrilmesini ve foliküllerin gelişimini uyarmakla görevini yapmış olur (Sokoloff, Misra ve Ackeman, 2016).

Endojen testosteron salınımı erkeklerde; vücut kompozisyonuna (kas büyümesi, yağ kitlesi, kemik mineral dansitesi) direk etkilidir. Aynı zamanda merkezi sinir sistemi üzerinde onun gelişimini uyararak fonksiyonlarını düzenler (davranış modellerini, saldırganlık ve isteklilik). Ayrıca testosteron hormonal aktivitesiyle glukoz metabolizması üzerinde de etkili olur. Kemik iliği üzerine etki ederek alyuvar yapımını ve psikolojik olarak da strese karşı davranışlarımızın modellenmesini düzenlemektedir (Bhasin vd., 2001; Di Luigi, Romanelli, Sgro ve Lenzi, 2012; Zitzmann ve Nieschlag, 2003). Dışarıdan testosteron verildiğinde erkeklerde kas kütlelerinde ve kas performansında artışa neden olmaktadır. Erkek sporcular aldıkları direnç eğitimi ile birlikte dışarıdan testostere maruz kalırlarsa hem kas kütlelerinde hem de sportif performanslarında bir üst seviyeye çıktıkları bilinmektedir (Sokoloff vd., 2016; Blazeovich ve Giorgi, 2001). Literatürde yapılmış olan çalışmalar göstermiştir ki akut egzersizler; total testosteron ve serbest testosteron seviyelerinde artışlara neden olmaktadır. Haftada 8 saat üzeri antrenman yapan sporcularla, haftanın çoğu günlerinde 30 dakikadan az antrenman yapan sporcular karşılaştırıldığında serum total testosteron seviyelerinde 8 saat üzeri antrenman yapan sporcularda artış olduğu bulunmuştur (Di Luigi vd., 2012; FitzGerald, Robbins, Kesver ve Xun, 2012; Sokoloff vd., 2016). Akut egzersizler hipotalamus-hipofiz-testis aksı üzerinden serum testosteron seviyelerinin yükseltmektedirler.

Kronik egzersizin total testosteron seviyeleri üzerine etkisini araştıran birçok çalışma literatürde bulunmaktadır. Geriye dönük veya çapraz kişisel çalışmalarda kronik antrenmanlı bireylerle kontrol grupları arasındaki testosteron seviyelerinde kronik antrenmanlı sporcuların aleyhine düşük testosteron seviyeleri tespit edilmiştir. İleriye dönük planlanmış yapılan çalışmalarda ise sonuçlar çelişkilidir. Bu sonuçların çalışma dizaynlarının farklılığına bağlı olabileceği gibi antrenman yoğunluğu, süresi ve antrenman konsantrasyon düzeyleri ile ilişkili standardizasyon eksikliğinden dolayı olduğu düşünülmektedir (Grandys vd., 2009; Kraemer ve Ratamess, 2005; Sokoloff vd., 2016). Bu olayın fizyopatolojik açıklamasında; kronik egzersizin, hipotalamus-hipofiz-testis aksı üzerinde olan olası negatif etkisi ve bunun prolaktin sekresyonunun artması sonucu doğrudan hipotalamus üzerine negatif etki göstermesi, bunun yanı sıra leptin, ghrelin sekresyonlarının lüteinizan hormonun üzerine olan inhibitör etkisinden de kaynaklanabileceği ileri sürülmektedir (Hackney, 2008; Safarinejad, Azma ve Kolahi, 2009; Sansone vd., 2018).

Kadın sporcuların hormon – antrenman ilişki durumu erkek sporcular kadar çok yaygın çalışılmamıştır. Yapılan az sayıdaki çalışmalarda her iki cinsteki bazal hormonların fenotipik özelliklere bağımlı olmasının bununla bir ilişkisi olabilir. Literatürdeki iki geniş denek sayılı çalışmada akut egzersiz nöbetlerin kadın sporcularda da hem total hem de serbest testosteron düzeylerini arttırdığı yönündedir (Cumming, Wall, Galbraith ve Belcastro, 1987; Nindl vd., 2001). Kadın sporcularda esas çalışılması gereken hormonlardan birisi de östradiyoldur. Bir menstrüal siklus boyunca değişimler gösterse de antrenman-östradiyol seviyesi kadın sporcular için değerlendirilmelidir. Literatüre göre akut egzersizler sonrası östradiyol seviyelerinde artış olmaktadır. Bu artış erkekte farklı olarak egzersiz esnasında kadınlarda daha fazla yağ ve daha az karbonhidrat oksidasyonu nedeniyle ortaya çıkmaktadır (Sokoloff vd., 2016). Ayrıca östradiyol, egzersiz stresine karşılık kaslar için koruyucu olarak işlev görmektedir. Kesin mekanizma aydınlanmış olsa da östradiyol oksitativ hasara karşı antioksidan ve kas iskelet hasarlarını onarıcı olarak davranış sergilemektedir. Menopozda kas kitlesinin azalmasının östrojen seviyesinin düşmesine bağlı olduğu teyit edilmiştir (Enns ve Tiidus, 2010; Velders ve Diel, 2013).

Genel olarak bakıldığında sporun (antrenman bazında) yoğunluğuna bağlı olarak erkeklerdeki spermiyogram parametreleri üzerinde; DNA fragmantasyon artışı, sperm konsantrasyon azalışı, sperm morfolojik bozukluğunda artış, sperm motilitesinde azalmalara yol açtığı yapılan birçok çalışmada raporlanmıştır (Sansone vd., 2018).

Sporda Performans artırıcılar

Anabolik – androjenik steroidler (AAS) testosteronun sentetik türevleridir. Temel fizyolojik etkilerinin, hedef dokudaki bir hücre içi proteine hormon bağlanması yoluyla oluştuğu düşünülmektedir. Bu hormon reseptör kompleksi daha sonra kromatin üzerindeki bağlanma bölgelerine taşınır, gen transkripsiyonunu ve daha sonra mRNA sentezini düzenler (Bahrke ve Yesalis, 2004). Bilim insanları steroidleri anabolik etkileri en üst düzeye çıkarmak ve androjenik etkileri en aza indirmek için geliştirdiler. Başlangıçta uzun süreli yatak istirahati sonucu atrofi yaşayan hastalarda doku büyümesini desteklemek için geliştirilmiştir. Çok geçmeden, bu anabolik steroidlerin sporcularda kas kütlesi ve gücü geliştirmeye yardımcı olabileceği düşüncesi oluşmuştur (Powers ve Howley, 2018). En yaygın olarak, AAS'ler oral yoldan veya kas içi enjeksiyon yoluyla alınır. Daha yakın zamanlarda, jel ve kremler elit sporcular tarafından ilaç testini atlatmak amacıyla kullanılmaktadır (Bahrke ve Yesalis, 2004). Anabolik – androjenik steroid ilaçların kötü kullanımı tüm ülkeler için halen bir sorun olarak masada durmaktadır. Bu amaç dışı kullanımı üç ana başlık altında toplamak mümkündür (Di Luigi vd., 2012).

1. Sportif performansı artırıcı,
2. Kas hacmini artırıcı, kozmetik vücut görünümü iyileştiricisi,
3. Yaşlı bireylerin gençlik özlemlerine destek sağlayıcılar olarak.

Anabolik-androjenik steroidlerin alışkanlık olarak uzun süreli kullanımları tıbbi problemleri beraberinde getirmektedir. Endojen testosteron seviyelerini düşürerek hipogonadizme, ereksiyon problemlerine ve fertilité üzerinde de olumsuz etkilere yol açmaktadırlar. Adelosan çağdaki bireyler bu seroidlere maruz kalacak olursa kemik gelişiminde erken epifiz kapanmalarına bağlı olarak boz uzaması duracak, aşırı kıllanma, testislerde atrofi gibi ciddi tıbbi problemler ortaya çıkabilecektir. Yetişkinlerin bu steroidleri kullanmaktan vazgeçtiklerinde tıbbi problemlerin düzenlenmesi bir yıla yakın bir süreyi alabilmektedir.

Kötü amaçlı kullanılan bazı farmakolojik ajanlar aşağıda verilmiştir (Di Luigi vd., 2012; Sansone vd., 2018).

- a) Anabolik-androjenik steroidler
- b) Diüretikler
- c) Beta blokörler
- d) Merkezi sinir sistemi uyarıcıları(amfetamin)
- e) Fosfodiesteraz tip5 inhibitörleri (Sildenafil, tadalafil, verdanafil)
- f) Karnitin
- g) Kreatinin, aminoasitler, soya ve süt proteinleri.

Kadın sporcularda ağızdan alınan doğum kontrol ilaçlarının etkileri

Oral yoldan doğum kontrol yöntemi uygulayan kadın sporcuların kullandıkları bu ilaçlarla ilgili yapılan farmakolojik çalışmalar önemli bir alandaki bilgi eksikliğini doldurmaktadırlar. Crewther ve diğerlerinin (2018) yaptıkları çalışmada tükürükteki testosteron seviyelerine oral doğum kontrol ilaçlarının etkilerini değerlendirilmiştir. Sportif performans ölçümlerini kontrol grubuyla karşılaştırdıkları bu çalışmada oral kontrol doğum ilacı kullanmayan kontrol gruplarının tükürük testosteron seviyeleri, kullananlara göre müsabaka öncesinde %35 daha yüksek bulunmuştur. Bu değerler her iki gruptaki müsabaka performans değerlendirilmesi üzerinde etki farklılığı göstermemiştir. Yazarlar testosteron seviye farklılıklarının, bu grup yarışmacılar üzerinde performanslarına etkisinin olmadığı kanaatine varmışlardır (Crewther, Hamilton, Kilduff, Drawer ve Cook, 2018).

Yarışma öncesi seksüel aktivite yarışma performansını etkiler mi?

Zavorsky ve diğerlerinin (2018) yapmış olduğu çalışmada; 10 evli çift üzerinde (ortalama yaş: 28±7, vücut kitle endeksi 25.5 kg/m²), seksüel aktivite sonrası performans, denge, çeviklik testlerini içeren 6 farklı parametre ile karşılaştırılmıştır. Araştırma sonuçlarında seksüel aktivitenin 6 farklı parametreyi içeren fiziksel performans testinin hiçbirini negatif yönde etkilemediğini ve yarışmadan önceki 24 içinde gerçekleştirilen seksüel aktivitenin fiziksel performans üzerinde etkisinin olmadığını belirtmişlerdir (Zavorsky ve Newton, 2019). Yarışma öncesi seksüel aktivite ve sportif performans ilişkisi içeren bir meta analizde ise; metodolojik yetersizliklere karşılık hem erkek hem de kadın yarışmacılar üzerinde seksüel ilişkinin sportif

performansı negatif etkileyecek bir bulguya ulaşmadıklarını, seksüel ilişkinin kişilerin kendi cinsel yaşamlarının bir döngüsü olarak değerlendirilmesi gerektiği rapor edilmiştir. Spor yarışması ile seksüel ilişki arasında (kişilerin zararlı alışkanlıkları yok ise) birkaç saatlik bir ara, süre geçmesinin faydalı olacağı önerilmektedir. Bu süre 2 saatin altında olursa yarışmacının performansının negatif yönde etkileneceği ve seksüel ilişkinin etkisinin doğrudan aerobik ve kuvvet performansı üzerine olacağı yönündedir (Stefani, Galanti, Padulo, Bragazzi ve Maffulli, 2016). Buna karşılık 1997’de Krieger seksüel ilişki sonucunda oluşan ejakulasyonun vücuttan testosteron seviyesini düşürdüğünü ve bununla sporcu agresifliğinin, kas kuvvetinin azaltılması yönünde etki gösterdiği yorumunda bulunmuştur (Krieger, 1997). Günümüzde yapılan çalışmalar ışığında ki bilgilerimize göre seksüel ilişki ile olsun veya olmasın oluşan ejakulasyon sonucu serum testosteron seviyelerinde herhangi bir düşmenin olmadığıdır.

Seksüel aktivite ne kadar enerji harcar?

Seksüel aktivite de harcanan enerji miktarını, 2013 yılında Frappier ve diğerleri sağlıklı genç çiftlerde araştırmışlardır. Yapılan bu araştırmada 21 sağlıklı genç çiftin ortalama yaşları 22.6 yıl iken birliktelikleri bir yıldan biraz daha fazladır. Deneklere SenseWare kol bandı uygulanarak seksüel aktivite boyunca dayanıklılık egzersizlerinde dikkate alınan parametreleri içeren kalp hızı, solunum sayısı, harcanan enerji miktarı ölçümleri yapılmıştır. Ölçümlerde, erkeklerde seksüel aktivite boyunca harcanan ortalama enerji 101 kCal ve 4 kcal/dk olarak, kadınlarda ise 69.1 kcal ve 3.1 kcal/dk olarak bulunmuştur. Bunların MET cinsinden değerleri ise; 6.0 MET erkek, 5.6 MET kadın olarak hesaplandı. 30 dk’lık koşu bandında yoğun egzersiz programında harcanan enerji ise erkeklerde 276 kcal ve 9.2 kcal/dk, kadınlarda ise 213 kcal ve 7.1 kcal/dk, MET olarak sırasıyla erkeklerde 8.5 MET karşılık kadınlarda 8.4 MET olmuştur. Araştırmacılar sonuç olarak seksüel aktivite de harcanan enerji miktarını ortalama 85 kcal ya da 3.6 kcal /dk değeri ile ortalama bir yoğunluktaki egzersiz programına yaklaşık olarak karşılık geldiğini rapor etmişlerdir (Frappier, Toupin, levy, Aubertin-Leheudre ve Karelis, 2013).

Sporda yeni problemler: transseksüel bireyler

Spor müsabakalarında kadın ve erkek cinsiyet ayrımı fenotipik ve hormonal özelliklerin kazandırdığı vücut yapısı nedeniyle doğru bir karardır. Transseksüalite normal bir cinsiyete ait bir bireyin kendini diğer cinsiyetin üyesi olarak kabul ettiği durumdur (Gooren, 2008). Trans bireyler doğum cinsiyetleri ile deneyimli cinsiyetleri arasında uyumsuzluğa sahip olan kişilerdir. Günümüzde son rakamlara bakılacak olursa, Avrupa’daki birçok ülkede sayıları giderek artmaktadır. Hollanda kaynaklı bir yayında doğumda erkek olarak doğanların %4.6’nın, kadın olarak doğanlarında %3.2’nin de kararsız bir cinsiyet kimliğine sahip oldukları bildirilmiştir (Kuyper ve Wijzen, 2014). Sayılarının artışına bağlı olarak yaşamış oldukları topluluklarda görünürlükleride artmaktadır. Psiko-sosyal açıdan bakıldığında cerrahi müdahale ile deneyimli cinsiyetlerine geçmiş olmalarına rağmen toplum tarafından kabullenmelerinde hala

sorun vardır. Bu yeni kimliklerin sonucunda toplumsal ön yargı, ayrımcılık, hoşgörüsüzlük ve bazen de hukuki davalara konu olmaları kaçınılmaz olmaktadır. Trans kişilerin bu dışlanma durumlarından kaçınabilmek için hayat tarzlarını çeşitlendirme amaçlı olarak hem bedensel hem de ruhsal iyi hissetme adına sportif amaçlı faaliyetlere yönelmektedirler. Her ne kadar çoğu amatör düzeyde hobi olarak bu aktiviteleri yapmış olsalar da bir kısmı yarışmacı sporcu kimliği ile sportif yarışmalarda yer alma isteği içinde olmaktadır (Jones, Arcelus, Bouman ve Haycraft, 2017). Bu probleme çözüm olarak 2004 yılında Uluslararası Olimpiyat Komitesi (IOC), bu bireylerin tüm tıbbi tedavilerini, cerrahi girişimlerini tamamlayarak sportif yarışmalara katılabileceklerini kabul etmiştir (Gooren, 2008; Ljungqvist ve Genel, 2005; Reeser, 2005). Bu kriterler daha sonra yeniden 2016 yılında transseksüel sporcular lehine rehabilite edilmiştir.

