



# ULUSAL SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ

# JOURNAL OF NATIONAL SPORT SCIENCES

2021, Cilt 5, Sayı 1 | 2021, Volume 5, Issue 1  
Çevrimiçi Basım Tarihi: HAZİRAN 2021 | Publishing Date: JUNE 2021  
ISSN: 2587-134X | ISSN: 2587-134X

Yayın hakkı © 2016 USBD  
Ulusal Spor Bilimleri Dergisi yılda 2 kez (Haziran-Aralık) yayımlanan Ulusal hakemli süreli bir yayındır.  
JNSS is published biannually (June-December)  
<http://dergipark.org.tr/usbd>

## Ulusal Spor Bilimleri Dergisi Adına Sahibi – Owner

Dr. Pınar GÜZEL GÜRBÜZ

## Editörler – Editor in Chief

Dr. Pınar GÜZEL GÜRBÜZ  
Dr. Kadir YILDIZ

## Yayın Kurulu – Publishing Board

Dr. Bekir YÜKTAŞIR	Sinop Üniversitesi
Dr. Dilşad MİRZEOĞLU	Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi
Dr. Feyza Meryem KARA	Kırıkkale Üniversitesi
Dr. Hulusi ALP	Süleyman Demirel Üniversitesi
Dr. Murat TAŞ	Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Dr. Selhan ÖZBEY	Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Dr. Tennur YERLİSU LAPA	Akdeniz Üniversitesi

## Yayın Koordinatörü/Publishing Coordinator

Dr. Kadir YILDIZ

## İngilizce Dil Editörü/Proofreading for Abstracts

Öğr. Görevlisi Devrim ZERENGÖK

## Yazım Kontrol Grubu – Editing Scout

Dr. Melike ESENTAŞ

## Ağ Sistemi Yöneticisi – Webmaster

Öğrt. Mustafa KUŞ

## BİLİM KURULU – SCIENTIFIC BOARD

Dr. Ahmet UZUN	Necmettin Erbakan Üniversitesi
Dr. Ali AYCAN	Abant İzzet Baysal Üniversitesi
Dr. Ali ÖZKAN	Bartın Üniversitesi
Dr. Aylin ÇELEN	Abant İzzet Baysal Üniversitesi
Dr. Bahar ATEŞ ÇAKIR	Uşak Üniversitesi
Dr. Bekir YÜKTAŞIR	Sinop Üniversitesi
Dr. Betül BAYAZIT	Kocaeli Üniversitesi
Dr. Burak GÜRER	Gaziantep Üniversitesi
Dr. Cenab TÜRKERİ	Çukurova Üniversitesi
Dr. Cenk TEMEL	Akdeniz Üniversitesi
Dr. Defne ÖCAL KAPLAN	Kastamonu Üniversitesi
Dr. Dilşad ÇOKNAZ	Abant İzzet Baysal Üniversitesi
Dr. Dilşad MİRZEOĞLU	Sakarya Üniversitesi
Dr. Enes IŞIKGÖZ	Mardin Artuklu Üniversitesi
Dr. Ercan POLAT	Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi
Dr. Erdil DURUKAN	Balıkesir Üniversitesi
Dr. Ertuğrul GELEN	Sakarya Üniversitesi
Dr. Esin ERGİN	Adnan Menderes Üniversitesi
Dr. Evren TERCAN KAAS	Akdeniz Üniversitesi
Dr. Faik ARDAHAN	Akdeniz Üniversitesi
Dr. Fatma Filiz ÇOLAKOĞLU	Gazi Üniversitesi
Dr. Feyza Meryem KARA	Kırıkkale Üniversitesi
Dr. Gazanfer DOĞU	İstanbul Aydın Üniversitesi
Dr. Güner EKENCİ	İstanbul Gelişim Üniversitesi
Dr. Hayri ERTAN	Eskişehir Teknik Üniversitesi
Dr. İbrahim ERDEMİR	Balıkesir Üniversitesi
Dr. Kadir YILDIZ	Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Dr. Kerem Yıldırım ŞİMŞEK	Eskişehir Teknik Üniversitesi
Dr. Levent ATALI	Kocaeli Üniversitesi
Dr. M. Ertan TABUK	Hitit Üniversitesi
Dr. Mehmet GÜLLÜ	İnönü Üniversitesi
Dr. Müberra ÇELEBİ	Düzce Üniversitesi
Dr. Mücahit FİŞNE	Cumhuriyet Üniversitesi
Dr. Müge A. MUNUSTURLAR	Eskişehir Teknik Üniversitesi
Dr. Murat TAŞ	Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Dr. Nazmi SARITAŞ	Erciyes Üniversitesi
Dr. Nevzat MİRZEOĞLU	Sakarya Üniversitesi
Dr. Nuran KANDAZ GELEN	Sakarya Üniversitesi
Dr. Nurten DİNÇ	Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Dr. Osman ATEŞ	İstanbul Üniversitesi
Dr. Osman Tonguç MUTLU	Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi
Dr. Özden TEPEKÖYLÜ	Pamukkale Üniversitesi
Dr. Pınar GÜZEL	Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Dr. Recep SOSLU	Bartın Üniversitesi
Dr. Sabri ÖZÇAKIR	Abant İzzet Baysal Üniversitesi
Dr. Sait TARAKCIOĞLU	Ege Üniversitesi
Dr. Selami ÖZSOY	Abant İzzet Baysal Üniversitesi
Dr. Semiyha TUNCEL	Ankara Üniversitesi
Dr. Şerife VATANSEVER	Uludağ Üniversitesi
Dr. Serkan HAZAR	Cumhuriyet Üniversitesi
Dr. Suat KARAKÜÇÜK	Gazi Üniversitesi
Dr. Tekin ÇOLAKOĞLU	Gazi Üniversitesi
Dr. Tennur YERLİSU LAPA	Akdeniz Üniversitesi
Dr. Uğur SÖNMEZOĞLU	Pamukkale Üniversitesi
Dr. Ünal KARLI	Abant İzzet Baysal Üniversitesi
Dr. Volkan UNUTMAZ	Ege Üniversitesi

**2021: 5(1) SAYI HAKEMLERİ / REVIEWERS FOR 2021: 5(1)**

Dr. Hacı Şükrü TAŞTAN  
Dr. Halil Evren ŞENTÜRK  
Dr. Mehmet GÜLLÜ  
Dr. Murat AYGÜN  
Dr. Mustafa Ertan TABUK  
Dr. Mustafa Kemal GÜMÜŞ  
Dr. Naci KALKAN  
Dr. Nurgül TEZCAN  
Dr. Nurten DİNÇ  
Dr. Serkan KURTİPEK  
Dr. Sevim GÜLLÜ  
Dr. Sinan AKIN  
Dr. Süleyman MUNUSTURLAR  
Dr. Süleyman Murat YILDIZ  
Dr. Uğur ÖZER

## **EDİTÖRDEN MEKTUP**

Değerli spor bilimciler, Ulusal Spor Bilimleri Dergimiz (USBBD) Hakemli bir dergi olup yılda 2 kez Haziran ve Aralık aylarında yayınlanmaktadır. Dergimizin 2021 yılı ilk sayısı ile tekrar sizlerle birlikte olmanın onurunu ve mutluluğunu yaşıyoruz. Bu sayımızda yine kavramsal veya araştırmaya dayanan, sahasına katkı sağlayacağı düşünülen Spor Bilimleri alanının farklı disiplinlerinden bilimsel makalelere yer verilmiştir. Bu çalışmalarını sizlere ulaştırmaktan gurur duymaktayız. Dergimiz ASOS Index, Türk Eğitim İndeksi, Academic Keys, ResearchBib, Index Copernicus, Journal Factor, Ideonline gibi indekslerde taranırken, çeşitli Üniversitelerimizin de online kütüphane kataloğunda yer almaktadır. Dergimizin yayın sürecinde başta siz değerli yazar ve okuyucular olmak üzere değerli bilim kurulu üyelerimize ve editör ekibimize katkılarından dolayı teşekkürlerimizi sunuyoruz. Dergimizin bu sayısında yedi araştırma makalesi ve iki derleme çalışmasına yer verilmiştir. Ayrıca bir çalışma da dergimiz yayın kurulu üyeleri önerisi ile red edilmiştir. Bu çalışmalarını ilgi ve keyifle okuyacağımızı umuyoruz. Ulusal Spor Bilimleri Dergisi yayın kurulu olarak yapmış olduğunuz değerli çalışmalardan ve desteklerinizden dolayı teşekkür ederiz.

**Doç. Dr. Pınar GÜZEL GÜRBÜZ**

**Editör**

**Orijinal Makale / Original Article**

Sayfa/  
Page

**Yaz Kamplarına Katılan Öğrencilerin Sportmenlik Davranışlarının ve Spora Katılım Güdülerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi**

*Investigation of the Sportpersonship Behaviors of the Student Participating I-in the Summer Camps and Their Participation Motivation as of Some Variables* 1-12

Şeymanur BİRCAN, Mehmet Çağrı ÇETİN.....

**21. Yüzyıl Yaz Olimpiyat Oyunlarında Teknoloji Kullanımı Üzerine Bir İnceleme**

*A Review on the Use of Technology at the 21st Century Summer Olympic Games* 26-39

Emre DÖNMEZ , Emine KAYA, Kadir YILDIZ .....

**Taekwondo Sporcularının Hoşgörü Eğilimlerinin İncelenmesi**

*Investigation of Tolerance Tendencies of Taekwondo Athletes* 40-50

Ariz ÖZSARI, Hamdi PEPE, Şirin PEPE, İ. Bülent FİŞEKÇİOĞLU .....

**Sedanterlerde Kinezyofobinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi**

*Invertigation of Kinesiophobia According to Various Variables* 51-63

Furkan ERGÜL, Hulusi ALP .....

**Cimnastik Branşında Antrenör ve Hakem Olarak Görev Yapan Bireylerin İş Yaşamındaki Mutluluk Seviyelerinin İncelenmesi**

*Investigation of the Happiness Levels of the Individuals Working as Gymnastics Coaches and Referees in Working Life* 64-76

Banu GÜNDOĞAN, A. Azmi YETİM .....

**Sporda Pozisyonel Rekabet Ölçeği: Futbolcular Üzerinde Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması**

*Positional Competition in Sports Questionnaire: A Validity and Reliability Study on Footballers* 77-90

Mehmet Haşim AKGÜL, Ahmet Yavuz KARAFİL .....

**Çok Amaçlı Rekreasyonel Spor Tesislerinde Hizmet Kalitesi ve Alt Boyut İlişkilerinin İncelenmesi**

*Examination of Service Quality and Sub-Dimension Relations in Multi-Purpose Recreational Sports Facilities* 91-103

Oktay YİĞİT, Eray YURTSEVEN .....

**Derleme / Review**

Sayfa/  
Page

**Kâr Amacı Gütmeyen Kurumlarda Bir Pazarlama Aracı Olarak Gerilla Pazarlama: Gençlik ve Spor Faaliyetleri Örneği**

*Guerilla Marketing as a Marketing Tool in Nonprofit Organizations: Youth and Sports Activities Sample* 13-25

Zafer ÇİMEN, Ömer ÖZBEY, Doğukan DOĞAN .....

**Ergojenik Destekler: Özel Bir Grup "Veteran Sporcular"**

*Ergogenic Supplements: A Special Group "Master Athletes"* 104-121

Gökhan ÇELİK, Hatice Merve BAYRAM, Arda OZTURKCAN .....



## Yaz Kamplarına Katılan Öğrencilerin Sportmenlik Davranışlarının ve Spora Katılım Güdülerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi

Şeymanur BİRCAN<sup>1\*</sup> , M. Çağrı ÇETİN<sup>1</sup> 

<sup>1</sup>Mersin Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi.

**Orijinal Makale**

Gönderi Tarihi: 12.03.2021

Kabul Tarihi: 09.05.2021

**DOI:10.30769/usbd.896100**

Online Yayın Tarihi:30.06.2021

### Öz

Bu çalışmanın amacı yaz kamplarına katılan ortaokul ve lise öğrencilerinin sportmenlik davranışları ile spora katılım güdeleri arasındaki ilişkiyi istatistiksel olarak tespit etmek bunun yanında cinsiyet, sınıf düzeyi, kardeş sayısı, anne-baba eğitim durumu değişkenleriyle karşılaştırmaktır. Çalışma, gerekli izinler alınarak, 2018 yaz döneminde Ankara Büyükşehir Belediyesine bağlı Altınoluk Sosyal Tesisleri'ne kamp amaçlı gelen 208 genç kadın (%53.2) ve 183 genç erkek (%46.8) toplam 391 öğrencinin gönüllü olarak katılımıyla başlatılmıştır. Çalışmaya katılan öğrencilerin sportmenlik davranışlarını ölçmek amacıyla "Beden Eğitimi Dersi Sportmenlik Davranışı Ölçeği", spora katılım güdülerini ölçmek amacıyla ise "Spora Katılım Güdüsü Ölçeği" kullanılmıştır. Ölçekler için yapılan güvenirlik testi sonucunda BEDSDÖ'nin Cronbach Alpha katsayısı .86, SKGÖ'nin ise .81 bulunmuştur. Öğrencilerin sportmenlik puanları cinsiyetle karşılaştırıldığında genç kadın öğrencilerin puanları genç erkek öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur, öğrencilerin sportmenlik puanları ile sınıf düzeyleri, anne-baba eğitim durumları ve kardeş sayısı değişkenleri arasında fark/ilişki bulunmamıştır. Öğrencilerin spora katılım güdüsü puanları ile cinsiyet, sınıf düzeyi, anne-baba eğitim durumu ve kardeş sayısı değişkenleri arasında fark/ilişki bulunmamıştır. Öğrencilerin sportmenlik puanları ile spora katılım güdüsü puanları arasında negatif yönde, düşük düzeyde, anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Bu sonuca göre katılımcıların sportmenlik düzeyleri arttıkça spora katılım güdüleri azalmaktadır veya sportmenlik düzeyleri azaldıkça spora katılım güdüleri artmaktadır.

**Anahtar kelimeler:** Sportmenlik, Fair-play, spora katılım güdüsü, motivasyon.

## Investigation of the Sportpersonship Behaviors of the Student Participating In the Summer Camps and Their Participation Motivation as of Some Variables

### Abstract

The aim of this study is to statistically determine the relationship between the sportpersonship behaviors of middle and high school students attending summer camps and their motivations to participate in sports, as well as to compare it with the variables of gender, grade level, number of siblings, and parents' educational status. The study was initiated with the voluntarily participation of a total of 391 students, including 208 young women (53.2%) and 183 young men (46.8%), who came to Altınoluk Social Facilities affiliated to Ankara Metropolitan Municipality for camping purposes, after obtaining the necessary permissions. The "Sportpersonship Behavior Scale in Physical Education Course Scale" was used to measure the sportpersonship motivations of the students participating in the study, and the "Participation Motivation Questionnaire Scale" was used to measure the motivations for participation in sports. As a result of the reliability test for the scales, the Cronbach Alpha coefficient of the BEDSDÖ was found to be .86, and for the IPSAS .81. When the sportpersonship scores of the students were compared with the gender, the scores of young female students were found to be higher than the young male students, there was no difference/relationship between the students' sportpersonship scores and the variables of class levels, parents' education levels and number of siblings. A negative, low-level, significant relationship was found between the students' sportpersonship scores and their motivation to participate in sports scores. According to this result, as the sportpersonship levels of the participants increase, their motivation to participate in sports decreases or as their sportpersonship levels decrease, their motivation to participate in sports increases.

**Keywords:** Sportpersonship, fair-play, motivation for participation in sports, motivation.

\* Sorumlu Yazar: Şeymanur BİRCAN, E-posta: seymanurbircan@gmail.com

## GİRİŞ

Geçmişten günümüze spor; insan hayatında farklı şekil, form, kural ve kullanım amaçlarıyla yer almış, hem fiziksel olarak sağlık ve etkinlik kaynağı hem psikolojik rahatlama kaynağı, hem de ekonomik kaygısı olan bir enstitü halini almıştır (Katkat, 2010; Tanrıverdi, 2012). Eski çağlarda beslenme ve hayatta kalma mücadelesiyle ortaya çıkan bu olgu çağlar değiştikçe farklı amaçlarda kullanılarak devam etmiş ve aynı zamanda farklı kültürlerin de etkisiyle çeşitlenerek büyümüştür (Çumralıgil ve Görücü, 2007). Spor hangi amaçla kullanılırsa kullanılsın verim elde edebilmek için spor ilke ve kurallarına, etiğine, felsefesine ve ahlakına bağlı kalmak gerekmektedir (Pehlivan, 2004) bu açıdan ele alınınca spor birçok olumlu ve olumsuz kavramı bünyesinde taşımakla beraber insan hayatını da farklı yönlerden etkilemektedir. Bu etkilerin ekonomik ve rekabetçi boyutu önem kazandıkça sporda sportmenlik kavramı da önemini yitirmeye ve aslında olması gereken “spor dostluk, barış ve kardeşliktir” ideali yerini “sportif hırs” a bırakmıştır (Erdemli, 1996).

Sporcuların sporda gittikçe artan sportmenlik dışı davranışlarını önlemek adına bunun tersi olan bir takım sportmence davranışlara yönlendirilmesi zorunluluk halini almıştır (Yıldıran, 2004). Bu sportmence davranışlar uluslararası ve ulusal literatürde karşımıza İngilizcedeki kullanımı olan “fair play” tabiriyle çıkmaktadır, Türkçe’de bu tabiri “adil oyun, hilesiz oyun, tarafsızlık, sportif erdem ve dürüst oyun” sözcükleri karşılamaktadır. Ayrıca Türkiye’de “fair play” kavramının ilk kez doğrudan kullanıldığı kaynak 1974 yılında Gençlik ve Spor bakanlığı tarafından M. Ateşoğlu’na tercüme ettirilen “Sportif Erdem-Fair-Play” adlı eserdir (akt. Erdemli, 1992). Sportmenlik kavramı; müsabakalar esnasında sporcuların, şartların olağanüstü güçleşmesi halinde dahi sakin, sabırlı ve tutarlı şekilde davranmaları, ne pahasına olursa olsun kendi adına haksız avantajları aynı zamanda da rakibin haksız dezavantajlarını kabul etmemeleri, rakibine dostane yaklaşımları ve düşmanca algıdan kaçınmaları, rakibi oyunun gerçekleşmesini sağlayan bir etken olarak görmesine dayanan bir olgudur (Yıldıran, 2004). Sportmenlik kavramının vurguladığı etik prensiplere uyma sorumlulukları yalnızca sporcular için değil antrenörler, yöneticiler, taraftarlar, liderler ve aileler için de geçerlidir (Loland, 2002).

Güdülenme veya motivasyon kavramı kısaca insanı belli bir amaç doğrultusunda harekete geçiren kuvvet demektir (Baykal, 1978). Güdülenme en geniş tanımıyla insanın içinde bulunduğu psikolojik, fiziksel, biyolojik, tarihsel, ekonomik durumların etkisi altında belirli bir olguya doğru aktivite olmuşluk derecesidir (Konter,1995). Güdülenme öznel bir kavramdır çünkü insan ihtiyaç ve isteklerinden doğmuştur dolayısıyla kişiden kişiye farklılık göstermektedir, bilim insanları güdülenme ile ilgili birçok tanım yapmışlardır ve henüz yapılan tanımların güdülenme kavramını tam anlamıyla karşılamadığını savunmuşlardır (Kelecioğlu, 1992; Şirin, Çağlayan, Çetin ve İnce, 2008; Yıldırım, 2017). Dolayısıyla güdülenme, bireyi hedefleri doğrultusunda yönlendiren, arzuladığı amaçlara ulaşmaya iten, organizmayı harekete geçiren ve değişiklik yapmaya sevk eden, bireyin davranışlarında zaman zaman gözlemlenebilen kuvvettir (Konter, 1995).

Güdülenme genel olarak içe yönelik ve dışa yönelik güdülenme olarak ele alınmaktadır, içe yönelik güdülenme; kişinin kendi öznel istekleri, tatmini ve zevki gibi unsurlardır, birey içsel isteklerini doyurmaya yönelir. Dışsal güdülenme ise çevresel faktörlerden oluşmaktadır,



toplumsal ve kültürel değerler, ceza-ödül gibi dışsal sebeplere dayanmaktadır (Weinberg ve Gould, 2015). GÜdülenme kavramı içsel ve dışsal olarak bireyi hedeflere yönlendiren bir kavram olduğundan spor ortamlarında sporcuların davranışlarının açıklanmasında önemli bir yere sahiptir (Hardy, Jones ve Gould, 1997). Terzioğlu'na (1992) göre "Spor ve spor psikolojisinin temel taşı güdülenmedir". Spor ortamlarında güdülenme kapsamlı olarak incelenmiştir, spor psikologları içsel ve dışsal motivasyon, başarı motivasyonu, yarışma stresi formundaki motivasyon gibi birçok başlık altında; motivasyonun yönü ve yoğunluğu şeklinde alt başlıklarda incelemişlerdir (Weinberg ve Gould, 2015). Spor ortamlarında motivasyonu araştırırken üzerinde durulması gereken önemli noktalardan biri de başarı motivasyonudur, başarı motivasyonu Murray'a (1938) göre; "kişinin; bir görevin üstesinden gelmek, mükemmelle erişmek, zorlukları aşmak, başkalarından iyi performans göstermek ve performansındaki beceriyle gurur duymak için ortaya koyduğu çabaları işaret eder". Gill'e (2000) göre ise bireyin görevini tamamlamak, başarısıyla gurur duymak ve başarısızlık karşısında mücadele etme eğilimidir.

Günümüzde spor, yapılan yanlış uygulamalarla sportmenliğe aykırı davranış öğrenme ve sergileme alanına dönüştürülmüştür. Bu uygulamalar nedeniyle beklenen sportmenlik davranışları önemini yitirmiş ve sporun temel prensiplerine aykırı durumlar ortaya çıkmıştır (Yıldıran, 2005). Sporda artan erdemsiz davranışların özellikle yeni yetişen genç öğrencileri tesiri altına almaması ve olması gereken etik davranışların kazandırılması için bir takım çalışmalar yapmak zorunlu hale gelmiştir. Güdülenme bireyin öznel isteklerini tatmin etmek amacıyla arzularına göre hareket etmesidir (Ohbuchi ve Suzuki, 2003), spora katılım güdülenmesi de aynı doğrultuda sporcuların kendi amaçlarını gerçekleştirmeleri için harekete geçmeleridir. Sporcuların amaçlarına ulaşmak için nasıl güdülendikleri önemli bir sorudur, güdülenirken sportif etik ve sportmen davranışların dışına çıkmamaya, sportmenlik ruhunu korumaya ve geliştirmeye çalışmaları gerekmektedir. Sporcuların sportmenlik davranışlarını etkileyen kişisel unsurlar olabileceği gibi spora katılım güdüsüyle sportmenlik davranışlarının ilişkili olabileceği düşünülmüştür. Bu varsayımdan yola çıkarak, araştırmanın amacı yaz kamplarına katılan ortaokul ve lise öğrencilerinin sportmenlik davranışları ile spora katılım güdülerindeki ilişkiyi istatistiksel olarak tespit etmek bunun yanında cinsiyet, sınıf düzeyi, kardeş sayısı, anne-baba eğitim durumu değişkenleriyle karşılaştırmaktır. Bu araştırmanın, gençlerin sportmenlik davranışları ile spora katılım güdülerine ilgili; öğretmenlerin, antrenörlerin ve ailelerinin bilgi sahibi olmasını sağlayacağı ayrıca spor psikolojisi alanına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

## YÖNTEM

### Araştırma Modeli

Bu araştırma nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama ve kesitsel tarama yöntemiyle yapılmıştır. Büyüköztürk, Kılıç-Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel'e (2018) göre tarama modeli; hali hazırda varlığını sürdüren, devam eden olgular veya olaylara ilişkin katılımcıların görüşlerinin ya da ilgi, beceri, yetenek, tutum vb. özelliklerinin belirlendiği genellikle diğer araştırmalara göre daha büyük örneklemeler üzerinde yapılan araştırmalardır. İki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişkiyi ölçmek amacıyla yapılan araştırmalara ise ilişkisel (korelasyonel) araştırma denir.

### Çalışma Grubu

Bu çalışmaya 2018 yaz döneminde Ankara Büyükşehir Belediyesi'ne bağlı Altınoluk Sosyal Tesislerine kamp amaçlı gelen 410 ortaokul ve lise öğrencisi gönüllü olarak katılmıştır. Verilerin toplanmasının ardından 19 verinin analizde kullanılmayacağı tespit edilip çıkarılmıştır, analizler 391 veriyle yapılmıştır. Katılımcılar 208 (%53.2) genç kadın, 183 (%46.8) erkek öğrenciden oluşmaktadır. Örneklemeye alınan kamp araştırmacının iş yeri olduğundan uygun örneklemeye yöntemiyle yapılmıştır. Uygun örneklemeye; maddi ve manevi sınırlılıklar sebebiyle örneklemin ulaşılabilir, kolay uygulama yapılabilir birimlerden seçilmesi metodudur (Büyüköztürk vd., 2018).

### Veri Toplama Aracı

Veri toplama araçları 3 bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde katılımcıların demografik özelliklerini tespit etmek amacıyla Kişisel Bilgi Formu, ikinci bölümde sportmenlik davranışlarını ölçmek amacıyla "Beden Eğitimi Dersi Sportmenlik Davranışı Ölçeği", üçüncü bölümde ise spora katılım güdülerini ölçmek amacıyla "Spora Katılım Güdüsü Ölçeği" kullanılmıştır.

*Kişisel Bilgi Formu:* Katılımcıların cinsiyeti, sınıf düzeyi, kardeş sayısı, anne eğitim durumu ve baba eğitim durumunu belirlemek amacıyla oluşturulmuştur.

*Beden Eğitimi Dersi Sportmenlik Davranışı Ölçeği:* Koç (2013) tarafından geliştirilen bu ölçek öğrencilerin beden eğitimi ve sporda sportmenlik davranışlarını ölçmek amacıyla 22 maddeden oluşturulmuş ve 5'li likert tipinde (1-hiçbir zaman, 5-her zaman), iki faktörlü; 1. Faktör, uygun davranışlar sergileme", 2. Faktör, uygunsuz davranışlardan kaçınma" olarak tasarlanmıştır. Yazar tarafından yapılan testlerle ölçek geçerli ve güvenilir bulunmuştur. Ölçekten en düşük 22 puan ve en yüksek 110 puan alınmaktadır, alınan puanlar arttıkça sportmenlik seviyesi de artmaktadır. Orijinal çalışmada toplam Cronbach Alpha katsayısı .85 hesaplanmıştır bu çalışmada ise Cronbach Alpha katsayısı .86 olarak hesaplanmıştır.

*Spora Katılım Güdüsü Ölçeği:* Orijinal adı "Participation Motivation Questionnaire" olan ölçek Gill ve ark. tarafından 1983'te çocuk ve gençlerin spora katılımın sebeplerini ortaya koymak amacıyla geliştirilmiştir (Akt. Oyar vd., 2001). Ölçek 30 madde, 8 alt boyut ve 3'lü ölçek tipi (1-Çok önemli, 2-Az önemli, 3-Hiç önemli değil) olarak tasarlanmıştır. Alt boyutları; Başarı/Statü, Fiziksel Uygunluk/Enerji Harcama, Takım Üyeliği/Ruhu, Arkadaş, Eğlence, Yarışma, Beceri Gelişimi, Hareket/Aktif Olma şeklindedir. Ölçek Çelebi (1993) tarafından Türkçe 'ye çevrilmiş fakat geçerlik güvenirlik çalışmaları yapılmamıştır. Geçerlik

ve güvenilirlik çalışması Oyar vd., (2001) tarafından yapılmış olup, toplam ölçek için Alpha katsayısı .86 hesaplanmıştır. Bu çalışmada Cronbach Apha Katsayısı .81 bulunmuş ve ölçeğin sadece toplam puanı alınmış, alt boyutları kullanılmamıştır.

### Verilerin Toplanma Süreci

Araştırmada kullanılan ölçekler, gerekli izinler kurum tarafından alındıktan sonra öğrencilerin kamp alanındaki dinlenme saatleri takip edilerek ve özenle açıklamalar yapılarak uygulanmıştır. Katılımcılara bunun bilimsel bir araştırmanın parçası olduğu, doğru-yanlış cevap olmadığı ve kendilerini yansıtan seçenekleri işaretlemeleri gerektiği titizlikle anlatılmıştır, gönüllü olmayan öğrenciler araştırmaya dahil edilmemiştir.

### Verilerin Analizi

Verilerin analizinde SPSS 22 paket programı kullanılmıştır, analizlere başlanmadan önce ölçeklerin dağılımını kontrol etmek amacıyla normallik testi yapılmıştır, verilerin normal dağılmadığı sonucuna ulaşılmış ve parametrik olmayan analizler kullanılmıştır. Öğrencilerin sportmenlik davranışları puanları ve spora katılım güdüsü puanları arasındaki ilişkiyi tespit etmek amacıyla “Spearman Brown” korelasyonu, ikili değişkenlerin karşılaştırılmasında “Mann Whitney U”, üç veya daha fazla olan değişkenlerin karşılaştırılmasında ise “Kruskal Wallis H” testleri uygulanmıştır.

## BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde istatistiksel analizler neticesinde elde edilen verilere ilişkin bulgu ve yorumlara yer verilmiştir. Katılımcıların tanımlayıcı istatistikleri tablo 1’de verilmiştir.

**Tablo 1.** Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyet, sınıf, anne-baba eğitim durumuna ait dağılımları

	<i>Değişken</i>	<i>F</i>	<i>%</i>
<b>Cinsiyet</b>	Kadın	208	53.2
	Erkek	183	46,8
<b>Sınıf düzeyi</b>	6. sınıf	44	11.3
	7. sınıf	90	23.0
	8. sınıf	73	18.7
	9. sınıf	97	24.8
	10. sınıf	65	16.6
	11. sınıf	6	1.5
	12. sınıf	16	4.1
<b>Anne eğitim durumu</b>	Okur-yazar	10	2.6
	İlkokul	71	18.5
	Ortaokul	94	24.5
	Lise	154	40.1
	Üniversite	55	14.3
<b>Baba eğitim durumu</b>	Okur-yazar	6	1.6
	İlkokul	38	9.9
	Ortaokul	88	22.9
	Lise	161	41.8
	Üniversite	92	23.9
	<b>Toplam</b>	<b>391</b>	<b>100</b>

Tablo 1’e göre araştırmaya katılan öğrencilerin %53.2’si (n=208) genç kadın ve %46.8’i (n=183) genç erkek öğrenciden oluşmaktadır. 6. sınıf öğrencilerinin %11.3 (n=44), 7. sınıf öğrencilerinin %23 (n=90), 8. sınıf öğrencilerinin %18.7 (n=73), 9. sınıf öğrencilerinin %24.8

(n=97), 10. sınıf öğrencilerinin %16.6 (n=65), 11.sınıf öğrencilerinin %1.5 (n=6), 12. sınıf öğrencilerinin %4.1 (n=16)'den oluşmaktadır. Anne eğitim durumu; okur-yazar %2.6 (n=10), ilkokul %18.5 (n=71), ortaokul %24.5 (n=94), lise %40.1 (n=154), üniversite %14.3 (n=55)'den oluşmaktadır. Baba eğitim durumu; okur-yazar %1.6 (n=6), ilkokul %9.9 (n=38), ortaokul %22.9 (n=88), lise %41.8 (n=161), üniversite %23.9 (n=92)'den oluşmaktadır.

**Tablo 2.** Öğrencilerin sportmenlik puanlarının cinsiyete göre değişimi

Cinsiyet	N	S.T.	S.O.	U	Z	p
Kadın	208	46116.00	221.71			
Erkek	183	30520.00	166.78	13684.000	-4.798	.000
Toplam	391					

\*\* $p < 0.01$

Tablo 2’de yapılan Mann Whitney U testi sonuçları genç kadın öğrenciler ve erkek öğrenciler arasında sportmenlik puanları açısından anlamlı bir fark olduğunu ortaya koymuştur. Genç kadın öğrencilerin (Md= 96) sportmenlik puanları erkeklere (Md= 90) göre daha yüksektir (z= -4.798, p= .000).

**Tablo 3.** Öğrencilerin sportmenlik puanlarının sınıf düzeylerine göre değişimi

Gruplar	N	S.O.	$x^2$	df	p	
6. sınıf	43	213.76				
7. sınıf	90	194.02				
Sportmenlik Puanları	8. sınıf	73	190.73			
	9. sınıf	97	194.02	1.824	6	.935
	10. sınıf	62	188.23			
	11. sınıf	6	187.08			
	12. sınıf	16	180.56			
Toplam	387					

$p > 0.05$

Tablo 3’te yapılan Kruskal Wallis H testi sonuçları öğrencilerin sportmenlik puanlarıyla sınıf düzeyleri arasında anlamlı bir farkın olmadığını ortaya koymuştur ( $x^2 = 1.824$ , p= .935).

**Tablo 4.** Öğrencilerin sportmenlik puanlarının anne eğitim durumuna göre değişimi

Gruplar	N	S.O.	$x^2$	df	p	
Okur-yazar	10	138.50				
Sportmenlik Puanları	İlkokul	71	208.19			
	Ortaokul	94	186.34	4.856	4	.302
	Lise	154	196.57			
	Üniversite	55	181.20			
Toplam	384					

$p > 0.05$

Tablo 4’te yapılan Kruskal Wallis H testi sonuçları öğrencilerin sportmenlik puanları ile anne eğitim durumları arasında anlamlı bir farkın olmadığını ortaya koymuştur ( $x^2 = 4.856$ , p= .302).

**Tablo 5.** Öğrencilerin sportmenlik puanlarının baba eğitim durumuna göre değişimi

	<i>Gruplar</i>	<i>N</i>	<i>S.O.</i>	$x^2$	<i>df</i>	<i>p</i>
	<b>Okur-yazar</b>	6	150.17			
	<b>İlkokul</b>	38	211.97			
<b>Sportmenlik Puanları</b>	<b>Ortaokul</b>	88	210.98	5.718	4	.221
	<b>Lise</b>	161	183.37			
	<b>Üniversite</b>	92	187.61			
	<b>Toplam</b>	385				

$p>0.05$

Tablo 5'te yapılan Kruskal Wallis H testi sonuçları öğrencilerin sportmenlik puanları ile baba eğitim durumları arasında anlamlı bir farkın olmadığını ortaya koymuştur ( $x^2= 5.718$ ,  $p= .221$ )

**Tablo 6.** Öğrencilerin sportmenlik puanlarıyla kardeş sayıları arasındaki ilişki

<i>Değişkenler</i>	<i>N</i>	<i>r</i>	<i>p</i>
<b>Sportmenlik</b>	391	-.033	.523
<b>Kardeş sayısı</b>			

$p>0.05$

Tablo 6'da yapılan Spearman Brown korelasyonu sonuçları öğrencilerin sportmenlik puanları ile kardeş sayıları arasında anlamlı ilişki olmadığını ortaya koymuştur ( $r= -.033$ ,  $p= .523$ ).

**Tablo 7.** Öğrencilerin spora katılım güdüsü puanlarının cinsiyetlerine göre değişimi

<i>Cinsiyet</i>	<i>N</i>	<i>S.T.</i>	<i>S.O.</i>	<i>U</i>	<i>Z</i>	<i>p</i>
<b>Kadın</b>	208	39496.50	189.89			
<b>Erkek</b>	183	37139.50	202.95	17760.500	-1.142	.253
<b>Toplam</b>	391					

$p>0.05$

Tablo 7'de yapılan Mann Whitney U testi sonuçları öğrencilerin spora katılım güdüsü puanları ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir farkın olmadığını ortaya koymuştur ( $z= -1.142$ ,  $p= .253$ ).

**Tablo 8.** Öğrencilerin spora katılım güdüsü puanlarının sınıf düzeylerine göre değişimi

	<i>Gruplar</i>	<i>N</i>	<i>S.O.</i>	$x^2$	<i>df</i>	<i>p</i>
	6. sınıf	43	202.36			
<b>Spora Katılım</b>	7. sınıf	90	200.23			
	8. sınıf	73	182.81			
<b>Güdüsü</b>	9. sınıf	97	191.90	3.729	6	.713
	10. sınıf	62	202.56			
	11. sınıf	6	128.42			
	12. sınıf	16	191.69			
	<b>Toplam</b>	387				

$p>0.05$

Tablo 8’de yapılan Kruskal Wallis H testi sonuçları öğrencilerin spora katılım güdüsü puanları ile sınıf düzeyleri arasında anlamlı bir farkın olmadığını ortaya koymuştur ( $x^2=3.729$ ,  $p=.713$ ).

**Tablo 9.** Öğrencilerin spora katılım güdüsü puanlarının anne eğitim durumlarına göre değişimi

	<i>Gruplar</i>	<i>N</i>	<i>S.O.</i>	$x^2$	<i>df</i>	<i>p</i>
<b>Spora Katılım Güdüsü</b>	Okuryazar	10	241.40	3.600	4	.463
	İlkokul	71	198.17			
	Ortaokul	94	179.00			
	Lise	154	193.73			
	Üniversite	55	195.91			
	Toplam	384				

$p>0.05$

Tablo 9’da yapılan Kruskal Wallis H testi sonuçları öğrencilerin spora katılım güdüsü puanları ile anne eğitim durumları arasında anlamlı bir farkın olmadığını ortaya koymuştur ( $x^2=3.600$ ,  $p=.463$ ).

**Tablo 10.** Öğrencilerin spora katılım güdüsü puanlarının baba eğitim durumlarına göre değişimi

	<i>Gruplar</i>	<i>N</i>	<i>S.O.</i>	$x^2$	<i>df</i>	<i>p</i>
<b>Spora Katılım Güdüsü</b>	Okur-yazar	6	167.25	1.215	4	.876
	İlkokul	38	205.63			
	Ortaokul	88	192.18			
	Lise	161	188.76			
	Üniversite	92	197.66			
	Toplam	385				

$p>0.05$

Tablo 10’da yapılan Kruskal Wallis H testi sonuçları öğrencilerin spora katılım güdüsü puanları ile baba eğitim durumları arasında anlamlı bir farkın olmadığını ortaya koymuştur ( $x^2=1.215$ ,  $p=.876$ ).

**Tablo 11.** Öğrencilerin spora katılım güdüsü puanlarıyla kardeş sayıları arasındaki ilişki

<b>Değişkenler</b>	<b>N</b>	<b>R</b>	<b>p</b>
<b>Spora katılım güdüsü</b>	391	-.011	.832
<b>Kardeş sayısı</b>			

$p>0.05$

Tablo 11’de yapılan Spearman Brown korelasyonu sonuçları öğrencilerin spora katılım güdüsü puanları ile kardeş sayıları arasında anlamlı ilişki olmadığını ortaya koymuştur ( $r=-.011$ ,  $p=.832$ ).

**Tablo 12.** Öğrencilerin sportmenlik puanlarıyla spora katılım güdüsü puanları arasındaki ilişki

Değişkenler	N	R	p
Sportmenlik	391	-.179	.000
Spora katılım güdüsü			

\*\*p<0.01

Tablo 12’de yapılan Spearman Brown korelasyonu sonuçları öğrencilerin sportmenlik puanları ile spora katılım güdüsü puanları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur ( $r = -.179$ ,  $p = .000$ ).

## TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırmanın ilk amacı doğrultusunda yaz kamplarına katılan öğrencilerinin sportmenlik davranışlarıyla spora katılım güdülerindeki ilişki incelenmiş, alt amaçları doğrultusunda ise öğrencilerin sportmenlik puanları ve spora katılım güdüsü puanları; cinsiyet, sınıf düzeyi, kardeş sayısı, anne eğitim durumu ve baba eğitim durumu değişkenleriyle karşılaştırılmıştır.

Araştırmanın ilk amacı doğrultusunda yapılan korelasyon analizi öğrencilerin sportmenlik puanları ve spora katılım güdüsü puanları arasında negatif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunduğunu ortaya koymuştur. Öğrencilerin sportmenlik puanları ile cinsiyetlerinin karşılaştırılması sonucunda genç kadın öğrencilerin sportmenlik puanlarının erkeklere göre daha yüksek olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Bu sonuç genç kadın öğrencilerin sporda etik davranışlara erkeklere göre daha fazla önem verdiğini göstermektedir, diğer bir deyişle cinsiyetin sportmenlik davranışını etkilediği ortaya konmuştur. Alanda yapılan diğer çalışmalar incelendiğinde; çalışmaların bazılarının bu sonuçla paralel olduğu (Esentürk, İlhan ve Çelik, 2015; Gümüş, Saraçlı, Karakullukçu, Doğanay ve Kurtipek, 2016; Koç ve Güllü, 2017; Tsai ve Fung, 2005), bazı çalışmaların sonuçlarında ise cinsiyetin sportmenlik davranışını etkilemediği (Kayışoğlu, Altinkök, Temel ve Yüksel, 2015; Miller, Roberts ve Ommundsen, 2004) bulunmuştur. Öğrencilerin sportmenlik puanları ile sınıf düzeylerinin karşılaştırılması sonucunda anlamlı bir fark bulunamamıştır. Alan yazın incelendiğinde Kayışoğlu vd., (2015) ve Efe (2016)’nin çalışmalarında da öğrencilerin sınıf düzeyi ve sportmenlik davranışları arasında anlamlı bir fark bulunmadığı görülmüştür. Esentürk vd., (2015) ise 15 yaşındaki öğrencilerin 16 ve 17 yaşlarındaki öğrencilere göre sportmenlik puanlarının yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Öğrencilerin sportmenlik puanları ile anne-baba eğitim durumları ayrı değişkenler olarak incelenmiş her iki tabloda da anlamlı bir fark bulunamamıştır. Alan yazında ebeveynlerin eğitim durumu değişkeniyle ilgili karşılaştırma yapılacak çalışmalara rastlanmamıştır. Öğrencilerin sportmenlik puanlarıyla kardeş sayıları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır, alan yazında bu değişkenlerle ilgili karşılaştırma yapılacak çalışmalara rastlanmamıştır.

Öğrencilerin spora katılım güdüsü puanlarıyla cinsiyetlerinin karşılaştırılması sonucunda anlamlı bir fark bulunamamıştır. Karaç (2017) hazırlamış olduğu doktora tez çalışmasında bu sonuçla paralel bir sonuca ulaşmıştır, literatürdeki diğer çalışmalar incelendiğinde genellikle ölçeğin alt boyutları açısından cinsiyette farklılıklar bulunmuştur. Sirard, Pfeiffer ve Pate’nin (2006), ortaokulda yaptıkları bir çalışma genç kadınların genellikle sosyal sebeplerle

erkeklerin ise genellikle rekabetçi sebeplerle güdülendiklerini ortaya koymuştur. Yapılan araştırmaların sonucunda erkeklerle kadınların güdülenmelerinde farklılıklar olabileceği gibi benzerlikler de bulunmuştur. Öğrencilerin spora katılım güdüsü puanlarıyla sınıf düzeylerinin karşılaştırılması sonucunda anlamlı bir fark bulunmamıştır. Şirin (2008) ortaokul öğrencileriyle yapmış olduğu araştırmada bu çalışma sonucuyla paralel bir sonuç elde etmiştir. Alanda yapılan diğer çalışmalar incelendiğinde ise çocuk ve genç öğrencilerin spora katılım güdülerinin alt boyutları açısından spora katılım nedenleri farklılıklar göstermektedir. Örneğin; Gill ve Williams'ın (2008) yaptıkları bir çalışmada çocukların, beceri gelişimi, yetenek gösterme, mücadele, heyecan ve eğlence gibi sebeplerden güdülendikleri ortaya koyulmuştur. Wankel 1980'de yaptığı bir araştırmada ise yetişkinlerin sağlık, kilo alıp-verme, fiziksel uygunluk, kendi kendine mücadele gibi sebeplerden ötürü spora katılım güdülendikleri sonucunu ortaya koymuştur. Öğrencilerin spora katılım güdüsü puanları ile anne-baba eğitim durumları ayrı değişkenler olarak incelenmiş her iki tabloda da anlamlı bir fark bulunmamıştır. Literatür incelendiğinde karşılaştırılacak çalışmaya rastlanmamıştır. Öğrencilerin spora katılım güdüsü puanlarıyla kardeş sayıları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır alan yazında bu değişkenlerle ilgili karşılaştırma yapılacak çalışmalara rastlanmamıştır.

Sonuç olarak ortaokul ve lise öğrencileri üzerinde yapılan bu araştırmada öğrencilerin sportmenlik puanları ve spora katılım güdülerini arasında olumsuz yönde bir ilişki saptanmış bu iki değişkenden birinin gücü arttıkça diğerinin gücünün azaldığı ortaya konmuştur. Başka bir deyişle öğrencilerin sportmenlik puanları arttıkça spora katılım güdülerini düşmekte veya sportmenlik puanları düştükçe spora katılım güdülerini artmaktadır.

Literatür incelendiğinde sportmenlik ve spora katılım güdüsü kavramlarının genellikle benzer değişkenlerle karşılaştırıldığı görülmektedir. Bu denli araştırmalar yapılırken değişken olarak katılımcıların çevresel, sosyal, kültürel, sosyo-ekonomik, ailesel özellikleri baz alınır daha fazla katkı sağlanacağı düşünülmektedir. Ayrıca Türkiye'deki 7 bölgenin birbirinden farklı özellikleri de dikkate alınıp ülke genelinde kapsamlı bir çalışma yapılması önerilebilir.

**Yayın Etiği:** Bu çalışmanın hazırlanma ve 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.

**Çıkar Çatışması:** Yazarlar arasında herhangi bir çıkar çatışması yoktur.

**Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı:** 1. Yazarın %60, 2.yazarın %40 katkısı bulunmaktadır.



## KAYNAKLAR

- Baykal, B. (1978). *Motivasyon kavramına genel bir bakış işyerinde motivasyon*. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Yayınevi.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2018). *Eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri (25)*. Ankara: Pegem Akademi Yayınları.
- Çumralıgil, B. ve Görücü, A. (2007). *Örgütlenme yönetim biçimleriyle spor*. Konya: Selçuk Üniversitesi Yayını.
- Efe, Z. B. (2006). *Okullar arası yarışmalara katılan 1. ve 2. kademe ilköğretim öğrencilerinin fair play davranışlarını sergileme sıklıkları* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Erdemli, A. (1992). *Fair play ve olimpizm, Spor Bilimleri II. Ulusal Kongresi Bildirileri* (20-22 Kasım 1992, Hacettepe Üniversitesi, Ankara). Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yay, Ankara: Onlar Ajans, 180.
- Erdemli, A. (1996). *İnsan, spor ve olimpizm*. İstanbul: Sarmal Yayınevi, 151.
- Esentürk, O. K., İlhan, E. L. & Çelik, O. B. (2015). Examination Of High School Students' Sportsmanlike Conducts In Physical Education Lessons According To Some Variability. *Science Movement and Health*, 15 (2), 627-634.
- Gill, D. (2000). *Psychological dynamics of sport and exercise*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Gill, D. & Williams, L. (2008). *Psychological dynamics of sport and exercise (3rd ed.)*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Gümüş, H., Saraçlı, S., Karakullukçu, Ö.F., Doğanay, G. ve Kurtipek, S. (2016). Orta Öğretim öğrencilerinde fair play kavramı. *International Journal of Science Culture and Sport*, 4 (2), 430-438.
- Hardy, L., Jones, G. & Gould, D., (1997). *Understanding psychological preparation for sport: theory and practice of elite performers*. Chichester, West Sussex: John Wiley and Sons, 72-80.
- Karaç, Y. (2017). *Sporcu eğitim merkezlerindeki atletizm branşı öğrenci-sporcuların başarı alguları ile spora katılım güdülerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış doktora tezi). Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Çorum.
- Katkat, D. (2010). Türk yazılı spor basınında futbol ve fair play. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7 (3), 0-0. <https://dergipark.org.tr/pub/ataunibesyo/issue/28866/308780>
- Kayısoğlu, N. B., Altinkök, M., Temel, C. ve Yüksel, Y. (2015). Ortaokul Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersi Sportmenlik Davranışlarının İncelenmesi: Karabük İli Örneği. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 1 (3), 865-874.
- Kelecioğlu, H. (1992). Güdülenme. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7, 175-181.
- Koç, Y. (2013). Beden Eğitimi Dersi Sportmenlik Davranışı Ölçeği (BEDSDÖ): Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15 (1), 96-114. <https://doi.org/10.17556/erzief.319393>
- Koç, Y. ve Güllü, M. (2017). Lise öğrencilerinin beden eğitimi dersi sportmenlik davranışlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Spor metre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 15 (1), 19-30. [https://doi.org/10.1501/Sporm\\_0000000304](https://doi.org/10.1501/Sporm_0000000304)
- Konter, E. (1995). *Sporda motivasyon*. İzmir: Saray Medikal Yayıncılık.
- Loland, S. (2002). *Fair play in sport: A moral norm system*. London: Routledge.
- Miller, B.W., Roberts, G.C. & Ommundsen, Y. (2004). Effect of motivational climate on sportpersonship among competitive youth male and female football players. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sport*, 14, 193-202.

Murray, H.A. (1938). *Explorations in personality*. New York: Oxford Universty Press.

Ohbuchi, K. & Suzuki, M. (2003). Three Dimensions of Conflict Issues and Their Effects on Resolution Strategies in Organizational Settings, *International Journal of Organizational Management*, 14 (1), 61-73.

Oyar, Z.B., Aşçı, F.H., Çelebi, M. ve Mülazımoğlu, Ö. (2001). Spora Katılım Güdüsü Ölçeği'nin geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Hacettepe Spor Bilimleri Dergisi*, 12 (2), 21-32.

Pehlivan, Z. (2004). Fair-Play kavramının geliştirilmesinde okul sporunun yeri ve önemi. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Dergisi*, 2 (2), 49-53.

Sirard, J. R., Pfeiffer, K. A. & Pate, R. R. (2006). Motivational factors associated with sports program participation in middle school children. *Journal of Adolescent Health*, 38, 696-703.

Şirin, E. F. (2008). Futbolcu kızların (12-15 yaş) spora katılım motivasyonlarının belirlenmesi. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 6 (1), 1-7.

Şirin, E. F., Çağlayan, H. S., Çetin, M. Ç. ve İnce, A. (2008). Spor yapan lise öğrencilerinin spora katılım motivasyonlarına etki eden faktörlerin belirlenmesi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2 (2), 98-110.

Tanrıverdi, H. (2012). Spor ahlakı ve şiddet. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 5 (8), 1071-1093.

Terzioğlu, A. E. (1992). Spor eğitiminde motivasyon kavramı. *Atatürk Eğitim Fakültesi Spor Bilimleri Dergisi*, 102, 11-13.

Tsai, E., & Fung, L. (2005). Sportsmanship in youth basketball and volleyball players. *The Online Journal of Sport Psychology*, 7 (2), 17.

Wankel, L. M. (1980). *Involvement in vigorous physical activity: Considerations for enhancing self-motivation*. In R. R. Danielson & K. F. Danielson (Eds), *Fitness motivation: Proceedings of the Geneva Park workshop*, 18-32.

Weinberg, R. S. & Gould, D. (2015). *Spor ve egzersiz psikolojisinin temelleri (6)*. (M. Şahin ve Z. Kuruç, Çev. Ed.). Ankara: Anı Yayıncılık.

Yıldırım, İ. (2004). Fair play kapsamı, Türkiye'deki görünümü ve geliştirme perspektifleri. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 9 (4), 3-16.

Yıldırım, İ. (2005). Fair play eğitiminde beden eğitiminin rolü. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 10 (1), 3-16.

Yıldırım, M. (2017). Üniversite takımlarında mücadele eden sporcuların spora katılım motivasyonlarına etki eden faktörlerin belirlenmesi (Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Örneği). *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(1), 41-51.



Bu eser **Creative Commons Atıf-Gayri Ticari 4.0 Uluslararası Lisansı** ile lisanslanmıştır.



## **Kâr Amacı Gütmeyen Kurumlarda Bir Pazarlama Aracı Olarak Gerilla Pazarlama: Gençlik ve Spor Faaliyetleri Örneği**

**Zafer ÇİMEN<sup>1</sup> , Ömer ÖZBEY<sup>2</sup> , Doğukan DOĞAN<sup>2\*</sup> **

<sup>1</sup>Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara.

<sup>2</sup>Gençlik ve Spor Bakanlığı, Ankara.

**Derleme**

Gönderi Tarihi: 04.02.2021

Kabul Tarihi: 09.05.2021

**DOI: 10.30769/usbd.874388**

Online Yayın Tarihi: 30.06.2021

### **Öz**

Tüm dünyada geniş kitlelerin takip ettiği spor organizasyonlarındaki artış, teknolojinin iletişim bakımından gelişimi ve spor sektörüne ilginin artması kurumları, hedef kitlesine ulaşma biçimlerinde farklı yollar denemeye sevk etmektedir. Tüketicinin ilgisini çekmek için farklı yöntemler kullanılarak yapılan stratejilerden biri olan gerilla pazarlama, sporun toplumun tüm kesimlerine etkili bir şekilde ulaşabilme özelliğini kullanarak hedef kitleyi etkilemekte birçok avantaj sağlamaktadır. Geleneksel pazarlamadan farklı olarak şaşırtıcı, yenilikçi, dinamik, hayal gücü yüksek ve taklit edilmesi kolay olmayan mesajları sayesinde tüketicilerin bilinçaltını etkilemekte ve istenilen mesajı kalıcı bir şekilde vermektedir. Spor pazarlamasına ilginin artması ve diğer sektörler tarafından spor aracılığıyla yürütölen pazarlama faaliyetleri de göz önünde bulundurulduğunda bu çalışmada, genel olarak pazarlama, gerilla pazarlama ve spor endüstrisinde gerilla pazarlama kavramlarının incelenip ölkemizde kâr amacı gütmeyen gençlik ve spor faaliyetlerinde gerilla pazarlama kullanılarak hedef kitleye ulaşmak ve sunulan hizmetlerin bilinirliğini artırmak amaçlanmaktadır. Bu amaçlara ulaşılabilmesi için kâr amacı gütmeyen gençlik ve spor faaliyetlerinin etkin bir şekilde topluma duyurulabilmesi çalışmada belirtilen gerilla pazarlama örneklerinden yola çıkılarak bu uygulamaların etkili ve verimli bir şekilde kullanılabileceği yapılan araştırma sonucunda değerlendirilmektedir.

**Anahtar kelimeler:** Pazarlama, gerilla pazarlama, gençlik ve spor.

## **Guerilla Marketing as a Marketing Tool in Nonprofit Organizations: Youth and Sports Activities Sample**

### **Abstract**

The increase in sports organizations followed by large masses all over the world, the development of technology in terms of communication and the increasing interest in the sports sector encourage institutions to try different ways to reach their target audience. Guerrilla marketing, which is one of the applied strategies using different methods to attract the attention of the consumer, provides many advantages in influencing the target audience by using the ability of sports to reach all segments of the society effectively. Unlike traditional marketing, it affects the subconscious of consumers and gives intended message permanently thanks to its surprising, innovative, dynamic, imaginative and not easily imitable messages. Considering the increased interest in sports marketing and the marketing activities carried out by other sectors through sports, this study aims to examine marketing in general, guerrilla marketing and guerrilla marketing in the sports industry, and reach the target audience by using guerrilla marketing in non-profit youth and sports activities in our country and increase the awareness of offering services. In order to achieve these goals, it is evaluated as a result of the research that, non-profit youth and sports activities can be announced to the public effectively and that these practices can be used effectively and efficiently based on the guerrilla marketing examples mentioned in the study.

**Keywords:** Marketing, guerrilla marketing, youth and sports.

\* **Sorumlu Yazar:** Doğukan DOĞAN, **E-posta:** [dogukandogan2205@gmail.com](mailto:dogukandogan2205@gmail.com)

## GİRİŞ

Günümüzde insanoğlu eğlenme, sağlık, stresten uzaklaşma, kendini iyi hissetme ve sosyalleşme gibi (Sarol ve Çimen, 2015) birbirinden farklı güdüleyici etkenlerle spor ve rekreasyonel spor etkinliklerine gönüllü olarak katılmaktadır. Yazılı ve görsel medyanın spor organizasyonlarına geniş yer vermesi, sporla ilgili internet kaynaklarının çoğalması, spor turizminin gelişmesi (Parks ve Quertermen, 2007) ve insanların spor etkinliklerine katılım imkânlarının artması, spor endüstrisi içinde kâr amacı güden ve gütmeyen kurumlar için önemli bir pazar oluşturmuştur. Bu gelişmeler spor endüstrisinin son yirmi yılda hızlı büyümesine neden olurken, dünyada ürettiği yaklaşık 388.3 milyar dolarlık (The Business Research Company, 2019) pazardan pay alma çabaları spor haricindeki kurumların da ilgisini çekmektedir. Ayrıca teknolojide yaşanan gelişmelerin bir sonucu olarak tüketicilerin dünyayı yakından izleyebilme olanağı (Dahan ve Levi, 2012) tüketici davranış ve alışkanlıklarında oluşan yeni düzenle farklılaşmıştır (Bulunmaz, 2016; Schwarz ve Hunter, 2008). Bu yeni durum başta küçük işletmeler ve kâr amacı gütmeyen kurumlar olmak üzere spor endüstrisi içinde yer alan aktörlerin hedef kitleye ulaşmak için farklı pazarlama çabaları içine girmelerine neden olmuştur. Örneğin bir kişi günlük ortalama 4.000 ile 10.000 reklama maruz kaldığı göz önünde bulundurulduğunda (Forbes, 2017), tüketicilerin iletilen mesajlara zaman içerisinde duyarsızlaştığı ve büyük bütçelerle hazırlanan reklamların istenilen hedeflere ulaşmada etkisiz kaldığı görülmektedir.

Dolayısıyla kurumlar tüketicilerin ilgisini çekmek ve tüketim davranışlarını etkilemek için farklı pazarlama strateji ve araçları kullanma çabaları içine girmektedir (Bozbay, 2015; Kaleli, 2018). Bu çabaların birçok örneği olmasına karşın en dikkat çekici olanlarından biri gerilla pazarlamadır. Çünkü gerilla pazarlama kâr amacı güden ve gütmeyen kurumlar için hedef pazara ulaşmada fazla para harcamadan pazarlama amaçlarını gerçekleştirmede kolaylık sunmaktadır (Memişoğlu, 2014; Şimşek, 2013). Bu özelliği ile pazarlamaya ayırabilecekleri para açısından düşük bütçeli kurumlarca yürütülen gerilla pazarlama, yıllar içinde büyük bütçeli kurumların da dikkatini çekmiş ve pazarlama çabaları içinde sıkça kullanılan bir araç haline gelmiştir (Levinson, 2007).

Bu noktadan hareketle, bu çalışmada öncelikle hedef kitleye farklı yollarla ve düşük maliyetle ulaşma olanağı sağlayan gerilla pazarlamanın ortaya çıkışı, kullanılma amacı ve gelişimi ile gençlik ve spor alanında kullanılmasına yönelik örnekler üzerinde durulacaktır. Bu genel değerlendirme sonrasında gençlik ve spor hizmetlerini toplumun geneline ulaştırılma görev ve sorumluluğunu üstlenen Gençlik ve Spor Bakanlığı, sunulan hizmetlerin bilinirliğini ve faaliyetlere katılımı artırmak, kamusal faydayı ön plana çıkarmak ve toplumsal duyarlılığa vurgu yapmak amacıyla gerilla pazarlamanın neden kullanılabilir olduğu açıklanmaya çalışılacaktır.

## **Kavramsal Çerçeve**

### **Ortaya Çıkışı, Kullanılma Amacı ve Gelişimiyle Gerilla Pazarlama**

Toplumun ihtiyaçlarıyla, bu ihtiyaçları karşılama arasında bağlantı kurarak, mal ve hizmetleri tüketicilere tanıtmaya görevi olarak değerlendirilen pazarlamanın (Masteralexis, Barr ve Hums, 2019; Tek,1991) amacı, kurumlar tarafından sunulan ürün ya da hizmetin yeni tüketicilere ulaştırılmasını sağlamak ve hâlihazırdaki tüketicileri tatmin ederek onları elde tutmaktır (Çimen, Eraslan ve Halıcı, 2019; Kotler ve Armstrong, 2018). Bu amacı gerçekleştirebilmek için kurumlar, bütçelerinin önemli bir kısmını pazarlama faaliyetleri için ayırmaktadır. Ayrılan bu bütçelerin büyüklüğüne göre kurumlar kendilerini hedef kitlelerine ulaştıracak pazarlama araçlarına karar verip uygulamaktadır. Ancak tüketicilerin satın alma kararlarını etkilemek ve ilgilerini çekebilmek için kullandıkları pazarlama faaliyetlerinde (Bozbay, 2015; Kaleli, 2018) büyük bütçelerle yola çıkan kurumlar, düşük bütçeli olanlara göre daha avantajlı hale gelmektedir. İşte bu küçük bütçeli kurumların da rekabette hedef kitlelerine ulaşma kolaylığı sağlayacak düşük maliyetli pazarlama araçları arayışının bir sonucu olarak ortaya çıkan pazarlama araçlarından biri de gerilla pazarlamadır.

İspanyolların Fransızlara karşı 1804-1814 tarihleri arasında kullandığı, güçsüz olan tarafın belirli taktikler uygulayarak karşı tarafı zihinsel ve fiziksel olarak yıpratma, avantajlı olmayan durumları avantaja çevirme temeline dayanan bir savaş stratejisi olan gerilla kavramı (Kaya, 2011; Uysal, 2011), pazarlama faaliyetlerinde ilk defa 1984 yılında Jay Conrad Levinson tarafından kullanılmıştır. Bu sıra dışı ve beklenmeyen yöntemlerle tüketicinin ilgisini çekmeye dayanan pazarlama taktiği (Bigat, 2012), Levinson tarafından bütçesi küçük ama hayalleri büyük girişimciler için “Gerilla pazarlama” olarak adlandırılmıştır (Levinson, 1998).

Alanyazında birçok tanımı olan gerilla pazarlamanın tanımlarında yer alan ortak özellikler geleneksel olmayan, sıra dışı, dinamik, şaşırtıcı ve etkili pazarlama yöntemlerini kullanma olarak sıralanabilir (Alena, 2012). Bu farklı özellikleriyle gerilla pazarlamanın dünya çapında bilinirliği 1990’lı yıllardan itibaren giderek arttırmıştır. Dünyada meydana gelen ekonomik krizler, ülkelerin siyasal yapılarında yaşanan değişimler, soğuk savaşın sona ermesi ile artan küreselleşme hareketleri ve benzeri gelişmeler gerilla pazarlama gibi yeni pazarlama araçlarının da yaygın kullanılması için uygun ortam oluşturmuştur (Arslan, 2009).

Oluşan bu ortam içinde doğru şekilde uygulandığında oldukça önemli sonuçlar alınmasını sağlayan gerilla pazarlama (Memişoğlu, 2014) günümüzde büyük- küçük, yerel-ulusal, kamu-özel ayırımı olmaksızın yaygın bir şekilde kullanılmaktadır. Gerilla pazarlamanın yaygın kullanımına neden olan temel sebeplerin başında düşük bütçeler ile mal ya da hizmetin tanıtımına katkı sağlamasıdır. Bunun yanında gerilla pazarlamanın geleneksel pazarlama yöntemlerinin dışına çıkarak ilgi çekici mesajlarla tüketiciye ulaşması ve tüketiciyi şaşırtarak iletilmek istenilen mesajı tüketicinin bilinçaltına yerleştirmedeki etkililiği de gerilla pazarlamanın kullanılma nedenleri arasında sayılabilir (Alena, 2012). Bu farklı yönleriyle gerilla pazarlamayı kullanan kurumlar, geleneksel pazarlama yöntemlerinin dışına çıkarak amaçlarına en düşük pazarlama maliyetlerle erişirken ilgi çekici, sıra dışı ve akılda kalıcı mesajlarla satış öncesinde, esnasında ve sonrasında tüketicilere alışılmışın dışında deneyimler

sunma fırsatı da yakalamaktadır (Funk, 2008; Memişoğlu, 2014; Yüksekbilgili, 2011). Gerilla pazarlamanın ruhunda olan bu yaratıcı fikir ve sıra dışı hayal gücü benzer şekilde sporun doğasında da bulunmaktadır. Dolayısıyla spor sektörünü diğer sektörlerden ayıran bu özelliğiyle birlikte dinamik yapısı, gerilla pazarlamanın spor sektöründe kullanılması için iyi bir zemin oluşturmaktadır (Ünal, 2013).

### Örneklerle Gençlik ve Spor Faaliyetlerinde Gerilla Pazarlama

Gençlik ve Spor Bakanlığı sosyal sorumluluk, bağımlılıktan kurtulma, gönüllülük konularında farkındalık oluşturma ile spor aracılığıyla sağlıklı yaşam anlayışının toplumda yaygınlaştırılması, spor yapma konusunda davranış değişikliğinin sağlanması gibi hususlarda kendisine verilen gençlik ve sporla ilgili görevleri yerine getirmektedir.

Bakanlık, kişilerin fiziksel ve ruhsal olarak sağlıklarını kaybetmelerine ve dolayısıyla toplumun işlevselliğinin deforme olmasına neden olan bağımlılık konusunda eğitim ve farkındalık yaratma gibi faaliyetleri de yürütmektedir. Öncelikli olarak madde bağımlılığı konusunda gençlere yönelik çeşitli projeler desteklense de Bakanlığın bu faaliyetlerinin kamuoyunda bilinirliği sınırlı kalmaktadır. Madde bağımlılığının etkilerine dikkat çekmek için bağımsız bir kurum tarafından sigara bağımlılığının etkilerini göstermede kullanılan kül tablası örneğinde (Görsel 1) olduğu gibi gerilla pazarlama anlayışı ile beklenmedik ve şaşırtıcı bir şekilde toplumun dikkatini çekmek ve bilinirliği artırmak mümkün olabilir.



**Görsel 1.** Sigara Bağımlılığı ile mücadele için tasarlanan görsel.

Gençlik ve Spor Bakanlığı tarafından yürütülen faaliyetlerden bir diğeri ise gönüllülük faaliyetleridir. Gençler arasında gönüllülük bilincini artırmak ve gönüllülük ile ilgili özendirici faaliyetlerde bulunmak amacıyla gençlerin gönüllülük faaliyetlerine katılımlarını teşvik etmek ve bu faaliyetleri desteklemek Bakanlığın görev ve sorumluluğunda yer almaktadır (Gençlik ve Spor Bakanlığı, 2019). “*Küçük özverilerle büyük işler başarmaya hazırsanız hepimizi gönüllü olmaya davet ediyoruz*” sloganıyla gönüllülük etkinlikleri gerçekleştiren ve 2019 yılını gönüllülük yılı ilan eden Bakanlık, bu kapsamda birçok faaliyet

düzenlemektedir (Gençlik ve Spor Bakanlığı, 2019). Bu faaliyetlerinden birisi olan kan bağıışı, Bakanlığın tüm merkez ve taşra teşkilatı ile Türk Kızılayı tarafından 81 il ve 350 noktadan yürütülmektedir (Gençlik ve Spor Bakanlığı, 2019). Hiç bir beklenti içerisinde bulunulmadan tamamen gönüllü olarak yapılan kan bağıışı, kişilerin iyi niyetli davranışlarının neticesi olarak değerlendirilmektedir. Kan bağıışı, ihtiyaç sahibi kişilere yardımcı olmak ve toplumda iyilik yapmaya istekli kişilerin artmasına sebep olmaktadır (Hablemitoğlu, Özkan ve Yıldırım, 2010). Kan bağıışı yapma farkındalığı oluşturmaya çalışılan kan ünitesi örneğinde (Görsel 2) olduğu gibi gerilla pazarlama anlayışı ile toplumda kan bağıışı yapma davranışının kazandırılmasına katkı sağlanabilir.



**Görsel 2.** Kan bağıışında bulunma farkındalığının artırılması ile ilgili görsel.

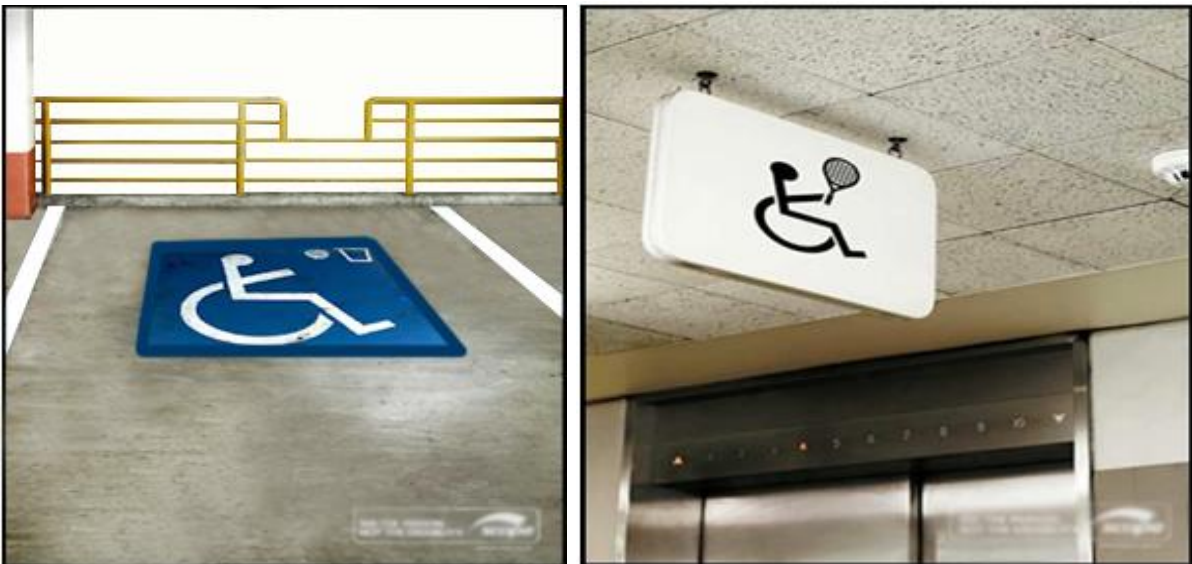
Değişen dünya, farklılıkların bir arada yaşamasını kaçınılmaz kılmakta ve bu farklılıklara duyarlılık anlayışının hızla yükselişini beraberinde getirmektedir. Ne var ki toplumsal yaşamda farklılıklara duyarlılık anlayışını söylemden eyleme dönüştürmek için çeşitli proje ve araştırmaların yapılmasını gerekli kılmaktadır. Önemli bir farklılık kaynağı olan engelliliğe ilişkin tutumların değiştirilmesi, engelli bireylerin toplumsal olarak duyarlılığın oluşturulması ve olumlu tutumların yaşama bürünmesi oldukça önemlidir (Pegem, 2020).

Engelli bireyler için farkındalık oluşturmak ve engelli bireylerle empati kurabilmenin hedeflendiği otobüs durağı örneğinde (Görsel 3) olduğu gibi toplumsal olarak engellilik konusuna dikkat çekilmesi sağlanabilir.



**Görsel 3.** Engelli bireylerle empati kurabilmek için tasarlanan görsel.

Engelli bireylerin topluma entegrasyonu için fiziksel aktivite ve spor yapabilmelerinin sağlanması ve bu kapsamda spor eğitim programlarının geliştirilerek engelli bireylere yönelik bilgilendirme ve bilinçlendirme çalışmalarının yapılması (Cumhurbaşkanlığı Kararnamesi 2018; On Birinci Kalkınma Planı, 2019), dezavantajlı gençlerin hareketliliğine yönelik projelerin öncelikli olarak desteklenmesi Bakanlığın görev ve sorumlulukları arasında yer almaktadır. Engelli bireylerin fiziksel hareketliliğini artırarak spor yapmaya teşvik edilebilmelerini sağlamak için araç park yeri ve tabela işareti örneğinde (Görsel 4 ve 5) olduğu gibi düzenlemeler mümkün kılınabilir.



**Görsel 4-5.** Engelli bireyleri fiziksel hareketliliğe teşvik eden görsel.

Gençlik ve Spor Bakanlığının sosyal sorumluluk politikaları çerçevesinde çevre kirliliği probleminin azaltılarak ortadan kaldırılması için bireylere temiz çevre bilincinin



kazandırılması gerekmektedir. Bu bilincin bireysel ve toplumsal olarak aşılabilmesi ve temiz çevre farkındalığının oluşturulabilmesi için farklı uygulamalar ve politikalar yürütülmektedir (Ulusal Gençlik ve Spor Politikası Belgesi, 2013).