Ergenlik çağına kadar erkek ve kız çocukları aynı kas, kemik kütlelerine sahiptirler. Ergenlik çağına ulaşım testosteron maruziyetine uğrayan erkek çocuklar kas, kemik kütle ağırlığında kızlara göre daha avantajlı konuma geçmektedirler. Postpubertal dönemde transseksüel tıbbi ve cerrahi tedavi alan bireylerin erkekten kadın cinsiyetine dönüşümünde cerrahi öncesinde anti androjen+ östradiyol tedavisine alınmaktadır. Cerrahi olarak cinsiyet düzeltimini takiben anti androjen kesilir ve östradiyol tedavisi devam eder. Kadından erkek cinsiyete düzenlemede medikal tedavi; her iki haftada bir 250mg testosteron kas içi enjeksiyon olarak uygulanır. Yumurtalıkların alımını takiben hipogonadal erkeklere uygulanan tıbbi tedavi benzeri testosteron uygulaması normal fizyolojik sınırları içinde kalınması koşuluyla devam edilir (Gooren ve Bunck, 2004). Gooren ve diğerlerinin (2004) yaptığı 17 kadından erkeğe dönüşen hastalar ile 19 erkekten kadına dönüştürülen hastalara uygulanan tıbbi + cerrahi tedavi sonucunda; kas kütle, hemoglobin seviyesi ve insülin benzeri büyüme faktörünün ölçümleri 1 yıl sonra bazal seviyeleri ile karşılıklı olarak değerlendirilmiştir. Dikkati çeken bulgu; tedaviden bir yıl sonrasında bile, erkekten kadına dönüştürülen bireylerdeki kas kütle, kadından erkeğe dönüşen ve androjen alan bireylerin bazal kas kütlelerinden istatistiksel olarak yüksek olmasıdır. Bu durum üç yıllık tedavi sonrasında bile hiçbir zaman bazal kadından erkek trans kas kütle seviyesine inmediğidir (Gooren ve Bunck, 2004). Bu durum erkekten kadına dönüşen transseksüel sporcuların kas kütleleri olarak kadın sporcuların kas kütlelerinden daha üst düzeyde olacağını göstermektedir. Yüksek hacimli kas kütleleri antiandrojen tedaviye karşılık kadın sporcuların bazal kas kütle seviyelerine inmemektedir. Bu sonuca göre her ne kadar yeni cinsiyeti kadın olan genotipik erkek sporculara bir avantaj sağlayabileceği şeklinde yorumlanabilir. Daha kesin sonuçlara varabilmek için daha çok vakalı ve kas-kütle performans ilişkisini değerlendiren ileri boyutlu çalışmalara ihtiyaç vardır. Lapauw ve diğerlerinin (2008), erkekten kadınlara transseksüel kişiler üzerindeki çalışmalarında; a) Gonadal hormon konsantrasyonları b) kas-kemik kütle ölçümleri ile ilgili olarak cinsiyet değişim ameliyatlarında 3 yıl sonrası dikkate alınarak değerlendirilmiştir. Çalışma grubu 46 kişiden oluşan bu araştırmada değerler kontrol grubuyla karşılaştırılmalı olarak çalışılmıştır. Sonuçta kontrol grubuna göre düşük kas kütle hacmi ve buna bağlı olarak düşük kas gücüne sahip oldukları bulunmuştur. Yazarlar fiziksel ve sportif aktivitedeki azalan bu performanslarının düşük testosteron seviyeleri ile ilintili olduğunu rapor etmişlerdir (Lapauw vd., 2008). Bu trans kişilerin sporcu olmasalar bile kas-kemik kütleleri ve metabolizmasındaki bu

azalmanın günlük hayat kalitelerini negatif yönünde etkileyebileceği öngörülebilir. Bu kişilerin bundan dolayı ileriye dönük kemik sağlığı açısından destek tedavilerine ihtiyaçları olabilir. Bu fizyopatoji dikkate alınarak sporcu transseksüellerin antrenman streslerine karşı gösterebilecekleri direnç ve antrenmanı sürdürülebilir kabiliyetleri aynı sporu yapan trans olmayan sporculara kıyasla güçlü çıkabilir. Sportif hasarların görülebilir oranlarının bu grupta daha yüksek düzeyde olabileceği öngörülmektedir.

SONUÇ

Spor ve sağlıklı beden arasında her zaman için bir paralellik ve bütünlük olması gerekir. Eski bilgilerin yenileriyle değişimi spor yapan kişilerin yarışma seviyelerini daha iyi düzeylere getireceği açıktır. Olimpiyat köylerinin sporcuların aileleriyle birlikte olacak şekilde düzenlenmesi sporcunun beden ve moral motivasyonu için pozitif değer katacaktır. Sportif faaliyetlerin süresinin ve yoğunluğunun hormonal konsantrasyon değerleriyle yeniden gözden geçirilmesi gerekmektedir. Bazı maddelerin kötüye kullanımları önlenmeli ve olası tehlikeleri açısından ilgili tarafların bilgilendirilmesi zorunludur. Spor profesyonel olarak yaşam boyu sürdürülememektedir fakat bu maddelerin yaptığı hasarlar kalıcı olabilmektedir. Cinsiyet değişimleri ve sportif aktivite birlikteliği için daha geniş hasta gruplarına ve parametrelerine ihtiyaç olduğu çok açıktır. Genç spor bilimcilerin yaşadıkları toplumun geleneksel yargı değerlerini dikkate alarak bu alanlarda yeni çalışmalar yapması bilime katkı sağlayacaktır. Unutulmaması gereken sağlık ve spor birlikteliğinin sürdürülebilir olması için orta ve düşük yoğunluklu sporun risk kat sayısının da düşük olduğudur.

Çıkar Çatışması: Yazarlar arasında herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Yayın Etiği: Mevcut çalışmanın yazım sürecinde “*Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi*” kapsamında bilimsel, etik ve alıntı kurallarına uyulmuş olup; toplanan veriler üzerinde herhangi bir tahrifat yapılmamış ve bu çalışma herhangi başka bir akademik yayın ortamına değerlendirme için gönderilmemiştir.

KAYNAKÇALAR

- Bahrke, M. S. ve Yesalis, C. E. (2004). Abuse of anabolic androgenic steroids and related substances in sport and exercise. *Current opinion in pharmacology*, 4(6), 614-620. Doi: 10.1016/j.coph.2004.05.006.
- Bhasin, S., Woodhouse, L., Casaburi, R., Singh, A. B., Bhasin, D., Berman, N., ... ve Dzekov, J. (2001). Testosterone dose-response relationships in healthy young men. *American Journal of Physiology-Endocrinology and Metabolism*, 281(6), 1172-1181. Doi: 10.1152/ajpendo.2001.281.6.E1172.
- Blazevich, A. J., ve Giorgi, A. (2001). Effect of testosterone administration and weight training on muscle architecture. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 33(10), 1688-1693. Doi: 10.1097/00005768-200110000-00012.
- Crewther, B. T., Hamilton, D., Kilduff, L. P., Drawer, S., ve Cook, C. J. (2018). The effect of oral contraceptive use on salivary testosterone concentrations and athlete performance during international field hockey matches. *Journal of science and medicine in sport*, 21(5), 453-456. Doi: 10.1016/j.jsams.2017.09.017. Epub 2017 Sep 29.
- Cumming, D. C., Wall, S. R., Galbraith, M. A., ve Belcastro, A. N. (1987). Reproductive hormone responses to resistance exercise. *Medicine and science in sports and exercise*, 19(3), 234-238.
- Di Luigi, L., Romanelli, F., Sgrò, P., ve Lenzi, A. (2012). Andrological aspects of physical exercise and sport medicine. *Endocrine*, 42(2), 278-284. Doi: 10.1007/s12020-012-9655-6. Epub 2012 Mar 20.
- Enns, D. L., ve Tiidus, P. M. (2010). The influence of estrogen on skeletal muscle. *Sports medicine*, 40(1), 41-58. Doi: 10.2165/11319760-000000000-00000
- FitzGerald, L. Z., Robbins, W. A., Kesner, J. S., ve Xun, L. (2012). Reproductive hormones and interleukin-6 in serious leisure male athletes. *European journal of applied physiology*, 112(11), 3765-3773. Doi: 10.1007/s00421-012-2356-2. Epub 2012 Mar 1.
- Frappier, J., Toupin, I., Levy, J. J., Aubertin-Leheudre, M., ve Karelis, A. D. (2013). Energy expenditure during sexual activity in young healthy couples. *PLoS one*, 24;8(10), e79342. Doi: 10.1371/journal.pone.0079342. eCollection 2013.
- Gooren, L. J. (2008). Olympic sports and transsexuals. *Asian journal of andrology*, 10(3), 427-432. Doi: 10.1111/j.1745-7262.2008.00378.x.
- Gooren, L. J., ve Bunck, M. C. (2004). Transsexuals and competitive sports. *European Journal of Endocrinology*, 151(4), 425-429. Doi: 10.1530/eje.0.1510425.
- Grandys, M., Majerczak, J., Duda, K., Zapart-Bukowska, J., Kulpa, J., ve Zoladz, J. A. (2009). Endurance training of moderate intensity increases testosterone concentration in young, healthy men. *International journal of sports medicine*, 30(07), 489-495. Doi: 10.1055/s-0029-1202340. Epub 2009 Mar 19.
- Hackney, A. C. (2008). Effects of endurance exercise on the reproductive system of men: the "exercise-hypogonadal male condition". *Journal of endocrinological investigation*, 31(10), 932-938. Doi: 10.1007/BF03346444.
- Jones, B. A., Arcelus, J., Bouman, W. P., ve Haycraft, E. (2017). Sport and transgender people: A systematic review of the literature relating to sport participation and competitive sport policies. *Sports Medicine*, 47(4), 701-716. Doi: 10.1007/s40279-016-0621-y.
- Kraemer, W. J., Fleck, S. J. ve Deschenes, M. R. (2011). *Exercise physiology: Integrating theory and application*. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.p. 217-218.

Gümüş, B.H., Dinç, N. ve Güzel Gürbüz, P. (2020). Sporda hormonal etkileşim ve cinsel davranış. *Avrasya Spor Bilimleri ve Eğitim Dergisi*, 2(2), 107-117.

Kraemer, W. J., ve Ratamess, N. A. (2005). Hormonal responses and adaptations to resistance exercise and training. *Sports medicine*, 35(4), 339-361. Doi: 10.2165/00007256-200535040-00004.

Krieger, L. (1997). Scoring before a big event. *Winning*, 1, 88-89.

Kuyper, L., ve Wijzen, C. (2014). Gender identities and gender dysphoria in the Netherlands. *Archives of sexual behavior*, 43(2), 377-385. Doi: 10.1007/s10508-013-0140-y. Epub 2013 Jul 16.

Lapauw, B., Taes, Y., Simoens, S., Van Caenegem, E., Weyers, S., Goemaere, S., ... ve T'Sjoen, G. G. (2008). Body composition, volumetric and areal bone parameters in male-to-female transsexual persons. *Bone*, 43(6), 1016-1021. Doi: 10.1016/j.bone.2008.09.001. Epub 2008 Sep 16.

Ljungqvist, A., ve Genel, M. (2005). Essay: Transsexual athletes—when is competition fair?. *The Lancet*, 366, S42-S43. Doi: 10.1016/S0140-6736(05)67844-0.

Nindl, B. C., Kraemer, W. J., Gotshalk, L. A., Marx, J. O., Volek, J. S., Bush, J. A., ... ve Fleck, S. J. (2001). Testosterone responses after resistance exercise in women: influence of regional fat distribution. *International journal of sport nutrition and exercise metabolism*, 11(4), 451-465. Doi: 10.1123/ijnsnem.11.4.451.

Powers, S. K., ve Howley, E. T. (2018). *Exercise physiology: Theory and application to fitness and performance (10. baskı)*. New York, NJ: McGraw-Hill Higher Education. s:108

Reeser, J. C. (2005). Gender identity and sport: is the playing field level?. *British Journal of Sports Medicine*, 39(10), 695-699. Doi: 10.1136/bjism.2005.018119.

Safarinejad, M. R., Azma, K., ve Kolahi, A. A. (2009). The effects of intensive, long-term treadmill running on reproductive hormones, hypothalamus-pituitary-testis axis, and semen quality: a randomized controlled study. *Journal of Endocrinology*, 200(3), 259. Doi: 10.1677/JOE-08-0477. Epub 2008 Dec 9.

Sansone, A., Sansone, M., Vaamonde, D., Sgrò, P., Salzano, C., Romanelli, F., ... ve Di Luigi, L. (2018). Sport, doping and male fertility. *Reproductive Biology and Endocrinology*, 16(1), 114. Doi: 10.1186/s12958-018-0435-x.

Sokoloff, N. C., Misra, M., ve Ackerman, K. E. (2016). Exercise, training, and the hypothalamic-pituitary-gonadal axis in men and women. *Front Horm Res*, 47, 27–43. Doi: 10.1159/000445154.

Stefani, L., Galanti, G., Padulo, J., Bragazzi, N. L., ve Maffulli, N. (2016). Sexual activity before sports competition: a systematic review. *Frontiers in physiology*, 7, 246, 1-8. Doi: 10.3389/fphys.2016.00246.

Turek JP. (2014). Campbell-Walsh Üroloji. Yaman Ö. (ed), *Erkek reproduktif fizyolojisi. (1. Baskı)*. Ankara. Güneş Kitabevi. s.591-615.

Wood, R. I., ve Stanton, S. J. (2012). Testosterone and sport: current perspectives. *Hormones and behavior*, 61(1), 147-155. Doi: 10.1016/j.yhbeh.2011.09.010. Epub 2011 Oct 1.

Velders, M., ve Diel, P. (2013). How sex hormones promote skeletal muscle regeneration. *Sports medicine*, 43(11), 1089-1100. Doi: 10.1007/s40279-013-0081-6.

Zavorsky, G. S., ve Newton, W. L. (2018). Effects of sexual activity on several measures of physical performance in young adult males. *The Journal of sports medicine and physical fitness*, 59(7), 1102-1109. Doi:https://doi.org/10.1016/j.esxm.2018.12.002.

Zitzmann, M., ve Nieschlag, E. (2003). Effects of androgen replacement on metabolism and physical performances in male hypogonadism. *Journal of endocrinological investigation*, 26(9), 886-892. Doi: 10.1007/BF03345240.

EXTENDED ENGLISH SUMMARY

Since ancient times, physiological and psychological dimensions of behavioral models that affect the success criteria of sports activity and their diversity has been investigated. Today, studies based on broader criteria on this subject continue. Even in the context of modern life it is difficult to find a roadmap to research and guide how to regulate sexual activity habits if you are involved in sports competitions either as an amateur or as professional occupation. The main reason to this is the difficulty in reaching volunteers because of the privacy of the subject which requires great attention. This study aims to review the relationship between sexual activity and hormonal changes that shape behavior and reproductive drive in human biochemistry with sportive activity in the sphere of the current literature data. One of the questions that sports coaches, technical trainers and scientists are interested in and try to answer is whether sexual activity affects athletic performance before the competition. Having few published data on the subject makes it difficult to provide a clear opinion due to methodological differences in these studies. Testosterone and estrogen are sexual steroids secreted by the testicles and ovaries, respectively. Testosterone is both anabolic (tissue building) and androgenic (supportive of masculine properties) steroid in men. It stimulates protein synthesis and increases muscle mass. When the effects of training on testosterone secretion are examined, it is observed that there is an increase in testosterone levels after acute exercises, while contradictory results appear in research after chronic exercises, and these contradictory results are due to the athlete's fitness level, training volume and intensity and excessive training status. Besides, long-term use of anabolic-androgenic steroids, which are banned from outside use to increase performance, causes many medical problems. Hormonal concentration values should be checked further regarding the duration and intensity of sports activities. The abuse of some substances must be prevented and the relevant parties must be informed about their possible dangers. Sports cannot be sustained professionally for life, but the damage caused by these substances can be permanent. It is obvious that larger patient groups and parameters are needed for gender changes and sports activity association. Young sports scientists will contribute to science by carrying out new studies in these areas by considering the traditional judicial values of the society in which they live.



Except where otherwise noted, this paper is licensed under a **Creative Commons Attribution 4.0 International license**.

Gençlik Kamplarında Görev Alan Kamp Liderlerinin Liderlik Yönelimlerinin İncelenmesi

Mustafa YILMAZ^{1*} , İ. Fatih YENEL² 

¹Gençlik ve Spor Bakanlığı, Ankara.

²Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara.