Çevre kirliliğinin önlenmesi ve doğal kaynakların verimli kullanılabilmesi için geri dönüşüm hakkında gerekli bilgilendirmenin yapılması ve sürdürülebilir bir çevre bilincinin kazandırılması gerekmektedir (Birleşmiş Milletler Kalkınma Programları, 2020). Gençlere bu bilincin kazandırılması ve gençlerin çevre sorunları ile ilgili farkındalıklarının artırılması konusunda etkili ve uygulanabilir politikalar oluşturulmak, geri dönüşüm noktalarının yaygınlaştırılmasını sağlamak ve kullanımını teşvik ederek gençlerde çevre duyarlılığının artırılmasını sağlayacak uyarıcı mesajlar içeren programlar hazırlanmak Bakanlık ile paydaş kurum ve kuruluşların işbirliği içerisinde yürütmesi gereken faaliyetler arasındadır (Çevre ve Şehircilik Bakanlığı, 2017; Ulusal Gençlik ve Spor Politikası Belgesi, 2013).

Farklı sektörlerin spor aracılığıyla misyonlarını gerçekleştirmeye çalıştıkları göz önünde bulundurulduğunda spor ile geri dönüşüm bilincinin oluşturulması geri dönüşüm kutuları örneğinde (Görsel 6) olduğu gibi başarılı bir yöntem ile ele alınmaktadır. Bu çalışma basketbol sporunu araç olarak kullanarak atık maddelerin geri dönüşümünü istenilen şekilde gruplandırılması sağlanabilir.



**Görsel 6.** Spor branşı ile geri dönüşümün sağlandığı görsel.

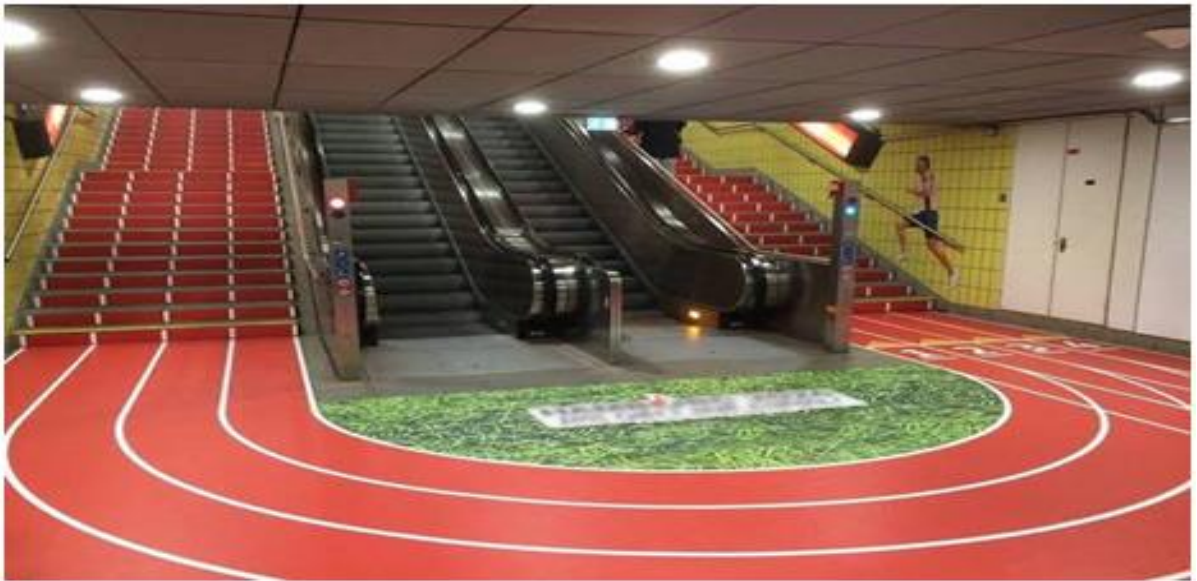
Günümüzde teknolojinin gelişmesiyle beraber sosyal hayat içerisinde fiziksel hareketin yeri azalmaya başlamıştır. Teknolojinin bu yönde değişimi sosyal yaşamı kolaylaştırmasına rağmen toplum sağlığını olumsuz yönde etkilemektedir. Bireylerin günlük gereksinimlerini bilgisayar başından kolayca karşılayabilmesi toplumda hareketsiz yaşama bağlı olarak önemli sağlık sorunlarına yol açmaktadır (Aktaş ve Özdil, 2016). Hareketli yaşamın insan sağlığı için önemini vurgulamayı amaçlayan park ve bahçelerde oturma yerleri örneğinde (Görsel 7)

olduğu gibi hareketli yaşamı teşvik ederek sosyal sorumluluk projelerinin önemi vurgulanabilir.



**Görsel 7.** Hareketli yaşamı destekleyen görsel.

Genç nüfus yapısının korunması, yaşlıların yaşam kalitesinin yükseltilmesi için hayata aktif bir şekilde katılımın sağlanması ile yüksek yaşam standartlarının oluşturularak aktif yaşlanma ortamlarının oluşturulması kalkınma planlarında da desteklenmektedir (On Birinci Kalkınma Planı, 2019). Hareketliliği artırabilmek için yürüyen merdiven yerine fiziksel olarak merdiven kullanmayı teşvik eden metro istasyonu örneğinde (Görsel 8) olduğu gibi topluma hareketli bir yaşam biçimi benimsetilebilir.



**Görsel 8.** Hareketli yaşamı destekleyen görsel.

Ulusal Gençlik ve Spor Politikası Belgesi'nde (2013) yer alan hedeflerden biri de gençlerin sağlığının korunmasına yönelik önlemlerin artırılmasıdır. Bu hedef, gençlerin kronik hastalıklardan korunmalarını sağlamak için sağlık bilinçlerini geliştirerek fiziksel hareketliliğin sağlanması, spor aracılığıyla sağlıklı yaşam için spor faaliyetlerinin geliştirilmesi, yaygınlaştırılması ve spora katılımın artırılması gibi sorumluluklar Bakanlığın stratejik planlarında da yer almaktadır (Gençlik ve Spor Bakanlığı, 2019). Bu amaç ve hedeflerinin gerçekleştirilebilmesi ve etki alanının genişletilebilmesi için Gençlik ve Spor Bakanlığı merkez ve taşra teşkilatı ile yerel yönetimler, üniversiteler ve diğer kâr amacı gütmeyen paydaş kurum ve kuruluşların işbirliği içerisinde bu faaliyetleri yürütmesi gerekmektedir. Spor kültürünün oluşturulması amacıyla toplu taşıma araçları kullanan kişilerde farkındalık oluşturma örneğinde (Görsel 9, 10 ve 11) olduğu gibi farklı spor temalı giydirmeler yapılabilir.



**Görsel 9.** Toplu taşıma araçlarına yüzme havuzu temalı zemin giydirmeleri.



**Görsel 10.** Toplu taşıma araçlarına atletizm pisti temalı zemin giydirmeleri.



**Görsel 11.** Toplu taşıma duraklarına spor temalı giydirmeler.

Toplumsal olarak spora olan ilginin arttırılması amacıyla farkındalık çalışmaları ile çeşitli kampanyaların yapılması ve bu kapsamda sanatsal, kültürel ve sportif etkinliklerin gerçekleştirilmesi gerekmektedir (Belediye Kanunu, 2005; On Birinci Kalkınma Planı, 2019). Yerel yönetimlerin bünyesinde milyonlarca vatandaş tarafından kullanılan toplu taşıma hizmetlerine spor temalı çalışmaların yerleştirilmesi sayesinde toplumun fiziksel aktiviteye ve aktif spora katılımının arttırılması ve bu faaliyetlerin toplumda sürdürülebilir hale getirilmesi amaçlanmaktadır.

## SONUÇ

Ürün ve hizmetlerin hızlı bir şekilde tüketildiği günümüzde gerek kâr elde etme amacıyla kurulan işletmeler gerekse kâr amacı gütmeyen kamu kurum ve kuruluşları farklı pazarlama taktikleri ile hedef kitlelerine ulaşarak kurumsal bilinirliklerini arttırmayı amaçlamaktadır.

Teknoloji ve medya araçlarının gelişmesiyle birlikte tüketicilere ulaşmakta kullanılan pazarlama faaliyetlerinin kullanımı hız kazanmıştır. Kişilerin çok sayıda pazarlama aracına maruz kalmaları sebebiyle vermiş oldukları tepki kurumsal olarak beklentiyi karşılayamamaktadır. Kurumsal politikaların hedef kitle üzerindeki etkisinin arttırılması amacıyla daha önce benzerine rastlanılmayan pazarlama faaliyetleri kullanan gerilla pazarlama ile hedef kitle üzerinde istenilen ilgi sağlanmaya çalışılmaktadır (Levinson ve Godin, 1994; Levinson ve Hanley, 2006).

Kâr amacı gütmeyen ve kamusal hizmet sunan Gençlik ve Spor Bakanlığı görev ve sorumluluklarını yerine getirirken toplumun ilgisini çekmeyi, düzenlediği faaliyetlere katılımı arttırmayı, toplumsal olarak bedenen ve ahlaken iyi bir vatandaş olma halini kişilere benimsetmeyi, gençlik faaliyetlerine katılım ile spor kültürü bilincini kalıcı ve sürdürülebilir bir şekilde gerçekleştirmeyi amaçlamaktadır. Bakanlığın bu amaçlara ulaşabilmesi için kurumsal bir marka oluşturarak bilinirliğini arttırması ve bu sayede faaliyetlerini etkin bir

şekilde duyurabilmesi amacıyla görsellerde belirtilen örneklerden yola çıkılarak gerilla pazarlama uygulamalarının etkili ve verimli bir şekilde kullanılabileceği düşünölmektedir.

**Yayın Etiği:** Bu çalışmanın hazırlanma ve 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.

**Çıkar Çatışması:** Yazarlar arasında herhangi bir çıkar çatışması yoktur.

**Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı:** Yazarlar araştırmanın her aşamasına eşit katkıda bulunmuştur.

## KAYNAKLAR

- Aktaş, S. ve Özdil, G. (2016). *Ankara barosu spor hukuku kurulu Av. Hasan Aydın Tansu armağanı*. Ankara: Ankara Barosu.
- Alena, K. (2012). *Guerilla marketing: New concept in practice sport master case*. Thesis (Bachelor), Mikkeli University of Applied Sciences, Mikkeli.
- Çevre ve Şehircilik Bakanlığı. (2017). Ambalaj Atıkları Kontrolü Yönetmeliği. <https://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2017/12/20171227-12.htm>.
- Arslan, S. (2009). *Turizm sektöründe alternatif bir pazarlama stratejisi olarak gerilla pazarlamanın kullanılması: Konaklama işletmeleri üzerine bir araştırma*. Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Turizm İşletmeciliği Eğitimi Anabilim Dalı, Ankara.
- Belediye Kanunu. (2005). *Belediyenin görev ve sorumlulukları*. <https://www.mevzuat.gov.tr/MevzuatMetin/1.5.5393.pdf>.
- Bigat, E. Ç. (2012). Guerrilla advertisement and marketing. *Procedia– Social and Behavioral Sciences Journal*, 51, 1022-1029.
- Birleşmiş Milletler Kalkınma Programları. (2020). *UNDP Türkiye sürdürülebilir kalkınma amaçları*. <https://www.tr.undp.org/content/turkey/tr/home/sustainable-development-goals/goal-11-sustainable-cities-and-communities.html>.
- Bozbay, Z. (2015). *Pazarlama stratejileri*. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Açık ve Uzaktan Eğitim Fakültesi, İşletme Lisans Programı.
- Bulunmaz, B. (2016). Gelişen teknolojiyle birlikte değişen pazarlama yöntemleri ve dijital pazarlama. *TRT Akademi Dijital Medya Sayısı*, 1(2), 348-365.
- Cumhurbaşkanlığı Kararnamesi. (2018). *1 Sayılı Cumhurbaşkanlığı Teşkilatı hakkında Cumhurbaşkanlığı Kararnamesi*. <https://www.mevzuat.gov.tr/MevzuatMetin/19.5.1.pdf>.
- Çimen, Z. Eraslan, A. ve Halıcı, A. (2019). *Yönetim ve Spor*. Ankara: Gazi Kitabevi.
- Dahan, G. ve Levi, E. (2012). Reklam ajanslarının gerilla pazarlama uygulamaları: Türkiye örneklemini üzerinden bir inceleme, *İstanbul Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi*, 42, 37-47.
- Forbes. (2017). *Finding brand success in the digital world*. <https://www.forbes.com/sites/forbesagencycouncil/2017/08/25/finding-brand-success-in-the-digital-world/#73eca182626e>.
- Funk, C. (2008). *Consumer behaviour in sports and events: Marketing action*. Australia: Griffith Business School, Department of Tourism Leisure Hotel and Sport Management.
- Gençlik ve Spor Bakanlığı. (2019). Genç gönüllüler. <https://www.gencgonulluler.gov.tr/Blog/Detail/9>.
- Gençlik ve Spor Bakanlığı. (2019). Stratejik plan 2019-2023. <http://www.gsb.gov.tr/public/edit/files/StratejikPlan2019-2023.pdf>.
- Hablemitoğlu, P. Özkan, D. ve Yıldırım, U. (2010). Bir fedakârlık örneği olarak "kan bağı", *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 20(20), 67-78.
- Kaleli, S. (2016). Sosyal pazarlamada gerilla uygulamalar. *Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 20(2), 313-336.
- Kaya, S. (2011). Pazarlamada yeni bir çığır açılıyor: Bütçesi küçük hayalleri büyük girişimciler için gerilla pazarlama. *İzmir Ticaret Odası Ar&Ge Bülten*, 8, 27-34.
- Kotler, P. ve Armstrong, G. (2018). *Pazarlama ilkeleri*. (Çev. E. Gegez). İstanbul: Beta Basım Yayın Dağıtım.

Çimen, Z., Özbey, Ö. ve Doğan, D. (2021). Kâr amacı gütmeyen kurumlarda bir pazarlama aracı olarak gerilla pazarlama: Gençlik ve spor faaliyetleri örneği. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 5(1), 13-25.

Levinson, C. J. ve Hanley, J. (2006). *Tüketicilerin bilinçaltını fethetmek için gerilla pazarlama devrimi*. (Çev. Y. Fetcher). İstanbul: Mediacat Yayınları.

Levinson, C. J. (1998). *Guerrilla marketing*. USA: Houghton Mifflin Company.

Levinson, C. J. (2007). *Guerrilla marketing*. USA: Houghton Mifflin Company, Fourth Edition.

Levinson, C. J. and Godin S. (1994). *The guerilla harketing handbook*. USA: Houghton Mifflin Company.

Masteralex, L. P. Barr A. ve Hums, A. (2019). *Spor yönetimi*. (Çev. H. Kasap). Ankara: Atlas Akademik Basın Yayın Dağıtım.

Memişoğlu, A. (2014). *Gerilla pazarlama faaliyetlerine ilişkin tüketici görüş ve değerlendirmelerinin belirlenmesi: Örnek bir uygulama*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans tezi, Atılım Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

On Birinci Kalkınma Planı, (2019, Temmuz). Nitelikli insan, güçlü toplum. <http://www.sbb.gov.tr/wp-content/uploads/2019/07/OnbirinciKalkinmaPlani.pdf>.

Parks, J. & Quertermen, B. (2007). *Managing sport in the 21st century*. USA: Contemporary Sport Management Human Kinetics Publications, Third Edition.

Pegem, (2020). *Özel eğitim kongresi özel eğitimde ölçme ve değerlendirme sempozyumu*. [https://www.pegem.net/Akademi/kongrebildiri\\_detay.aspx?id=137648](https://www.pegem.net/Akademi/kongrebildiri_detay.aspx?id=137648).

Sarol, H. ve Çimen, Z. (2015). The effects of adapted recreational physical activity on the life quality of individuals with autism. *The Anthropologist*, 21(3), 522-527.

Schwarz, C. E. ve Hunter, D. J. (2008). *Advanced theory and practice in sport marketing*. USA: British Library Cataloguing in Publication, Second Edition.

Şimşek, G. (2013). Pazarlama iletişimi “gayri-resmi” silahı: Tuzak pazarlama ve uygulanan stratejiler. *Selçuk Üniversitesi İletişim Dergisi*, 5(1), 135-143.

Tek, Ö. B. (1991). *Pazarlama ilkeler ve uygulamalar*. İzmir: Memleket Gazetecilik ve Matbaacılık.

The Business Research Company. (2019). *Global Sports Market Value*. <https://www.thebusinessresearchcompany.com/report/sports-market>.

Ulusal Gençlik ve Spor Politikası Belgesi. (2013, Ocak 27). Gençlik politikaları. [https://www.gsb.gov.tr/public/edit/files/Mevzuat/ulusal\\_genclik\\_ve\\_spor\\_politikasi](https://www.gsb.gov.tr/public/edit/files/Mevzuat/ulusal_genclik_ve_spor_politikasi).

Uysal, S. (2011). *Küçük ve orta ölçekli işletmeler için yeni bir pazarlama anlayışı: Gerilla pazarlama*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atılım Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Ünal, H. (2013). Gerilla tarzı pazarlama ve spor. *Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 11(2), 61-71.

Yüksekbilgili, Z. (2011). Gerilla pazarlama: Kuramsal bir çerçeve. *Anadolu Bilimleri Meslek Yüksekokulu Dergisi*, 22, 49-54.



Bu eser **Creative Commons Atıf-Gayri Ticari 4.0 Uluslararası Lisansı** ile lisanslanmıştır.



## 21. Yüzyıl Yaz Olimpiyat Oyunlarında Teknoloji Kullanımı Üzerine Bir İnceleme

Emre DÖNMEZ<sup>1\*</sup>, Emine KAYA<sup>1</sup>, Kadir YILDIZ<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Manisa.

<sup>2</sup>Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Manisa.

**Orijinal Makale**

Gönderi Tarihi: 14. 04.2021

Kabul Tarihi: 14.05.2021

**DOI: 10.30769/usbdb.915892**

Online Yayın Tarihi: 30.06.2021

### Öz

Bu araştırmada 21. Yüzyıl Yaz Olimpiyat Oyunlarında kullanılan teknolojilerin incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışma da nitel araştırma yöntemlerinden durum çalışması deseni kullanılmıştır. Verilerin analizi sürecinde ise doküman analizi yöntemi kullanılmıştır. Uluslararası Olimpiyat Komitesi'nin (IOC) 2000-2020 yılları arasında düzenlenmiş olduğu Sidney 2000, Atina 2004, Pekin 2008, Londra 2012 ve Rio 2016 Yaz Olimpiyat Oyunlarının resmi olimpiyat raporları analiz edilerek araştırmanın amacına uygun doküman sağlanmaya çalışılmıştır. İnceleme sonucunda; Sidney 2000 Yaz Olimpiyat Oyunları düzenlendiği tarih itibarıyla, teknolojinin henüz yeni yeni gelişmeye başladığı bir dönem olarak karşımıza çıkmaktadır. Atina 2004 Yaz Olimpiyat Oyunlarındaki teknoloji kullanımını bilgi teknolojisi, telekomünikasyon, enerji ve mekân teknolojisi bölümleri kapsamında incelenmiştir ve Sidney 2000 Yaz Olimpiyat Oyunları'na kıyasla fark edilir bir artış olduğu görülmektedir. Pekin 2008 Yaz Olimpiyat Oyunlarıyla birlikte 'Yüksek Teknoloji Olimpiyatları' kavramı karşımıza çıkmaktadır. Pekin 2008 Yaz Olimpiyat Oyunları Ana Basın Merkezi, Olimpiyat Oyunları tarihindeki türünün en büyük örneği olmuştur. Londra 2012 ve Rio 2016 Yaz Olimpiyat Oyunlarından sonra teknoloji kullanımının hızla arttığı ve kullanılan teknolojik aletlerin çeşitlendiği görülmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Teknoloji, sporda teknoloji, olimpiyatlarda teknoloji.

## A Review on the Use of Technology at the 21st Century Summer Olympic Games

### Abstract

In this research, it is aimed to examine the technologies used in the 21st Century Summer Olympic Games. The case study design, one of the qualitative research methods, was used in the study. In the process of data analysis, document analysis method was used. By analyzing the official Olympic reports of Sydney 2000, Athens 2004, Beijing 2008, London 2012 and Rio 2016 Summer Olympic Games organized by the International Olympic Committee (IOC) between 2000 and 2020, it was tried to provide documents in accordance with the purpose of the research. As a result of the examination; As of the date of the Sydney 2000 Summer Olympic Games, it is a period when technology is just beginning to develop. The use of technology in the Athens 2004 Summer Olympic Games has been studied within the information technology, telecommunications, energy and space technology divisions, and there is a noticeable increase compared to the Sydney 2000 Summer Olympic Games. With the Beijing 2008 Summer Olympic Games, the concept of "High Technology Olympics" emerges. The Beijing 2008 Summer Olympic Games Main Press Center was the largest of its kind in the history of the Olympic Games. After the London 2012 and Rio 2016 Summer Olympic Games, it is seen that the use of technology has increased rapidly and the technological tools used have diversified.

**Keywords:** Technology, technology in sports, technology at the olympics.

\* Sorumlu yazar: Emre DÖNMEZ, E-Posta: 10emrednmz@gmail.com



## GİRİŞ

21. yüzyıl itibariyle teknolojinin ekonomi, sağlık, mimari, savunma sanayi, sanat, spor, ulaşım ve eğitim gibi birçok alanda toplum yaşamı üzerinde önemli etkiye sahip olduğu görülmektedir. Bu dijitalleşme süreci tüm sektörlerde büyük bir etkileşim alanı oluşturmaya başlamıştır. Teknolojinin ortaya çıkardığı etkileşim ortamı sektörler için yeni fırsatlar ortaya çıkarmıştır. Fırsatları değerlendirmek ve büyüme eğilimini sürdürmek isteyen sektörler için artık teknolojik değişim ve dönüşüm süreci bir zorunluluk haline gelmiştir.

Modern yaşamda kişilerin hayattan beklentileri her geçen gün giderek artmaktadır. Özellikle teknoloji alanında yürütülen faaliyetler daha çok bu beklentileri gidermeye çalışmaktadır. Bunun sonucunda kişilerin hayattan beklentisindeki yükseliş, teknolojinin gelişim hızını arttırmaktadır. İnsan, teknoloji alanındaki bu gelişimin ana unsuru ve aynı zamanda bu gelişimden etkilenen ana faktördür (Karaçam ve Aydın, 2014).

Globalleşen dünyamızda insanların her an birbirleriyle iletişim kurabiliyor olması, üretim faaliyetlerini kolaylıkla yürütebilmesi, internet kullanımının hayatımıza girmesiyle yaşanan bilgiye ulaşım kolaylığı, sağlık alanında yaşanan gelişmelerle insan hayatının uzaması gibi çeşitli faydaların sağlanmasında teknolojinin payı çok yüksektir (Argan, Özer ve Akın, 2006). Bu sektörlerin yanı sıra günümüzde teknoloji kullanımı spor endüstrisinin her alanında etkisini göstermeye başlamıştır. Özellikle ulusal ve uluslararası organizasyonlar boyutu da dikkate alındığında sportif organizasyonlar üzerinde de büyük etkiye sahip olduğunu söylemek yanlış olmayacaktır.

Bilgisayar teknolojilerinin artması ve internet tabanlı yeni spor teknolojilerinin kullanılması sporun gelişimine önemli katkılar sağlamaktadır. Spor sektöründe kullanılan bazı teknolojik aletlere örnek olarak; video kamera sistemleri, vücut analiz programları, akıllı bilişim sistemleri, nano-teknolojik ürünler ve her branşa özgü tasarlanan çeşitli teknolojik aletler verilebilir. Yaşanan bu gelişmeler spor endüstrisini de her geçen gün büyütmektedir. Spor sektöründe kullanılan teknoloji sayesinde sporcular daha verimli antrenmanlar yapabilmekte ve performanslarını üst düzeye getirebilmektedirler. Ayrıca spor seyircileri için kullanılan teknolojiler daha kaliteli ve ulaşılabilir bir seyir imkânı sağlamaktadır. Daha önceleri müsabakalar esnasında yaşanan tartışmalar teknoloji kullanımı sayesinde azalma göstermiştir. Örneğin bir voleybol müsabakasında topun çizgiye temas edip etmediği hakem tarafından tespit edilemediği durumlarda video kamera sistemine başvurulmaktadır. Spor alanında kullanılan diğer bir sistem futbolda hakemlerin kullanmış oldukları VAR sistemidir. Teknolojinin sağladığı buna benzer yenilikleri birçok spor branşında görmek mümkündür. Kitle iletişim araçlarının artması ile spora katılım daha kolay hale gelmiştir. Herhangi bir spor etkinliğinin tanıtım ve reklam faaliyetleri kitle iletişim araçları ile hızla yapılabilmektedir. Geçmişte radyo ve televizyon ile sadece tek taraflı iletişim imkânı sağlanırken, günümüzde gelişen teknoloji kullanımı neticesinde internet ve sosyal medya platformları aracılığıyla karşılıklı etkileşim kurma imkânı sağlanmıştır.

Teknolojide yaşanan gelişmelerden etkilenen sektörlerden birisi olan spor endüstrisi, teknik, bilimsel ve teknolojik gelişmelerden de olumlu bir şekilde etkilenmiştir. Bu durum spor

alanında yeniliklerin ortaya çıkmasını sağlamış ve spor sektörünün kapsamını genişletmiştir (Akgöl, 2019; Furrer, 2002; Murathan ve Murathan, 2019; Tekin ve Karakuş, 2018; Yücel ve Devocioğlu, 2012). Dünyanın en kapsamlı spor organizasyonu olan ve sporun kitlelere yaygınlaşmasını amaçlayan olimpiyat oyunlarının da gelişen teknolojik gelişmelere uyum sağlayarak teknolojik yenilikleri her alanda kullanma eğilimi içerisinde oldukları ifade edilebilir.

Modern Olimpiyat Oyunlarının tarihi 1896 yılına dayanmaktadır. Fikir öncülüğünü Pierre de Coubertin'in yaptığı oyunlar ilk olarak Yunanistan'ın Atina kentinde düzenlenmiştir. Dünyanın en büyük ve en saygın organizasyonu olarak kabul gören Olimpiyat Oyunları, birçok spor disiplini içerisinde barındıran bir spor etkinliğidir. Yurdigül ve Ayhan'a (2018) göre Uluslararası Olimpiyat Komitesi (IOC) tarafından organize edilen, her dört yılda bir Yaz ve Kış Olimpiyat Oyunları olarak düzenlenen etkinlik kararlaştırılan şehirlerin ev sahipliğinde gerçekleştirilmektedir. Dünyanın en iyi sporcularının yarıştığı Olimpiyat Oyunları bir spor zirvesi haline gelmiş ve tüm dünyanın ilgisi oyunlara çevrilmiştir.

Eski çağlardan günümüze kadar Olimpiyat Oyunları sürekli gelişim göstererek düzenlenmeye devam etmektedir. Modern Olimpiyat Oyunları düzenlenmeye başladığı zamanlarda sporda teknoloji kullanımı yok denecek kadar düşük düzeyde karşımıza çıkmaktadır. Örneğin, spor tesisleri bugünkü kadar işlevsel değildi. Oyunlara ulaşım imkanının zor olması katılımcı sayısını düşürmekte ve kitle iletişim araçlarının yoksunluğu nedeniyle oyunların tanıtımı yapılamamaktaydı. 21. yüzyıla gelindiğinde Olimpiyat Oyunlarının en etkili ve verimli şekilde gerçekleştirilebilmesi için teknoloji kullanımı hızlı bir yükseliş göstermiştir.

Günümüzde Olimpiyat Oyunlarının başarısı için en önemli faktörlerin başında teknoloji kullanımı gelmektedir. Olimpiyat Oyunlarında teknoloji kullanımı sadece oyunlar sırasında değil, aynı zamanda organizasyon öncesinde ve sonrasında da karşımıza çıkmaktadır. Oyunlara katılan sporcuların performanslarına ve rekabetlerine kitle iletişim araçları sayesinde tanık olmaktadır. Milyarlarca izleyicisi bulunan organizasyonun izleyicilerle buluşabilmesi için binlerce kilometre uzunluğundaki fiber kablolar, uydular, mükemmel şekilde senkronize edilmiş sistemler, veri tabanları ve sunum grafikleri yer almaktadır. Bu teknolojik araçların tümü, tasarım, kurulum, test ve performans doğruluğu konusunda yıllarca emek vermiş binlerce kişinin çabaları ile çalışmaktadır (ATHOC, 2005).

Bireyler önceki dönemlerde spor hakkında bilgi edinme ve spor müsabakalarını takip etme fırsatı yalnızca buldukları çevreyle sınırlıydı. Teknoloji sayesinde bilgisayar, televizyon ve mevcut medya araçlarıyla spor müsabakalarını evrensel olarak izleme ve takip etme olanakları sağlanmıştır. Bu doğrultuda dünyada sporu tanımayan ve az bilgiye sahip olan kişiler sporu tanımış oldu (Vural, 2020). Teknolojik gelişmeler bunların yanı sıra, kullanılan sportif malzemeler ve alan içine de girerek, daha rahat olmalarında önemli bir unsurdur. Sportif malzemelerdeki gelişmeler, spor müsabakalarında yeni rekorların kırılmasını beraberinde getirmiştir. Bu süreç, günümüzde de hızla devam etmektedir (Atasoy ve Kuter, 2005). Teknolojik gelişmelerin profesyonel spor organizasyonlarının genel yapısı üzerinde önemli değişime sebep olduğu ifade edilmiştir. Özellikle tasarım, mühendislik, biyomekanik ve malzeme bilimi alanları genellikle sporculara daha sağlam ve daha iyi ekipman sağlamak için

bir araya gelme eğilimleri içerisindedirler. Bu düşüncedeki temel hedef ise olimpiyatlarda rekabette üstünlük sağlamaktır (Haake, 2009; Mountjoy, Gordon, McKeown ve Constantini, 2009). Teknoloji alanındaki bu yenilikler, spor organizasyonları devam ederken eş zamanlı verilerin girilmesi, sonuçların gözlemlenmesi ve paylaşılması mümkün olmuştur. Sporseverlere dijital dev ekranlar, mobil uygulamalar, kesintisiz internet, full HD skorbordlar gibi yüksek teknoloji akıllı stadyumlar aracılığıyla tüm hizmetler sunulmaktadır (Tekin ve Karakuş, 2018).

Teknolojinin spor alanında hızla gelişimi yeni yüzyılda da Olimpiyat Oyunlarında etkisini göstermeye devam etmiştir. Teknoloji ve spor arasındaki simbiyotik ilişki gerek teknik gerekse farklı alanlarda spor endüstrisi üzerinde önemli etkiye sahip olmuştur. Teknolojinin, modern olimpiyat oyunlarındaki sporcu performansına etkisinin önem arzettiği günümüzde, spor üzerindeki teknolojinin etki büyüklüğünü görmek spor endüstrisi ve paydaşlar açısından önemli bir unsur olarak düşünülmektedir. Bu çalışmada, 21. Yüzyılda düzenlenen Yaz Olimpiyat Oyunlarındaki teknoloji kullanım süreci ve gelişiminin incelenmesi amaçlanmıştır.

## YÖNTEM

Bu çalışma, nitel araştırma yöntemlerinden durum çalışması deseni kullanılarak yapılmıştır. Durum çalışması, bir veya birkaç duruma ilişkin etkenleri (ortam, kişiler, hadiseler, süreçler vb.) bütüncül bir yaklaşımla inceler ve bu etkenlerin durumu nasıl etkiledikleri, ilgili durumdan nasıl etkilendiklerini analiz etmeyi amaçlar. Verilerin analizi sürecinde ise doküman analizi yöntemi kullanılmıştır. Doküman analizi, araştırılması amaçlanan olgu veya olgulara yönelik bilgilerin yer aldığı yazılı materyallerin analizini kapsar (Yıldırım ve Şimşek, 2018). Bu çerçevede Uluslararası Olimpiyat Komitesi'nin (IOC) 2000-2020 yılları arasında düzenlemiş olduğu, Sidney 2000, Atina 2004, Pekin 2008, Londra 2012 Yaz Olimpiyat Oyunlarının Resmi Olimpiyat Raporları analiz edilmiştir. Rio 2016 Yaz Olimpiyat Oyunları için Uluslararası Olimpiyat Komitesi tarafından hazırlanan Rio 2016 Pazarlama Raporu incelenerek araştırmanın amacına uygun doküman sağlanmaya çalışılmıştır. Araştırmada elde edilen veriler bulgular kısmında tablolarla sunulmuştur.

## BULGULAR

**Tablo 1.** İncelenen Yaz Olimpiyat Oyunları hakkında bilgiler

Yaz Olimpiyat Oyunları	Tarih	Ülke	Sporcu Sayısı	Ülke Sayısı	Etkinlik Sayısı
<b>Rio 2016</b>	05-21 Ağustos	Brezilya	11.238	207	306
<b>Londra 2012</b>	27 Temmuz-12 Ağustos	Büyük Britanya	10.568	204	302
<b>Pekin 2008</b>	8-24 Ağustos	Çin	10.942	204	302
<b>Atina 2004</b>	13-29 Ağustos	Yunanistan	10.625	201	301
<b>Sidney 2000</b>	15 Eylül-01 Ekim	Avustralya	10.651	199	300

Tablo 1'de araştırma kapsamında analiz edilen Yaz Olimpiyat Oyunlarının düzenlendiği yer, tarih, oyunlara katılan sporcu sayısı, ülke sayısı ve gerçekleştirilen etkinliklerin sayısına yer verilmiştir. Tablo incelendiğinde 2000-2016 yılları arasında ülke ve etkinlik sayısında gözlemlenebilir bir artış olduğu görülmektedir.

## **Sidney 2000 Yaz Olimpiyat Oyunları**

Sidney 2000 Yaz Olimpiyat Oyunları teknoloji bölümü, tüm Sydney Olimpiyat Oyunları Organizasyon Komitesi programlarına servis sağlayıcı olarak faaliyet göstermiştir. Misyonu, bilgi teknolojisi, telekomünikasyon, görsel-işitsel ve genel teknoloji desteği sağlayarak Sidney Olimpiyat Oyunları Organizasyon Komitesi ve Sidney 2000 Olimpiyat Oyunlarını destekleyen tüm teknoloji sistemlerinin ve hizmetlerinin planlanması, geliştirilmesi, uygulanması ve işletilmesini yönetmek şeklinde belirlenmiştir. Sidney 2000'in teknoloji bölümü, 4500'ü gönüllü olmak üzere yaklaşık 8500 kişiden oluşmuştur. Teknoloji bölümü bazı alt programlardan oluşturulmuştur. Bu alt programlar: İş ve sözleşme yönetimi, operasyonlar ve entegrasyon, oyun yönetim sistemleri, telekomünikasyonlar, masaüstü, internet, mekân teknoloji grubu, oyun sonuçları sistemleridir (SOCOG, 2001).

İş ve sözleşme yönetimi alt programı, Olimpiyat Oyunları için teknoloji teslimatının nihai tahmin finansal durumunu yönetmekten sorumludur. Bu alt program Sydney Olimpiyat Oyunları Organizasyon Komitesi politikaları ve yönergelerine uygun olarak teknoloji harcamalarını günlük olarak yönetmiştir. Operasyonlar ve entegrasyon alt programı, teknoloji entegrasyon sürecini yönlendirmek ve koordine etmektir. Teknoloji Komuta Merkezi, yayın teknolojisi hariç, tüm oyunlar için kritik teknoloji ve teknoloji hizmetlerinin sorunsuz bir şekilde işletilmesinden ve yönetilmesinden sorumlu olmuştur. Oyun yönetim sistemleri alt programı, akreditasyon, tıbbi, personel, lojistik ve doping kontrolü de dahil olmak üzere Sydney Olimpiyat Oyunları Organizasyon Komitesi programının tüm alanlarında test etkinliklerini ve Olimpiyat Oyunlarını destekleyen 30'dan fazla sistemin gereksinimlerini, geliştirilmesini, test edilmesini ve uygulanmasını yönetmiştir. Telekomünikasyon alt programı, Sydney 2000 Oyunları için tüm teknolojilerin teslim edildiği temel yapı taşını sağlamıştır. Genel telekomünikasyon dağıtımını, Swatch, Kodak, Fuji Xerox, Telstra, Samsung ve Panasonic ile yapılan sözleşmelerle yönetilmiştir (SOCOG, 2001).