Orijinal Makale

Gönderi Tarihi: 09.11.2020

Kabul Tarihi: 05.12.2020

Online Yayın: 31.12.2020

Öz

Bu araştırma, Gençlik ve Spor Bakanlığı tarafından düzenlenen gençlik kamplarında görev alan kamp liderlerinin liderlik yönelimlerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesini amaçlamaktadır. Betimsel tarama metodu ile yapılan araştırmanın örneklemini, 2019 yılı yaz döneminde gerçekleştirilen gençlik kamplarında görev yapan 164 kamp lideri oluşturmuştur. Veri toplama aracı olarak, kişisel bilgi formu ile birlikte Bolman ve Deal (1991) tarafından geliştirilen "Liderlik Yönelim Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen veriler SPSS (Statistical Package for Social Sciences) 25.0 programında analiz edilmiştir. Elde edilen veri setine Kolmogorov-Smirnov normallik testi, yüzde ve frekans, bağımsız örneklem t testi, One-Way Anova testi ve Tukey testi yapılmıştır. Araştırma verilerine yapılan Cronbach alfa testine göre ölçek ortalama puanı Cronbach alfa katsayısı 0,933 bulunmuştur. Sonuç olarak kamp liderlerinin insan kaynaklı liderlik sergiledikleri, cinsiyet değişkenine göre liderlik yönelim düzeylerinin benzer düzeyde olduğu, kamp lideri olarak görevi alınan süre, kamp lideri unvanı, yaş ve eğitim düzeylerine göre anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

Anahtar kelimeler: Liderlik, Liderlik Yönelimleri, Kamp lideri.

Study on Leadership Orientations of Camp Leaders Assigned in Youth Camps

Abstract

This research aims to examine the leadership orientations of the camp leaders who in youth camps organized by the Ministry of Youth and Sports in terms of various variables. Examples of the research carried out by the method of descriptive survey model have created 164 camp leaders working in youth camps held in the summer of 2019. The "Leadership Orientation Scale" developed by Bolman and Deal (1991) was used along with the personal information form as a data collection tool. SPS (Statistical Package for Social Sciences) 25.0 program was used for statistical analysis while evaluating the findings from the study. The data set was conducted in Kolmogorov-Smirnov normality test, percentage and frequency, independent sample t test, One-Way Anova test and Tukey test. According to the Cronbach alpha test applied to the research data, the mean score of the scale, the Cronbach alpha coefficient, was found to be 0.933. As a result, it was determined that the camp leaders exhibited Human Resource Leadership, their leadership orientation levels were similar according to the gender variable, and there were significant differences depending on the duration as a camp leader, title of the camp leader, age and education levels.

Keywords: Leadership, Leadership Orientations, Camp Leader.

* Sorumlu Yazar: Mustafa YILMAZ, E-posta: yiilmazmustafa@gmail.com

GİRİŞ

İnsan sosyal bir varlıktır. İnsanlar toplum içinde kendi ihtiyaçlarını temin etmek ve bir gruba ait olmadan gerçekleştiremeyecekleri hedeflere ulaşmak için işbirliği yapmak zorundadır. Bu sebeple aynı amaç için bir araya gelen insanlar, kendilerine yol gösterecek liderlere her zaman ihtiyaç duymuşlardır.

Araştırmacılar tarafından pek çok araştırmaya konu olan liderlik her dönem ilgi görmüştür (Sabuncuoğlu ve Tüz, 1998). Özellikle yönetim ve diğer çalışma alanlarında yeni kavramların ortaya çıkmasıyla birlikte, liderlik bu yeni kavramlar ile açıklanmaya çalışılmış olup, Burns (2012) yılında gerçekleştirdiği bir çalışmada liderlik ile ilgili 130 tanımın var olduğunu belirtmiştir.

Literatür incelemesi yapıldığında Liderliği, Turan (2014:297) “*Belirli hedefler ve amaçlar doğrultusunda başkalarını etkileyebilme ve eyleme sevk edebilme gücü*” olarak ifade ederken; Cemaloğlu (2019:74) ise “*Lider olmak yetkiyi değil etkiyi kullanmak*” olarak tanımlamıştır. Diğer bir tanımda ise Eren (2008:525); “*Bir grup insanı belirli amaçlar etrafında toplayabilme ve bu amaçları gerçekleştirmek için onları harekete geçirme bilgi ve yeteneklerinin toplamıdır*” şeklinde belirtmiştir. Alanın öncülerinden Stogdill (1974) liderliği “*amaçların oluşturulması ve gerçekleştirilmesi için grubu etkileme süreci*”, Bass ve Stogdill’de (1990) “*kişi ve grup üyeleri arasında bir etkileşim ve alışveriş*” olarak tanımlamıştır. Ayrıca; Bartol ve Martin (1991) ise Liderliği, “*örgütteki bireylerin davranışlarını etkilemek suretiyle, örgütün hedeflerine ulaşmasını için belirlenen amaçların gerçekleştirileceği bir süreç*” olarak ifade etmiştir.

Tarihsel süreç içerisinde liderlik kavramının; durum, zaman ve içinde bulunulan koşula göre şekillendiği gözlemlenmiştir (Hodgetts ve Luthans, 2013’ten akt.: Garipağaoğlu ve Şimşek, 2016:83). Özellikle 20. yüzyılın ikinci bölümünden itibaren liderlik kavramı da tüm sosyal öğeler gibi değişim ve gelişimden etkilenerek tarihsel süreç boyunca devamlı olarak yenilenmiştir (Çetinkaya, 2011). Yenel (2018:299) ise bu tanımlardan hareketle Liderlerin sergilediği davranışlar üzerine “*her zaman ve her yerde geçerli tek ve iyi bir liderlik tarzının olmadığını*” ifade etmiştir.

Liderlik ile ilgili tanımlamaların ortak sonucunda; grubu önceden belirlenmiş amaçlar doğrultusunda hedefe ulaştırabilme, örgüt amaçlarıyla grupta yer alanların bireysel amaçlarını ortak noktada buluşturabilme ve grubu harekete geçirebilme konusunda liderlik kavramının önem arz ettiği görülmektedir.

Liderlik Yönelimleri

Bolman ve Deal (1991), etkili bir liderlik anlayışının ortaya çıkarılması amacıyla grubu amacına ulaştırırken aynı zamanda problemleri tanımlamak ve çözmek için kullandıkları farklı metotları liderlik yönelimleri olarak ifade etmiştir. Liderin karışık olarak belirtilerinin, anlam ifade eden bir veriye dönüştürülmesi, düşündükleri problemleri anlamaları ve bir dizi etkinlik gerçekleştirmelerine yardımcı olabilmek adına Yapısal, İnsan Kaynağı, Politik ve Sembolik Perspektif’ten oluşan dört farklı liderlik yönelimi olarak tanımlanmıştır (Bolman ve Deal, 1991:511).

Yapısal Perspektif: Yapısal perspektif, örgüt için üretkenliği vurgulamakla beraber, emir komuta hiyerarşisini, iş paylaşımını ve rollerin sorumluluğunu ifade etmektedir (Dereli, 2003). Yapısal perspektif yaklaşımına göre lider, öncelikle prosedür ve politikaların herkes tarafından anlaşılacak şekilde açıklanarak örgütün amaçların gerçekleştirilmesinden sorumlu olup, yaptıklarını iyi bilen liderler olarak tanımlanırlar (Bilir, 2005). Bu yönetime sahip liderler açık ve net talimatlar verir, politika ve kurallar ya da yeniden yapılanma süreçleri boyunca örgüt problemlerini çözmeyi amaçlar (Bolman ve Deal, 1991:512).

İnsan Kaynağı Perspektifi: İnsan kaynağı perspektifi, özünde örgütsel davranış ve psikolojiyi barındıran bir yaklaşımdır. Bireylerin gereksinim ve motivasyonlarının önemini vurgulamaktadır. Bu liderlik yöneliminin odağı, insan ilişkilerinin karşılaştırılmasıdır. İnsan kaynakları yönelimli lider, insan ilişkileri ve duygulara değer verir, bu ilişkileri kuvvetlendirerek ve kolaylaştırma yoluyla liderlik etmeye çalışırlar. Bireyler arasındaki ya da bireylerdeki problemleri tanımlamak niyetindedirler (Bolman ve Deal, 1991:512; Bilir, 2005).

Politik Perspektif: Çatışmanın kaçınılmaz olarak görüldüğü aynı zamanda az olan kaynaklar için ortaya koyulan rekabet örgütsel hayatın temel olan özelliği olarak kabul görür. Bu liderlik yönelimini sergileme eğiliminde olan liderlerde pazarlık ve müzakere becerisi ile farklı düşünceden gruplarla koalisyon oluşturma yetenekleri gelişmiştir (Luthans, 1992). Politik perspektif davranışı sergileyen liderler, sahip olduğu güç ve özellikleri belirli bir çerçevede kabul ettirip karşılıklı anlaşma sağlayabilmek adına müzakere, pazarlık ve görüşme yöntemlerini kullanırlar (Dereli, 2003).

Sembolik Perspektif: Bu liderlik yöneliminde, örgütün değer ve kültürü ön planda tutularak, örgütsel faaliyetlerin açıklanması ve anlaşılmasındaki belirsizliğin azaltılması amaçlanmaktadır (Dereli, 2003). Sembolik perspektif yaklaşımındaki lider, takipçilerinde heyecan oluşturarak örgüte olan bağlılığı daha yukarıya taşırlar. Sembolik liderler, kutlama, hikâye, örgütsel tören ve diğer unsurların önemini kabul ederek bu unsurların geliştirilmesine de katkı sağlarlar (Bilir, 2005).

Bolman ve Deal'ın (1991) liderlik yönelim modelinde yapısal perspektif; liderliğin planlama ve örgütlenme aşamasını, İnsan kaynakları perspektifi; örgütün çalışan-istihdam edilen yani insan kaynağı boyutunu, politik perspektif; güç dengeleri ile çatışma ve uzlaşma stratejilerini, son olarak sembolik perspektif ise; işin amacı ile birlikte ve örgüt kültürüne yönelik olan perspektifleri temsil etmektedir. Etkili lider, birden fazla perspektifi efektif ve verimli olarak kullanabilmektedir (Garipağaoğlu ve Şimşek, 2016:83; Dereli, 2003:33).

Gençlik Kampları ve Kamp Liderliği

Gençlik kamplarını düzenleme görevi; 10/7/2018 tarih ve 30474 sayılı Resmi Gazetede yayımlanan 1 sayılı Cumhurbaşkanlığı Kararnamesininin 187 inci maddesinin birinci fıkrasının (c) bendinde yer alan “*Gençlere hizmet veren gençlik merkezi ve benzeri tesisler ile gençlik ve izcilik kamplarının kurulması ve çalışmasına ilişkin usul ve esasları belirlemek, bunları geliştirici ve tanıtıcı faaliyetlerde bulunmak*” görevi Gençlik Hizmetleri Genel Müdürlüğüne verilmiştir.

Bakanlık tarafından 12-22 yaş aralığındaki farklı yaş gruplarındaki gençlere yönelik Doğa (16-22 yaş) ve Deniz (12-15 yaş) kampları düzenlenmektedir. Bu kapsamda 2019 yılında 18 yeşil, 19 mavi kampı olmak üzere 37 tesiste gerçekleştirilen gençlik kamplarından yaklaşık 120.0000 genç yararlanmıştır (Gençlik ve Spor Bakanlığı, 2020).

Gençlik Kamplarında yer alan gençler kamp süresince Deniz kamplarında; yüzme, badminton, tiyatro, müzik, sokak oyunları, yat gezisi, voleybol, basketbol, futbol, halk oyunları, Doğa kamplarında ise; okçuluk, at biniciliği, tırmanma duvarı, macera parkuru, kano, dağ bisikleti, oryantiring, mini golf, paintball, rafting, basketbol, voleybol, futbol, sokak oyunları, tiyatro, halk oyunları gibi fiziksel aktivitelerden oluşan faaliyetler yer almaktadır. Gençlik kamplarına katılan gençler fiziksel aktivitelerin yanı sıra; Değerler Eğitimi, Etik ve İnsani Değerler, Tarih ve Medeniyet, Vatan Sevgisi, Bağımlılıkla Mücadele, Temel Görgü Kuralları vb. konu başlıklarında Bakanlık tarafından belirlenen temalarda ve alanında uzmanlar tarafından verilen eğitim ve seminerlere de katılmaktadırlar (Gençlik Kampları, 2020).

Kamp lideri

Gençlik ve Spor Bakanlığı tarafından gerçekleştirilen “Kamp Liderliği” eğitimine katılarak bu eğitimi başarı ile tamamlayan katılımcılar kamp lideri ünvanı ile gençlik kamplarında gönüllü olarak görev almaktadır. Kamp liderleri gençlik kamplarında, Program Sorumlusu, Aktivite Lideri ya da Grup Lideri olarak görev yapmaktadır.

Grup Lideri: Kamp süresi içerisinde ortalama 20 kampçı genci sevk ve idare etmenin yanı sıra kampçı gençlerin kamp aktivitelerinde yer almasını sağlayarak onlara rol model olan kişilerdir (Gençlik Kampları, 2020).

Aktivite Lideri: Okçuluk, el sanatları, tiyatro, halkoyunları, müzik, paintball vb. gibi belirli branşlarda uzmanlaşarak ilgili branşın belgesine sahip olan ve kampa gelen gençlere aktivite yaptırarak eğitmenlik yapan kişilere aktivite lideri denir (Gençlik Kampları, 2020).

Gençlik kamplarında görev alarak tecrübe kazanan ve belirli bir seviyeye gelen kamp liderleri Program Sorumlusu olarak görevlendirilmektedir.

Program Sorumlusu: Kamp yönetimi konusunda tecrübeli, liderlik, yönetme ve yönlendirme niteliklerine sahip, gençlik kamplarında belirli süre görev alarak tecrübe kazanan eğitmen düzeyindeki liderlerdir (Gençlik Kampları, 2020).

Gençlik kampları ve gençlik merkezleri, özellikle üniversite öğrencilerinin gönüllülük faaliyetlerinde bulunmak amacıyla çok ilgi gösterdikleri bir alan haline gelmiştir. Gençlik kamplarının gerçekleştirilmesinde kamp liderleri, gençlik merkezleri faaliyetlerinde ise gönüllü gençler aktif olarak yer alarak gönüllülük kavramının gelişmesine katkı sağlamaktadırlar.

Yılmaz, Sertbaş ve Gümüş (2019) çalışmalarında Gençlik ve Spor Bakanlığı’na bağlı olarak faaliyet gösteren gençlik merkezleri ile gençlik ve izcilik kampları faaliyetlerinin gönüllüler ile gerçekleştirildiğini her iki alanın da gönüllülerin ilgi duydukları alanlar olduğunu belirtmişlerdir.

Liderin; takipçilerini peşinden sürüklemesi, aynı amaç için bir araya gelen grubu etkilemesi, grubu sevk ve idare etmesi özelliklerinden yola çıkacak olursak kamp liderlerinin, aldıkları görevlerinde kampa katılan genç gruplara sergiledikleri liderlik davranışları önem arz etmektedir. Bu nedenle yapılan araştırmanın amacı, gençlik kamplarında görev alan kamp liderlerinin liderlik yönelimlerinin belirlenerek liderlik yönelimlerinin farklı değişkenler açısından incelenmesidir.

Bu amaçla aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır.

1. Kamp liderlerinin, liderlik yönelimleri nedir?
2. Kamp liderlerinin liderlik yönelimleri; yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, gençlik kamplarındaki unvan, kamp lideri olarak görev yapılan süre değişkenlerine göre farklılık göstermekte midir?

METOT

Araştırma modeli: Araştırma, nicel araştırma yöntemlerinden betimsel tarama modelinde gerçekleştirilmiştir.

Araştırma grubu: Çalışmanın örneklemini, 2019 yılında düzenlenen gençlik kamplarında görev yapan olasılıksız örnekleme yöntemlerinden kolayda örnekleme yoluyla belirlenen 164 (97 Kadın-67 Erkek) kamp lideri oluşturmuştur.

Veri toplama araçları: Bolman ve Deal (1991) tarafından geliştirilen, Türkçe uyarlaması ile geçerlik güvenirliği Dereli tarafından (2003) yılında gerçekleştirilen ve 4 alt boyuttan oluşan “Liderlik Yönelim Ölçeği” kullanılmıştır (Dereli, 2003).

Cronbach alfa katsayısının .80 ile 1 arasındaki değerleri ölçeğin mükemmel derecede güvenilir olduğunu, .60 ile .79 arasındaki değerlerin iyi derecede güvenilir olduğu, .40 ile .59 arasındaki değerlerin düşük güvenirlikte olduğu ve 0 ile .39 arasındaki değerlerin güvenilir olmadığı belirtilmektedir (Büyüköztürk, 2011). Bu çalışmada, Liderlik Yönelim Ölçeği için cronbach alfa katsayısı 0,933 (mükemmel) olarak hesaplanmıştır. Alt boyutların cronbach alfa katsayıları ise; “Yapısal Liderlik” için 0,775 (iyi); “İnsan Kaynaklı Liderlik” için 0,805 (mükemmel); “Politik Liderlik” için 0,811 (mükemmel) ve “Sembolik Liderlik” için 0,826 (mükemmel) olarak hesaplanmıştır.