Masaüstü teknolojisi alt programı, Sidney Olimpiyat Oyunları Organizasyon Komitesi'nin oyun öncesi planlamasını ve çalışmasını sağlamak için masaüstü ortamını yönetmiştir. Ayrıca güvenilir bir ağ sistemi sağlamak, bilgisayarlar, yazıcılar, telefon, reprografi ekipmanı vb. teknoloji kaynaklarını yönetmiştir. İnternet İş Grubu alt programı Sidney Olimpiyat Oyunları resmî web sitesinin ([www.olympics.com](http://www.olympics.com)) tüm sorumluluklarını üstlenmiştir. Mekân teknolojisi alt programı, tüm rekabet ve rekabet dışı mekân tabanlı teknoloji sistemlerinin ve hizmetlerinin planlanması, uygulanması ve işletilmesinden sorumlu olmuştur. Tüm ses-görüntü sistemleri, güvenlik kameraları, TV monitörler, faks, yazıcılar, puanlama ve zamanlama sistemleri, kablolu altyapısının yanı sıra mekân çözümlerinin geliştirilmesini ve uygulama planlarını koordine etmiştir. Oyun sonuçları sistemleri alt programı, test etkinliklerini, teknoloji provalarını ve Olimpiyat Oyunlarını desteklemek için etkili, çalışan sonuç sistemlerinin sağlanmasından sorumlu olmuştur (SOCOG, 2001).

## **Atina 2004 Yaz Olimpiyat Oyunları**

Atina 2004 Yaz Olimpiyat Oyunlarındaki teknoloji kullanımını bölümler halinde incelemek mümkündür. Bu bölümler bilgi teknolojisi, telekomünikasyon, enerji ve mekân teknolojisi

olarak karşımıza çıkmaktadır. Bilgi Teknolojileri bölümü oyunlar sırasında sağlanan hizmetlerin sorunsuz bir şekilde çalışmasını sağlamıştır. Bilgi teknolojisi sistemlerinin hizmetleri incelendiğinde oyun yönetim sistemleri, bilgi yayma sistemleri, zamanlama, puanlama ve sonuç sistemleri, reprografi hizmetleri, idari hizmetler için destek, ağ güvenliği, teknoloji lojistiği ve yönetici hizmetleri şeklinde karşımıza çıkmaktadır (ATHOC, 2005).

Telekomünikasyon işlevsel alanı, teknoloji bölümünün daha geniş sorumluluk çerçevesi dahilinde, modern ve güvenilir telekomünikasyon hizmetlerinin sağlanmasından sorumlu olmuştur. Oyunlarda sağlanan telekomünikasyon hizmetleri; yönetici ağı, oyun veri ağı, çağrı merkezi hizmetleri, sabit telefon, mobil telefon, veri hizmetleri, internet erişimi, kablolu televizyon, ses-video sistemleri ve özel hizmetleri içermektedir (ATHOC, 2005).

Enerji fonksiyonel alanı, Olimpiyat Oyunların sorunsuz bir şekilde düzenlenmesi için gerekli olan elektrik gücü gereksinimlerinin belirlenmesinden sorumlu olmuştur. Enerji hizmetleri; elektrik şebekeleri, geçici alt istasyonlar, alçak gerilim montaj işleri, ışık, sistem kontrolü ve veri birikiminden oluşturulmuştur. Mekân teknolojisi, mekân ekibi düzeyinde teknoloji planlama ve operasyonunu koordine etmek amacıyla oluşturulmuştur. Mekân teknolojisi mekân ekipleri çerçevesinde, bir teknoloji yöneticisi bulunmaktadır. Telekomünikasyon, bilgi teknolojisi ve enerji ile teknoloji sponsorları alt ekipleri, mekân teknoloji yöneticisinin sorumluluğu altında faaliyet göstermiştir. Oyunlar sırasında, tüm teknoloji sektörleri, Teknoloji Operasyon Merkezi aracılığıyla merkezi düzeyde entegre edilmiştir. Atina 2004 Olimpiyat Oyunlarında bazı teknoloji sponsorları bulunmaktadır. Sponsorlar, teknoloji hizmetleri, ekipman ve özel operasyonlar, oyunlar gibi konularda sponsorluk desteği vermişlerdir (ATHOC,2005).

### **Pekin 2008 Yaz Olimpiyat Oyunları**

Pekin 2008 Yaz Olimpiyat Oyunlarıyla birlikte ‘Yüksek Teknoloji Olimpiyatları’ kavramı ortaya çıkmaya başlamıştır. Yüksek teknolojiye sahip başarılı bir oyun, en son yerli ve uluslararası teknolojik başarıları içermiştir. Pekin Olimpiyat Oyunları Organizasyon Komitesi, Pekin Olimpiyat Oyunları medya operasyonları için “önce hizmet” stratejisini benimsemiştir. Bu stratejiye dayanarak, ilk yayın tesislerinin hazırlanması ve yayınlanması ile olumlu politikalar formüle edilmiştir (BOCOG, 2010).

Pekin Olimpiyat Oyunlarının Ana Basın Merkezi, akredite gazeteciler, fotoğrafçılar ve hak sahibi olmayan yayıncıların merkezi olmuştur. Pekin Olimpiyat Oyunları Organizasyon Komitesi ayrıca medya operasyonlarını burada gerçekleştirmiştir. 62.000 metrekarelik kullanılabilir bir taban alanına sahip olan Ana Basın Merkezi, Olimpiyat Oyunları tarihindeki türünün en büyük örneği olmuştur. Pekin Olimpiyat Oyunları yayın operasyonları, Olimpiyat Oyunları tarihindeki en geniş kapsama alanı, en yüksek izleyici derecelendirmesi ve en iyi yayın etkisini göstermiştir. Sadece Çin anakaradaki CCTV izleyicileri 1,1 milyara ulaşmıştır ve ABD'deki 211 milyon kişi Ulusal Yayın Şirketi'ndeki oyunları izlemiştir. Dünyanın dört bir yanından gelen yayıncılar, dünya çapında 4,7 milyar kişiye ulaşan ve yeni bir Olimpiyat Oyunları TV Yayın rekoru kıran 5.000 saatlik kapsama alanı ve canlı yayın gerçekleştirilmiştir (BOCOG, 2010).

Pekin 2008 Yaz Olimpiyat Oyunlarında bir dizi teknik atılım da gerçekleştirilmiştir. Örneğin, atletizm, yüzme, yelken ve kano/kayık yayınlarına sanal grafikler eklenmiştir. Yol bisikleti, dağ bisikleti, maraton, binicilik ve triatlon için yüksek çözünürlüklü üç boyutlu (3D) haritalar uygulanmıştır. GPS, yelken ve kano/kayık etkinliklerinde tekneleri bulmak için kullanılmıştır (BOCOG, 2010).

Olimpiyat Oyunlarına ev sahipliği yapmak için teknik destek önem arz etmiştir. Bilgi aktarımını inceleyerek, Pekin Olimpiyat Oyunları Organizasyon Komitesi teknik destek ekibi tüm etkinlikler için planlar ve çalışma prosedürleri formüle etmiştir. Teknik sorunları çözmek için kaynaklar bütünleştirilmiştir ve oyunların açılış ve kapanış törenleri için komuta sistemi, canlı televizyon yayını sırasında Çince bilgi ekranları ve mekân güvenlik komuta sistemi gibi bir dizi teknik atılım yapılmıştır (BOCOG, 2010).

Beş yıl süren bir paket plan olarak, Pekin Olimpiyat Oyunları için sponsorluk planı çok çeşitli ürün ve hizmetleri içermiştir. Sponsorlar Pekin Olimpiyat Oyunları, Çin Olimpiyat Komitesi ve Çin Olimpiyat Heyeti adına pazarlama faaliyetleri yürütülmüştür. Sponsorların seçimi, oyunlar için bir pazarlama planı başlatıldıktan hemen sonra başlamıştır. 2007'nin sonuna gelindiğinde, yurtiçinde ve yurtdışında 62 tanınmış işletme Pekin 2008 ortakları, sponsorları ve tedarikçileri haline gelmiştir (BOCOG, 2010).

#### **Pekin 2008 Teknoloji Ortakları**

- General Electric
- Eastman Kodak
- Manulife Kanada
- Omega (İsviçre)
- Samsung Elektronik
- Lenovo
- Panasonic Elektronik
- VISA International

#### **Pekin 2008 Teknoloji Sponsorları**

- Amerika Birleşik Parsel servisi (UPS)-Lojistik ve ekspres teslimat
- SOHU.com-İnternet içerik hizmeti
- Uni-President Investment (China) Corp.-Finansman ve ilgili hizmetler

#### **Londra 2012 Yaz Olimpiyat Oyunları**

Londra 2012 Yaz Olimpiyat Oyunlarıyla birlikte sporda teknoloji kullanımı konusunda farklı bir döneme girilmiştir. Sosyal medya kullanımının yaygınlaşmasıyla spor organizasyonlarında resmi yayıncıların ve akreditasyon almış basın mensuplarının görevini üstlenerek eşzamanlı olarak müsabakalardan yayın ve haber paylaşımını sağlamıştır (Edin, 2016). 2012 yılı itibarıyla sosyal medya yüksek oranda ilgi görmüş ve milyarlarca insan tarafından yüksek oranda kullanılmıştır. 2008 Pekin Olimpiyatları sırasında Londra 2012 kadar aktif olmamıştır. Çin'deki internet kullanım engelleri dolayısıyla hem Pekin'den oyunları izleyenlerin hem

sporcuların hem de televizyon karşısında izleyenlerin sosyal medya üzerinden paylaşımlarının sınırlı sayıda kalmasına neden olmuştur. Londra 2012 Yaz Olimpiyat Oyunlarındaki mobil internet paylaşımının hızla artmasından dolayı sosyal ağlarda Olimpiyat Oyunları hakkındaki mesajların sayısı milyarlarca ulaşmıştır. Bu bağlamda Londra 2012 Yaz Olimpiyat Oyunlarını tarihteki ilk sosyal medya olimpiyatı olarak adlandırmak mümkündür (Kocabaş, 2012).

Dünyadaki çoğu insan ve topluluk için Olimpiyat Oyunları bir multimedya etkinliği ve deneyimi haline gelmiştir. Londra 2012, ortakları, sponsorları ve Uluslararası Olimpiyat Komitesi, zengin bir yayın ve çevrimiçi hizmet sağlamıştır. Satış yerleri, son teknoloji televizyon, web sitesi ve dijital programlar oyunların başarısına önemli ölçüde katkıda bulunmuştur. Dünya çapında milyonlarca insan bu oyunları televizyonda izlemiştir. İngiltere'de BBC, açılış töreni için 27,3 m, erkekler 100 m finali için 20 milyonluk bir kitleye ulaşmıştır. İngiltere nüfusunun yüzde doksan biri oyunların en az 15 dakikasını izlemiştir. BBC, ilk kez her Olimpiyat sporunun canlı yayımının İngiltere izleyicilerine ücretsiz olarak sunulmasını sağlamak için birçok platformunu kullanmıştır (LOCOG, 2013).

Londra 2012 için teknoloji gereksinimleri zorlu geçmiştir. Tüm Olimpik sporlarda gerçek zamanlı sonuçlar veren ilk yaz Olimpiyat Oyunları ve Olimpik Veri Beslemesinin yeni standartlaştırılmış sonuç formatının ilk uygulaması bu oyunlarda gerçekleştirilmiştir. Bunun yanı sıra, tüm Olimpik sporlarda TV grafikleri için zamanlama, puanlama, sonuç bilgileri sağlanmış ve sanal grafikleri desteklemek için bir dizi geliştirme de yapılmıştır (LOCOG, 2013).

Basın grupları, mekân medya merkezlerinde iletişim için kablosuz ağ yerine kablo kullanmıştır. Bununla birlikte, tüm pozisyonlara ve bazı masa dışı koltuklara monte edilen kablolu seviyesi, önceki oyunları aşmıştır. Tek bir şifre ile tüm mekanlarda erişilebilen sağlam bir iletişim ağı oluşturulmuştur. Gazeteciler, dizüstü bilgisayarlarının herhangi bir yerinde hizmete erişmek için şifrelerini kullanmışlardır. Londra Olimpiyat Oyunları Organizasyon Komitesi basın operasyonları ekibi, Uluslararası Spor Basın Birliği tarafından “En İyi Basın Tesisleri Ödülü”nü (2012) almıştır (LOCOG, 2013).

### **Rio 2016 Yaz Olimpiyat Oyunları**

5-21 Ağustos 2016 tarihleri arasında düzenlenen Rio 2016 Yaz Olimpiyat Oyunlarında diğer oyunlara kıyasla en gelişmiş teknolojik aletler kullanılmıştır. Dijital dönüşüm sporda da ciddi etkiler yaratmıştır. Haberleşme ve bilgiye ulaşımın kolaylaşması sonucunda farklı iletişim teknolojilerinin de kullanıldığı görülmektedir. Geleneksel haberleşme ve iletişim yöntemlerinin yetersiz kaldığı günümüzde bireyler haber paylaşımını sosyal ağlar üzerinden gerçekleştirmektedir. Mobil teknolojinin de katkısıyla zaman ve mekândan bağımsız paylaşımlar yapabilmektedirler (Edin, 2016). Rio 2016 Yaz Olimpiyat Oyunları sosyal medya etkisinin en fazla hissedildiği oyunlar olmuştur.

Televizyonda ve dijital platformlarda görüntülenen yayın kapsamı ve sosyal medyadaki katılım göz önüne alındığında en çok tüketilen Olimpiyat Oyunu olmuştur. İnsanlar her zamankinden daha fazla Olimpik içeriğe erişim sağlayabilmiştir. Rio 2016 Yaz Olimpiyat Oyunları 584 TV

kanalı, 270'ten fazla özel dijital platform ve sosyal medya platformlarından Londra 2012'ye kıyasla % 20 daha fazla izlenmiştir. Rio 2016 Olimpiyat Oyunları şimdiye kadarki en dijital Olimpiyat Oyunları olmuştur. Dijital platformlarda TV'den daha fazla kapsama alanına sahip olan ilk Yaz Olimpiyat Oyunları olmuştur. Rio 2016 Olimpiyat Oyunlarında yaklaşık 7100 saatlik canlı yayın sağlamak için 160 ağır çekim ve yüksek hızlı ağır çekim kameraları olmak üzere 1.000'den fazla kamera kullanılmıştır. Rio 2016 Olimpiyat Oyunlarında ilk kez canlı yayın için dronlar kullanılmış, Sanal gerçeklik (VR) deneyimleri sunulmuş ve 8K yüksek çözünürlük imkânı sağlanmıştır (Uluslararası Olimpiyat Komitesi, 2017).

Rio 2016 Olimpiyat Oyunlarında bazı teknoloji sponsorları bulunmaktadır. Sponsorlar, teknoloji hizmetleri, ekipman ve özel operasyonlar, oyunlar gibi konularda sponsorluk desteği vermişlerdir. Atos; Rio 2016 Olimpiyat Oyunlarının teknolojik altyapısının hazırlanması, veri analitiği ve siber güvenlik görevlerini üstlenmiştir. DOW; inşaat, oyun teknolojileri, ulaşım ve genişletilmiş altyapılıkların hazırlanmasında üstlenmiştir. Genral Elektrik; Enerji-elektrik alt yapısının hazırlanmasını üstlenmiştir. Omega; Spor aktiveleri için çeşitli zaman kaydetme teknolojileri geliştirmiştir. Atletizmde, Omega Scan'O'Vision Myria olarak bilinen yeni bir fotofiniş kamerası, saniyede 10.000 fotoğraf yakalama kapasitesine sahiptir. Bitiş çizgisinde kullanılan bu kamerada şampiyonlarını belirlemekte katkı sağlamıştır. Panasonic; Görsel ve işitsel teknoloji ile Olimpiyat Oyunlarına katkıda bulunmuştur. Samsung; Kablosuz iletişim ekipmanları kategorisinde Rio Olimpiyatları'nda en gelişmiş mobil ürünler sağlamıştır. Visa Olimpiyat Oyunlarının resmi bir ödeme sistemidir. Akıllı bilekliklerle temassız ödeme teknolojisi kullanılmıştır (Uluslararası Olimpiyat Komitesi, 2017).

**Tablo 2.** 21. Yüzyıl Yaz Olimpiyat Oyunları yayın ve sponsorluk gelirleri

Yıllar	Şehirler	Yayın Geliri (Milyar \$)	Sponsor Geliri (Milyon \$)	Yerel Sponsor Desteği (Milyon \$)
2000	Sidney	1.8	579	655
2004	Atina	2.2	663	796
2008	Pekin	2.5	866	1.555
2012	Londra	3.9	957	1.300
2016	Rio	4.4	-	-

**Kaynak:** Uluslararası Olimpiyat Komitesi verileri kullanılarak düzenlenmiştir.

Tablo 2'de gösterilen veriler Yaz Olimpiyat Oyunları resmi raporları incelenerek oluşturulmuştur. Rio 2016 Yaz Olimpiyat Oyunları Resmi Raporları henüz yayımlanmadığı için sponsor geliri ve yerel sponsor desteği verileri tabloda verilmemiştir. Tablo 2 Yaz Olimpiyat Oyunları yayın gelirleri açısından incelendiğinde, yayın gelirlerinin sürekli artış gösterdiği görülmektedir. Yayın gelirlerindeki artış en fazla Pekin 2008 ve Londra 2012 Yaz Olimpiyat Oyunları arasında olduğu tespit edilmiştir. 2000-2016 Yaz Olimpiyat Oyunları sponsor gelirleri açısından incelendiğinde, sponsor gelirlerinin sürekli artış gösterdiğini söylemek mümkündür. Sponsor gelirlerindeki artış en fazla Pekin 2008 ve Atina 2004 Yaz Olimpiyat Oyunları arasında olduğu tespit edilmiştir. Yaz Olimpiyat Oyunları yerel sponsor desteği açısından incelendiğinde, yerel sponsor desteğinin Sidney 2000 – Pekin 2008 Yaz Olimpiyat Oyunları arasında sürekli artarken, Londra 2012 Yaz Olimpiyat Oyunlarına gelindiğinde bir düşüş olduğu görülmektedir.



**Tablo 3. 21. Yüzyıl Yaz Olimpiyat Oyunlarında Kullanılan Teknolojiler**

<b>21. Yüzyıl Yaz Olimpiyat Oyunları</b>	<b>Kullanılan Teknolojiler</b>
<b>2000 Sidney</b>	Mobil iletişim (gsm), ankesörlü telefon, radyo ağları, geniş alan veri aktarımı, dolaşım cihazları, cep telefonları, çağrı cihazları, görsel-işitsel sistemler, güvenlik kameraları, bilgisayar, internet, televizyon, faks, yazıcılar, puanlama ve zamanlama sistemleri, kablolama altyapısı.
<b>2004 Atina</b>	Mobil iletişim (gsm), ankesörlü telefon, radyo ağları, geniş alan veri aktarımı, dolaşım cihazları, cep telefonları, çağrı cihazları, görsel-işitsel sistemler, güvenlik kameraları, bilgisayar, internet, televizyon, faks, yazıcılar, puanlama ve zamanlama sistemleri, kablolama altyapısı, <b>adsl bağlantısı, tetra terminal cihazları, kablolu televizyon bağlantıları, kurulu televizyon, video tahtası projeksiyon sistemi, aktif ağ cihazları.</b>
<b>2008 Pekin</b>	Mobil iletişim (gsm), ankesörlü telefon, radyo ağları, geniş alan veri aktarımı, dolaşım cihazları, cep telefonları, çağrı cihazları, görsel-işitsel sistemler, güvenlik kameraları, bilgisayar, internet, televizyon, faks, yazıcılar, puanlama ve zamanlama sistemleri, kablolama altyapısı, adsl bağlantısı, tetra terminal cihazları, kablolu televizyon bağlantıları, kurulu televizyon, video tahtası projeksiyon sistemi, aktif ağ cihazları, <b>klima santralleri, santrifüjlü ve vidalı soğutma grupları, karbon fiber güçlendirme teknolojisi, 180 derece dönebilen dev ekran, altılı ışık sistemi, salonlarda ses ve akustik yalıtımı, güneş enerjisi ve jeotermal ısı pompası teknolojileri, parmak izi ile açılan-kapanan kilitli kapı sistemi, online alışveriş kartı, üç boyutlu (3D) haritalar, GPS sistemi.</b>
<b>2012 Londra</b>	Mobil iletişim (gsm), ankesörlü telefon, radyo ağları, geniş alan veri aktarımı, dolaşım cihazları, cep telefonları, çağrı cihazları, görsel-işitsel sistemler, güvenlik kameraları, bilgisayar, internet, televizyon, faks, yazıcılar, puanlama ve zamanlama sistemleri, kablolama altyapısı, adsl bağlantısı, tetra terminal cihazları, kablolu televizyon bağlantıları, kurulu televizyon, video tahtası projeksiyon sistemi, aktif ağ cihazları, klima santralleri, santrifüjlü ve vidalı soğutma grupları, karbon fiber güçlendirme teknolojisi, 180 derece dönebilen dev ekran, altılı ışık sistemi, salonlarda ses ve akustik yalıtımı, güneş enerjisi ve jeotermal ısı pompası teknolojileri, parmak izi ile açılan-kapanan kilitli kapı sistemi, online alışveriş kartı, üç boyutlu (3D) haritalar, GPS sistemi, <b>sosyal medya, basınca duyarlı çıkış takozları, çift lensli kameralar, ultra hd yayın, giyilebilir teknolojiler, kuantum saatler, akıllı telefon, tablet, yorumcu bilgi sistemi (CIS), süper parlak projektör, 3D sinema salonları, plazma ekranlar, akıllı telefon uygulamaları, akıllı telefonlar ile canlı yayın imkanı.</b>
<b>2016 Rio</b>	Mobil iletişim (gsm), ankesörlü telefon, radyo ağları, geniş alan veri aktarımı, dolaşım cihazları, cep telefonları, çağrı cihazları, görsel-işitsel sistemler, güvenlik kameraları, bilgisayar, internet, televizyon, faks, yazıcılar, puanlama ve zamanlama sistemleri, kablolama altyapısı, adsl bağlantısı, tetra terminal cihazları, kablolu televizyon bağlantıları, kurulu televizyon, video tahtası projeksiyon sistemi, aktif ağ cihazları, klima santralleri, santrifüjlü ve vidalı soğutma grupları, karbon fiber güçlendirme teknolojisi, 180 derece dönebilen dev ekran, altılı ışık sistemi, salonlarda ses ve akustik yalıtımı, güneş enerjisi ve jeotermal ısı pompası teknolojileri, parmak izi ile açılan-kapanan kilitli kapı sistemi, online alışveriş kartı, üç boyutlu (3D) haritalar, GPS sistemi, sosyal medya, basınca duyarlı çıkış takozları, çift lensli kameralar, ultra hd yayın, giyilebilir teknolojiler, kuantum saatler, akıllı telefon, tablet, yorumcu bilgi sistemi (CIS), süper parlak projektör, 3D sinema salonları, plazma ekranlar, akıllı telefon uygulamaları, akıllı telefonlar ile canlı yayın imkanı, <b>akıllı bilekliklerle temassız ödeme, photo finish teknolojisi, güvenlik balonları, dronelar, bulut tabanlı hizmetler, sanal gerçeklik (VR), kesintisiz güç kaynağı sistemleri, led ışık, tam kapsamlı diagnostik görüntüleme, elektronik tıbbi kayıt sistemi, dünya standartlarında birinci sınıf veri kayıt ve analiz sistemi.</b>

Tablo 3'te 21. Yüzyıl Yaz Olimpiyat Oyunlarında kullanılan teknolojilere yer verilmiştir. Tablo 3 incelendiğinde Yaz Olimpiyat Oyunlarında giderek teknoloji kullanımının arttığı görülmektedir. Oyunlar arası teknoloji kullanımı karşılaştırması yapıldığında Londra 2012

Oyunlarından sonra teknoloji kullanımının hızla arttığı ve kullanılan teknolojik aletlerin çeşitlendiği görülmektedir.

## **TARTIŞMA VE SONUÇ**

Bu araştırmada 21. Yüzyıl Yaz Olimpiyat Oyunlarında kullanılan teknolojilerin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma kapsamında Sidney 2000, Atina 2004, Pekin 2008, Londra 2012 ve Rio 2016 Yaz Olimpiyat Oyunlarında kullanılan teknolojiler incelenmiştir. İncelenen Yaz Olimpiyat Oyunları hakkındaki bilgiler gözlemlendiğinde, Sidney 2000 ve Rio 2016 Yaz Olimpiyat Oyunları arasında gerçekleştirilen oyunlarda ülke ve etkinlik sayısında gözle görülebilir bir artış olduğu tespit edilmiştir. Etkinlik sayısındaki artışın temel sebebi, Olimpiyat Oyunlarına eklenilmesi kabul edilen yeni spor dallarının olması olarak düşünülmektedir. Diğer bir sebep olarak ise 2000 yılından itibaren teknolojideki hızlı gelişim sonucunda düzenlenecek etkinliklerin yapılacağı sahaların kullanışlı, son teknoloji donanıma sahip, sporcular ve izleyiciler için konforlu bir yapıya sahip olması gösterilebilir. Ülke sayısındaki artışın nedenine bakıldığında ülkelerin yürüttüğü spor politikaları, yetiştirdiği milli sporcu sayısı ve sporcuların olimpiyatlara gitmeye hak kazanma durumunun etkili olduğu söylenebilir.

Sidney 2000 Yaz Olimpiyat Oyunları teknoloji kullanımı incelendiğinde, oyunların düzenlenme aşamasında teknoloji ayrı bir bölüm olarak kurulmuş ve çeşitli alt programlardan oluşturulmuştur. Bu alt programlar operasyonlar ve entegrasyon, oyun yönetim sistemleri, telekomünikasyon, masaüstü teknolojisi, mekân teknolojisi ve oyun sonuçları sistemleri alt programları olarak karşımıza çıkmaktadır. Sidney 2000 Yaz Olimpiyat Oyunları teknoloji bölümü bilgi teknolojisi, telekomünikasyon, görsel-işitsel ve genel teknoloji desteği sağlayarak tüm teknoloji sistemlerinin ve hizmetlerinin planlanması, geliştirilmesi, uygulanması ve işletilmesini yönettiği görülmüştür. Ayrıca Sidney 2000 Yaz Olimpiyat Oyunları paydaşları incelendiğinde teknoloji özelinde sponsorlarında yer aldığı tespit edilmiştir. Sidney 2000 Yaz Olimpiyat Oyunları düzenlendiği tarih itibariyle, teknolojinin henüz yeni yeni gelişmeye başladığı bir dönemdir. Olimpiyat Oyunlarında kitle iletişim araçları yaygın bir şekilde kullanılsa da günümüz teknolojisine kıyasla oyunlarda çok fazla teknoloji kullanımının olmadığı ifade edilebilir.

Atina 2004 Yaz Olimpiyat Oyunlarındaki teknoloji kullanımını bilgi teknolojisi, telekomünikasyon, enerji ve mekân teknolojisi bölümleri kapsamında incelenmiştir. Bilgi teknolojisi sistemlerinin hizmetleri incelendiğinde oyun yönetim sistemleri, bilgi yayma sistemleri, zamanlama, puanlama ve sonuç sistemleri, reprografi hizmetleri, idari hizmetler için destek, ağ güvenliği, teknoloji lojistiği ve yönetici hizmetleri olarak ele alınmaktadır. Atina 2004 Yaz Olimpiyat Oyunlarında sağlanan telekomünikasyon hizmetleri; yönetici ağı, oyun veri ağı, çağrı merkezi hizmetleri, sabit telefon, mobil telefon, veri hizmetleri, internet erişimi, kablolu televizyon, ses-video sistemleri ve özel hizmetleri kapsadığı görülmüştür. Enerji hizmetleri; elektrik şebekeleri, geçici alt istasyonlar, alçak gerilim montaj işleri, ışık, sistem kontrolü ve veri birikiminden oluşturulmuştur. Mekân teknolojisi, mekân ekibi düzeyinde teknoloji planlama ve operasyonunu koordine etmek amacıyla oluşturulmuştur. Atina 2004 Yaz Olimpiyat Oyunları yayın gelirleri Sidney 2000 Yaz Olimpiyat Oyunlarına kıyasla fark edilir bir artış olduğu görülmektedir. Bunun nedeninin kitle iletişim araçlarının gelişerek ve

hızla yayılmaya başlaması, kişisel bilgisayarların kullanımının artması ve internet kullanımının yaygınlaşması olduğu söylenebilir.

Pekin 2008 Yaz Olimpiyat Oyunlarıyla birlikte "Yüksek Teknoloji Olimpiyatları" kavramı karşımıza çıkmaktadır. Pekin 2008 Yaz Olimpiyat Oyunları Ana Basın Merkezi, Olimpiyat Oyunları tarihindeki türünün en büyük örneği olmuştur. Pekin Olimpiyat Oyunları yayın operasyonları, Olimpiyat Oyunları tarihindeki en geniş kapsama alanı, en yüksek izleyici derecelendirmesi ve en iyi yayın etkisini gösterdiği tespit edilmiştir. Ayrıca Olimpiyat Oyunları TV canlı yayın rekoru kırıldığı görülmektedir. Teknolojinin gelişmesi ve artan yayın hizmetlerini en iyi şekilde karşılayabilmek için Ana Basın Merkezine ayrıca önem verilmiştir. Bunun sonucunda ise Pekin 2008 Yaz Olimpiyat Oyunları düzenlendiği tarihe kadar en iyi yayın etkisinin görüldüğü Yaz Olimpiyat Oyunları olmuştur. Bazı spor branşlarına yönelik çeşitli teknolojik aletlerin kullanıldığı karşımıza çıkmaktadır. Pekin 2008 Yaz Olimpiyat Oyunları, Sidney 2000 ve Atina 2004 Yaz Olimpiyat Oyunlarıyla karşılaştırıldığında teknoloji kullanımı açısından daha çok ilklerin gerçekleştiği ifade edilebilir. Sponsor gelirlerindeki artış en fazla Pekin 2008 ve Atina 2004 Yaz Olimpiyat Oyunları arasında olduğu tespit edilmiştir. Bu sonucun ortaya çıkmasında teknoloji gelişiminin etki ettiği düşünülmektedir. Kitle iletişim araçlarının yaygınlaşması ve Yaz Olimpiyat Oyunları izleyici sayısının artması şirketlerin oyunlara sponsor olma isteğini artırdığı söylenebilir.

Londra 2012 Yaz Olimpiyat Oyunlarında teknoloji kullanımı incelendiğinde sosyal medyanın yaygın olarak kullanıldığı görülmektedir. Akıllı cep telefonları kullanımının yaygınlaşması sonucunda insanların sosyal medya kullanımı da hızlı bir şekilde artmıştır. İletişimin ve paylaşımın anında ve hızla yapılabilmesi Olimpiyat Oyunlarının izleyici sayısını pozitif yönde etkilediğini söylemek mümkündür. Londra 2012 Yaz Olimpiyat Oyunları gerçek zamanlı sonuçlar veren ilk yaz Olimpiyat Oyunları olma özelliği taşımaktadır. Bunun nedeninin internetin gelişmesi sonucu bilgi paylaşım olanaklarının artması olduğu düşünülmektedir. Londra 2012 Yaz Olimpiyat Oyunlarını 2000 yılı ve sonrası diğer Yaz Olimpiyat Oyunları ile karşılaştırdığımızda en yeni teknolojik aletlerin kullanıldığı ve yayın gelirlerinin ise büyük bir oranla arttığı görülmektedir. İnternette yayın yapabilme imkânı ile daha fazla izleyiciye ulaşılabildiği ifade edilebilir.

Rio 2016 Yaz Olimpiyat Oyunlarında 2000 yılı ve sonrası düzenlenen diğer Yaz Olimpiyat Oyunlarına kıyasla teknoloji kullanımının en çok yer aldığı oyunlar olduğu görülmektedir. Televizyonda ve dijital platformlarda görüntülenen yayın kapsamı ve sosyal medyadaki katılım göz önüne alındığında en çok takip edilen Olimpiyat Oyunu olduğu tespit edilmiştir. Dijital platformlarda televizyon yayınından daha fazla kapsama alanına sahip olan ilk Yaz Olimpiyat Oyunları olduğu görülmektedir. Rio 2016 Olimpiyat Oyunlarının, 2000 – 2016 Yaz Olimpiyat Oyunları arasında kıyaslandığında en dijital Olimpiyat Oyunları olduğu söylenebilir. Ayrıca ilk kez canlı yayın için dron, sanal gerçeklik (VR) ve 8K yüksek çözünürlük imkânı Rio 2016'da karşımıza çıkmaktadır.

Son zamanlarda gerçekleştirilen Olimpiyat Oyunları dikkate alındığında, teknoloji geliştikçe web tabanlı sosyal ağların da aktif olarak hayatımıza girdiği, sporun süjesi olan bireylerin, grupların teknolojiyle olan etkileşimlerinin arttığı gözlemlenmektedir. Sonuç olarak 21. Yüzyıl

Yaz Olimpiyat Oyunlarında kullanılan teknolojiler incelendiğinde, Londra 2012 Yaz Olimpiyat Oyunları ve sonrasında fark edilir düzeyde bir artış olduğu görülmektedir. Bu artışın temel nedeni gelişen dünyamızın endüstri 4.0'a geçişi olarak düşünülmektedir. Endüstri 4.0 ile dijital dünyada meydana gelen olağanüstü gelişmeler ve bu gelişmeler sonucunda ortaya çıkan siber-fiziksel sistemler, birbirleriyle iletişim kurabilen milyarlarca cihaz, büyük veri işleme yeteneği gibi bir dizi faktör karşımıza çıkmaktadır (Soylu, 2018). Yaşanan bu gelişmelerden Yaz Olimpiyat Oyunlarının da olumlu yönde etkilendiği düşünülmektedir. Oyunları düzenleme aşamasında, oyunlar süresince ve oyunlar sonrasında birçok alanda geliştirilen yeni teknolojik aletlerden faydalandığı söylenebilir. 21. Yüzyılda organize edilen Yaz Olimpiyat Oyunlarında teknoloji kullanımının yayın gelirlerine, sponsor desteğine, izleyici sayısının artışı gibi birçok alana olumlu yönde katkı sağladığı tespit edilmiştir. Olimpiyat Oyunlarında teknoloji kullanımını incelemek için Uluslararası Olimpiyat Komitesi yetkilileri veya Oyunları düzenleyen ülkelerin Ulusal Olimpiyat Komitesi yetkilileri ile nitel araştırma yöntemlerinden görüşme türünde bir çalışma yapılması önerilebilir.

**Yayın Etiği:** Bu çalışmanın hazırlanma ve 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.

**Çıkar Çatışması:** Yazar/lar arasında herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

**Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı:** Yazar/lar araştırmaya eşit düzeyde katkı sağlamışlardır.

## KAYNAKLAR

- Akgöl, O. (2019). Spor endüstrisi ve dijitalleşme: Türkiye'deki e-spor yapılanması üzerine bir inceleme. *TRT Akademi*, 4(8), 206-224.
- Argan, M., Özer A. ve Akın E. (2006). Elektronik spor: Türkiye'deki siber sporcuların tutum ve davranışları. *Spor Yönetimi ve Bilgi Teknolojileri*, 1(2), 1-11.
- Aslan, E. (2016). Geçmişten günümüze çeviri teknolojileri. *International Turkic World Educational Sciences and Social Sciences Congress*, 419-424.
- Atasoy, B. ve Kuter, F. Ö. (2005). Küreselleşme ve spor. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(1), 11-22.
- Athens Olympic Games Organization Committee. (2005). XXVIII resmi raporu: Atina 2004 Olimpiyat Oyunları. Erişim adresi: <https://library.olympic.org/Default/digital-viewer/c-54515> Erişim tarihi: 21.12.2020
- Beijing Olympic Games Organization Committee. (2010). XXIX resmi raporu: Pekin 2008 Olimpiyat Oyunları. Erişim adresi: <https://library.olympic.org/Default/digital-viewer/c-23655> Erişim tarihi: 21.12.2020
- Edin, İ. (2016). Spor organizasyonlarında sosyal dijital medya düzenlemeleri ve sinsi pazarlama: 2016 Rio olimpiyatları örneği. *Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 1(2), 55-70.
- Furrer, P. (2002). Sustainable Olympic Games A dream or a reality? *Bollettino della Società Geografica Italiana Seri XII, VII* (4), 1-31.
- Haake, S.J. (2009). The impact of technology on sporting performance in Olympic sports. *Journal of Sports Sciences*, 27(13), 1421-1431. DOI: 10.1080/02640410903062019

Dönmez, E., Kaya, E. ve Yıldız, K. (2021). 21. Yüzyıl yaz olimpiyat oyunlarında teknoloji kullanımı üzerine bir inceleme. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 5(1), 26-39.

Karaçam, S. ve Aydın, F. (2014). Metaphor analysis of secondary school students' perceptions related to technology concept. *Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(2), 545-572.

Kocabaş, B. (2012). Tarihteki ilk sosyal medya olimpiyatları. Erişim adresi: <https://sosyalmedya.co/sosyal-medya-olimpiyatları> Erişim tarihi: 30.01.2021

London Olympic Games Organization Committee. (2013). XXIX resmi raporu: Londra 2012 Olimpiyat Oyunları. Erişim adresi: <https://library.olympic.org/Default/digital-viewer/c-23655> Erişim tarihi: 21.12.2020

Murathan, T. ve Murathan, F. (2019). Spor sektöründe blok zinciri uygulamaları. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 64-74.

Mountjoy, M., Gordon, I., McKeown, J., & Constantini, N. (2009). Technology in sport: Medical and ethical repercussions. *Clinical Journal of Sport Medicine*, 19(6), 443-444. Doi: 10.1097/JSM.0b013e3181c12e3c

Uluslararası Olimpiyat Komitesi. (2017). Pazarlama Raporu: Rio 2016 Erişim adresi: <https://library.olympic.org/Default/digital-viewer/c-166381> Erişim tarihi: 21.12.2020

Soylu, A. (2018). Endüstri 4.0 ve girişimcilikte yeni yaklaşımlar. *Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 32, 43-57.

Sydney Olympic Games Organization Committee. (2001). XXVII Olimpiyatı'nın resmi raporu: Sidney 2000 Olimpiyat Oyunları. Erişim adresi: <https://library.olympic.org/Default/digital-viewer/c-40959> Erişim tarihi: 21.12.2020

Tekin, Z. ve Karakuş, K. (2018). Gelenekselden akıllı üretime spor endüstrisi 4.0. *Itobiad: Journal of the Human & Social Science Researches*, 7(3), 2103-2117.

Vural, İ. (2020). *Spor lisesi öğrencilerinin dijital teknolojiye yönelik tutumlarının incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Ardahan Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Anabilim Dalı, Ardahan.

Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2018). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri* (11. Baskı). Ankara: Seçkin Yayıncılık.

Yurdigül, Y. ve Ayhan, N. (2018). Olimpiyat oyunları tanıtım filmlerinde aday şehir imajı. *KMÜ Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi* 20(35), 12-20.

Yücel, A. ve Devecioğlu, S. (2012). Spor eğitiminde bilgi ve iletişim teknolojilerinin kullanımı. *e-Journal of New World Sciences Academy NWSA-Sports Sciences*. 2B0083, 7, (2), 1-17.



Bu eser **Creative Commons Atıf-GayriTicari 4.0 Uluslararası Lisansı** ile lisanslanmıştır.



## Taekwondo Sporcularının Hoşgörü Eğilimlerinin İncelenmesi

Arif ÖZSARI<sup>1\*</sup>, Hamdi PEPE<sup>2</sup>, Şirin PEPE<sup>3</sup>, İ.Bülent FİŞEKÇİOĞLU<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü,Osmaniye.

<sup>2</sup>Düzce Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Düzce.

<sup>3</sup>Milli Eğitim Müdürlüğü, Konya.

<sup>4</sup>Selçuk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Konya.

**Orijinal Makale**

Gönderi Tarihi: 22.04.2021

Kabul Tarihi: 06.06.2021

**DOI: 10.30769/usbd.925647**

Online Yayın Tarihi: 30.06.2021

### Öz

Bu araştırma ile evrensel bir değer olan hoşgörü kapsamında taekwondo sporcularının hoşgörü eğilimlerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın evrenini Osmaniye ilinde lisanslı olarak taekwondo sporu yapan sporcular oluştururken, örneklem grubunu ise araştırmaya katılmayı gönüllü olarak kabul eden yaş ortalamaları  $12.96 \pm 2.73$ , 113 kadın, 60 erkek olmak üzere toplamda 173 taekwondo sporcusu oluşturmaktadır. Araştırmada Çalışkan ve Sağlam (2012) tarafından geliştirilerek geçerlilik ve güvenilirliği yapılan "Hoşgörü Eğilim Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmada tanımlayıcı istatistiğin yanı sıra, Independent-Samples T testi, One-Way Anova-Tukey analizlerine yer verilmiştir. Sonuç olarak; sporcuların hoşgörü eğilimlerinde cinsiyet, sporculuk tecrübesi, anne ve baba eğitim seviyelerine bağlı olarak anlamlı farklılıklar bulgulanmamakla birlikte, yaş gruplarına göre anlamlı değişimler bulgulanmıştır. Araştırma ölçeği formundan elde edilen ortalama değerler göz önünde bulundurulduğunda, taekwondo sporcularının hoşgörü eğilimlerinin iyi düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Ulaşılan bu sonucun Türk sporcuları ve toplumu adına sevindirici olduğu da söylenebilir.

**Anahtar Kelimeler:** Hoşgörü, sporcular, taekwondo.

## Investigation of Tolerance Tendencies of Taekwondo Athletes

With this research, it is aimed to examine the tolerance tendencies of taekwondo athletes in terms of various variables within the scope of tolerance, which is a universal value. While the population of the study is consisting of licenses taekwondo athletes in Osmaniye District, the sample group is composed of a total of 173 taekwondo athletes, 113 women and 60 men, with an age average of  $12.96 \pm 2.73$  who voluntarily accept to participate in the study. The "Tolerance Tendency Scale", which was developed by Çalışkan and Sağlam (2012) and whose validity and reliability was made, was used in the study. In addition to descriptive statistics, Independent-Samples T test, One-Way Anova-Tukey analyzes were included in the study. As a result; Although no significant differences were found in the tolerance tendencies of athletes depending on gender, athletic experience, and parents' education levels, significant changes were found according to age groups. Considering the average values obtained from the research scale form, it has been determined that the tolerance tendencies of taekwondo athletes are at a good level. It can be said that this result is a source of gratifying for Turkish athletes and society.

**Keywords:** Tolerance, athletes, taekwondo.

\*Sorumlu Yazar: Arif ÖZSARI, Eposta: arifozsari@hotmail.com

## GİRİŞ

Taekwondo, modern bir spordur (Pieter, 2009). Taekwondo, “Do” kelimesinde belirtildiği üzere savunma sanatlarının şiddet eğiliminin çok daha ilerisinde bir anlam taşır ve sonuçta insan karakterinin tamamlanması gayesini güder. Taekwondo sporunun savunma sanatı olarak en önemli unsuru yalnız üst seviyede kendini koruyabilme yeteneği değil, ayrıca bu sporu yapanın kendine güven duygusunu geliştiren bir spor olmasıdır. Kendine güven duygusu insanları, zayıf olanlara karşı davranışlarında hoşgörü sahibi kılmaktadır (Şahin, 2002). Bireyler taekwondo sayesinde kendi sınırlarını öğrenerek öz disiplinleri arttırmaları, kendilerine ve başkalarına saygıyı öğrenirler (worldtaekwondo, 2020). Taekwondo sporunun doğasında hoşgörü, değer, kabul, empati gibi kavramların olduğu da söylenebilir.

İnsanlar birlikte yaşayan sosyal varlıklardır ve birlikte yaşamının gerektirdiği bir takım ihtiyaçları vardır. İhtiyaçların sağlıklı, huzurlu ve barış içerisinde giderilmesini sağlayan ana değerlerden birisi de hoşgörü kavramıdır (İnel ve Gökalp, 2018). Hoşgörü; olaylara, durumlara ve düşüncelere farklı bakış açıları geliştirerek daha esnek bir yaklaşım göstermeyi içermektedir. İnsanlar hoşgörü sayesinde diğer insanlarla iyi ilişkiler kurabilirler (Çavuş, 2019). Hoşgörünün insan ve toplum hayatını düzenleyen karşılıklı saygıyı geliştiren, kişiler arasında olumlu düşüncelerin ortaya çıkmasını sağlayan ahlaki bir değer olduğu da söylenebilir (Mutluer, 2015). Hoşgörü eğilimi ise kişilerin günlük yaşamında hoşgörü davranışında bulunmaya yönelik isteklilik şeklinde ifade edilebilir (Aslan, 2017).

Hoşgörünün unsurlarından biri değer kavramıdır. Değer kavramı Türkçe’de “bir şeyin önemini belirlemeye yarayan soyut ölçü, bir şeyin değdiği karşılık, kıymet” olarak tanımlanmıştır (Türk Dil Kurumu, 2020a). Değerler, davranışları yönlendirir ve tutarlı davranışlar uygulamaya rehberlik ederler (Peer, 2017). Spor, evrensel olarak kabul gören değerler ile yeni bir kültür üretir, öğrenilen değerlere uygulama alanı sunar (Akari, 2019). Eğitim, spor, değerler ve sportif değerler birer kültürün ürünleri içerisinde yer alır (Demirhan, 2014). Bu nedenle bireyler arası ilişkilerde bir kavram olarak hoşgörünün benimsenmesi (Boyacı ve Ersever, 2017) ve benimsetilmesi yalnızca spor ortamında değil, sosyal anlamda hayatın her alanında önemli kazanımlar sağlayabilir. Unutulmaması gerekenin ise hoşgörünün, eğitim sürecinde sporculara kazandırılması gereken mutlak bir değer olduğudur.

Hoşgörü çerçevesi içinde değerlendirilebilecek kavramlardan bir tanesi de empati kavramıdır. Hoşgörü için bireyin öncelikle karşısındakini anlaması, ona empati ile bakması gerekir (Gençdoğan vd., 2015). Empati, bir bireyin kendini karşısındakinin yerine koyarak onun düşünce ve duygularını doğru bir şekilde anlamasıdır (Mavi ve Dolaşır-Tuncer, 2012). Empati bir bileşen, gerekli bir neden, bilgiye dayalı güvenilir bir kılavuzdur (Prinz, 2011). Bloom’a (2017) göre başkalarının hissettiğini düşündüğünüz şeyi hissetme deneyiminin rolü empati olarak bilinir. Bu kavram, bir bireyin tepkilerini diğerinin deneyimlerine bağlar (Davis, 2006). Spor ortamında sporcuların empatik becerilerinin spor branşında etkili olabileceği bir gerçektir (Dorak ve Vurgun, 2006). Empati becerileri eğitimle değiştirilir ve spor yoluyla eğitim, empati becerilerini geliştirebilir (Kwon, 2018). Empatinin daima alçak gönüllülükle sunulması gerektiği de unutulmamalıdır (Elliott vd., 2011).

Hoşgörünün; insanların ırkına, rengine, düşüncesine, inanç ve davranışlarına saygı duyarak onları olduğu gibi kabul etme nezaketini kabul bünyesinde içselleştiren bir olgu olduğu da söylenebilir. Türk Dil Kurumu'na (2020b) göre kabul, bir şeyi isteyerek veya istemeyerek razı olma durumudur. Spor ortamında sporcuların hedefi elbette kazanmaktır. Ancak galibiyetin yanında mağlubiyetin de doğal bir durum olarak karşılanması gerekir. Sonuç ne olursa olsun var olanı olduğu gibi kabul etme sportif hoşgörünün kabul bünyesindeki bir göstergesidir.

Hoşgörü, doğuştan kalıtsal faktörlerle gelen bir değer değildir. Bu kavramın bünyesinde yaşantılarla öğrenilen ve çevresel faktörlerin önemli rol oynadığı bir durum söz konusudur (Gündüz, 2019). Kültürel ve bireysel farklılıkların bir zenginlik olarak değerlendirildiği günümüzde hoşgörülü kimseler yetiştirmek oldukça önemlidir (Yeşilkayalı ve Demirtaş, 2013). Hoşgörü kavramı, anlayış ve yaşam tarzıdır. Bu anlayışın yaşatılması ve gelecek nesillere aktarılması çok önemlidir (Gül ve Alimbekov, 2018). Nihayetinde insanlar arasındaki karşılıklı hoşgörü çeşitli kazanımlar sağlayacaktır (Hansen, 2011).

Konuyla ilgili çalışmalar incelendiğinde hoşgörünün felsefe, sosyoloji, din, psikoloji ve siyaset gibi mecralarda çalışma disiplini olarak yer aldığı ifade edilebilir (Kalın ve Nalçacı, 2017). Yerli ve yabancı alan yazında taekwondo sporcularının hoşgörü eğilimlerinin incelendiği sınırlı sayıda araştırmaya ulaşılmıştır. Bu araştırma ile Türk taekwondo sporcularının hoşgörü eğilimlerinin incelenmesi amaçlanmış ve araştırma sonuçlarının sporculara, ebeveynlere, eğitimcilere ve antrenörlere birer rehber olması düşünülmüştür.

## **YÖNTEM**

### **Araştırma Modeli**

Bu araştırmada genel araştırma yöntemlerinden tarama yöntemine yer verilmiştir (Sevinç, 2017).

### **Çalışma Grubu**

Araştırmanın evrenini Osmaniye ilinde lisanslı olarak taekwondo sporu yapan sporcular oluştururken, örneklem grubunu ise bu sporcular arasından kolayda örnekleme modeliyle gönüllü olarak seçilen yaş ortamları  $12.96 \pm 2.73$ , 60 erkek, 113 kadın olmak üzere toplamda 173 taekwondo sporcusu oluşturmaktadır.

### **Veri Toplama Aracı**

Araştırmada Çalışkan ile Sağlam (2012) aracılığıyla geliştirilen “Hoşgörü Eğilim Ölçeği” kullanılmıştır. Ölçek 5 likert tipinde olup; (1) “hiç uygun değil”, (2) “uygun değil”, (3) “biraz uygun”, (4) “uygun”, (5) “tamamen uygun” şeklinde derecelendirilmiştir. Ölçek 18 ifade ve 3 alt boyuttan meydana gelmektedir. Bu boyutlar: “Değer (9 ifade)”, “Kabul (5 ifade)” ve “Empati (4 ifade)” şeklindedir. Ters kodlanan madde bulunmayan ölçekten alınacak yüksek değerler, hoşgörü eğiliminin yüksek olduğu şeklinde yorumlanmaktadır. Ölçeğin bu araştırma özelinde iç güvenirlik katsayısı-Cronbach's Alfa ( $\alpha$ ) değerleri: (değer: .79), (kabul: .73), (empati: .71), (hoşgörü eğilim ölçeği genel: .86) olarak hesaplanmıştır. Bu



değerlerin 0.70 ve üzeri ölçütünün dikkate alınması durumunda ölçeğin güvenilirliği iyi olarak kabul edilebilir (Kılıç, 2016, Cronbach, 1951; Akt: Develi ve Çavuş, 2021).

### Araştırma ve Yayın Etiği

Araştırma için Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinden 25.02.2021 tarih E-4099040478-050.99-34930 26 sayılı kararı ile etik kurul izni alınmıştır.

### Verilerin Analizi

Araştırmada öncelikli olarak kayıp değerler (missing values) incelenmiş, ardından uç değerlere (outliers) bakılmıştır. Toplamda 176 sporcu öğrenciden veri toplanmıştır. Sorunlu formlar çıkarıldıktan sonra veri setindeki nihai 173 form ile istatistikler gerçekleştirilmiştir. Normallik iki unsur basıklık ve çarpıklıktır (Tabachnick ve Fidell, 2015). Çarpıklık ölçüsü +3,-3 (veya+2,-2) arası ise normallik sağlanmış olur (Büyükbeşe ve Dağ, 2018). Bu araştırmada kurtosis ve skewness değerlerine bakılarak parametrik testlerin uygulanmasına karar verilmiştir. Araştırmada tanımlayıcı istatistiğin yanı sıra, Independent-Samples T testi, One-Way Anova-Tukey analizlerine yer verilmiştir. Anlamlılık düzeyi 0,05 olarak belirlenmiştir.

## BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde istatistiksel analizler neticesinde elde edilen verilere ilişkin bulgu ve yorumlara yer verilmiştir.

**Tablo 1.**Taekwondo sporcularının cinsiyet değişkeninde hoşgörü eğilimleri t testi.

Hoşgörü Ölçeği	Cinsiyet	n	$\bar{x}$	ss	t	p
Değer	Kadın	113	4,35	,491	1,632	,105
	Erkek	60	4,22	,572		
Kabul	Kadın	113	4,10	,624	-1,015	,311
	Erkek	60	4,20	,702		
Empati	Kadın	113	4,36	,682	-1,543	,125
	Erkek	60	4,51	,576		
Genel	Kadın	113	4,29	,470	,061	,951
	Erkek	60	4,28	,522		

Tablo 1’de sunulduğu üzere taekwondo sporcularının hoşgörü eğilimlerinin cinsiyet değişkeni t testi analizi neticesinde “değer”, “kabul” ve “empati” boyutlarında kadın ve erkek taekwondo sporcuları arasında anlamlı değişimler bulgulanmamıştır ( $p > 0,05$ ). Genel hoşgörü puanları açısından birbirlerine çok yakın olmakla birlikte kadın taekwondo sporcularının ortalama değerlerinin erkek taekwondo sporcularına göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

**Tablo 2.** Taekwondo sporcularının yaş grupları değişkeninde hoşgörü eğilimleri Anova testi.

Hoşgörü Ölçeği	Yaş grupları	n	$\bar{x}$	ss	F	p	Anlamlı fark
<b>Değer</b>	8-10	33	4,53	,261	3,182	,025*	1-4
	11-12	47	4,31	,543			
	13-14	45	4,28	,512			
	15 ve üz.	48	4,17	,604			
<b>Kabul</b>	8-10	33	4,33	,551	3,403	,019*	1-4
	11-12	47	4,25	,436			
	13-14	45	4,10	,696			
	15 ve üz.	48	3,92	,787			
<b>Empati</b>	8-10	33	4,67	,392	4,033	,008*	1-3
	11-12	47	4,53	,593			1-4
	13-14	45	4,27	,746			
	15 ve üz.	48	4,26	,686			
<b>Genel</b>	8-10	33	4,50	,199	4,754	,003*	1-4
	11-12	47	4,34	,426			
	13-14	45	4,23	,548			
	15 ve üz.	48	4,12	,561			

Yaş grupları: 1: 8-10 yaş, 2: 11-12, 3: 13-14 , 4: 15 ve üz.

Tablo 2’de görüldüğü üzere taekwondo sporcularının yaş grupları değişkeninde hoşgörü eğilimleri Anova testi sonucunda “değer” ve “kabul” boyutlarında 8-10 yaş grubundaki sporcuların ortalama değerleri, 15 ve üzeri yaş grubundaki sporculara göre anlamlı bir şekilde yüksektir. “Empati” alt boyutunda ise 8-10 yaş grubundaki sporcuların ortalama değerlerinin, 13-14 yaş ve 15 ve üzeri yaş grubundaki taekwondo sporcularına göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır ( $p < 0,05$ ). Genel hoşgörü puanları açısından 8-10 yaş grubundaki taekwondo sporcularının değerleri, 15 ve üzeri yaş grubundakilere nazaran anlamlı bir şekilde yüksek olduğu araştırma bulgusudur.

**Tablo 3.** Taekwondo sporcularının sporculuk kıdemi değişkeninde hoşgörü eğilimleri Anova testi.

Hoşgörü Ölçeği	Kıdem Yılı	n	$\bar{x}$	Ss	f	p
<b>Değer</b>	1 yıl	16	4,28	,464	,060	,981
	2 yıl	51	4,32	,481		
	3 yıl	55	4,29	,547		
	4 ve üz. yıl	51	4,32	,565		
<b>Kabul</b>	1 yıl	16	4,03	,877	2,403	,069
	2 yıl	51	4,32	,464		
	3 yıl	55	4,12	,638		
	4 ve üz. yıl	51	3,99	,718		
<b>Empati</b>	1 yıl	16	4,53	,473	1,008	,391
	2 yıl	51	4,51	,520		
	3 yıl	55	4,39	,691		
	4 ve üz. yıl	51	4,31	,756		
<b>Genel</b>	1 yıl	16	4,27	,473	,757	,519
	2 yıl	51	4,36	,407		
	3 yıl	55	4,26	,515		
	4 ve üz. yıl	51	4,22	,535		

Tablo 3'te görüldüğü üzere taekwondo sporcularının hoşgörü eğilimlerinin sporculuk kıdemi Anova analizi neticesinde “değer”, “kabul” ve “empati” boyutlarında anlamlı değişimler bulunmadığı saptanmıştır ( $p > 0,05$ ). Genel hoşgörü puanları açısından en yüksek değerlerin iki yıllık sporculuk kıdemi bulunan taekwondo sporcularına ait olduğu tespit edilmiştir.

**Tablo 4.** Taekwondo sporcularının baba eğitim seviyesi değişkeninde hoşgörü eğilimleri t testi.

Hoşgörü Ölçeği	Baba eğt. seviyesi	n	$\bar{x}$	ss	t	p
Değer	Orta ögr	78	4,37	,509	1,425	,156
	Yüksek ögr	95	4,25	,531		
Kabul	Orta ögr	78	4,20	,637	1,189	,236
	Yüksek ögr	95	4,08	,662		
Empati	Orta ögr	78	4,47	,638	,981	,328
	Yüksek ögr	95	4,37	,659		
Genel	Orta ögr	78	4,34	,499	1,499	,136
	Yüksek ögr	95	4,23	,474		

Tablo 4'te sunulduğu üzere taekwondo sporcularının hoşgörü eğilimlerinde baba eğitim seviyesine göre “değer”, “kabul” ve “empati” boyutlarında ve genel hoşgörü puanları açısından anlamlı değişimler saptanmamıştır ( $p > 0,05$ ).

**Tablo 5.** Taekwondo sporcularının anne eğitim seviyesi değişkeninde hoşgörü eğilimleri t testi.

Hoşgörü Ölçeği	Anne eğt. seviyesi	n	$\bar{x}$	ss	t	p
Değer	Ortaögr	123	4,35	,483	1,633	,107
	Yüksekögr	50	4,20	,600		
Kabul	Orta Ögr	123	4,17	,672	1,309	,192
	Yüksekögr	50	4,03	,594		
Empati	Ortaögr	123	4,45	,605	1,037	,303
	Yüksekögr	50	4,33	,746		
Genel	Ortaögr	123	4,32	,458	1,659	,101
	Yüksekögr	50	4,18	,544		

Tablo 5'te görüleceği üzere taekwondo sporcularının hoşgörü eğilimlerinde anne eğitim seviyesine göre “değer”, “kabul” ve “empati” boyutlarında ve genel hoşgörü puanları açısından anlamlı değişimler saptanmamıştır ( $p > 0,05$ ).

**Tablo 6.** Araştırma ölçeği betimleyici istatistik sonuçları.

Hoşgörü Eğilim Ölçeği N=173	min.	max.	$\bar{x}$	ss
Değer	2,22	5,00	4,31	,523
Kabul	1,80	5,00	4,14	,652
Empati	1,75	5,00	4,42	,649
Genel	1,92	5,00	4,29	,608

Bu araştırma için “hoşgörü eğilim ölçeği” genel ortalama değeri ( $4,29 \pm ,608$ ) olarak tespit edilmiştir. En yüksek ortalama değer “empati” alt boyutuna ( $4,42 \pm ,649$ ) ait iken; en düşük ortalama değer ( $4,14 \pm ,652$ ) “kabul” alt boyutuna aittir. “Değer” alt boyutu ortalama değeri

ise ( $4,31 \pm ,732$ ) olarak bulgulanmıştır. Araştırma ölçeği formundan elde edilen ortalama değerler göz önünde bulundurulduğunda taekwondo sporcularının hoşgörü eğilimlerinin iyi düzeyde olduğu söylenebilir.

## TARTIŞMA VE SONUÇ

Evrensel bir değer hoşgörü kapsamında Türk taekwondo sporcularının hoşgörü eğilimlerinin incelendiği bu araştırmada taekwondo sporcularının hoşgörü eğilimlerinin cinsiyet değişkeninde “değer”, “kabul” ve “empati” boyutlarında kadın ve erkek katılımcılar arasında anlamlı değişimler söz konusu değildir. Ancak, “kabul” ve “empati” boyutlarında erkek taekwondo sporcularının ortalama değerleri kadınlara göre daha yüksek bulunmuşken; “değer” alt boyutunda kadın taekwondo sporcularının ortalama değerlerinin erkeklere nazaran daha yüksek olduğu saptanmıştır. Genel hoşgörü puanları açısından birbirlerine çok yakın olmakla birlikte kadın taekwondo sporcularının ortalama değerleri, erkeklerden daha yüksek olarak bulgulanmıştır (Tablo 1). Taşkın vd. (2019) yüzücü çocukların hoşgörü ölçeği alt boyutlarından değer ve empati boyutlarına ait puanlarının, spor yapmayan çocukların puanlarından anlamlı derecede daha yüksek bulunduğu bilgisini vermektedirler. Seung-Sil vd. (2020) kore okçuluk derneğine kayıtlı 173 ok sporcusunun katılımlarıyla gerçekleştirmiş oldukları araştırmalarında kadın okçuların başarısızlığa daha duygusal yaklaştıkları ve erkek okçularına nazaran daha toleranslı/hosgörülü davrandıklarını tespit etmişlerdir. Dorak ve Vurgun (2006) basketbol, futbol, hentbol ve voleybol branşlarındaki sporcuların katılımlarıyla gerçekleştirmiş oldukları araştırmalarında kadın sporcuların empati düzeylerinin erkeklerden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Spor yapan kadın öğrencilerin spor yapmayan kadın öğrencilere göre hoşgörü düzeylerinde anlamlı farklılık gözlenmiştir (Akandere vd., 2015). Witenberg (2007) ilgili araştırmasında kadın öğrencilerin, erkeklere oranla hoşgörü/empati duygularının daha ön planda olduğunu belirtmektedir. Toussaint ve Webb (2010) kadınların, erkeklerden daha empatik olduğunu bulgulamışlardır. Benzer yönlü bir bulgu da Overgaauw vd. (2017) çalışmalarında mevcuttur. Uysal vd. (2019) çalışmalarında genel hoşgörü puanları açısından kadınların ortalama değerlerinin erkeklerden yüksek olduğu bulgulanmıştır. Aynı yönlü bulgu Sağlam ve Tunar (2018), Aslan (2017), Öztaşkın ve İçen (2015), Çalışkan ve Sağlam'ın (2012) araştırmalarında da mevcuttur.

Taekwondo sporcularının hoşgörü eğilimlerinin yaş grupları değişkeninde “değer” ve “kabul” boyutlarında 8-10 yaş grubundaki taekwondo sporcularının ortalama değerlerinin, 15 ve üzeri yaş grubundakilere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır. “Empati” boyutunda ise 8-10 yaş grubundakilerin ortalama değerlerinin, 13-14 yaş ile 15 ve üzeri yaş grubundakilere göre anlamlı bir şekilde daha üst seviyededir. Genel hoşgörü puanları açısından 8-10 yaş grubundaki sporcuların değerleri, 15 ve üzeri yaş grubundakilere göre anlamlı bir şekilde daha üst seviyede bulunduğu anlaşılmıştır. Taekwondo sporcularının yaş gruplarına göre hoşgörü seviyeleri iyi olmakla birlikte tüm alt boyutlarda yaş arttıkça, hoşgörü seviyesi değerlerinin azaldığı tespit edilmiştir (Tablo 2). Araştırma sonuçlarıyla alan yazında benzerlik gösteren bulguları görmek mümkündür. Bahadır vd. (2018) beden eğitimi ve spor yüksek okulu sporcu öğrencilerinin katılımlarıyla gerçekleştirmiş oldukları çalışmalarında dördüncü sınıf öğrencilerinin hoş görü seviyelerinin birinci sınıf öğrencilerine

göre daha düşük olduğu sonucunda ulaşımlardır. Uysal vd. (2019) ilgili araştırmalarında genel hoşgörü puanları açısından yaş grubu en küçük olanların hoşgörü eğilim ortalamalarının en yüksek olduğu bilgisi yer almaktadır. Benzer yönlü bir bulguya İnel ve Gökalp (2018), Çalışkan ve Sağlam'ın (2012) araştırmalarında da görmek mümkündür. Witenberg ise (2007) ilgili araştırmasında 6-7 yaş grubundaki öğrencilerin, 11-12 ve 15-16 yaş grubundaki öğrencilere göre hoşgörü duygularının daha ön planda olduğu, ancak öğrencilerin yaşları büyüdükçe bilişsel olgunluğa bağlı olarak daha hoşgörülü olduklarını belirtmektedir. Bizlere düşen görevin ise bireylere küçük yaş gruplarından itibaren hoşgörünün vazgeçilmez evrensel bir değer olarak kavratılması yönünde çalışmalar yapmak olduğu söylenebilir.

Taekwondo sporcularının hoşgörü eğilimlerinin hem anne hem de baba eğitim seviyesi değişkeninde, “değer”, “kabul” ve “empati” alt boyutlarında anlamlı değişimler söz konusu olmamakla birlikte “değer”, “kabul” ve “empati” alt boyutlarının tamamında anne-baba eğitim seviyesi orta öğretim olan sporcuların ortalama değerlerinin, anne-baba eğitim seviyesi yüksek öğretim olanlara göre daha pozitif düzeyde olduğu tespit edilmiştir (Tablo 4 ve tablo 5). Beklenenden daha farklı bu sonuç ile ilgili literatüre farklı bakış açıları kazandırılacağı düşünülmektedir. Akandere vd. (2015) 200 spor yapan, 200 spor yapmayan öğrencinin katılımlarıyla yaptıkları çalışmada anne eğitim durumu değişkeninin hoşgörü puanı üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olmadığını belirtmişlerdir. Öğrencilerin anne eğitim durumlarına göre “değer”, “Kabul” ve “empatik” boyutları puanları ile ölçeğin tümünden alınan puanların farklılaşmadığı görülmüştür (İnel ve Gökalp, 2018). İlköğretim talebelerinin hoşgörü eğilimleri baba eğitim seviyesine göre anlamlı bir şekilde değişmezken, anne eğitim seviyesine göre değişmektedir (Çalışkan ve Sağlam, 2012). Öğrencilerin hoşgörü eğilimi ile anne eğitim seviyesine göre değişmezken, baba eğitim seviyesine göre değişmektedir (Aslan, 2017). Ebeveynlerinin her ikisinin eğitilmiş olduğu öğrencilerin hoşgörü eğilim değerleri, ebeveynlerden birinin eğitilmiş olduğu öğrencilerin hoşgörü eğilim değerlerinden daha yüksek olduğu saptanmıştır (Abaslı ve Caferova, 2020). Hem anne hem de babası lise ve üniversite mezunu olan bireylerin hoşgörü eğilimlerinin anlamlı olarak etkilenmekte olduğu tespit edilmiş olup, unutulmaması gerekenin ise bireylerin bu kavramı aile ve çevresiyle etkileşim sonucunda öğrendiğidir (Kalın ve Nalçacı, 2017). Ailede kazandırılan hoşgörü aracılığıyla bireylerde farkındalık oluşturulabilir. Çünkü bireyler küçük yaşlardan itibaren ebeveynlerinin nelere hoşgörü gösterip-göstermediklerini fark ederler ve bu farkındalık onların hayatları boyunca sergileyecekleri tutumları önemli ölçüde etkileyebilir. Elston'a (2014) göre farkındalığı sağlamak toplumdaki sorunların bilinmesi ve çözülmesi için atılabilecek bir adımdır.

Mavi ve Dolaşır-Tuncer (2012) atletizm, basketbol, boks, cimnastik, futbol, güreş, hentbol, taekwondo, voleybol branşlarındaki sporculuk yapan bireylerin katılımlarıyla gerçekleştirmiş oldukları araştırmalarında sporda hoşgörü kavramının büyük oranda; fair-play/centilmenlik, rakibe saygı, hataları alttan almak, sevgi, anlayışlı olmak, ahlaklı olmak ve iyi niyetli yaklaşma olarak algıladıkları; küçük oranda ise disiplin, misafirperverlik, gülümseme ve sinirlenmeme olarak algılandığı saptamışlardır. Sağın ve Akbuğa (2019) okul spor takımlarında yer alan sporcu öğrencilerin, yer almayan öğrencilere göre sosyal-duygusal ve ahlaki gelişimleri daha yüksek düzeyde bulunmuş ve dürüstlük, benlik gelişimi, olumlu

sosyal davranış, saygı boyutlarında sporcu öğrenciler lehine anlamlı bir farklılık olduğunu tespit etmişlerdir. Sevilmiş ve diğerlerine göre spor, sporcunun ahlaki olarak eğitilmesinin hoşgörü, dürüstlük, işbirliği ve saygı gibi temel ahlaki değerlerin benimsetilmesinin spor ortamlarında meydana gelen birçok şiddet ve olumsuzluğun önlenmesine temel oluşturabilmektedir (Sevilmiş vd. 2021). Antrenörler ve spor yöneticileri başta olmak üzere bizlere düşenin ise branş ayırt etmeksizin spor ortamında yer alan bireylere hoş görü kavramının sporun özünü oluşturan vazgeçilmez bir unsur olduğunu anlatmaktadır. Unutulmamalıdır ki hoşgörülü bireyler hoşgörülü bir toplum anlamına gelir.

Sonuç olarak; sporcuların hoşgörü eğilimlerinde cinsiyet, sporculuk tecrübesi, anne ve baba eğitim seviyelerine bağlı olarak anlamlı değişimler bulgulanmamakla birlikte, yaş gruplarına göre anlamlı değişimler bulgulanmıştır. Araştırma ölçeği formundan elde edilen ortalama değerler göz önünde bulundurulduğunda, taekwondo sporcularının hoşgörü eğilimlerinin iyi düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Ulaşılan bu sonucun Türk sporcuları ve toplumu adına sevindirici olduğu da söylenebilir.

Sporun özünde yer alan hoşgörü unsurunun, geleceğimizin teminatı sporculara kazandırılabilmesi ve onların bu unsuru bir yaşam tarzı haline getirebilmeleri açısından ilgili araştırmaların artırılması tavsiye edilebilir.

**Çıkar Çatışması:** Yazarlar arasında herhangi bir çıkar çatışması yoktur.

**Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı:** Araştırmaya dahil olan bütün yazarlar eşit düzeyde katkı sağlamışlardır.

## KAYNAKLAR

- Abaslı, K. ve Caferova, S. (2020). Ortaokul öğrencilerinin hoşgörü eğilimlerinin incelenmesi: Bakü Türk okulları örneği. *Iğdır Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 23, 693-708.
- Akandere, M., Çelik, A., Altın, M. ve Baştuğ, G. (2015). Sporun orta öğretim öğrencilerinin kendilerine karşı tolerans düzeyine etkisi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2(2), 59-70.
- Akari, Ö.F. (2019). *Değerler eğitimi açısından spor*. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, İstanbul.
- Aslan, S. (2017). An analysis of the tendency to tolerance and helpfulness attitude of 4th grade students in terms of certain variable. *Inonu University Journal of the Faculty of Education*, 18(1), 163-175. doi: 10.17679/inuefd.306509
- Bahadır, Z., Certel, Z., Kozak, M. ve Çelik, B. (2018). Erciyes üniversitesi beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin bilişsel esneklik ve hoşgörü düzeyleri. *Uluslararası Herkes İçin Spor ve Wellness Kongresi, 05-08 Nisan Antalya, tam metin kitabı s. 691-698*.
- Bloom, P. (2017). Empathy and its discontents. *Trends in Cognitive Sciences*, 21(1), 24-31. doi.org/10.1016/j.tics.2016.11.004
- Boyacı, M. ve Ersever, O.G. (2017). Hoşgörü eğilimi geliştirme programının 5. sınıf öğrencilerinin hoşgörü ve zorbalık düzeylerine etkisi. *Eğitim ve Bilim*, 42(189), 167-182. doi: 10.15390/EB.2017.6802
- Büyükbeşe, T. ve Dağ, K. (2018). Etik liderliğin örgütsel adalet algısına etkisinde örgütsel güvenin aracı rolü. *Social Sciences Studies Journal*, 4(15), 979-94.