Verilerin toplanması: Veri toplamak amacıyla kişisel bilgi formu ve Liderlik Yönelim Ölçeğinden oluşan anket formu oluşturulmuştur. Elektronik form haline dönüştürülen anket formu, 2019 yılı yaz döneminde gerçekleştirilen gençlik kamplarında aktif olarak görev alan kamp liderleri tarafından elektronik ortamda doldurulmuştur.

Verilerin analizi: Toplanan veriler SPSS 25.0 programında analiz edilmiştir. Veri setinin öncelikle normal dağılım gösterip göstermediği incelenmiştir. Yapılan Kolmogorov-Smirnov testinde p değerinin ($p=0,200$) $p>0,05$ 'ten büyük çıkması sonucunda parametrik testler uygulanmıştır. Verilerin normallik testleri için ayrıca histogram ve Q-Q Plot grafikleri de incelenmiş olup sonuçlar, yukarıda belirtilen verilere paralellik göstermiştir. Demografik değişkenler için yüzde ve frekans, yaş değişkeni için bağımsız örneklem t testi, diğer değişkenler

için ise One-Way Anova ve Tukey testi yapılmıştır. Yapılan tüm analizlerde anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak belirlenmiştir.

BULGULAR

Tablo 1. Araştırmaya katılan kamp liderlerinin demografik özellikleri

	Ortalama	S	En düşük- En yüksek
Yaş	24,9	3,6	18-37
		f	Yüzde %
Yaş			
18-23 yaş arası		63	38,4
24-29 yaş arası		81	49,4
30 yaş ve üzeri		20	12,2
Toplam		164	100
Cinsiyet			
Kadın		97	59,1
Erkek		67	40,9
Toplam		164	100
Medeni Durum			
Evli		19	11,6
Bekar		145	88,4
Toplam		164	100
Eğitim Durumu			
Önlisans		27	16,5
Lisans		115	70,1
Lisansüstü		22	13,4
Toplam		164	100
Kamp lideri olarak görev yaptığınız süre			
1 Yıldan Az		73	44,5
1-3 Yıl Arası		38	23,2
3 Yıl Üzeri		53	32,3
Toplam		164	100
Gençlik kamplarındaki Ünvanınız			
Aktivite lideri		38	23,2
Grup Lideri		105	64
Program sorumlusu		21	12,8
Toplam		164	100
Yıl boyunca görev aldığınız ortalama kamp dönemi sayısı			
0-3 Dönem		99	60,4
4-7 Dönem		53	32,3
8 Dönem Üzeri		12	7,3
Toplam		164	100
Mesleğiniz			
Akademisyen		2	1,2
Antrenör		6	3,7
Doktor		2	1,2
Hemşire		5	3
Gençlik Lideri		13	7,9
Mühendis		2	1,2
Öğrenci		80	48,8
Öğretmen		47	28,7
Sosyal Hizmet Uzmanı		4	2,4
Psikolojik Danışman		2	1,2
Spor Eğitim Uzmanı		1	0,6
Toplam		164	100

Araştırma kapsamında elde edilen veriler doğrultusunda, çalışmaya katılan 164 kamp liderinden 97 tanesinin (%59,1) kadın, 67 tanesinin ise (%40,9) erkek olduğu görülmektedir. Araştırmada yer alan kamp liderlerinin %49,4'ü 24-29 yaş aralığında olup tüm kamp liderlerinin yaş ortalamasının

da 24,9 ($\pm 3,6$) olduğu tespit edilmiştir. Kamp liderlerinin oransal olarak büyük çoğunluğunun (%88,4) bekar olduğu anlaşılmaktadır. Araştırmaya katılan kamp liderlerinin %70,1'i lisans düzeyinde eğitim seviyesine, %16,5'i önlisans düzeyinde eğitim seviyesine ve %13,4'ünün de lisansüstü (yüksek lisans-doktora) düzeyde eğitim seviyesine sahip olduğu anlaşılmaktadır. Araştırmada yer alan kamp liderlerinin 38 tanesinin (%23,2) Aktivite Lideri, 21 tanesinin (%12,8) Program Sorumlusu ve 105 tanesinin de (%64) Grup Lideri ünvanı ile gençlik kamplarına görev aldıkları tespit edilmiştir. Kamp liderlerinin yıl boyunca ortalama olarak görev aldıkları kamp dönemi sayısı incelendiğinde ise; Bakanlık tarafından yıl boyunca düzenlenen farklı kamplarda görev alabilen kamp liderlerinden 99 tanesinin (%60,4) 0-3 dönem arası görev aldığı, 53 (%32,3) tanesinin 4-7 dönem arası görev aldığı ve son olarak da 12 (%7,3) tanesinin 8 dönem ve üzerinde görev aldıkları tespit edilmiştir. Kamp liderlerinin büyük bölümünü öğrenciler (%48,8) oluşturmasına rağmen, öğretmen (%28,7), Gençlik Lideri (%7,9), Antrenör (%3,7), Sosyal Hizmet Uzmanı (%2,4) vb. gibi farklı meslek gruplarına mensup olanların da kamp liderliği yaptığı görülmektedir.

Tablo 2. Kamp liderlerinin liderlik yönelimlerine ilişkin tanımlayıcı istatistikler

Liderlik Yönelimleri	N	Minimum	Maksimum	X (Ort.)	S
Yapısal Liderlik	164	3,38	5	4,423	0,3503
İnsan Kaynaklı Liderlik	164	3,75	5	4,643	0,2907
Politik Liderlik	164	3,25	5	4,220	0,3874
Sembolik Liderlik	164	3,50	5	4,261	0,3618

Kamp liderlerinin liderlik yönelimlerini tespit etmek amacıyla verdikleri cevaplar doğrultusunda; Yapısal, İnsan Kaynaklı, Politik ve Sembolik Liderlik yönelimlerinin hepsinin ortalamaların birbirlerine yakın olduğu, “İnsan Kaynaklı Liderlik” ($ort=4,64$, $S=0,2907$) yönelimim en yüksek ortalamaya, “Politik Liderlik Yönelimin” ($ort=4,22$, $S=0,3874$) en düşük ortalamaya sahip yönelim olarak ortaya çıktığı görülmektedir.

Tablo 3. Liderlik yönelim ölçeği ve alt boyutları ile cinsiyet arasındaki ilişki

Liderlik Yönelimleri	Cinsiyet	N	X (Ort.)	S	t	p
Yapısal Liderlik	Kadın	97	4,3840	0,3577	-1,725	0,486
	Erkek	67	4,4795	0,3339		
İnsan Kaynaklı Liderlik	Kadın	97	4,6173	0,2952	-1,342	0,550
	Erkek	67	4,6791	0,2822		
Politik Liderlik	Kadın	97	4,1585	0,4064	-2,464	0,148
	Erkek	67	4,3078	0,3422		
Sembolik Liderlik	Kadın	97	4,2139	0,3675	-2,043	0,312
	Erkek	67	4,3302	0,3445		

* $p < 0,05$

Yapılan bağımsız örneklem t testi sonucunda kadın ve erkek kamp liderleri arasında yapısal liderlik, insan kaynaklı liderlik, politik liderlik ve sembolik liderlik alt boyutları arasında anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir ($p > 0,05$). Veriler arasında anlamlı bir fark olmamasına rağmen,

erkek kamp liderlerinin vermiş olduğu cevapların ortalaması kadın kamp liderlerinin ortalamasından tüm alt boyutlarda daha yüksektir.

Tablo 4. Liderlik yönelim ölçeği ve alt boyutları ile kamp liderlerinin unvanları arasındaki ilişki

Liderlik Yönelimleri	Gençlik Kamplarında Unvan	N	X (Ort.)	S	F	p	Fark (Tukey)
Yapısal Liderlik	Grup Lideri	105	4,3667	0,3225			
	Aktivite Lideri	38	4,4408	0,4013	7,251	0,001	3-1,2
	Program Sorumlusu	21	4,6726	0,2808			
İnsan Kaynaklı Liderlik	Grup Lideri	99	4,6310	0,2807			
	Aktivite Lideri	105	4,6250	0,3249	1,152	0,319	
	Program Sorumlusu	38	4,7321	0,2718			
Politik Liderlik	Grup Lideri	105	4,1750	0,3966			
	Aktivite Lideri	38	4,2730	0,3742	2,192	0,115	
	Program Sorumlusu	21	4,3452	0,3375			
Sembolik Liderlik	Grup Lideri	105	4,2512	0,3477			
	Aktivite Lideri	38	4,2138	0,4260	1,906	0,152	
	Program Sorumlusu	21	4,3988	0,2784			

*p<0.05

Tek yönlü Anova testi sonucunda, kamplarda yaptıkları görevlere göre farklı unvanlara sahip olan kamp liderlerinin yapısal liderlik yönelim düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir farklılık olduğu görülmektedir (p<0,05). Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlememek amacıyla yapılan Tukey testi sonuçlarına göre; Program sorumluların yapısal liderlik yönelim düzeyinin aktivite lideri ve grup liderlerinden anlamlı düzeyde daha yüksek seviyededir.

Tablo 5. Liderlik yönelim ölçeği ve alt boyutları ile kamp lideri olarak görev yapılan süre arasındaki ilişki

Liderlik Yönelimleri	Kamp lideri olarak görev yapılan süre	N	X (Ort.)	S	F	p	Fark (Tukey)
Yapısal Liderlik	1 Yıldan Az	73	4,3493	0,3385			
	1-3 Yıl Arası	38	4,4309	0,3496	3,728	0,026	1-3
	3 Yıl ve Üzeri	53	4,5189	0,3496			
İnsan Kaynaklı Liderlik	1 Yıldan Az	73	4,5925	0,2772			
	1-3 Yıl Arası	38	4,6579	0,3166	2,221	0,112	-
	3 Yıl ve Üzeri	53	4,7005	0,2831			
Politik Liderlik	1 Yıldan Az	73	4,1490	0,3546			
	1-3 Yıl Arası	38	4,2007	0,3762	3,522	0,032	1-3
	3 Yıl ve Üzeri	53	4,3302	0,4197			
Sembolik Liderlik	1 Yıldan Az	73	4,2158	0,3740			
	1-3 Yıl Arası	38	4,2664	0,2923	1,303	0,275	-
	3 Yıl ve Üzeri	53	4,3208	0,3865			

*p<0.05

Tek yönlü Anova testi sonucunda, farklı görev sürelerine sahip kamp liderlerinin yapısal liderlik ve politik liderlik yönelim düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir farklılık olduğu tespit edilmiştir (p<0,05). İnsan Kaynaklı liderlik ve Sembolik liderlik düzeylerinde anlamlı farklılık tespit edilememiştir (p> 0,05). Yapılan Tukey testi sonuçlarına göre; 3 yıl ve üzeri görev

süresi bulunan kamp liderlerinin hem yapısal liderlik hem de politik liderlik yönelim düzeylerinin görev süresi 1 yıldan daha az olan kamp liderlerine anlamlı düzeyde daha yüksek seviyedir.

Tablo 6. Liderlik yönelim ölçeği ve alt boyutları ile kamp liderlerinin yaşı arasındaki ilişki

Liderlik Yönelimleri	Yaş	N	X (Ort.)	S	F	p	Fark (Tukey)
Yapısal Liderlik	18-23 Yaş Arası	63	4,3016	0,3342	6,643	0,002	1-2,3
	24-29 Yaş Arası	81	4,4923	0,3292			2-1
	30 Yaş ve Üzeri	20	4,5250	0,3903			3-1
İnsan Kaynaklı Liderlik	18-23 Yaş Arası	63	4,5913	0,2963	1,821	0,165	-
	24-29 Yaş Arası	81	4,6651	0,2877			-
	30 Yaş ve Üzeri	20	4,7125	0,2724			-
Politik Liderlik	18-23 Yaş Arası	63	4,1111	0,3558	4,189	0,017	1-2
	24-29 Yaş Arası	81	4,2917	0,3938			1-2
	30 Yaş ve Üzeri	20	4,2688	0,3979			1-2
Sembolik Liderlik	18-23 Yaş Arası	63	4,1984	0,3673	1,567	0,212	-
	24-29 Yaş Arası	81	4,3025	0,3638			-
	30 Yaş ve Üzeri	20	4,2938	0,3226			-

*p<0.05

Farklı yaş gruplarındaki kamp liderleri arasında yapısal liderlik ve politik liderlik yönelim düzeylerinde anlamlı seviyede farklılaşma olduğu tespit edilmiştir (p<0,05). Yapısal liderlik yönelim alt boyutunda; 18-23 yaş aralığındaki kamp liderlerinin yapısal liderlik yönelimleri, yaş aralığı 24-29 ile 30 yaş üzeri olan katılımcılara göre daha düşük seviyededir. Yaş aralığı 24- 29 olan kamp liderlerinin yapısal liderlik yönelimleri 18-23 yaş aralığındaki kamp liderlerine göre yüksektir. Yine 30 yaş ve üzeri kamp liderlerinin yapısal liderlik yönelimleri 18 -23 yaş aralığındaki liderlere göre yüksek seviyededir. Politik liderlik alt boyutunda ise, 18-23 ve 24-29 aralığındaki yaş grupları arasında farklılık söz konusudur. 24-29 yaş aralığındaki kamp liderlerinin politik liderlik yönelim düzeyleri 18-23 yaş aralığındaki kamp liderlerine göre daha yüksek seviyededir.

Tablo 7. Liderlik yönelim ölçeği ve alt boyutları ile kamp liderlerinin eğitim düzeyleri arasındaki ilişki

Liderlik Yönelimleri	Eğitim Düzeyi	N	X (Ort.)	S	F	p	Fark (Tukey)
Yapısal Liderlik	Önlisans	27	4,0278	0,35412	0,852	0,468	-
	Lisans	115	4,1022	0,45811			-
	Lisansüstü	22	4,0688	0,60762			-
İnsan Kaynaklı Liderlik	Önlisans	27	4,2454	0,37577	4,810	0,003	2-3
	Lisans	115	4,4261	0,30072			2-3
	Lisansüstü	22	3,6875	0,08839			2-3
Politik Liderlik	Önlisans	27	3,9630	0,28338	1,403	0,244	-
	Lisans	115	4,0380	0,38230			-
	Lisansüstü	22	3,9750	0,39026			-
Sembolik Liderlik	Önlisans	27	4,0926	0,34424	0,886	0,450	-
	Lisans	115	4,0380	0,35786			-
	Lisansüstü	22	4,1000	0,79550			-

*p<0.05

Farklı eğitim seviyesine sahip kamp liderleri arasında insan kaynaklı liderlik yönelim düzeylerinde farklılık tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Yapılan Tukey testi sonucunda; lisans seviyesinde eğitim düzeyine sahip kamp liderlerinin insan kaynaklı liderlik yönelim düzeyleri lisansüstü eğitim seviyesine sahip kamp liderlerinden daha yüksektir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırmada, gençlik kamplarında görev alan kamp liderlerinin liderlik yönelimlerinin belirlenerek farklı değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Bu kapsamda elde edilen bulgular doğrultusunda ulaşılan sonuçlar çalışmanın bu bölümünde açıklanmaya çalışılmıştır.