- Özsarı, A., Pepe, H., Pepe, Ş. ve Fişekçioğlu, İ.B. (2021). Taekwondo sporcularının hoşgörü eğilimlerinin incelenmesi. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 5(1), 40-50.
- Çalışkan, H. ve Sağlam, H.İ. (2012). Hoşgörü eğilim ölçeğinin geliştirilmesi ve ilköğretim öğrencilerinin hoşgörü eğilimlerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 12(2), 1431-1446.
- Çavuş, M. (2019). Hoşgörü eğilimi ölçeği yetişkin formunun geliştirilmesi ve yetişkinlerin hoşgörü eğilim düzeylerinin incelenmesi. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya*.
- Davis, M.H. (2006). Empathy. In: Stets J.E., Turner J.H. (eds) *Handbook of the Sociology of Emotions. Handbooks of Sociology and Social Research*. Boston, MA: Springer. doi.org/10.1007/978-0-387-30715-2\_20
- Demirhan, G. (2014). Sportif değerler ve eğitimi. *Toplum ve Hekim*, 29(5), 351 – 355.
- Develi, A. ve Çavuş, M.F. (2021). Çalışma yeterliliği kavramı: Kuramsal temeller ve ölçüm yöntemi. *İş ve İnsan Dergisi*, 8(1),123-137. doi: 10.18394/iid.822693
- Dorak, F. & Vurgun, N. (2006). Takım sporları açısından empati ve takım birlikteliği ilişkisi. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, IV (2) ,73-77.
- Elliott, R., Bohart, A. C., Watson, J.C. & Greenberg, L.S. (2011). Empathy. *Psychotherapy*, 48(1), 43–49. doi.org/10.1037/a0022187
- Elston, A. D. (2014). *Teaching tolerance in language arts for student awareness in middle schools*. Dayton University The School of Education and Health Sciences of the, Ohio.
- Gençdoğan, B., Gülbahçe, A. ve Gülbahçe, Ö. (2015). Hoşgörü ve sabır ile yaşam kalitesi arasındaki ilişki. Değerler ve eğitimi - İl Sempozyum Bildirileri Kitabı. Değerler Eğitimi Merkezi.
- Gül, Y.E. ve Alimbekov, A. (2018). Öğretmen adayları hoşgörü ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7(4), 49-62.
- Gündüz, M. (2019). Determination of tolerance levels of teacher candidates. *SDU International Journal of Educational Studies*, 6(2), 43-52. doi:10.33710/sdujies.606172
- Hansen, O.H. (2011). Teaching tolerance in public education: organizing the exposure to religious and life-stance diversity. *Religion & Education*, 38,111- 127. doi: 10.1080 / 15507394.2011.579549
- İnel, Y. ve Gökalp, A. (2018). Ortaokul öğrencilerinin hoşgörü eğilimlerinin incelenmesi. *Turkish Studies*,13(27), 847-878.
- Kalın, Z.T. ve Nalçacı, A. (2017). Ortaokul 5. sınıf öğrencilerinin hoşgörü eğilimlerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(23),293-304.
- Kılıç, S. (2016). Cronbach'ın Alfa güvenilirlik katsayısı. *Journal of Mood Disorders*, 6(1),47-48. doi: 10.5455/jmood.20160307122823
- Kwon, S.J. (2018). A relationship between personality and empathy in teenagers' school sports club participation. *Journal of Exercise Rehabilitation*, 14(5), 746–757. doi.org/10.12965/jer.1836320.160
- Mavi, S. ve Dolaşır-Tuncer, S. (2012). Sporcuların 'sporda hoşgörü' kavramına ilişkin algıları. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, X(4) 125-129.
- Mutluer, C. (2015). Sosyal bilgiler öğretmen adaylarının "hoşgörü" kavramına ilişkin metaforik algıları. *Tarih Okulu Dergisi*, 8(22), 575-595. http://dx.doi.org/10.14225/Joh735
- Sevilmiş, A., Şirin, E.F. ve Ocak, U.C. (2021). Sporcuların ahlaki karar alma tutumlarının sportmenlik yönelim boyutları açısından incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 23(1), 1-13.

- Özsarı, A., Pepe, H., Pepe, Ş. ve Fişekçioğlu, İ.B. (2021). Taekwondo sporcularının hoşgörü eğilimlerinin incelenmesi. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 5(1), 40-50.
- Overgaauw, S., Rieffe, C., Broekhof, E., Crone, E. A. ve Güroglu, B. (2017). Assessing empathy across childhood and adolescence: validation of the empathy questionnaire for children and adolescents. *Frontiers in Psychology*, 8, 870, 1-9. doi: 10.3389/fpsyg.2017.00870
- Öztaşkın, Ö.B. ve İçen, M. (2015). Ortaokul öğrencilerinin hoşgörü eğilimleri ile demokrasi algıları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Karadeniz Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(1), 39-56.
- Peer, K. (2017). Ethics education: preventing moral distress and empathy decline in sports medicine practice. *International Journal of Athletic Therapy & Training*, 22(1), 47-52. doi:10.1123/ijatt.2016-0024
- Pieter, W. (2009). Taekwondo. In: Kordi R., Maffulli N., Wroble R.R., Wallace W.A. (eds) *Combat Sports Medicine*. London:Springer. doi.org/10.1007/978-1-84800-354-5-15
- Prinz, J. (2011). Against empathy. *The Southern Journal of Philosophy*, 49(1), 214-233. doi.org/10.1111/j.2041-6962.2011.00069.x
- Sağın, A.E. ve Akbuğa, T. (2019). Lisanslı spor yapan öğrencilerle spor yapmayan ortaokul öğrencilerinin bazı değişkenler açısından sosyal-duygusal ve ahlaki gelişim düzeyleri. *Journal of Global Sport and Education Research*, II (1), 45-56.
- Sağlam, H. İ. ve Tunar, T. (2018). İlkokul öğrencilerinin aile birliğini önemseme ve hoşgörü eğilim düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 43(95), 119-136.
- Seung-Sil, C., Young-Sook, K. & In-Chon, P. (2020). The relationship between sports failure-tolerance and self-efficacy of archers. *Journal of Coaching Skills Development*, 22(4), doi: 10.47684/jcd.2020.12.22.4.15
- Sevinç, B. (2017). *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri*. Ed:Kaan Böke. 5.baskı, İstanbul: Alfa Yay. s.245.
- Şahin, M. (2002). *Taekwondo temel teknikler ve pumse*. Ankara: Nobel Yayıncılık. s. 7-9.
- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L.S. (2015). *Çok değişkenli istatistiklerin kullanımı*. 6. baskı. (Çev: Mustafa Baloğlu), Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Taşkın, M., Sanioğlu, A., Taşkın, M. ve Fidan, A. (2019). Yüzmenin çocuklarda hoşgörü eğilimi üzerine etkisi. *Kilis 7 Aralık Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 30-35.
- Toussaint, L. ve Webb, J. R. (2010). Gender differences in the relationship between empathy and forgiveness. *The Journal of Social Psychology*, 145(6), 673-685. doi.org/10.3200/SOCP.145.6.673-686
- Türk Dil Kurumu (2020a). Değer kavramı. Erişim adresi: <https://sozluk.gov.tr/>
- Türk Dil Kurumu (2020b). Kabul kavramı. Erişim adresi: <https://sozluk.gov.tr/>
- Uysal, B., Özer-Özsoy, S. ve Şentürk, E. (2019). *Sağlık çalışanlarının hoşgörü eğilimlerinin değerlendirilmesi: bir eğitim ve araştırma hastanesi örneği*. 4. International Health Sciences and Management Conference İstanbul.
- Witenberg, R.T. (2007). The moral dimension of children's and adolescents' conceptualization of tolerance to human diversity. *Journal of Moral Education*, 36(4), 433-451.
- Worldtaekwondo, (2020). Taekwondo. Erişim tarihi: 17.12.2020, Erişim adresi, [www.worldtaekwondo.com](http://www.worldtaekwondo.com)
- Yeşilkayalı, E. ve Demirtaş, V.Y. (2013). Ebeveynlerin çocuk haklarına ilişkin tutumları ile ilköğretim öğrencilerinin hoşgörü eğilimleri arasındaki ilişki. *Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 36, 12-25.



Bu eser **Creative Commons Atıf-GayriTicari 4.0 Uluslararası Lisansı** ile lisanslanmıştır.





## Sedanterlerde Kinezyofobinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi

Furkan ERGÜL<sup>1</sup>  Hulusi ALP<sup>\*1</sup> 

<sup>1</sup>Süleyman Demirel Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi.

**Orijinal Makale**

Gönderi Tarihi: 11.06.2021

Kabul Tarihi: 23.06.2021

**DOI: 10.30769/usbd.913082**

Online Yayın Tarihi: 30.06.2021

### Öz

Araştırmanın amacı, sedanter bireylerin kinezyofobi düzeylerini çeşitli değişkenler açısından incelemektir. Araştırma tarama modelinde yapılmıştır. Araştırmaya, 17-60 yaş aralığında çeşitli bölgelerinde uzun süreli ağrıları bulunan 114 gönüllü katılmıştır. Veri toplamak amacıyla, Tampa Kinezyofobi Ölçeği kullanılmıştır. Veriler normal dağılım göstermediği için, iki değişken arasındaki analizlerde Mann Whitney U Test, ikiden fazla değişken arasındaki analizlerde ise Kruskal Wallis H Test ve Post-Hoc (Tamhane's T2) test kullanılmıştır. Tampa Kinezyofobi Ölçeğinde toplam puanlara bakıldığında kadınlar ve erkekler arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Öğrenim açısından ortaokul, lise ve üniversite arasında toplam skorda anlamlı bir fark bulunmuştur. Mesleki açıdan avukat, öğrenci, mühendis, öğretmen ve diğer olarak ayrılan gruplar arasında incelediğimizde de gruplar arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Kronik ağrılı hastalarda kinezyofobide erkekler ile kadınlar arasında fark yokken öğrenim durumu ve mesleğin kinezyofobiyi etkilediği görülmüştür.

**Anahtar kelimeler:** Kinezyofobi, ağrı, sedanter.

## Invertigation of Kinesiophobia According to Various Variables

### Abstract

The aim of the study is to examine the kinesiophobia levels of sedentary individuals in terms of various variables. The research has been done in scanning model. A total of 114 volunteers, aged 17-60, with prolonged pain in various regions, participated in the study. Tampa Kinesiophobia Scale was used to collect data. Since the data did not show a normal distribution, Mann Whitney U Test was used for analysis between two variables, and Kruskal Wallis H Test and Post-Hoc (Tamhane's T2) test was used for analysis between more than two variables. When the total scores on the Tampa Kinesiophobia Scale were examined, no significant difference was found between men and women. A significant difference was found in the total score between secondary school, high school and university in terms of education. When we examined the groups divided into lawyers, students, engineers, teachers and others in terms of occupation, a significant difference was found between the groups. While there was no difference in kinesiophobia between men and women in patients with chronic pain, it was observed that educational status and occupation affected kinesiophobia.

**Keywords:** Kinesiophobia, pain, sedentary.

\* **Sorumlu Yazar:** Hulusi ALP, Doç. Dr., E-posta: [ekim1778@gmail.com](mailto:ekim1778@gmail.com)

## GİRİŞ

İnsanlar, teknoloji çok fazla gelişmeden önce yapılacak işlerini teknolojiden yardım alamadan kendi uğraşları ve kendi bedenlerini kullanarak yapıyordu. Ancak günümüzde bilim ve teknolojinin gelişimi ile imkanlar çok artmıştır. İnsanlar bu gelişmeler ile teknolojiden yararlanarak işlerini kolayca hatta hareket bile etmeden yapabilecek duruma gelmişlerdir. Bu da insan hayatında hem olumlu hem de olumsuz birçok duruma yol açmıştır (Duran, 2020).

Teknolojideki bu gelişmeler hayatımızı çok kolaylaştırır da bizleri hareketsizliğe veya çok az hareket etmeye yönlendirdiği için vücudumuzda hantallığa, çeşitli problemlere, yaralanmalara veya diğer olumsuzluklara yol açabilmektedir (Özmen vd., 2016). Bir başka deyişle teknolojik gelişmeler günümüz insanın sedanter bir duruma gelmesine de sebep olmaktadır. Sedanter yaşam, vücudun harcayacağı enerjiyi minimum şekilde harcaması durumudur. Yani bu da sedanterlerde kişinin dinlenik haldeki ve normal yaşamındaki kalp atım hızının yaklaşık olarak eşit olması anlamına gelmektedir (Sarıdede, 2019). Kişiler yaşamlarının herhangi bir döneminde bir yaralanma geçirdiğinde buna bağlı hareket kısıtlanması yaşayabilirler ve tekrar yaralanma korkusu ile hareketten kaçınabilirler, hatta bu da yaşanan korku nedeniyle iyileşme sürecinin sonunda dahi kişinin hareketten kaçınmasına neden olabilir. Bunun sonucu olarak da kişilerde Kinezyofobi dediğimiz durum ortaya çıkabilmektedir (Yılmaz vd., 2011).

Kinezyofobi; aşırı, mantıksız, zayıflatıcı hareket korkusu ve fiziksel aktiviteden kaynaklanan ağrılı yaralanma veya tekrar yaralanmaya karşı savunmasız olma hissi olarak tanımlanmıştır (Kori vd., 1990; Vlaeyen vd., 1995). Ayrıca kinezyofobi yaşanan bir olay veya yaralanmaya bağlı olarak ağrılı bir durumda hareket etmeye karşı oluşmuş bir kaçınma durumudur diye de tanımlanabilir (Dere, 2020). Ağrı nedeniyle ortaya çıkan bu korkunun, kişiyi ağrının kendisinden çok daha fazla kısıtladığı saptanmıştır (Lundberg vd., 2006). Ağrı, dokunun zedelenmesiyle, vücudun çeşitli yerlerinde ortaya çıkan, rahatsız edici bir duyuşsal bir histir (Tekin, 2010). Bir ağrı sonrasında ortaya çıkan kinezyofobi günlük yaşamda kısıtlanmalara neden olur bunun sonucunda da vücutta kuvvet kaybı, esneklik kaybı, postür bozukluğu gibi problemler ortaya çıkabilir (Uçurum ve Kalkan, 2018). Kişinin ağrıdan kaçmak için hareket etme biçimini değiştirmesi ağrının kontrol ve denetimini kötü yönde etkilemektedir (Güzel vd., 2021). Kinezyofobisi olan insanlarda yapılan hareketin tekrardan bir yaralanmaya sebep olacağı inancı vardır, bu da ağrının vücutta uzun süre kalıp kronikleşmesine neden olabilmektedir (Uçurum ve Kalkan, 2018).

Yapılan çalışmalarda insan hayatında kinezyofobiden dolayı ortaya çıkan korkunun ağrıdan daha fazla kısıtlayıcı rolü olduğunu göstermiştir (Devaşan, 2014; Lungberg vd., 2006). Ortaya çıkan kinezyofobi günlük yaşamda da kısıtlanmalara neden olmaktadır bunun sonucunda da vücutta kuvvet kaybı, esneklik kaybı, postür bozukluğu gibi problemler ortaya çıkabilmektedir (Uçurum ve Kalkan, 2018). Yapılan çalışmalarda; meydana gelen kronik bel ağrısı, üst ekstremiteler problemleri, ortopedik yaralanmalar ve aşırı kullanım yaralanması tanımlı hasta gruplarında ileri düzeyde kinezyofobi bulunduğu bilinmektedir (Kaygusuz, 2018; Özkal vd., 2017). Böylelikle kişide kinezyofobik davranış oluşması ile hareket, egzersiz, spor gibi aktivitelerin azaldığı görülmekte bu da kişinin fiziksel durumunun yanında mental durumunu da etkilemektedir (Devaşan, 2014). Kinezyofobinin bu gibi ortaya çıkardığı problemlere ek olarak kişide kaygı bozuklukları ve depresyon gibi durumlar da görülebilir (Bilge, 2017). Bu da oluşan problemlerle birlikte kişinin insanlardan soyut bir hayat yaşamasına ve psikolojik sıkıntılarının oluşmasına neden olabilmektedir (Özmen vd., 2016). Ayrıca kinezyofobinin ortaya çıkması ile de kişinin yaşam kalite standartlarının düştüğü görülmüştür (Haspolat,

2017). Kişilerde bahsedildiği gibi kinezyofobi nedenli meydana gelen aktivitelere katılımın azalmasına ve hareketsiz bir yaşamın oluşmasına *korku-kaçınma davranışı* denir (Güney, 2019). Bu davranışın erken tespiti ilerde bunu ve bununla birlikte oluşabilecek sedanter yaşamın oluşturabileceği problemlerin engellenebilmesi için çok önemlidir. Bu kişilere göre düzenlenecek fiziksel aktivite, düzenli egzersiz programları ve sosyal yaşam ile kişinin sedanter yaşam biçimi en aza indirilmeye çalışılmalı ve kişinin hayatının ilerleyen döneminde karşılaşabileceği risk faktörlerinin azaltılması amaçlanmalıdır (Özmen vd., 2016). Araştırmanın amacı, sedanter bireylerin kinezyofobi düzeylerini çeşitli değişkenler (cinsiyet, meslek, öğrenim durumu gibi) açısından incelemektir.

## YÖNTEM

### Araştırmanın modeli

Araştırma tarama modelinde yapılmıştır. Tarama modeli geçmiş zamanda olmuş veya şu anda var olan bir olayı olduğu haliyle anlatmaya çalışan ve çalışmadaki kişi, obje ve durumu olduğu gibi anlatan modeldir (Uzun ve Ayık, 2016). Deneysel olmayan araştırma modelinde araştırmacı herhangi bir müdahalede bulunmaz. Var olan durum olduğu gibi araştırma kapsamında incelenmektedir (Şata, 2020).

### Araştırma Evren ve Örnekleme

Kırşehir il merkezinde yaşayan, uzun süredir vücudunun çeşitli yerlerinde ağrıları bulunan ve araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden 114 kişi (62 kadın - 52 erkek) katılım sağlamıştır. Olasılığa dayalı olmayan örneklem seçim tekniklerinden, uygun örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Uygun örnekleme yöntemi; zaman, para ve işgücü açısından var olan sınırlılıklar nedeniyle, yapılacak çalışma için mevcut durumların kullanılmasını içermektedir (Çobanoğlu, 2020; İlhan, vd., 2016).

### Veri Toplama Aracı

Araştırmada, ilk olarak 1991 yılında Miller ve diğerleri tarafından oluşturulan ama yayımlanmayan, Vlayen ve diğerleri tarafından gerekli onaylar alınarak 1995'te geliştirilen *Tampa Kinezyofobi Ölçeği*nin, Yılmaz ve diğerleri (2011) tarafından Türkçe'ye uyarlanmış son hali kullanılmıştır. Ölçek, 17 sorudan oluşan ve her soru için 4 farklı puanın alınabileceği bir değerlendirme formudur. Ölçekte sorulan sorulardan alınan puanlara göre bir birey en çok 68 en az 17 skor alabilir. Burada genel puanlamada alınan skor ne kadar yüksekse bireyin kinezyofobisi de o kadar çoktur anlamına gelmektedir. Testin, güvenilirlik katsayısı 0.80 olarak hesaplanmıştır.

### Verilerin Toplanması

Bu araştırma 2020 Aralık ve 2021 Ocak aylarında çalışmada kullanılan ölçek, Google Forms üzerinden hazırlandıktan sonra araştırmanın evrenini oluşturan bireylere anketin linki sosyal iletişim ağları ve sosyal medya hesapları üzerinden iletilmiştir. Araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul ederen ve anketi dolduran kişilerin verileri system tarafından otomatik olarak kayıt altına alınmıştır. Kayıt altına alınan toplam verilerin excel çıktısı alınarak daha sonra istatistik analiz programına girişleri yapılmıştır.

### Verilerin analizi

Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğine bakılmış ve veriler normal dağılım göstermediği için, iki değişken arasındaki analizlerde Mann Whitney U Testi, ikiden fazla değişkenler arasındaki analizlerde ise Kruskal Wallis H Test ve Post-Hoc (Tamhane's T2) test ile yapılmıştır.

## BULGULAR

**Tablo 1.** Sedanter bireylerin demografik verilerinin frekans ve yüzde dağılımları

Değişkenler		f	%
Yaş	18-25 yaş arası	53	46,5
	26-35 yaş arası	8	7,0
	36-45 yaş arası	19	16,7
	46-59 yaş arası	34	29,8
	Toplam	114	100
Cinsiyet	Kadın	62	54,4
	Erkek	52	45,6
	Toplam	114	100
Eğitim Durumu	Ortaokul	13	11,4
	Lise	19	16,7
	Üniversite	82	71,9
	Toplam	114	100

Tablo 1’de sedanter bireylerin demografik özelliklerine ilişkin tanımlayıcı istatistikler görülmektedir. Kendi kategorisindeki en yüksek değişkenler sırasıyla yaş değişkeninde %46,5 ile 17-25 yaş aralığındaki sedanterler, %54,4 ile kadın sedanter bireyler, %71,9 ile de eğitim durumu üniversite olan sedanter bireyler olmuştur.

**Tablo 2.** Sedanter bireylerin cinsiyet değişkenine göre kinezyofobilerinin karşılaştırılması

	Cinsiyet	N	Mean Rank	Sum of Ranks	Z	U	p
Egzersiz yaparsam kendi kendime sakatlanırım diye korkuyorum	Erkek	52	47,97	2494,50	-3,078	1116,500	<b>,002*</b>
	Kadın	62	65,49	4060,50			
Ağrıyla baş etmeye çalışacak olsam ağrım artar	Erkek	52	50,62	2632,00	-2,314	1254,000	<b>,021*</b>
	Kadın	62	63,27	3923,00			
Ağrımdan dolayı vücudum bana tehlikeli derecede yanlış giden bir şeyler olduğunu söylüyor	Erkek	52	55,92	2908,00	-,503	1530,000	,615
	Kadın	62	58,82	3647,00			
Egzersiz yaparsam sanki ağrım hafifleyecekmiş gibi geliyor	Erkek	52	58,48	3041,00	-,329	1561,000	,742
	Kadın	62	56,68	3514,00			
İnsanlar benim tıbbi sorunlarımı yeterince ciddiye almıyorlar	Erkek	52	59,92	3116,00	-,780	1486,000	,435
	Kadın	62	55,47	3439,00			
Başıma gelen bu olay nedeni ile vücudum hayat boyu risk altında olacak	Erkek	52	59,98	3119,00	-,873	1483,000	,383
	Kadın	62	55,42	3436,00			

\* p<0.05

**Tablo 2 (Devamı).** Sedanter bireylerin cinsiyet değişkenine göre kinezyofobilerinin karşılaştırılması

	Cinsiyet	N	Sıra Ort.	Sıralar Toplamı	Z	U	p
Ağrımın olması her zaman vücudumu sakatladığım/bir problemim olduğu anlamına gelir	Erkek	52	61,00	3172,00			
	Kadın	62	54,56	3383,00	-1,199	1430,000	,230
Sırf bazı şeylerin ağrımı artırıyor olması onların tehlikeli oldukları anlamına gelmez	Erkek	52	57,94	3013,00			
	Kadın	62	57,13	3542,00	-,161	1589,000	,872
Kendimi kazara sakatlamaktan korkuyorum	Erkek	52	51,08	2656,00			
	Kadın	62	62,89	3899,00	-2,079	1278,000	,038*
Ağrının artmasını engellemenin en basit ve güvenli yolu gereksiz hareketler yapmaktan kaçınmaktır	Erkek	52	55,90	2907,00			
	Kadın	62	58,84	3648,00	-,506	1529,000	,613
Vücudumda tehlike arz eden bir şey olmasaydı bu kadar çok ağrı hissetmezdim	Erkek	52	58,19	3026,00			
	Kadın	62	56,92	3529,00	-,224	1576,000	,823
Ağrıma rağmen fiziksel olarak aktif olsaydım durumum daha iyi olurdu	Erkek	52	57,08	2968,00			
	Kadın	62	57,85	3587,00	-,147	1590,000	,883
Ağrı kendimi sakatlamamam için egzersizi ne zaman bırakmam gerektiği konusunda bana sinyal verir	Erkek	52	66,37	3451,00			
	Kadın	62	50,06	3104,00	-2,991	1151,000	,003*
Benim durumumda olan birinin fiziksel olarak aktif olması pek güvenli değildir	Erkek	52	55,24	2872,50			
	Kadın	62	59,40	3682,50	-,783	1494,500	,434
Normal insanların yaptığı her şeyi yapamam çünkü çok kolay sakatlanırım	Erkek	52	56,75	2951,00			
	Kadın	62	58,13	3604,00	-,252	1573,000	,801
Bazı şeyler çok fazla ağrıya neden olsa bile bunların gerçekte tehlikeli olduklarını düşünmem	Erkek	52	54,53	2835,50			
	Kadın	62	59,99	3719,50	-,990	1457,500	,332
Hiç kimse ağrı hissederken egzersiz yapmak zorunda olmamalı	Erkek	52	53,45	2779,50			
	Kadın	62	60,90	3775,50	-1,290	1401,500	,197

Cinsiyet değişkeni açısından, sedanter bireylerin, *Egzersiz yaparsam kendi kendime sakatlanırım diye korkuyorum, Ağrıyla baş etmeye çalışacak olsam ağrım artar, Kendimi kazara sakatlamaktan korkuyorum, Ağrı kendimi sakatlamamam için egzersizi ne zaman bırakmam gerektiği konusunda bana sinyal verir*, ölçek maddeleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu görülmektedir (Tablo 2) ( $p < 0.05$ ).

**Tablo 3.** Sedanter bireylerin eğitim düzeyi değişkenine göre kinezyofobilerinin karşılaştırılması

	Öğrenim Durumu	N	Sıra Ort.	X <sup>2</sup>	sd	p	Tamhane's T2
Egzersiz yaparsam kendi kendime sakatlanırım diye korkuyorum	(1) Ortaokul	13	74,38	10,284	2	,006*	1>3
	(2) Lise	19	70,29				
	(3) Üniversite	82	51,86				
Ağrıyla baş etmeye çalışacak olsam ağrım artar	(1) Ortaokul	13	67,96	2,043	2	,360	
	(2) Lise	19	58,45				
	(3) Üniversite	82	55,62				
Ağrımdan dolayı vücudum bana tehlikeli derecede yanlış giden bir şeyler olduğunu söylüyor	(1) Ortaokul	13	54,73	,264	2	,876	
	(2) Lise	19	60,26				
	(3) Üniversite	82	57,30				
Egzersiz yaparsam sanki ağrım hafifleyecekmiş gibi geliyor	(1) Ortaokul	13	66,27	2,345	2	,310	
	(2) Lise	19	62,45				
	(3) Üniversite	82	54,96				
İnsanlar benim tıbbi sorunlarımı yeterince ciddiye almıyorlar	(1) Ortaokul	13	65,69	5,274	2	,072	
	(2) Lise	19	69,32				
	(3) Üniversite	82	53,46				
Başıma gelen bu olay nedeni ile vücudum hayat boyu risk altında olacak	(1) Ortaokul	13	69,62	9,520	2	,009*	2>3
	(2) Lise	19	70,84				
	(3) Üniversite	82	52,49				
Ağrımın olması her zaman vücudumu sakatladığım/bir problemim olduğu anlamına gelir	(1) Ortaokul	13	63,42	3,754	2	,153	
	(2) Lise	19	67,16				
	(3) Üniversite	82	54,32				
Sırf bazı şeylerin ağrımı artırıyor olması onların tehlikeli oldukları anlamına gelmez	(1) Ortaokul	13	58,31	,375	2	,829	
	(2) Lise	19	60,74				
	(3) Üniversite	82	56,62				
Kendimi kazara sakatlamaktan korkuyorum	(1) Ortaokul	13	63,62	,605	2	,739	
	(2) Lise	19	57,08				
	(3) Üniversite	82	56,63				
Ağrının artmasını engellemenin en basit ve güvenli yolu gereksiz hareketler yapmaktan kaçınmaktır	(1) Ortaokul	13	59,65	,798	2	,671	
	(2) Lise	19	51,79				
	(3) Üniversite	82	58,48				

\*p<0.05

**Tablo 3 (Devamı).** Sedanter bireylerin eğitim düzeyi değişkenine göre kinezyofobilerinin karşılaştırılması

	Öğrenim Durumu	N	Sıra Ort.	X <sup>2</sup>	sd	p	Tamhane's T2
Vücudumda tehlike arz eden bir şey olmasaydı bu kadar çok ağrı hissetmezdim	(1) Ortaokul	13	63,35	7,114	2	,029*	2>3
	(2) Lise	19	72,76				
	(3) Üniversite	82	53,04				
Ağrıma rağmen fiziksel olarak aktif olsaydım durumum daha iyi olurdu	(1) Ortaokul	13	59,62	,323	2	,851	
	(2) Lise	19	54,37				
	(3) Üniversite	82	57,89				
Ağrı kendimi sakatlamamam için egzersizi ne zaman bırakmam gerektiği konusunda bana sinyal verir	(1) Ortaokul	13	61,19	,720	2	,698	
	(2) Lise	19	61,18				
	(3) Üniversite	82	56,06				
Benim durumumda olan birinin fiziksel olarak aktif olması pek güvenli değildir	(1) Ortaokul	13	71,85	5,376	2	,068	
	(2) Lise	19	63,00				
	(3) Üniversite	82	53,95				
Normal insanların yaptığı her şeyi yapamam çünkü çok kolay sakatlanırım	(1) Ortaokul	13	74,35	5,350	2	,069	
	(2) Lise	19	59,29				
	(3) Üniversite	82	54,41				
Bazı şeyler çok fazla ağrıya neden olsa bile bunların gerçekte tehlikeli olduklarını düşünmem	(1) Ortaokul	13	58,50	1,522	2	,467	
	(2) Lise	19	64,82				
	(3) Üniversite	82	55,65				
Hiç kimse ağrı hissederken egzersiz yapmak zorunda olmamalı	(1) Ortaokul	13	67,27	1,837	2	,399	
	(2) Lise	19	60,00				
	(3) Üniversite	82	55,37				

\*p<0.05

Eğitim durumu değişkeni açısından, sedanter bireylerin, *Egzersiz yaparsam kendi kendime sakatlanırım diye korkuyorum, Başıma gelen bu olay nedeni ile vücudum hayat boyu risk altında olacak, Vücudumda tehlike arz eden bir şey olmasaydı bu kadar çok ağrı hissetmezdim*, ölçek maddeleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmüştür (Tablo 3) (p<0,05). Farkın hangi değişkenler arasında olduğunu tespit etmek için yapılan Post-Hoc (Tamhane's T2) test sonucuna göre, eğitim durumu üniversite olan bireyler ile eğitim durumu ortaokul olan bireyler arasında olduğu görülmektedir.

**Tablo 4.** Sedanter bireylerin yaş değişkenine göre kinezyofobilerinin karşılaştırılması

	Yaş	N	Sıra Ort.	X <sup>2</sup>	sd	p	Tamhane's T2
Egzersiz yaparsam kendi kendime sakatlanırım diye korkuyorum	(1) 18-35	53	45,60	7,032	3	,071	
	(2) 26-35	8	56,00				
	(3) 36-45	19	50,39				
	(4) 46-59	34	67,57				
Ağrıyla baş etmeye çalışacak olsam ağrım artar	(1) 18-35	53	49,22	11,117	3	,011	<u>3&gt;1</u>
	(2) 26-35	8	52,38				
	(3) 36-45	19	55,13				
	(4) 46-59	34	66,29				
Ağrımdan dolayı vücudum bana tehlikeli derecede yanlış giden bir şeyler olduğunu söylüyor	(1) 18-35	53	56,51	1,666	3	,645	
	(2) 26-35	8	47,31				
	(3) 36-45	19	63,45				
	(4) 46-59	34	58,12				
Egzersiz yaparsam sanki ağrım hafifleyecekmiş gibi geliyor	(1) 18-35	53	49,86	8,090	3	,044	<u>4&gt;1</u>
	(2) 26-35	8	56,69				
	(3) 36-45	19	67,84				
	(4) 46-59	34	67,74				
İnsanlar benim tıbbi sorunlarımı yeterince ciddiye almıyorlar	(1) 18-35	53	53,55	4,353	3	,226	
	(2) 26-35	8	72,75				
	(3) 36-45	19	52,84				
	(4) 46-59	34	62,68				
Başıma gelen bu olay nedeni ile vücudum hayat boyu risk altında olacak	(1) 18-35	53	49,26	9,075	3	,028	<u>4&gt;1</u>
	(2) 26-35	8	59,75				
	(3) 36-45	19	63,89				
	(4) 46-59	34	66,24				
Ağrımın olması her zaman vücudumu sakatladığım/bir problemim olduğu anlamına gelir	(1) 18-35	53	51,63	4,458	3	,216	
	(2) 26-35	8	64,56				
	(3) 36-45	19	59,82				
	(4) 46-59	34	63,69				
Sırf bazı şeylerin ağrımı artırıyor olması onların tehlikeli oldukları anlamına gelmez	(1) 18-35	53	58,81	2,194	3	,533	
	(2) 26-35	8	65,25				
	(3) 36-45	19	50,21				
	(4) 46-59	34	57,71				
Kendimi kazara sakatlamaktan korkuyorum	(1) 18-35	53	59,91	2,986	3	,394	
	(2) 26-35	8	70,69				
	(3) 36-45	19	53,39				
	(4) 46-59	34	52,94				

\*p<0.05



**Tablo 4 (Devamı).** Sedanter bireylerin yaş değişkenine göre kinezyofobilerinin karşılaştırılması

	Yaş	N	Sıra Ort.	X <sup>2</sup>	sd	p	Tamhane's T2
Ağrının artmasını engellemenin en basit ve güvenli yolu gereksiz hareketler yapmaktan kaçınmaktır	(1) 18-35	53	61,27	3,229	3	,358	
	(2) 26-35	8	64,31				
	(3) 36-45	19	47,76				
	(4) 46-59	34	55,46				
Vücudumda tehlike arz eden bir şey olmasaydı bu kadar çok ağrı hissetmezdim	(1) 18-35	53	53,81	3,223	3	,358	
	(2) 26-35	8	47,69				
	(3) 36-45	19	63,82				
	(4) 46-59	34	62,03				
Ağrıma rağmen fiziksel olarak aktif olsaydım durumum daha iyi olurdu	(1) 18-35	53	58,91	3,307	3	,347	
	(2) 26-35	8	72,25				
	(3) 36-45	19	52,16				
	(4) 46-59	34	54,82				
Ağrı kendimi sakatlamamam için egzersizi ne zaman bırakmam gerektiği konusunda bana sinyal verir	(1) 18-35	53	51,75	5,275	3	,153	
	(2) 26-35	8	66,38				
	(3) 36-45	19	67,76				
	(4) 46-59	34	58,65				
Benim durumumda olan birinin fiziksel olarak aktif olması pek güvenli değildir	(1) 18-35	53	54,65	6,813	3	,078	
	(2) 26-35	8	55,06				
	(3) 36-45	19	48,53				
	(4) 46-59	34	67,53				
Normal insanların yaptığı her şeyi yapamam çünkü çok kolay sakatlanırım	(1) 18-35	53	54,20	4,250	3	,236	
	(2) 26-35	8	57,75				
	(3) 36-45	19	51,66				
	(4) 46-59	34	65,85				
Bazı şeyler çok fazla ağrıya neden olsa bile bunların gerçekte tehlikeli olduklarını düşünmem	(1) 18-35	53	58,11	5,579	3	,134	
	(2) 26-35	8	56,06				
	(3) 36-45	19	44,42				
	(4) 46-59	34	64,19				
Hiç kimse ağrı hissederken egzersiz yapmak zorunda olmamalı	(1) 18-35	53	60,00	1,196	3	,590	
	(2) 26-35	8	54,75				
	(3) 36-45	19	61,74				
	(4) 46-59	34	51,88				

Yaş değişkeni açısından, sedanter bireylerin, *Ağrımla baş etmeye çalışacak olsam ağrım artar, Egzersiz yaparsam sanki ağrım hafifleyecekmiş gibi geliyor, Başıma gelen bu olay nedeni ile vücudum hayat boyu risk altında olacak*, maddelerinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmüştür (Tablo 4) ( $p < 0,05$ ). Farkın hangi gruplar arasında oluştuğunu tespit

etmek için yapılan Post-Hoc (Tamhane's T2) test sonucuna göre, yaş aralığı 18-35 olanlar ile 46-59 arasında olan bireyler arasında olduğu görülmektedir.

## TARTIŞMA VE SONUÇ

Cinsiyet açısından elde edilen sonuçlara bakıldığında, *Egzersiz yaparsam kendi kendime sakatlanırım diye korkuyorum, Ağrımla baş etmeye çalışacak olsam ağrım artar, Kendimi kazara sakatlamaktan korkuyorum* maddelerinde erkekler lehine, *Ağrı kendimi sakatlamamam için egzersizi ne zaman bırakmam gerektiği konusunda bana sinyal verir* maddelerinde kadınlar ve erkekler arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ) (Tablo 2). Kinezyofobi değerlerinin kadınlar lehine daha düşük olduğu görülmüştür. Kadınların genel olarak daha hassas bir yapıda olmaları buna neden olmuş olabilir. Lüning Bergsten ve diğerleri (2012) tarafından yapılan çalışmada, erkeklerin kinezyofobi puanlarının kadınlara göre daha yüksek çıktığını rapor edilirken, Özmen ve diğerleri (2016) tarafından yapılan çalışmada ise kadınların kinezyofobisinin daha yüksek çıktığı rapor edilmiştir.

Eğitim durumu açısından elde edilen sonuçlara bakıldığında, *Egzersiz yaparsam kendi kendime sakatlanırım diye korkuyorum, Başıma gelen bu olay nedeni ile vücudum hayat boyu risk altında olacak, Vücudumda tehlike arz eden bir şey olmasaydı bu kadar çok ağrı hissetmezdim* maddeleri arasında anlamlı bir fark görülmüştür ( $p<0,05$ ) (Tablo 3). Bu farkın yapılan Post Hoc (Tamhane's T2) analizi ile de üniversite ile ortaokul arasında ve üniversite lehine daha düşük kinezyofobi olduğu saptanmıştır. Bunun sebebi bireylerin almış oldukları akademik eğitimle bu konuda daha bilinçlenmeleri olabilir. Diğer bir yandan üniversite eğitimi ile sahip olunan vasıflı mesleğin getirileri ile kişinin hayat standardının artmış olması da önemli rol oynamış olabilir. Ertan ve diğerlerinin (2019) yaptığı çalışmada eğitim düzeyi düşük olan kişilerin kinezyofobi değerlerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca Uçurum ve Kalkan (2018) tarafından yapılan çalışmada da eğitim durumu ile kinezyofobi arasında negatif bir korelasyon saptanmıştır. Bunlara ek olarak Güzel ve diğerlerinin (2021) yaptığı çalışmada da nüfusa oranla eğitim seviyesi daha yüksek olan kişilerin kinezyofobi durumunun daha az olduğu saptanmıştır.

Yaş açısından elde edilen sonuçlara bakıldığında, *Ağrımla baş etmeye çalışacak olsam ağrım artar, Egzersiz yaparsam sanki ağrım hafifleyecekmiş gibi geliyor, Başıma gelen bu olay nedeni ile vücudum hayat boyu risk altında olacak*, maddelerinde anlamlı bir fark görülmüştür ( $p<0,05$ ) (Tablo 4). Görülen bu farkın yapılan Post Hoc (Tamhane's T2) testi ile analiz edildiğinde 18-35 yaş grubu ile 46-59 yaş grubu arasında ve 18-35 yaş grubu lehine daha düşük bir kinezyofobi görüldüğü saptanmıştır. Bunun nedeni ilerleyen yaşlar beraber azalan hareket ile vücudun tembelleşip güçsüzleşmesi ve yaş ilerledikçe vücutta oluşan deformitelere bağlı olduğu düşünülebilir. Yaşın ilerlemesi ile yaşam kalitesinin düşmesi de nedenlerden biri olabilir. Tugay ve Karadeniz'in (2020) yaptığı çalışmada ileri yaştaki bireylerin daha fazla kinezyofobiye sahip olduğu tespit edilmiştir. Pirinççi ve diğerlerinin (2021) yaptığı çalışmada yaş ve kinezyofobi değerleri arasında bir bağlantı bulunamamıştır.

Sonuç olarak, araştırmada elde edilen bulgulara göre cinsiyet, eğitim durumu ve yaş değişkenleri açısından ölçeğin belirtilen maddelerinde bireyler arasında farklar görülmüştür.

Yukarıda elde ettiğimiz sonuçlara göre kinezyofobi sedanterlerde çeşitli değişkenler doğrultusunda etkilenip değişkenlik gösterebilmektedir.

Sedanter bireylerin bu konuda bilinçlendirilmesi açısından sempozyum, konferans gibi etkinlikler düzenlenmesinin olumlu sonuçlarının olacağı düşünülmektedir. Bu bilgilendirme işleminde alanında uzman eğitimciler ve akademisyenler tarafından verilmesi oluşabilecek bilgi kirliliğinin önüne geçilmesinde de etkili olacağı düşünülmektedir.

**Yayın Etiği:** Bu çalışmanın hazırlanma ve 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. Alıntılama yapılan araştırmalara atıf yapılarak etik kurallara riayet edilmiştir.

**Çıkar Çatışması:** Yazarlar arasında herhangi bir çıkar çatışması yoktur.

**Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı:** Birinci yazar olan Furkan ERGÜL araştırmanın, Giriş ve yöntem kısmında etkin bir rol oynamıştır. Yazarlardan Hulusi ALP araştırmanın istatistik analizlerini ve Bulgular kısmında etkin rol oynamıştır. Her iki yazar araştırmanın tartışma ve sonuç kısmını birlikte tamamlamışlardır.

## KAYNAKLAR

- Bilge, C. (2017). *Adheziv kapsülitli hastalarda ağrının fonksiyonellik, kinezyofobi, uyku kalitesi ve yaşam kalitesine etkisi*. Bezmialem Vakıf Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Anabilim Dalı, Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi.
- Çobanoğlu, İ.H. (2020). Araştırmada örneklemin belirlenmesi. E. Oğuz (Eds). *Eğitimde araştırma yöntemleri*. Ankara: Eğiten Kitap, s.119-140.
- Dere, T. (2020). *Servikal disk hernili bireylerde kassal enduransın ağrı, boyun farkındalığı ve kinezyofobi ile ilişkisinin incelenmesi*. Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Nöroloji Fizyoterapistliği Programı, Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi.
- Devaşan, G. (2014). *Romatizmal hastalıklarda klinik pilates terapinin kinezyofobi üzerindeki etkinliğinin araştırılması*. Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Anabilim Dalı, Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi.
- Duran, M.A. (2020). *Tenis oyuncularının ve sedanterlerin alt-üst ekstremitelerde kas değerlerinin çabukluk ve dayanıklılık performansına etkisi*. İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı, Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi.
- Ertan, Ö., Kuran A.G., Akıncı, B. ve Okumuş N. G. (2019). Pulmoner hipertansiyonlu bireylerde kinezyofobi. *Türk Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Dergisi*, 30(3), 168-175.
- Güney, G. (2019). *Total diz artroplastili bireylerde aktivite öz algısının kinezyofobi ve fonksiyonel iyileşmeye etkisi*. Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ergoterapi Programı, Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi.
- Güzel, R., İrdesel, J. ve Kutsal, F.Y.G. (2021). İleri yaşlarda kinezyofobi. *Sürekli Tıp Eğitim Dergisi*, 30(2), 116-125.
- Haspolat, M. 2017. *Meme kanseri cerrahisi geçiren kadınlarda kinezyofobi, üst ekstremitelerde fonksiyonu, lenfödem, ağrı, duyu ve depresyon ilişkisi*. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Anabilim Dalı, Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi.
- İlhan, A., Çelik, H.C. ve Aslan, A. (2016). Üniversite öğrencilerinin bilimsel araştırmaya yönelik tutumlarının incelenmesi. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(2), 141-156.
- Kaygusuz, R. (2018). *Koroner arter hastalığında komorbidite ve fonksiyonel kapasitenin kinezyofobi ile ilişkisinin değerlendirilmesi*. Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Anabilim Dalı, Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi.
- Kori, S.H., Miller, R.P. & Todd D. (1990). Kinesophobia: A new view of chronic pain behaviour. *Pain Management*, 1(3), 35-43.
- Lungberg, M., Larsson, M. E. H., Ostlund, H. & Jorma, S. (2006). Kinesophobia among patients with musculoskeletal pain in primary healthcare. *Journal of Rehabilitation Medicine*, 38(1), 37-43. Doi:10.1080/16501970510041253
- Lüning, B.C., Lundberg, M., Lindberg, P. & Elfving, B. (2012). Change in kinesophobia and its relation to activity limitation after multidisciplinary rehabilitation in patients with chronic back pain. *Disabil Rehabilitation*, 34(10), 852-858.
- Özkal, Ö., Topuz S., Konan A. ve Kısmet K. (2017). Alt ekstremitelerde yanık yaralanması olan bireylerde ağrı, kinezyofobi, denge ve fonksiyonellik arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Ankara Eğitim ve Araştırma Hastanesi Dergisi*, 50(3), 122-128.
- Özmen, T., Gündüz, R., Doğan, H., Zoroğlu, T. & Acar, D. (2016). Relationship between kinesophobia and quality of life in patients with low. *Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Tıp Dergisi*, 30(1), 1-4.

- Pirinççi, C.Ş., Cihan, E., Arca, M., Durmaz, E.D. ve Yıldırım, N.Ü. (2021). Ağrılı omuz patolojilerinde görülen kinezyofobinin yaşam kalitesi ve omuz fonksiyonelliğine olan etkisi. *Anadolu Kliniği Tıp Bilimleri Dergisi*, 26(1), 3-10. DOI: 10.21673/anadoluklin.755320
- Sarıdede, Ö.C. (2019). *Pilates egzersizinin sedanter insanlar üzerindeki etkileri*. İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antrenörlük Anabilim Dalı, Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi.
- Şata, M. (2020). Nicel araştırma yöntemleri. E. Oğuz (Eds). *Eğitimde araştırma yöntemleri (77-97)*. Ankara: Eğiten Kitap.
- Tekin, A. (2010). *Lumbal disk hernisi ve spinal stenoz olgularında ilgili anatomik bölgenin radyolojik ve klinik bulgular ile değerlendirilmesi*. Kocaeli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Anatomi Anabilim Dalı, Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi.
- Tugay, T. ve Karedeniz, P.G. (2020). Postmenopozal osteoporozlu kadınlarda kinezyofobinin yaşam kalitesi üzerine etkisi. *KSU Tıp Fakültesi Dergisi*, 15(3), 0-46.
- Uçurum, S.G. ve Kalkan, A.C. (2018). Bel ağrılı hastalarda ağrı, kinezyofobi ve yaşam kalitesi arasındaki ilişki. *Ege Tıp Dergisi*, 57(3), 131-135.
- Uzun, T. ve Ayık, A. (2016). Okul müdürlerinin iletişim becerileri ile öğretmenlerin genel ve örgütsel sinizm tutumları arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(2), 672-688.
- Vlaeyen, J.W., Kole-Snijders, A.M. & Boeren, R.G. (1995). Fear of movement/(re)injury in chronic low back pain and its relation to behavioral performance. *Pain*, 62(3), 363-372. doi: 10.1016/0304-3959(94)00279-N.
- Yılmaz, Ö.T., Yakut, Y., Uygur, F. & Uluğ, N. (2011). Tampa kinezyofobi ölçeğinin Türkçe versiyonu ve test-tekrar test güvenilirliği. *Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Dergisi*, 22(1), 44-49.





## **Cimnastik Branşında Antrenör ve Hakem Olarak Görev Yapan Bireylerin İş Yaşamındaki Mutluluk Seviyelerinin İncelenmesi**

**Banu GÜNDOĞAN<sup>1\*</sup>**, **A. Azmi YETİM<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara.

**Orijinal Makale**

Gönderi Tarihi: 03.05.2021

Kabul Tarihi: 24.06.2021

**DOI: 10.30769/usbd.932169**

Online Yayın Tarihi: 30.06.2021

### **Öz**

Bu çalışmanın amacı, cimnastik branşında antrenör ve hakem olarak görev yapan bireylerin iş yaşamındaki mutluluk seviyelerinin tespit edilmesidir. Çalışmada ayrıca iş yaşamında mutluluk seviyelerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi de amaçlanmıştır. Araştırmanın örneklem grubunu Türkiye Cimnastik Federasyonunda antrenör ve hakem olarak görev yapan 2020 yılı vizeli 232 birey oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu ve Van Katwyk vd., (2000) tarafından geliştirilen Bayram vd., (2004) tarafından Türkçe'ye uyarlanmış İşe İlişkin Duyuşsal İyilik Algısı Ölçeği (JAWS) kullanılmıştır. Verilerin analizinde istatistiksel yöntem olarak; tanımlamalı istatistik ile bağımsız gruplar için t-testi ve Anova testi kullanılmıştır. Sonuç olarak antrenör ve hakem olarak görev yapan bireylerin iş yaşamında mutluluk seviyelerinin yüksek düzeyde (Ort=4,26) olduğu ve bunun yaş, medeni durum, cimnastik branşında sporculuk geçmişi, antrenörlük süresi, ekonomik düzey açısından anlamlı şekilde farklılaştığı tespit edilmiştir.

**Anahtar kelimeler:** İş yaşamında mutluluk, cimnastik antrenörü, cimnastik hakemi

## **Investigation of the Happiness Levels of the Individuals Working as Gymnastics Coaches and Referees in Working Life**

### **Abstract**

The aim of this study is to determine the happiness levels of individuals who work as a gymnastics coach and a referee in working life. The study also aims to examine happiness levels in working life depending on several variables. The sample group of the study is made up of 232 individuals who work for the Turkish Gymnastics Federation as a certified coach and referee for the year 2020. In the study, the personal information form developed by the researchers and the Job-Related Affective Well-Being Scale (JAWS) adapted to Turkish by Bayram et al. (2004) developed by Van Katwyk et al. (2000) were used as data collection tools. As the statistical method in analysing the data, t-test and ANOVA test have been used for descriptive statistics and independent groups. At the end of the study, it was concluded that individuals working as coaches and referees had a high level of happiness in working life (Average=4,26) and this differed significantly depending on such factors as age, marital status, sports experience in gymnastics, coaching time, and socioeconomic status.

**Keywords:** Happiness in the working life, gymnastic coach, gymnastic referee

\* **Sorumlu Yazar:** Banu GÜNDOĞAN, **E-Posta:** banugundogan0@gmail.com

## GİRİŞ

İnsanoğlu yeteneklerini ve kapasitesini hayatını sürdürme, başkalarıyla paylaşma ve en iyiye ulaşma yolunda kullanmaktadır. Bununla birlikte, insan doğuştan üstün yeteneklere sahip olsa da, sınırsız ihtiyaçlarını sınırlı yetenekleriyle dışarıdan destek almadan karşılamakta zorlanmaktadır. Kendisinden farklı yeteneklerdeki bireylerle bir araya gelmekte, sorumlulukları paylaşmakta ve ortak amaçları gerçekleştirmek için farklı örgütlere girmektedir. Örgütlerin bir parçası olmak, insanların yaşamlarını kolaylaştırmakta, onlara farklı mutluluk yolları sunmaktadır. Örgütler bireylerden örgütsel amaçları gerçekleştirmeye yönelik performans beklentisi içerisindedir, bireyler de bilgi ve becerilerinin karşılığı olarak bireysel amaçlarına yönelik beklentiler içerisindedir (Korkut, 2019).

Birey için çalışmanın ne anlama geldiği konusu çalışma psikolojisi üzerinde yapılan araştırmaların çok uzun süredir üzerinde durduğu ve halen hakkında teoriler üretmeye çalışıldığı önemli konulardan biridir. Çalışma konusunun bilim dünyasında bu kadar önemli bir yer tutmasının nedeni insan yaşamının büyük bir kısmını çalışma olgusunun kaplamasıdır (Solmuş, 2008). Bu nedenle çoğu bireyin hayatında iş yaşamı merkezi bir konumdadır (Keser ve Güler, 2016; Russell, 2018; Solmuş, 2007). Çalışanların birgün içinde yer alan 24 saatinin kullanımına bakıldığında uyku, yemek gibi temel ihtiyaçların dışında kalan zamanlarının büyük bölümünde işyerindedirler. Çoğu zaman ailelerinden çok iş arkadaşlarıyla bir arada olmaktadır (Akduman ve Hatipoğlu, 2018; Arslan, 2018).

İş, yalnızca gelir elde etme aracı değil, aynı zamanda kariyer yapma, sosyalleşme, hedeflere ulaşma, mutluluk kaynağıdır (Bayram, Kuşdil, Aytaç ve Bilgel, 2004). İşin başarılmasıyla duyulacak mutluluk, hayatın en büyük hoşnutluğudur. İşten duyulan mutluluk yalnız hüner göstermek değil, aynı zamanda başarılı bir rakibi yenmektir. Örneğin bir uçakla çok büyük hünerler gösterebilen bir pilot, bundan öylesine mutluluk duyar ki, hayatını tehlikeye atmaktan bile çekinmez. Daha az yorucu olan daha küçük işlerden de zevk duyulabilir. Sonsuz ilerleme olanağı bulunması koşuluyla bütün işler mutluluk vericidir (Russell, 2018).

Günümüzde birçok araştırma iş yaşamında çalışanın mutsuzluğuna neden olan fiziksel, duygusal ve maddi zararların boyutuna dikkat çekmektedir (Bulut, 2015). Bu nedenle mutluluğa duyulan ilgi iş yerine yayılmıştır (Fisher, 2010; Gürbüz, 2020). Örgütlerin hedeflerine ulaşma arayışında olumsuz davranışlara odaklanıldığında istenilen sonuç elde edilmeyince araştırmalar olumlu kavramlara yönelmiştir. Örneğin çalışmaların iş doyumunu, mutlulukları, adanmışlıkları gibi konulara yoğunlaşmaya başlanmıştır. Önceleri iş doyumunu ile benzer bir kavram olarak ele alınan örgütsel mutluluk; artık iş doyumundan daha geniş bir kavram olarak anılmaktadır. Özellikle özel sektör yeni çalışanı işe almaktansa elindeki çalışandan daha fazla verim elde etmek için bu konuya ilgi göstermektedir (Bulut, 2015).

İş yaşamında mutluluk, zevk olarak çalıştığımızda, kendimizle gurur duyacak işler başardığımızda, kendimizi durmaksızın geliştirdiğimizde, muhteşem iş arkadaşları edindiğimizde, işteki başarımız ödüllendirildiğinde, isteyken enerjik olduğumuzda ve işimizde en iyi olduğumuzu düşündüğümüzde hissedilen duygudur (Kjerulf, 2015).

Bireyin çalışma performansını doğrudan etkileyen ve bireyin çalışma motivasyonunu yükselten olumlu bir zihin yapısıdır (Bulut, 2015). İş yaşamında mutluluk çatısı altında yönetici ilişkileri, kariyer olanakları, çalışma arkadaşlarıyla ilişkiler, ücret, öğrenme fırsatları, iş-yaşam dengesi, çalışma saatleri gibi birçok örgütsel değişken vardır (Kalafatoğlu, 2018). Warr (2013) da örgütsel mutluluğu para, fiziksel güvenlik, değerli bir sosyal konum, destekleyen bir yönetimin varlığı, kariyer gelişim olanakları, adalet gibi özellikler çerçevesinde incelemiş bu özelliklerin esenlikle ilişkili olduğunu savunmuştur.

Çalışma yaşamında mutluluk ile yaşam tatmini arasında güçlü bir ilişkiden söz edilebilir. Böylece birey iş yaşamındaki mutluluğu iş dışı yaşamına da taşır (Bayram vd., 2004; Gavin ve Mason, 2004; Keser, 2019; Kjerulf, 2015). İş hayatında mutlu, huzurlu, istekli, performansı ve üretkenliği yüksek ve meslektaşlarıyla çalışmaktan zevk duyan çalışan hem iş hayatında hemde sosyal hayatında kendini mutlu, huzurlu ve iş doyumunu gerçekleştirmiş olarak hisseder (Bulut, 2020). Aynı zamanda işini sıradan bir uğraş olarak değil, bir ayrıcalık olarak görür (Shahar, 2008).

Spor örgütlerine bakıldığında hedeflere ulaşmada bir iş gören olarak en önemli rolün antrenör ve hakemlerde olduğu söylenebilir. Cimnastik antrenörü ve hakemlerin iş yaşamlarında mutlu olmaları çalıştıkları kurumların performansını olumlu yönde etkileyecektir. Bu bilgiler ışığında mevcut çalışmanın amacı, son yıllarda sporcularının uluslararası cimnastik literatüründe tescillenen hareketleri, kazandıkları Dünya ve Avrupa Şampiyonlukları ile popülerliği her geçen gün artan cimnastik branşında antrenör ve hakem olarak görev yapan bireylerin iş yaşamındaki mutluluk seviyelerinin tespit edilmesi ve bunun çeşitli değişkenler açısından incelenmesidir.

## YÖNTEM

### Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada evreni temsil eden bireylerden elde edilen veriler ışığında, evren hakkında genellemeler yapabilme imkanı sağlayan araştırma yöntemi olan betimsel tarama modeli kullanılmıştır (Sönmez ve Alacapınar, 2019).

### Çalışma Grubu

Türkiye Cimnastik Federasyonunda görev yapan 2020 yılı vizeli toplam 460 cimnastik antrenörü araştırmanın evrenini oluştururken antrenörlük mesleği ile birlikte cimnastik hakemliği mesleğini bir arada yürüten 232 kişi çalışmanın örneklem grubunu oluşturmaktadır.

### Veri Toplama Araçları

Veri toplama aracının ilk bölümünde cimnastik branşında antrenör ve hakem olarak görev yapan bireylerin yaşı, medeni durumu, cimnastik branşında sporculuk geçmişi, antrenörlük süresi, ekonomik düzeyi ile ilgili sorular bulunmaktadır. İkinci bölümünde ise bireylerin iş yaşamında mutluluk seviyesini tespit etmek için Van Katwyk, Fox, Spector ve Kelloway (2000) tarafından geliştirilen Bayram vd. (2004) tarafından Türkçe'ye uyarlanarak güvenilirlik çalışması yapılan 'İşe İlişkin Duyuşsal İyilik Algısı Ölçeği' kullanılmıştır. Ölçek, yüksek



memnunluk yüksek uyarılmışlık (YMYU), yüksek memnunluk düşük uyarılmışlık (YMDU), düşük memnunluk yüksek uyarılmışlık (DMYU) ve düşük memnunluk düşük uyarılmışlık (DMDU) şeklinde 4 alt boyut 20 maddeden oluşmaktadır. 20 duygu ifade eden cümlelerden 10'u pozitif, 10'u negatif duygularla ilgilidir. Sözü edilen bu 4 boyut duygu ifade eden ölçek maddelerinin yüksek-düşük memnuniyet ve yüksek-düşük uyarılmışlık şeklinde isimlendirilen iki ana eksen üzerinde dağılımlarından elde edilmiştir. Memnuniyet eksenini kişinin işiyle bağlantılı genel mutluluk düzeyini belirleme amacıyla kullanılırken, uyarılmışlık eksenini kişinin psikolojik sisteminin güdülenme (motivasyon) düzeyini göstermektedir (Van Katwyk vd., 2000).

Tablo 1'de iş yaşamında mutluluk ölçeği alt boyutları ve madde örnekleri verilmiştir.

**Tablo 1.** İş yaşamında mutluluk ölçeği alt boyutları ve madde örnekleri

Alt boyutlar	Madde örnekleri
Yüksek memnunluk yüksek uyarılmışlık (YMYU) bölgesinin birey tipi mutlu ve aktiftir.	3 (neşe), 8 (sevinç), 9 (coşku), 10 (heves), 16 (esinlenme)
Yüksek memnunluk düşük uyarılmışlık (YMDU) bölgesinin birey tipi huzurlu, düşük güdülenme düzeyine sahiptir.	1(huzur), 5 (hoşnutluk), 18 (memnuniyet), 19 (iftihar duygusu), 20 (tatmin)
Düşük memnunluk yüksek uyarılmışlık (DMYU) bölgesinin birey tipi kaygılıdır.	7 (tikinti), 11 (korku), 12 (hayal kırıklığı), 13 (kızgınlık), 15 (tehdit)
Düşük memnunluk düşük uyarılmışlık (DMDU) bölgesinin birey tipi kendi içine kapanan ve güdülenme düzeyi düşüktür.	2 (can sıkıntısı), 4 (kafa karışıklığı), 6 (bunalım duygusu), 14 (yorgun), 17 (bezgin)

### Verilerin Toplanması

Gönüllü katılımcılara veri toplama araçları hakkında sözlü bilgi verildikten sonra online anket yöntemiyle araştırmanın verileri toplanmıştır.

### Verilerin Analizi

SPSS 21.0 paket programı ile verilerin analizi yapılmıştır. Ölçek ve alt boyut puanlarının normal dağılıma uygunluğunun belirlenmesi için basıklık ve çarpıklık katsayıları incelenmiştir. Ölçeklerden elde edilen basıklık ve çarpıklık değerlerinin +3 ile -3 arasında olması normal dağılım için yeterli görülmektedir (DeCarlo, 1997). Çalışmada puanların normal dağılım göstermesi nedeniyle parametrik test teknikleri kullanılmıştır. Ölçek puanının demografik özelliklere göre farklılık gösterme durumunun analiz edilmesi için t testi ve Anova testi kullanılmıştır.

## BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde istatistiksel analizler neticesinde elde edilen verilere ilişkin bulgu ve yorumlara yer verilmiştir.

Tablo 2'de katılımcıların demografik değişkenlerine ait bilgileri verilmiştir.

**Tablo 2.** Demografik değişkenler

		n	%
<b>Cinsiyet</b>	Kadın	135	58,2
	Erkek	97	41,8
<b>Yaş</b>	18-25	22	9,5
	26-33	67	28,9
	34-41	89	38,4
	42-49	42	18,1
	50 ve üzeri	12	5,2
<b>Medeni durum</b>	Bekar	99	42,7
	Evli	133	57,3
<b>Eğitim düzeyi</b>	İlköğretim	0	0,0
	Ortaokul	1	,4
	Lise	17	7,3
	Lisans	182	78,4
	Yüksek lisans	28	12,1
	Doktora	4	1,7
<b>Sporculuk geçmişi olma durumu</b>	Evet	187	80,6
	Hayır	45	19,4
<b>Antrenörlük süresi</b>	0-4	23	9,9
	5-9	65	28,0
	10-14	65	28,0
	15 üst	79	34,1
<b>Ekonomik düzey</b>	Alt	17	7,3
	Orta-Alt	44	19,0
	Orta	105	45,3
	Orta-Üst	64	27,6
	Üst	2	,9
<b>Hakemlik branşı</b>	Ritmik Cimnastik	40	17,2
	Artistik Cimnastik-Kadın	66	28,4
	Artistik Cimnastik-Erkek	55	23,7
	Aerobik Cimnastik	50	21,6
	Trampolin Cimnastik	21	9,1
<b>Hakemlik brövesi</b>	Aday	44	19,0
	Bölge	54	23,3
	Milli	117	50,4
	Uluslararası	17	7,3
<b>Hakemlik süresi</b>	0-4	80	34,5
	5-9	66	28,4
	10-14	39	16,8
	15 üst	47	20,3

Tablo 3'te iş yaşamında mutluluğa ait betimsel istatistikler ve güvenilirlik katsayıları verilmiştir.

**Tablo 3.** İş yaşamında mutluluğa ait betimsel istatistikler ve güvenilirlik katsayıları

	n	Minimum	Maksimum	Ortalama	ss	Çarpıklık	Basıklık	Cronbach's Alpha
<b>YMYU</b>	232	2,00	5,00	4,19	0,57	-,633	1,108	,834
<b>YMDU</b>	232	2,00	5,00	4,25	0,61	-,860	1,449	,824
<b>DMYU</b>	232	1,00	3,80	1,57	0,66	1,117	0,881	,825
<b>DMDU</b>	232	1,00	4,20	1,83	0,72	,869	0,433	,848
<b>İş Yaşamında Mutluluk</b>	232	2,30	5,00	4,26	0,53	-,672	0,637	,923

Tablo 3'te iş yaşamında mutluluk ve alt boyut puanlarından elde edilen çarpıklık ve basıklık değerleri +3 ile -3 arasındadır. Normallik sağlandığı için analizler parametrik test teknikleri ile yapılmıştır. Güvenirlik katsayıları incelendiğinde ölçeğin bütünü için bu değer .92 olarak

hesaplanmıştır. Boyutlar açısından bakıldığında, Cronbach Alpha değerleri sırasıyla, .83, .82, .82, .84 olarak hesaplanmıştır.

Tablo 4'te iş yaşamında mutluluğun yaş değişkenine göre Anova testi sonuçları verilmiştir.

**Tablo 4.** İş yaşamında mutluluğun yaş değişkenine göre Anova testi sonuçları

Yaş	n	Ortalama	ss	F	p	İkili Karşılaştırma
YMYU	18-25	22	4,19	0,64	,544	,703
	26-33	67	4,15	0,61		
	34-41	89	4,26	0,55		
	42-49	42	4,13	0,55		
	50 ve üzeri	12	4,17	0,47		
YMDU	18-25	22	3,99	0,84	2,754	1<3
	26-33	67	4,19	0,58		2<3
	34-41	89	4,40	0,53		,029*
	42-49	42	4,22	0,60		
	50 ve üzeri	12	4,10	0,67		
DMYU	18-25	22	1,69	0,66	,372	,829
	26-33	67	1,61	0,73		
	34-41	89	1,53	0,60		
	42-49	42	1,53	0,70		
	50 ve üzeri	12	1,60	0,50		
DMDU	18-25	22	1,86	0,61	,108	,980
	26-33	67	1,85	0,70		
	34-41	89	1,83	0,75		
	42-49	42	1,78	0,84		
	50 ve üzeri	12	1,75	0,47		
İş Yaşamında Mutluluk	18-25	22	4,16	0,52	,649	,628
	26-33	67	4,22	0,55		
	34-41	89	4,32	0,52		
	42-49	42	4,26	0,55		
	50 ve üzeri	12	4,23	0,45		

\*p<0,05

Tablo 4'e göre katılımcıların YMDU alt faktör puanları ile yaşı arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir (p=0,029). Yapılan ikili karşılaştırma testine göre 34-41 yaş arasının ortalaması 26-33 ile 18-25 yaş arasına göre anlamlı şekilde daha büyüktür.

Tablo 5'te iş yaşamında mutluluğun medeni durum değişkenine göre t-testi sonuçları verilmiştir.

**Tablo 5.** İş yaşamında mutluluğun medeni durum değişkenine göre t-testi sonuçları

Medeni durum	n	Ortalama	ss	t	p	
YMYU	Bekar	99	4,20	0,56	,159	,874
	Evli	133	4,19	0,58		
YMDU	Bekar	99	4,15	0,64	-2,181	,030*
	Evli	133	4,33	0,58		
DMYU	Bekar	99	1,55	0,58	-,482	,631
	Evli	133	1,59	0,71		
DMDU	Bekar	99	1,78	0,64	-,925	,356
	Evli	133	1,86	0,78		
İş Yaşamında Mutluluk	Bekar	99	4,26	0,50	-,113	,910
	Evli	133	4,27	0,55		

\*p<0,05

Tablo 5'e göre katılımcıların YMDU alt faktör puanları ile medeni durumları arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ( $p=0,030$ ). Evlilerin ortalaması anlamlı şekilde daha büyüktür.

Tablo 6'da iş yaşamında mutluluğun cimnastik branşında sporculuk geçmişi olma durumu değişkenine göre t-testi sonuçları verilmiştir.

**Tablo 6.** İş yaşamında mutluluğun cimnastik branşında sporculuk geçmişi olma durumu değişkenine göre t-testi sonuçları

Sporculuk geçmişi		n	Ortalama	ss	t	p
YMYU	Evet	187	4,19	0,58	-,032	,974
	Hayır	45	4,20	0,54		
YMDU	Evet	187	4,26	0,62	,634	,527
	Hayır	45	4,20	0,57		
DMYU	Evet	187	1,61	0,68	2,009	,048*
	Hayır	45	1,42	0,52		
DMDU	Evet	187	1,85	0,73	,826	,410
	Hayır	45	1,75	0,68		
İş Yaşamında Mutluluk	Evet	187	4,25	0,54	-,636	,525
	Hayır	45	4,31	0,47		

\* $p<0,05$

Tablo 6'ya göre katılımcıların DMYU alt faktör puanları ile sporculuk geçmişleri arasında anlamlı farklılık vardır ( $p=0,048$ ). Sporculuk geçmişi olanların ortalaması anlamlı şekilde daha büyüktür.

Tablo 7'de iş yaşamında mutluluğun antrenörlük süresi değişkenine göre Anova testi sonuçları verilmiştir.

**Tablo 7.** İş yaşamında mutluluğun antrenörlük süresi değişkenine göre Anova testi sonuçları

Antrenörlük süresi		n	Ortalama	ss	F	p	İkili Karşılaştırma
YMYU	0-4	23	4,22	0,64	2,821	,040*	2>3
	5-9	65	4,33	0,54			
	10-14	65	4,04	0,58			
	15 üst	79	4,20	0,54			
YMDU	0-4	23	4,05	0,82	2,701	,046*	1<2 2>3
	5-9	65	4,40	0,51			
	10-14	65	4,15	0,62			
	15 üst	79	4,27	0,58			
DMYU	0-4	23	1,68	0,68	1,706	,167	
	5-9	65	1,42	0,63			
	10-14	65	1,63	0,66			
	15 üst	79	1,62	0,66			
DMDU	0-4	23	1,80	0,64	0,550	,649	
	5-9	65	1,77	0,69			
	10-14	65	1,92	0,73			
	15 üst	79	1,80	0,77			
İş Yaşamında Mutluluk	0-4	23	4,20	0,53	2,092	,102	
	5-9	65	4,38	0,48			
	10-14	65	4,16	0,55			
	15 üst	79	4,26	0,53			

\* $p<0,05$

Tablo 7'ye göre katılımcıların YMYU alt faktör puanları ( $p=0,040$ ) ve YMDU alt faktör puanları ( $p=0,046$ ) ile antrenörlük süreleri arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Yapılan

ikili karşılaştırma testine göre 5-9 yıl antrenörlük süresi olanların ortalaması 10-14 yıl arasındakilere göre anlamlı şekilde daha büyüktür.

Tablo 8’de iş yaşamında mutluluğun ekonomik düzey değişkenine göre Anova testi sonuçları verilmiştir.

**Tablo 8.** İş yaşamında mutluluğun ekonomik düzey değişkenine göre Anova testi sonuçları

Ekonomik düzey		n	Ortalama	Ss	F	p	İkili Karşılaştırma
YMYU	Alt	17	3,96	0,71	4,760	,003*	1<4
	Orta-Alt	44	4,10	0,57			2<4
	Orta	105	4,14	0,53			3<4
	Orta-Üst-Üst	66	4,40	0,55			
YMDU	Alt	17	4,07	0,67	4,776	,003*	1<4
	Orta-Alt	44	4,12	0,58			2<4
	Orta	105	4,19	0,60			3<4
	Orta-Üst-Üst	66	4,48	0,57			
DMYU	Alt	17	1,52	0,63	5,047	,002*	2>3
	Orta-Alt	44	1,85	0,72			2>4
	Orta	105	1,59	0,66			3>4
	Orta-Üst-Üst	66	1,37	0,54			
DMDU	Alt	17	1,76	0,80	4,980	,002*	1>4
	Orta-Alt	44	2,14	0,83			2>3
	Orta	105	1,84	0,66			2>4
	Orta-Üst-Üst	66	1,61	0,67			3>4
İş Yaşamında Mutluluk	Alt	17	4,19	0,63	6,485	,000*	1<4
	Orta-Alt	44	4,06	0,52			2<4
	Orta	105	4,22	0,50			3<4
	Orta-Üst-Üst	66	4,48	0,49			

\*p<0,05

Tablo 8’e göre katılımcıların YMYU alt faktör puanları (p=0,003), YMDU alt faktör puanları (p=0,003), DMDU alt faktör puanları (p=0,002) ve toplam ölçek puanları (p=0,000) ile ekonomik düzeyleri arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Ekonomik düzeyi orta-üst ya da üst olan bireylerin ortalaması en yüksek iken gelir düzeyi azaldıkça ortalama da azalmaktadır.

Tablo 8’de bireylerin DMYU alt faktör puanları (p=0,002) ile ekonomik düzeyleri arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Ekonomik düzeyi orta-alt olan bireylerin ortalaması en yüksek iken orta-üst ya da üst olanların en küçüktür.

## TARTIŞMA

Cimnastik antrenörü ve hakemi olarak görev yapan bireylerin iş yaşamında mutluluk seviyelerinin incelendiği bu araştırma sonucunda elde edilen bulgular bu bölümde yorumlanmış ve ilgili literatür ile desteklenmiştir. Araştırma sonucunda antrenör ve hakem olarak görev yapan bireylerin iş yaşamında mutluluk seviyelerinin yüksek düzeyde (Ort=4,26) olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Günümüzde cimnastik sporunda uluslararası müsabakalarda elde edilen büyük başarılarından dolayı cimnastik antrenörü ve hakemi olarak görev yapan bireylerin işlerini zevkle yaptıkları ve örgütsel mutluluk algılarının yüksek olduğu düşünülebilir. Literatürde araştırma sonuçları ile benzerlik gösteren sonuçlara da rastlanmıştır.