Araştırmada elde edilen verilerin ışığında katılımcıların liderlik yönelim düzeylerine oran olarak bakıldığında İnsan Kaynaklı Liderlik boyutunun ilk sırada, Politik Liderlik Yönelimin ise son sırada yer aldığı belirlenmiştir. Bu sonuçlara göre kamp liderlerinin ikili ilişkileri güçlendirmek ve duygulara değer vermek yoluyla liderlik sergilemeyi, görüşme ve pazarlık yöntemi yoluyla liderlik etmeye daha çok tercih ettikleri şeklinde açıklanabilir. Kamp liderlerinin görev yaptıkları her kamp döneminde farklı farklı kampçılara refakat etmeleri, karşılaştıkları problemlerin genel olarak insan ilişkisi temelli olması, her sorunun farklı ve pratik çözümler gerektirmesi, kampçı gruplarının da farklı profillerde ve özelliklerde olduğu göz önüne alındığında, temelinde ikili ilişkileri güçlendirmek duygulara değer vermek yoluyla liderlik sergileme boyutu olan insan kaynaklı liderlik yönelimin ön planda çıkmasına neden olduğu söylenebilir. İlgili literatür ve benzer araştırma sonuçları incelendiğinde; Arslan ve Uslu (2014), Güngör ve Yenel (2017), Semiz (2011), Efehan (2007), Dereli (2003), Poniatowski (2006) ile Thomas (2002) yapmış oldukları çalışmalarında da benzer şekilde insan kaynaklı liderlik yönelimi en yüksek puanlı liderlik yönelimi olarak tespit edilmiştir. Diğer bir çalışmada ise Özsarı ve Yıldız (2020) kamp liderlerine yönelik yapmış oldukları çalışmada, grup üyelerinin kendilerini takımın ve örgütün bir parçası olarak görmeleri, takıma olan güvenin ve inancın artmasını sağladığını ifade etmişlerdir. Bu sonuçlar, kamp liderleri üzerine yapılan mevcut araştırmayı destekler niteliktedir.

Araştırma kapsamına alınan kamp liderlerinin cinsiyet değişkeni ile liderlik yönelimleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Diğer bir ifadeyle kadın ve erkek katılımcıların liderlik yönelim düzeyleri benzerdir. Benzer araştırmalar incelendiğinde, liderlik özelliklerinin cinsiyet değişkenine göre ele alındığı birçok araştırma karşımıza çıkmakla birlikte, yapılan araştırmaların bulguları genel olarak liderlik özelliklerinin cinsiyete göre anlamlı olarak farklılaşmadığı göze çarpmaktadır. Liderlik yöneliminde cinsiyet değişkeninin rolünün olmadığı çalışmalar bulgularımızı destekler niteliktedir. Çar (2013), Mcardle (2008), Güngör ve Yenel (2017), Özdenk (2015), Semiz'in (2011) bulgularına bakıldığında mevcut çalışma bulgularıyla paralellik gösterdiği görülmektedir. Fakat literatürde liderlik yöneliminin cinsiyete göre farklılaştığı araştırmalarda mevcuttur. Çetintaş (2019) ile Can ve Pepe (2003) çalışmalarında cinsiyet ve liderlik yönelimi arasında farklılık tespit etmişlerdir. Araştırmalar incelendiğinde cinsiyet değişkeni ve liderlik yönelimi arasındaki sonuçların çeşitlilik göstermesinin sebebi ise, araştırmaların çalışma gruplarının farklı ve grupların birbirinden ayrışması olarak ifade edilebilir.

Bu sonuçlara göre kamp liderlerinin cinsiyetlerinin, yapısal liderliğe emir konuta zinciri ve iş bölümü; İnsan kaynaklı liderliğe ikili ilişkilerle duygulara değer verme ve başkalarının sorunlarına ilgi gösterilmesi; Politik liderliğe görüşme ve pazarlık yöntemiyle, karşılıklı anlaşmaların sağlanması; Sembolik liderliğe güçlü bir vizyon iletilmek istenmesi, istek oluşturulması, kültüre özen gösterilmesi üzerinde herhangi bir etkisi olmadığı anlaşılmaktadır.

Gençlik kamplarında farklı unvanlarda görev yapan kamp liderlerinin liderlik yönelim düzeyleri arasındaki anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Program sorumlusu ünvanında görev yapanların yapısal liderlik düzeylerinin aktivite lideri ve grup liderleri olarak görev yapanlardan düzeyde daha yüksek seviyede olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Program sorumlularının bu liderlik yöneliminin yüksek olmasında program sorumlusu olarak görev yapmak için belirli bir süre kamp lideri olarak çalmaları ve kamp konusunda tecrübeli olmaları ile açıklanabilir.

Yapısal liderlik yönelim düzeyi liderliğin örgütlenme ve planlama aşamasını içermektedir. Program sorumlusu olarak görev yapan kamp liderlerinin yapısal liderlik yönelimlerinin diğer ünvanlara göre daha yüksek seviyede olması; program sorumlularının genel olarak kampın koordinasyonunu sağlamak, kamp programını planlamak, grup liderleri ile aktivite liderlerinin görevlerini takip ve kontrol etmek gibi görev ve sorumluluklarının bulunmasından kaynaklandığı söylenebilir.

Kamp lideri olarak görev yapılan süre ve liderlik yönelimleri arasındaki ilişki incelendiğinde ise yapısal liderlik ve politik liderlik düzeylerinde anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Bu kapsamda görev süresi 3 yıl ve üzerinde olan kamp liderlerinin yapısal liderlik ve politik liderlik yönelimlerinin, görev süresi 1 yıldan daha az olan kamp liderlerinden daha yüksek seviyede olduğu tespit edilmiştir. Çakıcı (2019) yapmış olduğu çalışmasında futbol oynama süresi değişkeni ile liderlik yönelimleri arasında anlamlı farklılık bulamamıştır. Çetintaş (2019) çalışmasında, karate antrenörlerinin görev süreleri ve liderlik yönelimleri arasında anlamlı farklılık tespit etmiştir. Her iki çalışmada elde edilen bu sonuçlar kısmen de olsa benzerlik göstermektedir.

Yapısal liderlik düzeyi, liderliğin örgütlenme ve planlama aşamasını oluştururken; politik liderlik ise liderliğin çatışma, uzlaşma ve çatışma stratejilerini temsil etmektedir. Bu sonuçlara göre tecrübeli liderlerin emir komuta zincirini daha net bir şekilde uyguladığı, astlarına yönelik olarak iş paylaşımını, görev ve sorumlulukları açıkça ve anlaşılır şekilde ifade ettiği, çatışma uzlaşma stratejilerini iyi bir şekilde yöneterek karşılıklı anlaşma yollarından oluşan yapısal ve politik liderlik süreçlerini daha iyi bir şekilde sergilediği söylenebilir.

Araştırmada kamp liderlerinin yaş değişkeni ile liderlik yönelimleri arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Yani, farklı yaş aralığında yer alan kamp liderlerinin liderlik yönelim düzeyleri farklılık göstermektedir. Söz konusu farklılık yapısal liderlik ve politik liderlik yönelimlerinde. 30 yaş ve üzerinde olan kamp liderlerinin yapısal liderlik yönelim düzeyleri, yaşı 18-23 ve 24-29 yaş aralığındaki kamp liderlerinden daha yüksektir. Yine benzer şekilde, 24-29 yaş aralığındaki kamp liderlerinin Politik liderlik yönelimlerinin ise 18-23 yaş aralığındaki kamp liderlerine göre daha yüksektir.

İlgili literatür incelendiğinde yaş değişkeni ve liderlik yönelimi arasında çeşitli elde edildiği görülmektedir. Çetintaş (2019) çalışmasında farklı yaş gruplarındaki antrenörler arasında yapısal

liderlik, insan kaynaklı liderlik ve politik liderlik düzeylerinde anlamlı farklılık tespit etmiştir. Çalışmanın sonuçları araştırma bulguları ile benzerlik göstermektedir. Benzer şekilde Çakıcı (2019) yapmış olduğu çalışmada sembolik liderlik ve yaş değişkeni arasında anlamlı farklılık tespit etmiştir. Sönmez (2010) yaptığı araştırmasında, öğretmenlerin yaşlarının arttıkça politik liderlik yönelimlerinin arttığını saptamıştır. Atçı'nın (2018) yaptığı çalışmada, öğretmenlerin liderlik yönelimlerinin yaşa göre farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. 20-30 yaş ve 51 yaş üstü öğretmenler 30-50 yaş öğretmenlere oranla daha yüksek düzeyde politik liderlik yönelimi sergilemektedir. Çalışmanın bu sonuçları mevcut araştırma sonuçlarıyla benzerlik göstermektedir. Ayrıca, Karataş (2017), Çar (2013), Köleşoğlu (2009) ve Özkan (2012) çalışmalarında yaş ve liderlik yönelimleri arasında anlamlı bir farklılık tespit etmemiştir.

Araştırmanın bu sonuçlarına göre, yaş ve liderlik yönelimleri arasında doğrusal yönde bir ilişki olduğu şeklinde yorum yapılabilir. Yapısal liderlik düzeyinde; emir komuta zincirinde, iş bölümüne ve rollerdeki sorumluluklarda, politik liderlik düzeyinde ise görüşme ve pazarlık yöntemi yoluyla liderlik yöneliminin farklılaşmasında yaşın önemli bir değişken bir kriter olduğu söylenebilir.

Araştırmada yer alan kamp liderlerinin eğitim düzeyi ve liderlik yönelimleri arasındaki değişken incelendiğinde ise anlamlı farklılık söz konusudur. Lisans düzeyinde eğitim seviyesine sahip kamp liderlerinin insan kaynaklı liderlik yönelimlerinin lisansüstü eğitim düzeyine sahip olanlardan daha yüksek seviyede olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Lisans seviyesindeki kamp liderlerinin kampçuları ile ilişkilerini güçlendirmek, onların duygularına değer vermek, kampçıların sorunlarına ilgi göstererek kendilerine olan bağlılıklarının sağlamak istemesi yöneliminde bir liderlik tavrı sergileme konusundaki yoluyla liderlik etme yönelimi lisansüstü seviyesindeki kamp liderlerine göre daha başarılı oldukları söylenebilir.

Liderlik yönelimleri ile ilgili çalışmalar incelendiğinde eğitim düzeyi değişkeni ve liderlik yönelimi arasında çeşitli sonuçların bulunduğu çalışmalar tespit edilmiştir. Aygün (2018) ve Çetintaş (2019) yaptıkları çalışmalarında eğitim durumu değişkeni ile insana yönelik liderlik alt boyutu ile arasında anlamlı farklılık olduğu görülmüştür. Bu sonuçlar araştırmamız ile benzerlik göstermektedir. Diğer taraftan Çakıcı (2019) ve Senger (2014) yaptıkları çalışmalarında eğitim düzeyleri ile liderlik yönelimleri arasında anlamlı bir fark bulmamıştır. Araştırmanın bu sonucuna göre; bir gönüllülük alanı olan kamp liderliğinin bireye kendini yetiştirmesine imkan sağlaması, liderlik becerilerini geliştirmesi, yönetim-organizasyon becerisi kazandırması ve var olan potansiyellerini ortaya çıkarılmasına katkı sağlaması kazanımlarından yola çıkarak lisans seviyesinde eğitim düzeyine sahip olan kamp liderlerinin liderlik yönelim düzeylerinin yüksek olmasına yol açtığı söylenebilir.

Araştırma sonuçlarından görüleceği üzere kamp liderlerinin büyük oranının öğrenci olarak eğitim-öğretimlerine devam etmelerinin yanı sıra, çeşitli mesleklerde asli görevlerini yapan kamp liderleri de bulunmaktadır. Bu durum, gençlik kamplarında gönüllü olarak kamp liderliği yapmanın ne kadar cazip hale geldiğini ve kamp liderliğinin -farklı çalışma alanlarında olsa bile- her bireye katkı sağladığı sonucu ile açıklanabilir.

Sonuç olarak kamp liderlerinin insan kaynaklı liderlik sergiledikleri, cinsiyet değişkenine göre liderlik yönelim düzeyleri benzer düzeyde olduğu, kamp lideri olarak görevi alınan süre, kamp lideri unvanı, yaş ve eğitim düzeylerine göre anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

ÖNERİLER

Kamp lideri olmak isteyen gençler, temel kamp liderliği eğitimine tabi tutulmaktadır. Bu eğitimin içeriğinde ise liderlik başlığı yer almaktadır. Kamp liderlerine verilen temel kamp liderliği eğitimlerindeki liderlik başlığı; kamp liderlerinin liderlik yönelimlerine katkı sunmak ve olaylara farklı açılardan bakış açısı sağlamak adına içerik olarak genişletilebilir. Ayrıca, hizmet içi eğitimlerde rol model ve liderlik konularını teorik olarak anlatmanın yanı sıra, alanında öncü olan farklı liderlik yaklaşımına sahip liderler eğitim sürecinde kamp liderleri ile bir araya getirilebilir. Ayrıca, bu çalışma sadece kamp liderleri ile sınırlı tutulmuştur. Liderlik becerilerinin sergilendiği farklı organizasyonlarda görev alan çalışanlar için benzer çalışmalar gerçekleştirilebilir.

Çıkar Çatışması: Yazarlar herhangi bir çıkar çatışması olmadığını beyan etmelidir.

Yayın Etiği: Mevcut çalışmanın yazım sürecinde “*Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi*” kapsamında bilimsel, etik ve alıntı kurallarına uyulmuş olup; toplanan veriler üzerinde herhangi bir tahrifat yapılmamış ve bu çalışma herhangi başka bir akademik yayın ortamına değerlendirme için gönderilmemiştir.

KAYNAKÇA

- Arslan, H. ve Uslu, B. (2014). Öğretmen adaylarının liderlik yönelimlerinin incelenmesi. *e-Uluslararası Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 5(1), 42-60. DOI: 10.19160/e-ijer.69648.
- Atçı, H. B. (2018). *Ortaokul öğretmenlerinin liderlik ve rol çatışmaları*. Yüksek Lisans tezi, Yeditepe Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Yönetimi ve Denetimi Anabilim Dalı, İstanbul.
- Aygün, M. (2018). *Buz hokeyi sporcularının duygusal zekâ ve liderlik özelliklerinin sportif sürekli kendine güven üzerine etkisi*. Doktora tezi, Atatürk Üniversitesi Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü, Spor Yönetim Bilimleri Anabilim Dalı, Erzurum.
- Bartol, K. M. & Martin, D. C. (1991). *Management*. New York: McGraw Hill.
- Bass, B. & Stogdill, R. M. (1990). *Bass&Stodgill's handbook of leadership: theory, research and managerial applications*. Simon and Schuster, p.18.
- Bilir, F. P. (2005). *Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü'nün örgüt iklimi ve çalışanların katılımı ilgili algılamaları*. Doktora Tezi, Çukurova Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Adana.
- Bolman, L. G. & Deal. T. E. (1991). *Reframing organizations. Artistry, choice and leadership*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Burns, J. (2012). *Leadership*. Open Road Media, p.9.
- Büyükoztürk, Ş. (2011). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Pegem Yayıncılık. Ankara.
- Can, S. ve Pepe, K. (2003). *Öğretmen adaylarında liderlik davranışlarının belirlenmesi*. Gazi Üniversitesi, Beden

Yılmaz, M. ve Yenel, İ.F. (2020). Gençlik kamplarında görev alan kamp liderlerinin liderlik yönelimlerinin incelenmesi. *Avrasya Spor Bilimleri ve Eğitim Dergisi*, 2(2), 118-134.

Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Beden Eğitimi ve Sporda Sosyal Alanlar Kongresi Bildiriler Kitabı, 10-11 Ekim, Ankara.

Cemaloğlu, N. (2019). *Yönetimin pin kodu*. Ankara: Pegem A Yayıncılık.

Çakıcı, H. A. (2019). *Amatör Futbolcuların Liderlik Özellikleri ile Sportmenlik Yönelimleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans tezi, Selçuk üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı, Konya.

Çar, B. (2013). *Spor eğitimi alan üniversite öğrencilerinin liderlik özelliklerinin belirlenmesi*. Yüksek Lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bilim Dalı, Ankara.

Çetinkaya, İ. (2011). *Ortaöğretim okul müdürlerinin liderlik stilleri ve iletişim becerileri arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Yönetimi ve Denetimi Bilim Dalı, Ankara.

Çetintaş, Y. (2019). *Karate antrenörlerinin liderlik yönelimlerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans tezi, Bartın Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi Bilim Dalı, Bartın.

Dereli, M. (2003). *A survey research of leadership styles of elementary school principles*. Yüksek Lisans tezi, Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Ankara.

Efekan, H. (2007). *Kara Harp Okulu olimpik spor branşlarında yapılan bireysel sporlar ile takım sporlarının harbiyelilerin liderlik özelliklerine sağladığı etkilerin incelenmesi*. Yüksek Lisans tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara.

Eren, E. (2008). *Yönetim ve organizasyon çağdaş ve küresel yaklaşımlar*. İstanbul: Beta Yayınevi.

Garipağaoğlu, B. ve Şimşek, E. (2016). Bolman ve Deal'in dört çerçeve modeline göre akademik liderlerin liderlik yaklaşımlarının incelenmesi. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(1), 81-94. DOI: 10.17679/ueufd.17126525.

Gençlik Kampları, (2020). <http://genclikkamplari.gsb.gov.tr/>, Erişim Tarihi:01.04.2020

Gençlik ve Spor Bakanlığı, (2020). <https://www.gsb.gov.tr/>, Erişim Tarihi:01.04.2020

Güngör, N. ve Yenel, F. (2017). Beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin epistemolojik inançları ile liderlik özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 19(2), 39-55.

Karataş, E. Ö. (2017). *Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin liderlik yönelimleri ve öz güven davranışlarının incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Malatya İnönü üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Malatya.

Köleşoğlu, G. (2009). *İlköğretim öğretmenlerinin liderlik özellikleri ile iletişim becerileri arasındaki ilişki (İstanbul ili Beyoğlu ilköğretim okullarında bir uygulama)*. Yüksek Lisans tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Yönetimi ve Denetimi Bilim Dalı, İstanbul.

Luthans, F. (1992). *Organizational behavior* (6th Ed.). New York: McGraw Hill.

Mcardle, M. K. (2008). *Leadership orientations of community college presidents and the administrators who report to them: a frame analysis*. Doctoral dissertation, University of Central Florida, College of Education, Florida.

Özdenk, S. (2015). *Bireysel ve takım sporuyla uğraşan sporcular ile spor yapmayan bireylerin duygusal zekâ ve liderlik özelliklerinin incelenmesi*. Doktora tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Ana Bilim Dalı, Ankara.

Özkan, N. (2012). *Hemşirelik öğrencilerinin liderlik yönelimleri ve motivasyon düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans tezi, İstanbul Bilim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hemşirelik Anabilim Dalı, İstanbul.

Yılmaz, M. ve Yenel, İ.F. (2020). Gençlik kamplarında görev alan kamp liderlerinin liderlik yönelimlerinin incelenmesi. *Avrasya Spor Bilimleri ve Eğitim Dergisi*, 2(2), 118-134.

Özsarı, A. ve Yıldız, K. (2020). Gençlik kampı liderlerinin takım çalışmasına yatkınlıklarının incelenmesi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 25(3),187-197.

Poniatowski, D. (2006). *The relationship of student achievement to principals' self-reported use of the four frame theory*. Doctoral dissertation, University of Central Florida, College of Education, Florida.

Resmi Gazete. (2018). *Cumhurbaşkanlığı Teşkilatı Hakkında Cumhurbaşkanlığı Kararnamesi*. (Sayı:30474 - Tarih:10.07.2018).

Sabuncuoğlu, Z. ve Tüz, M. V. (1998). *Örgütsel Psikoloji*. Bursa: Alfa Aktüel Yayınevi.

Semiz, H. (2011). *Ortaöğretim öğrencilerinde sporun liderlik üzerine etkisi (Hendek örneği)*. Yüksek Lisans tezi, Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı, Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dalı, Sakarya.

Senger, K. (2014). *Öğretmenlerin liderlik yönelim algılarının incelenmesi (kars ili örneği)*. Yüksek Lisans tezi, Kafkas Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Eğitim Programları ve Öğretim Bilim Dalı, Kars.

Sönmez, S. (2010). *Örgütlerde duygusal zekânın dönüşümsel liderlik üzerindeki etkisi*. Yüksek Lisans tezi, Zonguldak Karaelmas Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Zonguldak.

Stogdill, R. M. (1974). *Handbook of leadership: A survey of theory and research*. New York: Free Press, p.:9.

Thomas, K. (2002). *Perceptions regarding leadership orientations of local school board chairpersons in the Commonwealth of Virginia*. Doctoral dissertation, State University, Faculty of Virginia Polytechnic Institute, Virginia

Turan, S. (2014). *Eğitim yönetimi teori, araştırma ve uygulama*. Ankara: Pegem A Yayıncılık.

Yenel, İ. F. (2018). *"Liderlik", yönetim ve spor (Ed. Ahmet Azmi Yetim)*. Ankara: Gazi Kitabevi Yayınları.

Yılmaz, M., Sertbaş, K. ve Gümüş, H. (2019). Gönüllülerin faaliyetlere katılım nedenleri ve motivasyonel faktörlerin analizi: gençlik merkezleri örneği. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 21(3), 117-127.

EXTENDED ENGLISH SUMMARY

Study on Leadership Orientations of Camp Leaders Assigned in Youth Camps

Introduction: People need to cooperate to ensure their needs and to achieve the goals that they cannot achieve without belonging in a group. Therefore, ever since people started to exist, individuals who have come together for the same purpose have always needed leaders to guide them.

Leadership, which has been the subject of many studies by researchers, has always attracted attention (Sabuncuoğlu & Tüz, 1998). Especially with the emergence of new concepts in management and other fields of study, leadership has been attempted to be explained using these new concepts. Burns (2012) concluded that there are 130 definitions of leadership.

Stogdill (1974), one of the pioneers of the field, defined leadership as "the process of influencing the group for the creation and realization of goals", and Bass and Stogdill (1990) as "an interaction and exchange between individuals and group members". In addition, Bartol and Martin (1991) defined leadership as a process in which designated goals are realized for the organization to reach its goals by influencing the behaviors of individuals in the organization.

Leadership Orientations: In order to reveal an effective understanding of leadership, Bolman and Deal (1991) stated different methods which are used to define and solve problems while bringing the group to its goal as leadership orientations.

In their study, Bolman and Deal (1991) defined four different leadership orientations: Structural, Human Resource, Political and Symbolic Perspective so as to transform the symptoms of the leader into meaningful data, to understand the problems they think and to help them perform a series of activities.

Green (16-22 years) and Blue (12-15 years) camps are organized by the Ministry of Youth and Sports of Turkey for young people for different age groups between the ages of 12-22. In 2019, approximately 120,000 young people benefited from youth camps held in 37 facilities, 18 green and 19 blue camps, which aim to help young people to spend their free time with various social, cultural and sports activities.

Camp Leader: Participants who have successfully completed the "Camp Leadership" training organized by the Ministry of Youth and Sports take part in youth camps voluntarily with the title of camp leader. Camp leaders in youth camps serve as Program Officers, Activity Leaders or Group Leaders.

Method: The research was carried out in descriptive survey model. The sample of the study consisted of 164 camp leaders. The convenient sampling method was used for sample selection in the study.

The "Leadership Orientation Scale", which was developed by Bolman and Deal (1991) and whose validity and reliability was carried out by Dereli (2003) for its Turkish adaptation was used. In this

study, the Cronbach alpha coefficient for the Leadership Orientation Scale was calculated as 0.933 (perfect). In the analysis of the data; Percentage and frequency for demographic variables, independent samples t test for age variable, and One-Way Anova and Tukey tests for other variables were used. The significance level was determined as $p < 0.05$ in all analyzes.

Findings: The average age of the camp leaders participating in the research is 24.9. It was found that camp leaders had “Human Resource Leadership” (X: 4.64) orientation as the highest average and “Political Leadership” (X: 4.22) has the lowest average orientation. It was determined that there is no significant difference in the leadership orientations of male and female camp leaders ($p > 0.05$). There is a statistically significant difference in the structural leadership orientation levels of camp leaders with different titles ($p < 0.05$). It was found that there is a significant difference in the structural leadership and political leadership orientation levels of camp leaders in different age groups ($p < 0.05$). It was observed that there is a significant difference in camp leaders with different educational levels in Human Resource Leadership orientation levels ($p < 0.05$).

Discussion and Conclusion: In general, the results of the research shows that camp leaders demonstrate Human Resource Leadership characteristics. Although there is no significant difference in the leadership orientation of camp leaders according to gender variable, significant differences were found according to the time taken as camp leader, title of camp leader, age and education levels. Structural leadership orientation level of camp leaders working as program managers is higher. Camp leaders who served 3 or more years had higher Structural leadership and political leadership orientation levels. Similarly, older camp leaders were found to behave at a higher level of structural and political orientation. As for the education variable, as the leaders are generally university graduates, it was observed that the camp leaders who have achieved this education level exhibit a higher level of Human Resource Leadership than those at other education levels. As a result, it was determined that the camp leaders exhibited Human Resource Leadership, their leadership orientation levels were similar according to the gender variable, and there were significant differences depending on the duration as a camp leader, title of the camp leader, age and education levels.



Except where otherwise noted, this paper is licensed under a **Creative Commons Attribution 4.0 International license**.

Kozmetikte Yeni Trend: Spor Kozmetikleri

Murat ÜNALMIŞ^{1*} 

¹Iğdır Üniversitesi, Teknik Bilimler Meslek Yüksekokulu, Iğdır.

Derleme

Gönderi Tarihi: 02.12.2020

Kabul Tarihi: 13.12.2020

Online Yayın: 31.12.2020

Öz

Bu çalışmada, spor kozmetiğinin terminolojiye kabul edilmesiyle birlikte, spor ile kozmetik arasında kurulan ilişki incelenmiştir. Spor kozmetiklerine ilişkin gerçekleştirilen araştırma ve literatür neticeleri taranarak sınıflandırılmıştır. Edinilen bulgularla spor kozmetikleri kavramı doğrulanmaya çalışılmıştır. Son yıllarda teknolojik gelişmeler birçok endüstri, ürün ve hizmetlerin üretilmesi ile sunulması noktasında büyük değişimlere sebep olmuştur. Bu değişimlerden biride kozmetik endüstrisi olmuş, sektör son yıllarda etkileyici bir hızla büyüme yaşamış bununla birlikte, spor pazarında da kendine büyük bir alan oluşturmuştur. Spor kozmetikleri kavramı, 1980'li yıllarda Spor Hekimleri ve Kozmetik Dernekleri tarafından tartışılmış ve uluslararası kongrelerde sunulmuştur. Bu bağlamda spor kozmetikleri; sporcuların egzersiz öncesi, egzersiz anı ve egzersiz sonrası her durumda ihtiyaçlarını karşılayan, yaşanabilecek sakatlıkların önlenmesinde, yaşanmış olan sakatlıkların giderilmesinde kullanılmak üzere özel olarak geliştirilmiş ürünler olarak tanımlanmıştır. Spor kozmetiklerinin kullanımına, bilhassa estetik gerektiren bazı spor türlerinde (ritmik ve artistik cimnastik, buz pateni, su balesi, kule atlama, senkronize vb.) sıkça rastlanılmaktadır. Bunun birlikte sporcuda birtakım olguların (ihtiras, kararlılık, kuvvet, muvaffakiyet, zafer, amaç, üstün olmak, önderlik, heyecan, ekip, mutluluk, ümit, isteklendirme, kendine özgüven, güzellik ve cazibe) oluşturulması ve geliştirilmesi amacı ile de kozmetiklerden yararlanılmaktadır.

Ayrıca sporculara ortaya çıkabilen cilt rahatsızlığı, cilt hastalıklarından korunma, enfeksiyonlar, mekanik yaralanma gibi durumlarda spor kozmetiklerinin tedavi edici özelliklerinden yararlanılmaktadır. Bu durum ise kozmetiklerin spor sektöründeki önemini her geçen gün artırmaktadır. Bu çalışmanın sonucunda, terminolojiye kabul edilen spor kozmetiklerinin spor ile kozmetik arasında bir bağ kurabileceği öngörülmektedir. Ayrıca sporcuların genel benlik algısı, özgüveni, iyi görünme hissi, konsantrasyonu ve performansı üzerinde olumlu bir etkiye sahip olabileceğini göstermektedir.

Anahtar Sözcükler: Spor kozmetikleri, Spor hijyeni, Kosmesötikler.

New Trend in Cosmetics: Sports Cosmetics

Abstract

In this study, with the acceptance of sports cosmetics to the terminology, the relationship between sports and cosmetics was examined and the research and literature findings on sports cosmetics were reviewed and classified. In the light of the obtained data, the concepts of sports cosmetics were introduced and the classifications were tried to be verified. In recent years, technological developments have caused great changes in the production and presentation of many industries, products and services. These changes have also taken place in the cosmetics industry and the sector has reached an impressive growth in recent years. With this growth, the sector has created a large area for itself in the sports market. The concept of sports cosmetics was discussed first by Sports Physicians and Cosmetic Associations in the 1980s and presented in international congresses. It was defined as specially developed products to meet the needs of athletes before, during and after their workouts in order to prevent injuries and recover from injuries. Sports cosmetics are widely used in sport branches such as rhythmic and artistic gymnastics, synchronized swimming, diving, fencing, high jumping and swimming, etc. On the other hand, it is used for the creation and development of some important concepts (passion, perseverance, strength, success, victory, goal, self-transcendence, leadership, excitement, team, joy, hope, motivation, self-confidence, beauty and charm) that are important for athletes. Additionally, the therapeutic properties of sports cosmetics are used in cases such as skin disorders, infections, mechanical injuries that may occur in athletes. These facts increase the importance of cosmetics in the sports sector day by day. As a result of this study, it is seen that sports cosmetics which are accepted to the terminology, have positive effects on athlete concentration and performance by establishing a link between sports and cosmetics.

Key Words: Sports cosmetics, Sports hygiene, Cosmeceuticals.

* Sorumlu Yazar: Öğrt. Gör. Murat ÜNALMIŞ, E-posta: murat.unalmis@igdir.edu.tr

GİRİŞ

Kozmetik bilimi, insan organizmasını çevreleyen başta deri, tırnaklar, kıllar, saçlar, dudaklar olmak üzere dış genital organlar, dişler ve ağız mukozası gibi tüm bölgelerine tatbik edilmek üzere tasarlanmıştır. Bu bölgeleri temizlemek, koku vermek, görünümünü değiştirmek amacı ile hazırlanmış maddeleri inceleyen ve geliştiren bir bilim dalıdır (Kışlaoğlu, 2004; Sidle ve Decker, 2011). Kozmetik ürünler insanoğlunun tarih sahnesine çıkışından günümüze kadar geçen süreçte gündelik yaşamın önemli bir parçası olmuştur. Kazı bilimi araştırmaları neticesinde bulunan kozmetikler eski uygarlıklar hakkında birçok neticeyi de ortaya çıkarmıştır (Sungur, Şahne ve Yeğenoğlu, 2018).

Spor ve fiziksel aktivitenin tıbbi sağlık ve öznel refah için önemli olduğu ve bu nedenle bir tür sosyal fayda olarak işlev gördüğü iyi bilinmektedir (Seippel, 2006). Spor ve kozmetik arasındaki bağlantı ilk kez 1981'de Avusturya'nın St. Christoph şehrinde düzenlenen Uluslararası Spor Tıbbi Kongresi'nde tartışılmıştır. Devamında 1982'de Viyana'daki Dünya Spor Hekimliği Kongresi'nde konu yeniden gündeme getirilmiştir. Alman Kozmetik Derneği Kimyacıları tarafından ise Nisan 1982'de Batı Berlin'de tartışılmıştır (Greiter, 1985). Kozmetik ürünler, geçmişten günümüze çeşitli alanlarda teknolojik gelişmelerle değişim göstermiştir. Tarihin akışında toplumların yaşam kalitelerinin artması, kozmetikler içinde giderek artan bir ihtiyacı doğurmuştur. Parfümeriler, kozmetik uzmanları ve berberler gibi çeşitli meslek grupları çağlar boyunca gelişen kozmetik uygulamalarını üstlenmişler ve bu ürünlerin geliştirilmesine öncülük etmişlerdir (Blanco-Dávila, 2000; Çomoğlu, 2012). 21.yüzyılda giderek büyüyen sektörlerden biri olan kozmetik sektörü, pazar payını günden güne artırırken bu hızlı büyümesinin yanı sıra çeşitli alanlarda gösterdiği özel ihtiyaçlarla literatüre yeni terminolojiler kazandırmıştır. Bu bağlamda kozmetiğin en dikkat çekici terminolojisi “Spor Kozmetiği” olmuştur.

Spor kozmetiği terminolojisi günümüzde, kozmetik sanayi tarafından geniş bir yelpazede ticari kozmetik ürünler olarak kullanılmaktadır. Sporcuların egzersiz öncesi, egzersiz anı ve egzersiz sonrası birçok durumda yaşayabilecekleri sakatlıkların önlenmesi ile yaşanmış olan sakatlıkların giderilmesinde kozmetik ürünlerinin kullanımının etkin olduğu görülmektedir. Spor kozmetikleri, herhangi bir verimlilik kanıtı olmadan, sübjektif bir duygu sağlamak ve fiziksel performansı artırabilmek için geliştirilmiş, böylece sporcuların ihtiyaçlarına olumlu katkılar sağlamıştır (Clijsen, Barel ve Clarys, 2014). Bu kozmetik ürünleri kişisel bir olgu oluşturmanın yanı sıra sporcuların kendilerini daha özel ve fiziksel olarak daha aktif hissetmelerini, spor yaparken daha yüksek özgüvene sahip olmalarını sağlamak amacıyla da tercih edilmeye başlanmıştır. Farklı spor branşlarında çalışma yapan sporcuların yaptığı etkinliklere göre özel olarak tasarlanmış bu ürünler, kozmetik sektöründe hızla büyüyen ve önemini giderek artıran yeni bir alanı oluşturmaya başlamıştır. Spor kozmetikleri, özellikle estetikliğin ön plana çıktığı spor branşlarında (cimmastik, buz pateni vb.), sporcuların kendilerine özgüvenini artırmak, güzellik ve çekicilik algısını sağlayabilmek amacıyla da kullanılmaktadır. Yine fiziksel aktivite esnasında cildin korunması,

fiziksel aktivite sonrasında ise sporcuların kişisel hijyenlerinin sağlanması bununla birlikte sıkça rastlanabilen dermatolojik hastalıkların tedavisinde spor kozmetikleri önemli bir yer tutmaktadır. Yapılan literatür taraması sonucunda seçilen konu ile ilgili araştırmaların çok sınırlı olduğu tespit edilmiştir. Var olan sınırlı sayıdaki çalışmalarda (Clijssen vd., 2014; Greiter, 1985) ise spor kozmetikleri kavramı ve sınıflandırılmasının yeteri kadar açıklığa kavuşmadığı düşünülmektedir. Bu durum ortaya konulan bu çalışmanın yapılmasının önem ve gerekliliğini göstermektedir. Spor kozmetiğinin terminolojiye kabul edilmesiyle birlikte bu çalışmanın amacı, spor ile kozmetiğin arasında kurulan ilişkinin belirlenmesi ve spor kozmetiklerinin sınıflandırılmasıdır.

YÖNTEM

Bu çalışmada spor kozmetikleri konusu üzerinde başlangıçtan Ağustos 2020'ye kadar Dünya'da ve Türkiye'de yazılmış makaleler incelenmiştir. PubMed, ISI Web of Science, Scopus ve tamamlayıcı Google Scholar araması dahil olmak üzere çeşitli veri tabanları üzerinde "Spor Kozmetikleri", "Spor ve Kozmetik" anahtar kelimeleri ile yapılan literatür taraması sonucunda 2 çalışmaya ulaşılmıştır. Bu çalışmaların ayrıntılı olarak incelenmesi yoluyla tematik bir derlemesinin yapılması amaçlanmıştır. Buradan hareketle bu derlemede 2 araştırma kapsamlı bir şekilde incelenmiştir. Kavramsal yapısı, güçlü ve zayıf yönleri açısından değerlendirilerek ve derlemede spor kozmetiklerinin tanımlanması ve sınıflandırılmasına yer verilmiştir.

Spor Kozmetiklerin Sınıflandırılması

Spor kozmetikleri, cilt üzerinde bıraktığı potansiyel ve biyolojik etkiler bakımından beş ana başlıkta sınıflandırılabilir.

- 1-Estetik Spor Kozmetikleri,
- 2-Cilt Koruyucu Spor Kozmetikleri,
- 3-Tedavi Edici Kozmesötikler,
- 4- Uyarıcı Spor Kozmetikler
- 5-Hijyenik Spor Kozmetikleri

Estetik Spor Kozmetikler

Spor ve fiziksel aktivitenin sağlık, öznel iyi oluş, imaj, güç ve zindelik gibi duygularımız üzerinde olumlu bir etkisi vardır. Sporda "beden ve görünüm" oldukça önemlidir. Genel benlik saygısı açısından kadınların erkeklerden daha fazla beden imajı hassasiyeti bulunmaktadır. Bu hassasiyette yaş ve cinsiyet arasındaki etkileşim önemlidir. Sosyal araştırmacılarla ilgili farklı, ancak ilişkili bir soru, sporun fiziksel aktivite ve sırasıyla tıbbi sağlık ve 'öznel iyi oluş' arasındaki varsayılan (olumlu) ilişkiler aracılığıyla bir sosyal fayda olarak nasıl işlediğidir Modern toplumlarda sağlık, güzellik ve gençliği koruma arzusu büyük önem taşımaktadır (Seippel, 2006). İnsanlar yaşlanmanın etkilerini geciktirmek veya en aza indirmek için bu amaçla tasarlanmış kozmetik ürünlerine yönelim göstermektedirler (Manela-Azulay ve Bagatin, 2009). Bazı spor

filozofları, bazı spor unsurlarının spor deneyimini estetik bir deneyim haline getirme yeteneklerini zaten düşünmüş ve tartışmışlardır (Lacerda, 2002). Bazıları için bu estetik unsurlar, sporcuları sporun bağlamlarının bir parçası olmaya yönlendiren ana ve derin motivasyondur (Wertz, 1983; Witt, 1989). Sporda güzellik yönü, özellikle televizyon yayınlarının ortaya çıkışı ile önem kazanmıştır. Dünya şampiyonaları ve olimpiyat oyunları için hazırlanan özel kozmetik hizmetleri güzelliğe olan ilgiyi resmi hale getirmiştir. Bu sayede çekicilik ve güzellik olgusu sporcular ve bazı branşlar için önem kazanmıştır (Greiter, 1981). Cimnastik, buz pateni ve senkronize yüzme gibi estetik gerektiren branşlarda iyi görünümün yarışmanın bir parçası olduğu izlenimini sağlamak için kullanılmıştır. Sporcunun kendine olan güvenini artırmak, hakemler komitesinin değerlendirmesinde katkı sağlayacak estetik görünüşü tamamlamak için tasarlanmışlardır. Kadın sporcuların mümkün olduğunca çekici olmaları, renkli kozmetik kullanımına giderek daha fazla ilgi göstermelerini sağlamıştır. Sporcuların mutlu ve çekici kişilikleri, medya ve sponsorların ilgisini çekmeleriyle medya tanıtımlarının kariyerleri üzerindeki etkilerini de beraberinde getirmektedir. Bugün şirketler kendi kozmetik serilerini; renklerle, spor malzemelerindeki kıyafetlerin çizgi, görünümü ile destekleyerek ortaya çıkarmaktadır. Bu spor kozmetikleri, su geçirmez, tere dayanıklı makyaj ve deodorant kokuları gibi bireysel sporcunun ihtiyaçlarına göre uyarlanmaktadır (Clijsen vd., 2014). Bütün bunlar, kozmetik kullanımı ile kendine güven arasındaki ilişkiyi, öz-imege ve güvencenin yanı sıra sosyal kabul ilişkisini de ortaya çıkarmaktadır. Çekiciliğin mutlulukla ilişkili olduğu düşünüldüğünde sporcuların, iyi görünüşü geliştiren ve kişiliği vurgulayan spor kozmetikleriyle sporda hedeflerine ulaşmalarına yardımcı olabileceğini düşünülmektedir (Cash ve Walker, 1982).

Cilt Koruyucu Spor Kozmetikler

Deri, çeşitli spor dallarında sıklıkla etkilenen bir organdır. Sporla ilişkili dermatozlar, enfeksiyonlar, inflamatuvar durumlar, travmatik lezyonlar, çevresel faktörlere bazı lezyonlar ve neoplazmlar şeklinde sıralanabilir (Greiter, 1984). Birçok aktivitede spor cilt yüzeyine stres uygular. Uygulanan aktiviteye bağlı olmakla birlikte fiziksel egzersiz sırasında, bir sporcunun derisi genellikle zorlu çevre koşullarına maruz kalmaktadır. Kayak, dağcılık, bisiklet veya triatlon gibi açık hava sporları yapan sporcular, yüksek güneşe maruz kalan antrenman ve müsabaka programları nedeniyle ve alp sporlarında yüksekliğe bağlı ultraviyole (UV) radyasyonunun artması ve kar ve buzla kaplı yüzeylerden yansıma nedeniyle önemli miktarda UV dozu alırlar (Moehre, 2008). Çok merkezli güney Avrupa çalışması Helios II, yüzme, sörf, tekne gezintisi ve yelken gibi yoğun ultraviyole radyasyona maruz kalan su sporlarına katılan sporcuların bazal hücreli karsinom (BCC) gelişimi için yüksek risk altında olduğunu göstermiştir (Rosso vd., 1996). Kozmetiklerin koruma ve bakımda önemli fonksiyonlarının bulunduğu bilinmektedir. Cildi korumak için sporcunun gereksinimleri doğrultusunda kozmetik endüstrisi koruyucu cilt bakım ürünleri ve özel koruyucular geliştirmiştir. Sporda etkili cilt koruması özel bir önem taşır. (Greiter, 1981). Nolting (1982), sporun önemli bir parçasını hijyen olarak tanımlamıştır. Spor performansında çevre ve giysinin (özellikle giyilen kumaş türü) cilt ve enfeksiyon olasılığı üzerine büyük bir etkiye sahiptir. Yakın temas gerektiren sporlarla uğraşanlarda temel sağlık sorunlarından biri de cilt

enfeksiyonlarıdır. Bilhassa güreşte, sporcular güreşirken ciltler arasında meydana gelen temas ile sporcular arasında cilt enfeksiyonları kolaylıkla bulaşabilmektedir. Bundan dolayı güreşçilerde cilt enfeksiyonları çok yaygın görülür (Kaynar vd., 2017; Kordi, Ziaee, Rostami,Wallace, 2012). Sporcularda sık görülen dermatolojik problemler verrüler, *M. kontagiosum*, *Herpes simplex* enfeksiyonları ve fungal enfeksiyonlardır. Tine pedis ve Tinea cruris gibi fungal enfeksiyonlar şiddetli pruritusu yol açmaları nedeniyle sporcunun konsantrasyonunu etkileyebilmektedir (Hareke ve Roseeuw, 1999; Mantar, 2001). Doğru kozmetikler hidro-iyon konsantrasyonu, ph değeri, nem içeriği, yağ asitleri ve mikroorganizmalar bakımından cildin doğal dengesini korumaya yardımcı olabilmektedir. Kozmetiklerin formülasyonu ve kıvamı çeşitli spor disiplinlerinin gereksinimlerini karşılayabilmektedir. Sudaki yağ ve su yağ emülsiyonları, jeller gibi bazı ürünler bireysel sporcuların özel ihtiyaçlara göre seçilmesi gerekliliğini ortaya koymaktadır (Groll, 1984).

Tedavi Edici Kozmesötikler

Kozmesötik terimi, 1984 yılında dermatolog Dr. Albert Kligman tarafından kavramlaştırılmıştır. Kozmetik ve farmasötik kelimelerinin bir kombinasyonundan türetilmiştir. Kozmesotikler hem kozmetik hem de terapötik (tıbbi veya ilaç benzeri) etkilere sahip cilt sağlığı ve güzelliği üzerinde yararlı bir etkiye sahip olmaları için amaçlanan ürünlerdir. Kozmetikler gibi, topikal olarak kremler veya losyonlar olarak uygulanırlar, ancak cilt hücresi fonksiyonu üzerinde etkisi olan aktif bileşenleri içerirler. Bazı durumlarda, eylemleri cilt yüzeyi ile sınırlı iken (eksfoliyanlar gibi), diğerleri de normal cilt fonksiyonlarını artırarak veya sınırlandırarak daha derin seviyelere nüfuz edebilmektedirler. Kozmesötikler reçetesiz olarak ve genellikle cilt tonunu, dokusunu, pigmentasyonunu ve ince çizgileri iyileştirmeye yardımcı olmak için düzenli bir cilt bakım rejiminin bir parçası olarak kullanılmaktadırlar. Kozmesötikler; canlı doku üzerinde farmasötik bir etkiye sahip olmadan biyolojik fayda sağlayan kozmetik ürünlerdir. Kozmesötikler sporla ilişkili dermatolojik bozuklukların tedavilerde etkilidir ve reçeteli ilaçlar olarak yararlı bir yardımcı olabilirler (Hunt, 2020).

Uyarıcı Spor Kozmetikler

Uyarıcı ürünler özellikle hyper-aemising veya soğutma kapasitesi olanlar için sıklıkla sporcu ya da spor yapan bireylerin vücutlarının fiziksel hazırlık performansını artırmak için kullanılmaktadır. Leite ve Ribeiro (2010) yapmış olduğu bir çalışmada bir soğutma sıvısının geleneksel kriyoterapiye karşı terapötik etkinliğini değerlendirmişler ve çalışmalarında katılımcılara iki kriyoterapi yöntemi (oda sıcaklığında ıslak havluda kırılmış buz ve sıvı buz) uygulamışlardır. Hohenauer, Clijsen, Cabri ve Clarys (2009) tarafından yapılan bir çalışmada, sıvı buz uygulamasına kıyasla kırılan buz uygulamasının daha düşük cilt yüzey sıcaklığına neden olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca spor kozmetiklerinde kullanılan yasemin yağının, kanda oksijen doygunluğunda, solunum hızında, sistolik ve diyastolik kan basıncında önemli uyarıcı etkilerinin olduğu ifade edilmiştir (Hongratanaworakit, 2010).

Hijyenik Spor Kozmetikler

Takım şeklinde yapılan spor türlerine katılmanın sporcu üzerinde olumlu etkileri olabileceği gibi aynı zamanda sporcunun çeşitli bulaşıcı hastalıklara maruz kalması riskini de oluşturmaktadır. Enfeksiyon için başlıca risk faktörleri arasında, aktif cilt enfeksiyonları olan sporcularla cilt teması, çevresel maruziyetler, fiziksel travma, ekipman paylaşımı ve kontamine nesnelere (fomitlerle) yer alır. Takım sporlarına özgü yakın temas ve ergenlikle ilişkili psikososyal faktörler ek risklerdir. Temel hijyen davranışları, sporla ilişkili enfeksiyonların tanınmasına, teşhisine, tedavisine ve önleyici müdahalelerin uygulanmasına bağlıdır (Gomez-Lopez vd., 2008). Fiziksel aktiviteden sonra, yeterli kişisel hijyen vücudun sağlıklı kalmasında hayati bir önem taşımaktadır. Yapılan her egzersizden sonra duş alma ve temizlik amaçlı kozmetik ürünü kullanımı gereklidir. Böylece Ph değeri bakımından nem içeriği ve temiz bir cilt kapasitesi sağlanmış, cildin doğal dengesi desteklenmiş olur (Clijsen vd., 2014).

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışmanın amacı; kozmetik endüstrisi tarafından çok çeşitli kozmetik ürünlerin ticarileştirilmesi için kullanılan “Spor kozmetiği” terminolojisi ile ilgili literatürü araştırmaktır. Ayrıca kozmetiklerin spordaki rolü, psiko fiziksel uyarım aracı, vücudu sağlıklı tutmak için değerli bir önleyici tedbir ve spor aktivitelerinin hedeflerine ulaşmak için önemli bir yardım olarak tanımlayabilmek için bir çalışma yapmaktır. Fakat literatürde spor kozmetiği terminolojisini kullanan oldukça sınırlı sayıda çalışmanın mevcut olduğu görülmüştür (Clijsen vd., 2014; Greiter, 1985). Bu çalışma, literatürde mevcut olan bu boşluğu doldurması açısından önem arz etmektedir. Bu çalışma da örneğin bir maraton koşucusunun, binici bir kadının, bir triatletin veya üst düzey bir sporcunun ihtiyaç duyduğu gerçek performans gösteren kozmetik ürünlerini tam olarak tanımadığı veya özelleştirilmiş ürünlerin çok az sayıda ve bazı ülkelerde geliştirildiği tespit edilmektedir.

Spor aktivitelerinde, sporcuların gereksinimlerini karşılayacak özel tasarlanmış kozmetik ürünleri geliştirmenin gerekliliği öngörülmektedir. Aktif olarak spor yapan tüm bireylerin antrenman ya da müsabakalar da cilt bakım ve korumasına ihtiyaç duyduğu düşünülmektedir. Sporcuların kendine olan güveni ve doğal güzelliğini arttırmakla birlikte sadece iyi görünmekle kalmayıp aynı zamanda sporcunun kendisini harika hissetmesine yardımcı olan ürünlerin geliştirilmesine ihtiyaç bulunmaktadır.

"Spor kozmetik" terminolojisi, kozmetik endüstrisi tarafından çok çeşitli kozmetik ürünleri ticarileştirmek için kullanılmaktadır. Bazıları sporda kullanım için özel olarak geliştirilmiş ve sporcuların ihtiyaçlarına iyi uyarlanmıştır (Clijsen vd., 2014). “Spor ile kozmetiğin arasında kurulan doğal bağlantının, sporun ve spor yapan insanların ihtiyaçlarına göre tasarlanan bu ürünlerin gerekliliği şart mı?” sorusu tartışılması ve üzerine daha çok çalışma yapılması gereken konular arasındadır. Sporcunun kendine özgüveni, güzellik ve çekicilik algısı, spor esnasında cildin korunması, dermatolojik hastalıkların tedavisinin sağlanması, spora teşvik etmek için

vücudun fiziksel performansının artırılması ve fiziksel aktivite sonrasında sporcuların kişisel hijyenlerinin sağlanması önemli konulardandır. Spor kozmetikleri; sporcuların hedeflerine ulaşmalarına yardım eden, her türlü hazırlık, koruma ve fiziksel iyileşme ihtiyaçlarını karşılayan, sporculara dinamik, yenilikçi ve üstün ürünler oluşturmayı hedefleyen bir sektör haline geleceği düşünülmektedir. Sporcuların branşlarına bakılmaksızın, diğer ergojenik yardımcılarla birlikte uygulanabilir ve değerlendirilebilir. Spor kozmetiklerinin oyuncular üzerindeki etkisini daha iyi anlamak için bu tür araştırmaların bir sonraki çalışmalarda yapılması öngörülmektedir. Dünyada spor kozmetikleri başlığı adı altında tasarlanan tüm ürün kombinasyonları egzersiz ve sporda kullanılan en yeni trend ürünler olabilmektedir. Sporda, masaj başlama yağları, güneş koruyucu yağlar, geri toparlanmada etkili yağlar, cilt koruma kremleri, spor makyajı gibi ürünlerin ergojenik bir etkiye sahip olduğu ve dolayısıyla fiziksel performansın iyileştirilmesine yardımcı olabileceği düşünülmektedir.

Sonuç olarak bu ürünlerin egzersiz performansı üzerindeki etkileri ve bu etkilerin eş zamanlı olarak spor performansı ile ilişkili olup olmadığını belirleyebilmek için daha fazla çalışmaya ihtiyaç duyulmaktadır. Bu bağlamda araştırmacıların söz konusu konuları çalışmaları için teşvik edilmesi gerekmektedir. Bu derlemenin spor kozmetikleriyle ilgili bundan sonra yapılacak olan çalışmalara ışık tutacağı düşünülmekte olup, sporcularda kullanılan kozmetiklerin etkilerini araştıran daha detaylı bir çalışmanın temelini oluşturabilir.

KAYNAKLAR

- Blanco-Dávila, F. (2000). Beauty and the body: The origins of cosmetics. *Plastic and reconstructive surgery*, 105(3), 1196-1204. DOI: 10.1097/00006534-200003000-00058.
- Cash, T.F. & Walker Cash, D. (1982). Women's use of cosmetics: Psychosocial correlates and consequences. *International Journal of Cosmetic Science*, 4: 1-13. <https://doi.org/10.1111/j.1467-2494.1982.tb00295.x>.
- Clijisen, R., Barel, A. O. & Clarys, P. (2014). Use of Cosmetics in Sports. *Erişim tarihi; 06.12.2020*, https://www.researchgate.net/profile/Ron_Clijisen/publication/263397952_The_Use_of_Cosmetics_in_Sport/links/54c7a8580cf238bb7d0af5be/The-Use-of-Cosmetics-in-Sport.pdf.
- Çomoğlu, T. (2012). Kozmetikler. *Marmara Pharmaceutical Journal*, 16(1), 1-8. DOI: 10.12991/201216414.
- Greiter, F. (1981). Kosmetik und Spon. *Osterreich Journal fur Sponmedizin*, 2, 9-15.
- Greiter, F. (1985). Sports and cosmetics. *Sports Medicine*, 2(4), 248-253. DOI: 10.2165/00007256-198502040-00002.
- Greiter, F. (1984). *Moderne Cosmetic*. In press: 67-71; 310-317; 211- 214; 217-218.
- Groll, D. (1984). Kosmetiktage Karlsruhe zu Gast in Berlin. *Parfümerie und Kosmetik*, 62 (Suppl. 8): 246.
- Gomez-Lopez, A., Alastruey-Izquierdo, A., Rodriguez, D., Almirante, B., Pahissa, A., Rodriguez-Tudela, J. L. & Cuenca-Estrella, M. (2008). Prevalence and susceptibility profile of Candida metapsilosis and Candida orthopsilosis: results from population-based surveillance of candidemia in Spain. *Antimicrobial agents and chemotherapy*, 52(4), 1506-1509. DOI:10.1128/AAC.01595-07.
- Hareke, E. & Roseeuw, D. (1999). The scope of onychomycosis: epidemiology and clinical features. *Int J Dermatol*, 38(2), 7-12. DOI: 10.1046/j.1365-4362.1999.00015.x.
- Hohenauer, E., Clijisen, R., Cabri, J. & Clarys, P. (2009). Effects of different local cooling applications on the endurance capacity during cycling. *14th Annual Congress of the European College of Sport Science Book of Abstracts* (ss.321). Oslo/Norway.
- Hongratanaworakit, T. (2010). Stimulating effect of aromatherapy massage with jasmine oil. *Natural product communications*, 5(1), 157-162. <https://doi.org/10.1177/1934578X1000500136>.
- Hunt, M. (2020). Kozmesötikler. Erişim tarihi; 20.02.2020, <https://www.dermcoll.edu.au/atoz/cosmeceuticals/>.
- Kaynar, Ö., Engin, R. İ., Dağdeviren, F., Yılmaz, M., Özkan, B. & Öztürk, S. (2017). Türk güreşçilerde deri enfeksiyonları sıklığının araştırılması. *Turkderm*, 51(3), 84. DOI: 10.4274/turkderm.81231.
- Kışlalıoğlu, S. (2004). Kozmetoloji Bilimi. In: *Kozmetik Bilimi*. (Editors: Yazan, Y.). İstanbul: Nobel Tıp Kitabevi, 3-9.
- Kordi, R., Ziaee, V., Rostami, M. & Wallace, W. A. (2012). Sports injuries and health problems among wrestlers in Tehran. *JPMA-Journal of the Pakistan Medical Association*, 62(3), 204-208.
- Lacerda, T.O. (2002). *Elementos para a construc,ão de uma Este'tica do Desporto*. Not Published Doctoral Dissertation, Faculty of Sports of the University of Porto, Porto.

Ünalmiş, M. (2020). Kozmetikte yeni trend: Spor kozmetikleri. *Avrasya Spor Bilimleri ve Eğitim Dergisi*, 2(2), 135-146.

Leite, M. & Ribeiro, F. (2010). Liquid Ice™ fails to cool the skin surface as effectively as crushed ice in a wet towel. *Physiotherapy theory and practice*, 26(6), 393-398. <https://doi.org/10.3109/09593980903229240>.

Mantar, F. Y. (2001). Deri Hastalıkları ve Frengi Arşivi, *Türkderm*, 35(4), 1-5.

Manela-Azulay, M., & Bagatin, E. (2009). Cosmeceuticals vitamins. *Clinics in dermatology*, 27(5), 469-474. <https://doi.org/10.1016/j.clindermatol.2009.05.010>.

Moehrle, M. (2008). Outdoor sports and skin cancer. *Clinics in dermatology*, 26(1), 12-15. DOI: 10.1016/j.clindermatol.2007.10.001.

Rosso, S., Zanetti, R., Martinez, C., Tormo, M. J., Schraub, S., Sancho-Garnier, H., ... & Laurent, R. (1996). The multicentre south European study 'Helios'. II: Different sun exposure patterns in the aetiology of basal cell and squamous cell carcinomas of the skin. *British journal of cancer*, 73(11), 1447-1454. DOI: 10.1038/bjc.1996.275.

Sidle, D. M. & Decker, J. R. (2011). Use of makeup, hairstyles, glasses, and prosthetics as adjuncts to scar camouflage. *Facial Plastic Surgery Clinics*, 19(3), 481-489. DOI: 10.1016/j.fsc.2011.06.004.

Seippel, Ø. (2006). The meanings of sport: fun, health, beauty or community?. *Sport in Society*, 9(1), 51-70. DOI: 10.1080/17430430500355790.

Sungur, S. A., Şahne, B. S. ve Yeğenoğlu, S. (2018). Kozmetik ürünlerin tarihçesi, ürün tanıtımlarının yasal durumu ve tüketici davranışı açısından değerlendirilmesi. *Mersin Üniversitesi Tıp Fakültesi Lokman Hekim Tıp Tarihi ve Folklorik Tıp Dergisi*, 8(3), 191-197. DOI: 10.31020/mutftd.432259.

Wertz, S. K. (1983). Context and intention in sport and art. *Southwest Philosophical Studies San Marcos, Tex*, 8(3), 145-147.

Witt, G. (1989). The world of sport-A world of aesthetic values. *Sport Science Review*, 12, 10-15.

EXTENDED ENGLISH SUMMARY

New Trend in Cosmetics: Sports Cosmetics

Introduction: The link between sports and cosmetics was first established in 1981 at the St Christoph, Austria International Congress of Sports Medicine. This issue was brought to the agenda at the sports medicine world congress in Vienna in 1982 and was discussed by the German Cosmetic Association Chemists in West Berlin in April 1982 (Greiter, 1985). The cosmetics sector, one of the growing sectors in the 21st century, has increased its market share day by day and has brought new terminologies to the literature with its special needs in various fields as well as its rapid growth. In this context, the most striking terminology of cosmetics has been "Sports Cosmetics". Sports cosmetics terminology is currently used by the cosmetic industry in a wide range of commercial cosmetic products. It is seen that the use of cosmetic products is effective in eliminating the injuries experienced by the athletes before, during and after exercise in many cases. Sports cosmetics were developed to provide a subjective feeling and increase physical performance without any evidence of efficiency, thus making positive contributions to the needs of athletes (Clijisen et al, 2014). These products, specially designed according to the activities of athletes working in different sports branches, have started to create a new field that is growing rapidly and increasing its importance in the cosmetics sector. Sports cosmetics are also used in sports branches where aesthetics are at the forefront (gymnastics, ice skating, etc.) to increase the self-confidence of the athletes and to provide the perception of beauty and attractiveness. Again, protecting the skin during physical activity and providing personal hygiene of athletes after physical activity, sports cosmetics have an important place in the treatment of dermatological diseases that can be encountered frequently. As a result of the literature review, it was determined that the researches on the selected subject are very limited. In the limited number of studies available (Clijisen et al, 2014; Greiter, 1985), it is thought that the concept and classification of sports cosmetics have not been adequately clarified. This situation shows the importance and necessity of carrying out this study. In this study, the results of the research and literature on sports cosmetics were classified and the relationship established between sports and cosmetics with the acceptance of sports cosmetics as terminology was examined. At the same time, the cosmetics industry, which grows and develops very rapidly with technological developments, has been tried to be classified by introducing the concept of sports cosmetics, a phenomenon that is designed and created according to the needs of sports and athletes, with the idea of opening a commercial field.

Classification of Sports Cosmetics

Aesthetic Sports Cosmetics: Sport and physical activity have a positive effect on our emotions such as health, subjective well-being, image, strength, and well-being. "Body and appearance" is very important in sports. The beauty aspect in sports has gained importance especially with the advent of television broadcasts. Special cosmetic services prepared for the World Championships and Olympic Games have made the interest in beauty official. In this way, the phenomenon of charm and beauty has gained importance for athletes and some branches (Greiter, 1981). Today

companies have their own cosmetic lines; colors, the line of the clothes in sports equipment, supported by the appearance. These sports cosmetics are tailored to the needs of the individual athlete, such as waterproof, sweat-resistant make-up and deodorant fragrances (Clijsen et al, 2014). All these reveal the relationship between cosmetic use and self-confidence, the relationship between self-image and assurance, as well as social acceptance. Considering that attractiveness is related to happiness, it is thought that it can help athletes achieve their goals in sports with sports cosmetics that improve good looks and emphasize personality (Cash ve Walker, 1982).

Skin Protective Sports Cosmetics: The skin is an organ that is frequently affected in various sports. Sports-related dermatoses can be listed as infections, inflammatory conditions, traumatic lesions, some lesions and neoplasms to environmental factors (Greiter, 1984). In many activities, sports apply stress to the skin surface. Depending on the activity applied, an athlete's skin is often exposed to harsh environmental conditions during physical exercise. Athletes engaged in outdoor sports such as skiing, mountaineering, cycling or triathlon receive significant UV doses due to training and competition programs with high sun exposure, and altitude-related increased UV radiation in alpine sports and reflection from snow and ice-covered surfaces (Moehrle, 2008). In line with the needs of the athlete, the cosmetic industry has developed protective skin care products and special preservatives to protect the skin. Effective skin protection is of particular importance in sports. Lesions such as protection against sunburn, cold air, cold water, insect bites, abrasions or blisters against application are increasingly important for effective cosmetics. (Greiter, 1981). The formulation and consistency of cosmetics can meet the needs of various sports disciplines. Some products such as oil and water oil emulsions and gels in water reveal the necessity of choosing individual athletes according to special needs (Groll, 1984).

Therapeutic Cosmeceuticals: The term cosmeceutical was introduced by dermatologist Dr. by Albert Kligman. Derived from a combination of the words cosmetics and pharmaceuticals like cosmetics, they are applied topically as creams or lotions, but contain active ingredients that have an effect on skin cell function Cosmeceuticals are used over-the-counter and are often used as part of a regular skincare regimen to help improve skin tone, texture, pigmentation, and fine lines. Cosmeceuticals are cosmetic products that provide biological benefits without having a pharmaceutical effect on living tissue. Cosmeceuticals are effective in treating sports-related dermatological disorders and can be a useful aid as prescription drugs (Hunt, 2020).

Stimulating Sports Cosmetics: Stimulant products are often used to increase the physical preparation performance of the bodies of athletes or individuals who do sports, especially for those who have hyper-aemising or cooling capacity. In addition, it has been stated that jasmine oil used in sports cosmetics has important stimulating effects on oxygen saturation in the blood, respiratory rate, systolic and diastolic blood pressure (Hongratanaworakit, 2010).

Hygienic Sports Cosmetics: Participating in sports that are done in a team form can have positive effects on the athlete, as well as the risk of exposure to various infectious diseases. Major risk factors for infection include skin contact with athletes with active skin infections, environmental exposures, physical trauma, equipment sharing, and contaminated objects (with fomites). Close contact specific to team sports and psychosocial factors associated with adolescence are additional risks. It depends on the recognition, diagnosis, treatment and implementation of preventive interventions of basic hygiene behaviors, sports-related infections (Gomez et al, 2008). After physical activity, adequate personal hygiene is vital to keeping the body healthy. It is necessary to use cosmetic products for showering and cleaning after each exercise (Clijsen et al, 2014).

Conclusion and Suggestions: The aim of this study is; To research the literature on the terminology of "Sports cosmetics" used by the cosmetics industry to commercialize a wide variety of cosmetic products. In addition, the role of cosmetics in sports is to conduct a study to define it as a tool of psycho-physical stimulation, a valuable preventive measure to keep the body healthy, and an important aid in achieving the goals of sports activities. However, it has been observed that there are quite a limited number of studies using the terminology of sports cosmetics in the literature (Greiter, 1985; Clijsen 2014). This study is important in terms of filling this gap in the literature. It is anticipated that different high-performance cosmetic products specially designed to meet the sports activities and the needs of the athletes should be brought. It is anticipated that all individuals who do sports actively need make-up, skin care and protection, which should be created either in competitions, in the gym or on the dance floor, considering all kinds of sports exercises. It is believed that there is a need to develop products that not only look good, but also help the athlete to feel great, while increasing self-confidence and enhancing natural beauty in athletes. We propose to create a sector with all stakeholders that accompanies athletes to achieve their goals and creates dynamic and innovative superior products that meet the needs of athletes for preparation, protection and physical recovery. Sports cosmetics can be a useful and ethical tool for athletes to achieve their goals in sports. It can be applied and evaluated in conjunction with other ergogenic aids, regardless of the athlete's branch. In order to better understand the effect of sports cosmetics on actors, such research is envisaged to be carried out in the next studies. As a result, more studies are needed to determine the effects of these products on exercise performance and whether these effects are simultaneously related to sports performance. In this context, researchers should be encouraged to study these issues. It is thought that this review will shed light on the future studies on sports cosmetics and may form the basis of a more detailed study investigating the effects of cosmetics used in athletes.



Except where otherwise noted, this paper is licensed under a **Creative Commons Attribution 4.0 International license**.