Bulut (2020) çalışmasında anaokulu, ilkokul, ortaokul ve liselerde görev yapan öğretmenlerin örgütsel mutluluk düzeylerinin yüksek olduğunu tespit etmiştir. Yine bir başka benzer çalışmada ise Çetin ve Polat (2019) öğretmenlerin örgütsel mutluluk algılarının genel olarak yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Diğer taraftan alan yazın incelendiğinde çalışma sonuçları ile farklılık gösteren birçok araştırma mevcuttur. Arslan (2018), Gürbüz (2020), Kuvvet (2019) araştırmalarında öğretmenlerin örgütsel mutluluk düzeylerinin orta seviyede olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Yapılan analizler neticesinde antrenör ve hakemlerin YMDU alt faktör puanları ile yaşları arasında anlamlı farklılığa rastlanmıştır ( $p=0,029$ ). 34-41 yaş arasındaki bireylerin ortalaması en yüksek iken 18-25 yaş arasındakilerin en küçüktür. Literatürdeki çalışmalarda yaş ile iş yaşamında mutluluğun doğru orantılı olduğu görülmektedir. Arar (2020) akademisyenler üzerine yaptığı çalışmasında 56 yaş ve üstünün, Düzgün (2016) ortaokulda görev yapan öğretmenler üzerine yaptığı çalışmasında 51 yaş ve üstünün iş yaşamında anlamlı derecede yüksek mutluluk seviyesine sahip olduğu sonucuna ulaşırken, Toker (2007) de İzmir'deki otel çalışanları üzerine yaptığı araştırmasında çalışmayla paralellik gösteren sonuçlar elde etmiştir. Diğer taraftan Luchman, Kaplan ve Dalal (2011) yaşa göre iş yerinde mutluluğun U şeklinde bir ilerleme gösterdiğini, 18-40 yaş arasında yüksek olan mutluluk seviyesinin 41-49 yaş arasında azaldığını, 50-72 yaş arasında tekrar baştaki yüksek seviyesine çıktığını tespit etmiştir. Bunun nedeni yaşın ilerlemesiyle birlikte bireylerin iş deneyimlerinin, başarılarının artması ve örgütte daha iyi pozisyonlarda çalışmaları olabilir. Bulut (2020) ise araştırmasında öğretmenlerin örgütsel mutluluk düzeylerini belirlemede yaş değişkeni yönünden farklılaşma olmadığı sonucuna ulaşmıştır.

Mevcut çalışmada katılımcıların YMDU alt faktör puanları ile medeni durumları arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ( $p=0,030$ ). Evli bireylerin ortalaması anlamlı şekilde daha büyüktür. Bunun nedeni bireyin sosyal bir varlık olması ve özellikle ailesi ile dâhil olduğu çeşitli sosyal gruplar sayesinde daha huzurlu ve mutlu hissetmesi olabilir. Literatürde araştırma sonuçları ile farklılaşan sonuçlarada rastlanmıştır. Bilgiç (1998), Kara (2010), Toker (2007) yapmış oldukları çalışma sonuçlarında medeni durum değişkenine göre iş yaşamında mutluluk düzeyinde anlamlı farklılığa ulaşmamışlardır. Ayrıca Öner (2019) çalışmasında evli olmayan otomotiv sektörü çalışanlarının mutluluk düzeyinin evlilere göre anlamlı bir şekilde fazla olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Antrenör ve hakem olarak görev yapan bireylerin DMYU alt faktör puanları ile sporculuk geçmişi durumu arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ( $p=0,048$ ). Sporculuk geçmişi olan bireylerin ortalaması anlamlı şekilde daha büyüktür. Bunun nedeni çok uzun saatler spor salonunda çalışmaları nedeniyle özel yaşamlarına yeteri kadar vakit ayıramamaları ve sporculuk dönemlerinde geçirmiş oldukları sakatlıklar olarak düşünülebilir. Warr (2013), çalışmasında bireysel deneyimlerin de iş yaşamında mutluluk için önemli olduğu sonucuna ulaşmıştır. Ancak alan yazında antrenör ve hakemlerin iş yaşamında mutluluğunu sporculuk geçmişi olma durumuna göre inceleyen çalışmaların sayısının az olması mevcut araştırmayla karşılaştırma yapmayı güçleştirmektedir.

Yapılan analizler sonucunda YMYU alt faktör puanları ( $p=0,040$ ) ile antrenörlük süresi arasında anlamlı farklılığa rastlanmıştır ( $p<0,05$ ). Antrenörlük süresi 5-9 yıl arasındaki

bireylerin ortalaması 10-14 yıl arasındakilere göre anlamlı şekilde daha büyüktür. Bulut (2015), Çetin ve Polat (2019)'ın çalışmalarındaki öğretmenlerin kıdem yılı arttıkça mutluluk düzeylerinde düşüş olduğu bulgusu çalışmamızın sonucu ile örtüşürken, Arar (2020), Düzgün (2016), Kara (2010) ve Korkut (2019)'un mesleki kıdem yükseldikçe mutluluk seviyesinin de yükseleceği araştırma sonucu mevcut çalışma ile farklılık göstermektedir. Bu durum mesleğinde belirli bir deneyim elde etmiş kişilerin daha üretken olabildikleri ve zorluklara daha kolay göğüs gerebildikleri ile açıklanabilir. Diğer yandan Bulut (2020), Kuvvet (2019), Özgenel ve Bozkurt (2020)'un araştırma bulgularında öğretmenlerin örgütsel mutluluk düzeylerinin çalışma sürelerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği görülmektedir.

Mevcut çalışmada bireylerin YMYU alt faktör puanları ( $p=0,003$ ), YMDU alt faktör puanları ( $p=0,003$ ), DMDU alt faktör puanları ( $p=0,002$ ) ve toplam ölçek puanları ( $p=0,000$ ) ile gelir düzeyleri arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Geliri orta-üst ya da üst olanların ortalaması diğer gruptakilere göre anlamlı şekilde daha büyüktür. Bu durum yüksek gelirli bireylerin, daha iyi bir yaşam kalitesine sahip olmaları ile açıklanabilir. Gelir düzeyinin bireyin ekonomik özgürlüğünü, satın alma gücünü etkilediği ve toplum içerisindeki statüsünü de belirlediği söylenebilir. Ayrıca, çalışanlar aldıkları ücrete dayanarak, örgütün kendileri hakkında ne düşündüğünü de tahmin edebilirler (Özkalp ve Kırıl, 2018). Güner ve Bozkurt (2017), Linz ve Semykina (2012) işyerindeki mutluluk nedenleri içinde ödül ve primlerin de yer aldığına dikkat çekerken, Kahneman ve Deaton (2010), Keser (2018), McBride (2010), Turan (2020) araştırmalarında çalışanlara ödenen ücretin çalışanların mutlulukları üzerinde çok büyük bir etkisi olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Bu sonuçlar mevcut çalışmanın bulgularıyla paralellik gösterirken Çirkin ve Göksel (2016), Kara (2010) çalışmalarında iş yaşamında mutluluğun gelir seviyesine göre farklılık göstermediği sonucuna ulaşmışlardır. Yapılan analizler neticesinde bireylerin DMYU alt faktör puanları ( $p=0,002$ ) ile ekonomik düzeyleri arasında anlamlı farklılığa rastlanmıştır. Ekonomik düzeyi orta-alt olan bireylerin ortalaması en yüksek iken orta-üst ya da üstlerin en düşüktür. Bülbül ve Güray (2011)'ın araştırmasında düşük gelire sahip erkeklerin orta-üst mutluluk seviyesine sahip olduğu tespiti mevcut çalışmanın sonucu ile farklılık göstermektedir.

## SONUÇ

Hedeflenen başarıların gerçekleşmesi için iş yaşamında bireyi harekete geçiren güdülerin örgüt tarafından dikkate alınması ve ona göre çalışmalar yapılması gereklidir (Keser, 2019). Bu nedenle örgütlere önemli görevler düşmektedir. Bu çalışmanın spor federasyonlarına, spor kulüplerine, spor yöneticilerine, antrenör ve hakemlere iş yaşamında mutluluk konusunda farkındalık yaratabileceği söylenebilir.

Sporun temel taşı olan antrenör ve hakemlerin iş yaşamında mutluluk düzeyleri spor branşlarında amaçlanan başarılarla ulaşmak için önemsenmesi gereken bir konudur. Yapılan araştırma sonucunda, antrenör ve hakemlerin iş yaşamında mutluluk düzeylerine ilişkin literatürde herhangi bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Bu nedenle çalışmanın sonuçlarının alan yazının zenginleşmesine katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Sonuç olarak sporcularının Dünya ve Avrupa Şampiyonlukları ile popülerliği her geçen gün artan cimnastik branşında antrenör ve hakem olarak görev yapan bireylerin iş yaşamında mutluluk seviyelerinin yüksek düzeyde (Ort=4,26) olduğu ve bunun yaş, medeni durum, cimnastik branşında sporculuk geçmişi, antrenörlük süresi, ekonomik düzey açısından anlamlı şekilde farklılaştığı tespit edilmiştir. Son yıllarda cimnastik branşındaki sporcular uluslararası cimnastik literatüründe tescillenen hareketleri, Dünya ve Avrupa Şampiyonlukları ile dünya cimnastik platformunda var olduklarını göstermişlerdir. Bu nedenle yaşamlarının büyük bir kısmını cimnastik salonunda geçiren, işlerine kalplerini koyan cimnastik antrenörü ve hakemlerinin iş yaşamında mutlu, huzurlu, istekli, performansları ve üretkenliklerinin yüksek olduğu söylenebilir.

## ÖNERİLER

Günümüzde Türk cimnastiği en büyük spor organizasyonlarında artarak devam eden başarıları sayesinde dünyada cimnastik sporunda en iyiler arasında yer almaktadır. Buna rağmen cimnastik antrenörü ve hakemleri üzerine ulusal literatürde çok az çalışma mevcuttur. Bu nedenle cimnastik sporu ile ilgili daha fazla bilimsel çalışmanın yapılması önerilebilir.

Farklı evren ve örneklemeler seçilerek araştırma sonuçlarının genellenebilirliği artırılabilir. İleride yapılacak çalışmalarda nitel veya karma veri toplama teknikleri kullanılarak daha ayrıntılı sonuçlar elde edilebilir.

**Yayın Etiği:** Bu çalışmanın hazırlanma ve 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. Alıntılama yapılan araştırmalara atıf yapılarak etik kurallara riayet edilmiştir.

**Çıkar Çatışması:** Yazarlar arasında herhangi bir çıkar çatışması yoktur.

**Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı:** Birinci yazar olan Banu GÜNDOĞAN araştırmanın giriş, yöntem, istatistik analizleri ve bulgular kısmında etkin rol oynamıştır. Her iki yazar araştırmanın tartışma ve sonuç kısmını birlikte tamamlamışlardır.



## KAYNAKLAR

- Arar, T. (2020). *Akademide iş yeri mutluluğu ile performans arasındaki ilişkide iş yaşam dengesi ve duygusal zekanın rolü*. Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Kırıkkale.
- Akduman, G. ve Hatipoğlu, Z. (2018). Mutluluk ve işe ilişkin duyuşsal iyilik algısına yönelik ülkeler bazında karşılaştırmalı bir araştırma. *Sosyal Bilimler Araştırma Dergisi*, 7(3), 154-172. <https://dergipark.org.tr/pub/ssrj/issue/38851/459956>.
- Arslan, Y. (2018). *Öğretmenlerin farklılıkların yönetimi yaklaşımına ilişkin algıları ile örgütsel mutluluk algıları arasındaki ilişki*. Kocaeli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Kocaeli.
- Bayram, N., Kuşdil, M.E., Aytaç, S. ve Bilgel, N. (2004). İşe ilişkin duyuşsal iyilik algısı ölçeğinin job-related affective well-being-JAWS Türkçe versiyonunun güvenilirlik çalışması. *Öneri Dergisi*, 6(22), 1-7. Doi: 10.14783/maruoneri.678469.
- Bilgiç, R. (1998). The relationship between job satisfaction and personal characteristics of turkish workers. *The Journal of Psychology*, 132(5), 549-557. <https://doi.org/10.1080/00223989809599287>.
- Bulut, A. (2015). *Ortaöğretim öğretmenlerinin örgütsel mutluluk algılarının incelenmesi: Bir norm çalışması*. Gaziantep Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Gaziantep.
- Bulut, A. (2020). *Eğitim kurumlarında yönetsel tarz ve örgütsel mutluluk arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Uşak Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü. Uşak.
- Bülbül, Ş. ve Giray, S. (2011). Analysis of the relationship structure between socio-demographic features and happiness sensation. *Ege Academic Review*, 11, 113-123. <https://dergipark.org.tr/pub/eab/issue/39895/473664>.
- Çetin, S. ve Polat, S. (2019). *Ortaokul öğretmenlerinin örgütsel mutluluk algılarının analizi*. 14. Uluslararası Eğitim Yönetimi Kongresi Tam Metin Bildiri Kitabı, Ankara.
- Çirkin, Z. ve Göksel, T. (2016). Mutluluk ve gelir. *Ankara Üniversitesi SBF Dergisi*, 71(2), 375-400. Doi: 10.1501/SBFder\_0000002397.
- DeCarlo, L.T. (1997). Kurtosis'in anlamı ve kullanımı üzerine. *Psikolojik Yöntemler*, 2(3), 292-307. <https://doi.org/10.1037/1082-989X.2.3.292>.
- Düzgün, O. (2016). *Ortaokulda görev yapmakta olan öğretmenlerin mutluluk düzeyleri ile sınıf yönetimi becerileri arasındaki ilişki*. Gaziosmanpaşa Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Tokat.
- Fisher, C.D. (2010). Happiness at work. *International Journal of Management Reviews*, 12(4), 384-412. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2370.2009.00270.x>.
- Gavin, J.H. & Mason, R.O. (2004). Erdemli organizasyon: iş yerinde mutluluğun değeri. *Örgütsel Dinamikler*, 33(4), 379-392. <https://doi.org/10.1016/j.orgdyn.2004.09.005>.
- Güner, F. ve Çetinkaya Bozkurt, Ö. (2017). Banka çalışanlarının işyerinde mutluluk ve mutsuzluk nedenleri üzerine keşif amaçlı bir araştırma. *Örgütsel Davranış Araştırmaları Dergisi*, 2(2), 85-105.
- Gürbüz, G. (2020). *Öğretmenlerin örgütsel mutluluk algıları ile örgütsel güven düzeyleri arasındaki ilişki*. Bahçeşehir Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. İstanbul.
- Kahneman, D. & Deaton, A. (2010). High income improves evaluation of life but not emotional well-being. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 107(38), 16489-16493. <https://doi.org/10.1073/pnas.1011492107>.
- Kalafatoğlu, Y. (2018). İşyerinde mutluluk. Tülay Turgut (Ed.), *Örgütsel Davranış içinde* (s. 266-268). İstanbul: Çağlayan.
- Kara, M.M. (2010). *İş tatmini ile mutluluk ve başarı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.

Gündoğan, B. ve Yetim, A.A. (2021). Cimnastik branşında antrenör ve hakem olarak görev yapan bireylerin iş yaşamındaki mutluluk seviyelerinin incelenmesi. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 5(1), 64-76.

- Van Katwyk, P.T., Fox, S., Spector, P.E. & Kelloway, E.K. (2000). Using the job-related affective well-being scale (JAWS) to investigate affective responses to work stressors. *Journal of Occupational Health Psychology*, 5(2), 219–230. <https://doi.org/10.1037/1076-8998.5.2.219>.
- Keser, A. ve Güler, B.K. (2016). *Çalışma psikolojisi*. İzmit: Umuttepe, s.231-243.
- Keser, A. (2018). İşte mutluluk araştırması. *Paradoks Ekonomi Sosyoloji ve Politika Dergisi*, 14(1),43-57. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/paradoks/issue/36230/355854>.
- Keser, A. (2019). *Çalışma yaşamında motivasyon*. 2. Baskı. İzmit: Umuttepe, s.36-89-91-105-151.
- Korkut, A. (2019). *Öğretmenlerin örgütsel mutluluk, örgütsel sinizm ve örgütsel adalet algılarının analizi*. İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Malatya.
- Kuvvet, A.B. (2019). *Okul müdürlerinin öğretim liderlikleri ile sınıf öğretmenlerinin örgütsel mutlulukları arasındaki ilişki*. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Ankara.
- Kjerulf, A. (2015). *Sabah 9'dan akşam 6'ya happy hour işyerinde nasıl mutlu olunur?* Can Yapalak (Çev.). İstanbul: Doğan Egmont, s.29-31.
- Linz, S.J. & Semykina, A. (2012). What makes workers happy? Anticipated rewards and job satisfaction. *Industrial Relations*, 51(4), 811-844. <https://doi.org/10.1111/j.1468-232X.2012.00702.x>.
- Luchman, J.N., Kaplan, S.A. & Dalal, R.S. (2011). Getting older and getting happier with work: An information-processing explanation. *Social Indicators Research*, 108(3), 535-552. Doi:10.1007/s11205-011-9892-8.
- McBride, M. (2010). Money, happiness and aspirations: An experimental study. *Journal of Economic Behavior & Organization*, 74, 262-276. <https://doi.org/10.1016/j.jebo.2010.03.002>.
- Öner, C. (2019). *İş yaşamında mutluluk, iş yaşam dengesi ve işe adanma ilişkisi*. Bahçeşehir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Özgenel, M. ve Bozkurt, B. (2020). Okul mutluluğunu yordayan bir faktör: Öğretmenlerin politik becerileri. *Turkish Journal of Educational Studies*, 7(2), 130-149. doi:10.33907/turkjes,701230.
- Özkalp, E. ve Kirel Ç. (2018). *Örgütsel Davranış*. 8. Baskı. Bursa: Ekin, s.116.
- Russell, B. (2018). *Mutlu olma sanatı*. 7. Baskı. Yunus Sağlamtürk (Çev.). Ankara: Say, s.162.
- Shahar, T.B. (2008). *Daha mutlu yaşamak*. Bülent Akat (Çev.). Ankara: Elma.
- Solmuş, T. (2007). *Endüstriyel klinik psikoloji ve insan kaynakları yönetimi*. İstanbul: Beta.
- Solmuş, T. (2008). *İş ve özel yaşama psikolojik bakışlar*. İstanbul: Epsilon.
- Sönmez, V. ve Alacapınar, F.G. (2019). *Örneklendirilmiş bilimsel araştırma yöntemleri*. 7. Baskı. Ankara: Anı.
- Toker, B. (2007). Demografik değişkenlerin iş tatminine etkileri: İzmir'deki beş ve dört yıldızlı otellere yönelik bir uygulama. *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, 8(1), 92-107. Doi:10.31671/dogus.2019.245.
- Turan, N. (2020). Çalışma mutluluğu düzeyi ve algısı: Özel sektör avukatları üzerine bir araştırma. *İş ve İnsan Dergisi*, 7(1), 89-104. doi:10.18394/iid.553308.
- Warr, P. (2013). Sources of happiness and unhappiness in the workplace: A combined perspective. *Journal of Work and Organizational Psychology*, 29, 99-106. <https://psycnet.apa.org/doi/10.5093/tr2013a>.



Bu eser **Creative Commons Atıf-Gayri Ticari 4.0 Uluslararası Lisansı** ile lisanslanmıştır.



## Sporda Pozisyonel Rekabet Ölçeği: Futbolcular Üzerinde Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması

Mehmet Haşim AKGÜL<sup>1</sup> , Ahmet Yavuz KARAFİL<sup>1\*</sup> 

<sup>1</sup> Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi.

### Öz

Gönderi Tarihi: 03.06.2021

Kabul Tarihi: 30.06.2021

DOI: 10.30769/usbd.947475

Online Yayın Tarihi: 30.06.2021

### Öz

Bu çalışmanın amacı, Harenberg, Riemer, Dorsch, Karreman ve Paradis (2019) tarafından geliştirilen Sporda Pozisyonel Rekabet Ölçeğinin futbolculara yönelik geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasının yapılmasıdır. Araştırmanın çalışma grubunu, profesyonel ve amatör düzeyde futbol oynayan toplam 235 sporcu oluşturmaktadır. Ölçeğe uyarlama sürecinde dil geçerliliği, doğrulayıcı faktör analizi, iraksak, yakınsak geçerlilik, madde analizi, Cr ve Cronbach Alpha iç tutarlılık yöntemleri uygulanmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi işlemi sonrası elde edilen uyum değerlerinin literatürde yer alan uyum değerleri ile uygunluk gösterdiği sonucuna varılmıştır. Iraksak ve yakınsak geçerlilik için Ave,  $\sqrt{\text{Ave}}$ , Msv, ve Asv değerlerinden uygun sonuçlar elde edilmiştir. Veri toplama aracının güvenilirlik değerlerini ölçmek için Ölçeğe ait cronbach alpha katsayısı .921 olarak tespit edilmiştir. Ölçeğin alt faktörlerine ilişkin güvenilirlik katsayısı .866 ile .778 arasında değişiklik göstermiştir. Birleşik güvenilirlik değeri ise (CR) .87 ile .71 arasında değişmektedir. Madde analizi testi sonuçlarına göre, madde toplam korelasyonu .707 ile .472 arasında değişim göstermiştir. Ayrıca maddeler açısından alt %27 ve üst %27 gruplarının değerlendirilmesi sonucunda anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Araştırmada açıklanan toplam varyans değeri 7 faktörlü yapıda % 72,456 olarak bulunmuştur. Sonuç olarak; uyarlama çalışması yapılan ölçeğin, geçerli ve güvenilir bir yapıda olduğu ve diğer araştırmacılar tarafından kullanıma uygun olduğu söylenebilir.

**Anahtar kelimeler:** Ölçek uyarlama, pozisyonel rekabet, spor

## Positional Competition in Sports Questionnaire: A Validity and Reliability Study on Footballers

### Abstract

The purpose of this study was to conduct a validity and reliability study of the Positional Competition in Sports Scale which was developed by Harenberg Harenberg, Riemer, Dorsch, Karreman and Paradis (2019), for football players. The study group comprised a total of 235 sporters playing football at professional and amateur level. In the scale adaptation process the language validity, confirmatory factor analysis, divergent and convergent validity, item analysis, Cr and Cronbach's Alpha internal consistency methods were used. The fit values obtained after the confirmatory factor analysis process were in agreement with the fit values in the literature. Appropriate results were obtained from the values Ave,  $\sqrt{\text{Ave}}$ , Msv and Asv for the divergent and convergent validity. In order to measure the reliability values of the data collection tool, the Cronbach's Alpha coefficient of the scale was found to be .921. The reliability coefficient regarding the sub-factors of the scale ranged from .866 to .778. The combined reliability value (CR) ranged from .87 to .71. According to the item analysis test results the total item correlation ranged from .707 to .472. In addition as a result of evaluating the lower 27% and upper 27% groups in terms of the items, significant differences were determined ( $p<0.05$ ). In the study the total variance value explained was found to be 72.456% in a seven-factor structure. As a consequence; it is possible to state that the scale whose adaptation study was conducted, has a valid and reliable structure and is suitable for use by other researchers.

**Keywords:** Scale adaptation, positional competition, sports

\* Sorumlu yazar: Ahmet Yavuz KARAFİL E-mail adresi: [aykarafil@mehmetakif.edu.tr](mailto:aykarafil@mehmetakif.edu.tr)

## GİRİŞ

İçerisinde yaşadığımız yüzyılda spor, insan faaliyetlerini şekillendiren bir toplumsal alana dönüşmüştür. Bu toplumsal alan Eco' nun ifadesiyle “*spor insandır, spor toplumdur*” (Trifonas, 2004) şeklinde ifade edilmektedir. Sporun bir toplumsal alan oluşturması beraberinde diğer toplumsal kurumlarla kaçınılmaz bir ilişkiyi meydana getirmiştir. Ayrıca bu ilişki yeni toplumsal sektörlerin de ortaya çıkmasına sebep olmuştur. Böylece spor ekonomiden siyasete, siyasetten dine, dinden uluslararası ilişkilere kadar çok çeşitli toplumsal alanların önemli bir bileşeni durumuna gelmiştir. Spor alanının bu gelişim süreci dünyada yaşanan toplumsal değişmelerden bağımsız değildir. Çünkü spor tarihi bir nevi toplumların tarihidir. Spor tarihinin verilerine baktığımızda özellikle geleneksel dönemde sportif faaliyetler, belirli bir zümrenin uhdesinde sergilenen bir aktivite alanına karşılık gelirken, günümüzde ise spor herkes için olmuştur (Amman, 2000). Herkes için olan spor hem bireysel hem de toplumsal bir ilgi alanı yaratırken, aynı zamanda bir toplumsal kurum olarak dünyanın en küresel olgusu olmuştur (Boniface, 2007).

Sporun küresel bir olgu olmasının çeşitli sebepleri vardır; ancak sporun küreselleşmesi konusunda spor ekonomisine ayrı bir parantez açmak gerekmektedir. Çünkü profesyonelleşme ile birlikte spor, oyun olma özelliğinden çıkarak ekonomik düzeyde işleyen bir alana evrilmiştir (Papatya ve Geniş 2013; Talimciler, 2008). Bu sebeple spor hem uluslararası ölçekte hem de ulusların kendi içlerinde önemli bir ekonomik rekabet aracı durumuna gelmiştir. Bu ekonomik rekabet süreci ulusların ve spor kulüplerinin birbirine üstünlük kurma ve prestij kazanma gibi sebeplerle birlikte aynı zamanda medya, reklam, sponsorluk gibi faaliyetlerin de önem kazanmasıyla adeta çığ gibi büyümüştür. Bu büyüyen yeni ekonomik alanda futbol, daha hızlı ticarileşme ve endüstriyelleşme süreci göstererek diğer branşlarla kıyaslandığında spor ekonomisinin büyümesine öncülük etmiştir. Netice itibariyle genel anlamda sporun özel anlamda futbolun ekonomik bir alana dönüşerek bir rekabet aracı haline gelmesi geçmişten günümüze birçok akademik çalışmanın konusu olmuştur (Andreff ve Bourg 2006; Dobson ve Goddard, 2001; Sloane, 1971; Szymanski, 2010; Van Der Burg, 2020).

Rekabet kavramı spor alanında genel olarak ekonomi ile ilişkilendirilse de, farklı sebeplerle de sporun ayrılmaz bir parçasıdır. Bu nedenle spor alanı içerisinde rekabete sıklıkla rastlanmaktadır. Esasen spor organizasyonları kendi içerisinde rekabetçi etkinlikleri barındırır (Harenberg, Harenberg, Riemer, Dorsch, Karreman ve Paradis, 2019) Spor bağlamında kaçınılmaz olan rekabet, yukarıda ifade ettiğimiz şekliyle ekonomik nedenlerle olabileceği gibi aynı zamanda rakip takımlara veya sporculara karşı performanstaki mükemmelliği sergileme sebebiyle de olabilir. Neticede modern sporun amacı karşı tarafta bulunan rakibe her anlamda üstünlük sağlamaktır. Bununla birlikte bir diğer önemli husus ise rekabetin sadece farklı takımlar arasında olan bir süreç değil aynı zamanda aynı takım içerisindeki sporcular ve bireysel sporlarla uğraşan kişiler arasında da gerçekleşmesidir (Rees ve Segal, 1984).

Sporda rekabet kendini çeşitli şekillerde gösterir. İnsanlar hem içsel hem de dışsal, araçsal ve duygusal olmak üzere farklı nedenlerle sporda rekabete girebilirler (Harenberg vd., 2019). Örneğin, Deutsch (2000) rekabetin verdiği haz için arkadaşlar arasında haftalık oynanan bir

tenis maçı veya karşılıklı zevk vermenin yanı sıra ekonomik getirisi olan bir faaliyete katılımın bu süreçte itici bir güç olduğunu ifade etmektedir. İlaveten profesyonel bir koşucu, yalnızca kazanmak ve bununla ilişkili finansal ödüller için rekabet içeren bir koşuya katılabilir. Bu rekabet sürecinin nedeni, diğerlerine kıyasla performanstaki mükemmelliği sergilemek ve bundan çeşitli ödüller (haz veya ekonomik ödül) kazanmaktır (Stanne, Johnson ve Johnson, 1999).

Sporda rekabet ile ilgili konuların ele alındığı literatür incelendiğinde, yukarıda ifade edildiği gibi rekabetin sıklıkla ekonomi ile ilişkilendirildiği görülmektedir. Bu araştırma sporda rekabeti farklı bir boyutuyla; yani takım içi pozisyonel rekabeti incelemeyi sağlayabileceği için önem arz etmektedir. Pozisyonel rekabet, belirli bir pozisyonda aynı oyun süresi için yarışan takım arkadaşları arasında meydana gelen çok boyutlu (bilgi ve performansla ilgili yönler) devam eden grup sürecidir (Haranberg, Riemer, Karreman ve Dorsch, 2016). Takım içi rekabet sürecinin yaşandığı en belirgin alanlardan biri de futbol alanıdır. Özellikle profesyonel futbol takımlarında bu süreci gözlemleyebiliriz. Ortalama otuz sporcudan oluşan profesyonel futbol takımlarında her mevki için birden fazla sporcunun olması bu rekabet sürecini hızlandırmaktadır. Her oyuncu genel olarak hem haz duymak hem de daha fazla ekonomik gelir elde etmek için oynama eğilimi gösterir ancak; antrenörler hem kendisinin hem de takımın kazanması ve ayrıca prestij elde etmek için sahip olduğu sporcuların performanslarını değerlendirmek suretiyle sahaya ancak kazanma olasılığı yüksek olabilecek on bir sporcuyu çıkartmak zorundadır. Sahaya çıkan ekip içerisinde olma mücadelesi futbolcular arasında sezon boyunca kıyasıya devam eder. Bu nedenle mevcut çalışmanın amacı ilgili literatüre bağlı olarak Sporda Pozisyonel Rekabet Ölçeğinin futbol ve diğer branşlara uygulanabilmesini sağlamak ve Türk kültürüne uyarlanması gerçeğştirilmesidir.

## YÖNTEM

### İşlem

#### Çeviri Süreci

Harenberg vd., (2019) tarafından geliştirilen “Sporda Pozisyonel Rekabet Ölçeği”nin Türk diline uyarlanması için izlenen ilk aşama ölçeği geliştiren araştırmacılardan ölçeği uyarlamak için gerekli izin alınması olmuştur. Daha sonra “Sporda Pozisyonel Rekabet Ölçeği”nin İngilizce formu İngiliz dili ve edebiyatı bölümünden iki öğretim görevlisi tarafından Türkçe’ye çevrilmiştir. Çeviri işlemi yapıldıktan sonra spor bilimlerinin ölçek uyarlama ve ölçek geliştirme alanlarındaki uzmanların görüşleri alınarak soru maddelerinin değerlendirilmesi yapılmıştır. Kapsam geçerliliği sonuçlarının değerlendirilmesi için 6 uzman görüşü alınmıştır. Kapsam geçerliliği değerlendirmesi için Davis tekniği kullanılmıştır. Bu teknik maddenin özelliği temsil ettiği veya temsil edip biraz düzeltilmesi gerekli olan soruların toplamının uzman sayısına bölünerek bir sonuca ulaşılmasını ifade eder. İlgili araştırmada bu sonucun ,80 den büyük olması maddenin kapsam geçerliliği açısından uygun olduğu sonucunu vermektedir (Davis,1992). Soruların kapsam geçerliliği için elde edilen değer ,91 olarak bulunmuştur. Elde

edilen değerler literatürdeki değerden daha büyük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Uzman görüşleri alındıktan sonra, ölçek maddeleri alan dışı 2 İngilizce dil bilimci tarafından orijinal dile geri çevrilmiştir. Yapılan geri çeviri işlemi sonucunda, ölçeğin orijinal dili ile çevirisinin birbirine oldukça yakın olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ölçeğin gerçekleştirilen pilot uygulama sonrasında cevaplandırma süresinin yaklaşık olarak 5 dakika olduğu tespit edilmiştir. Yapılan pilot uygulamanın ardından anlaşılmayan ifadelerle yönelik gerekli düzeltme işlemleri yapılmıştır.

## Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubu cinsiyet, pozisyon, yaş ve spor yapma süresi açısından değerlendirilmiş ve toplam 235 futbolcu oluşturmaktadır. Araştırmada örneklem sayısının ölçme aracının madde sayısının en az 5 katı kadar olması araştırmacılar tarafından belirtilmiştir (Bryman ve Cramer, 2001; Tabachnick ve Fidell, 2015; Tavşancıl, 2006).

**Tablo 1.** Katılımcılara ilişkin kişisel bilgiler

Değişken		N	%
Cinsiyet	Kadın	58	24,7
	Erkek	177	75,3
Pozisyon	Kaleci	23	9,8
	Defans	54	23,0
	Orta saha	127	54,0
	Forvet	31	13,2
Yaş	16-18 yaş	60	25,5
	19-21 yaş	48	20,4
	22-24 yaş	77	32,8
	25 ve üzeri	50	21,3
Spor Süresi	1-4 yıl	46	19,6
	5-8 yıl	54	23,0
	9-12 yıl	41	17,4
	13 ve üzeri	94	40,0
	<b>Toplam</b>	<b>235</b>	<b>100</b>

## Veri Toplama Aracı

“Pozisyonel Rekabet Ölçeği” takım içerisinde aynı pozisyonda oynayan sporcuların kendini diğer sporcular ile kıyaslamasını ele almaktadır. Ölçek 25 sorudan oluşan ve 7 alt faktöre sahip 7 li likert tipi bir ölçektir (1= hiç katılmıyorum 7=Tamamen katılıyorum). Mevcut ölçeğe ait alt faktörler, gelişme çabası, takım arkadaşı desteği, takım arkadaşını desteklemek, iletişim, öz farkındalık, antrenörü tanıma ve antrenör tercihi olarak yer almaktadır. Geliştirilmesi dört aşamada gerçekleştirilmiştir (madde oluşturma, ön madde analizi, ölçek iyileştirme, geçerlilik ve güvenilirlik tahmini). Ölçeğin Cronbach Alpha katsayısı ,81 ve ,87 aralığında değişmekte ve birleşik güvenilirlik değeri (CR) ise ,75 ile ,90 arasında değerler almıştır. Mevcut ölçek, takım sporunda pozisyonel rekabeti değerlendirmek için geliştirilen yeni bir ölçektir (Harenberg vd., 2019).

## Verilerin Analizi

Araştırmada verilerin analizi sürecinde *dil geçerliliği* (orijinal ve çeviri dili arasındaki korelasyon) analiz edilmiştir. Ölçeğe ilişkin yapı geçerliliğini test etmek için *doğrulamalı faktör analizi* yöntemi kullanılmıştır. Ölçeğe ilişkin güvenilirlik değerlerinin hesaplanmasında *Cronbach Alpha*, *CR* ve *Madde Analizi* yöntemleri kullanılmıştır. Ayrıca ölçeğin aynı faktördeki sorularla uygunluğunu ölçmek için *benzeşim geçerliliği* ve farklı faktördeki sorulardan farklılaşma derecesini tespit etmek için *ayrışım geçerliliği* yöntemleri kullanılmıştır.

## BULGULAR

**Tablo 2.** Araştırmada kullanılan ölçeklere ilişkin tanımlayıcı istatistik verileri

Araştırmada Kullanılan Ölçek ve Alt Boyutları	N	Ort.	Ss.	Çarpıklık	Basıklık
1.Sporda Pozisyonel Rekabet Ölçeği	235	5,86	,854	-,236	-1,049
2.Gelişme Çabası	235	6,48	,671	-1,469	1,889
3.Takım Arkadaşı Desteği	235	5,28	1,525	-,707	-,361
4.Takım Arkadaşını Desteklemek	235	5,68	1,457	-,956	,045
5.İletişim	235	6,23	,919	-1,489	1,889
6.Öz Farkındalık	235	6,27	,877	-1,092	,336
7.Antrenörü Tanıma	235	5,93	1,075	-,886	,137
8.Antrenör Tercih	235	5,03	1,636	-,176	-1,334

Tablo 2'ye göre araştırmada kullanılan ölçeklere ait ortalama, standart sapma, çarpıklık ve basıklık gibi ait tanımlayıcı istatistik değerlerine yer verilmiştir. Elde edilen veri sonuçları ölçek ve alt boyutlarının normal dağılıma uygun olduğunu göstermektedir. (George ve Mallery, 2010).

**Tablo 3.** Araştırmada kullanılan ölçeğe ilişkin dilsel geçerlilik sonucu

Dil Değişkeni	1.Çeviri Dili	2.Orjinal Dil
Çeviri Dili N=15	1	,955
Orijinal Dil N=15	,955	1
Toplam N=30		

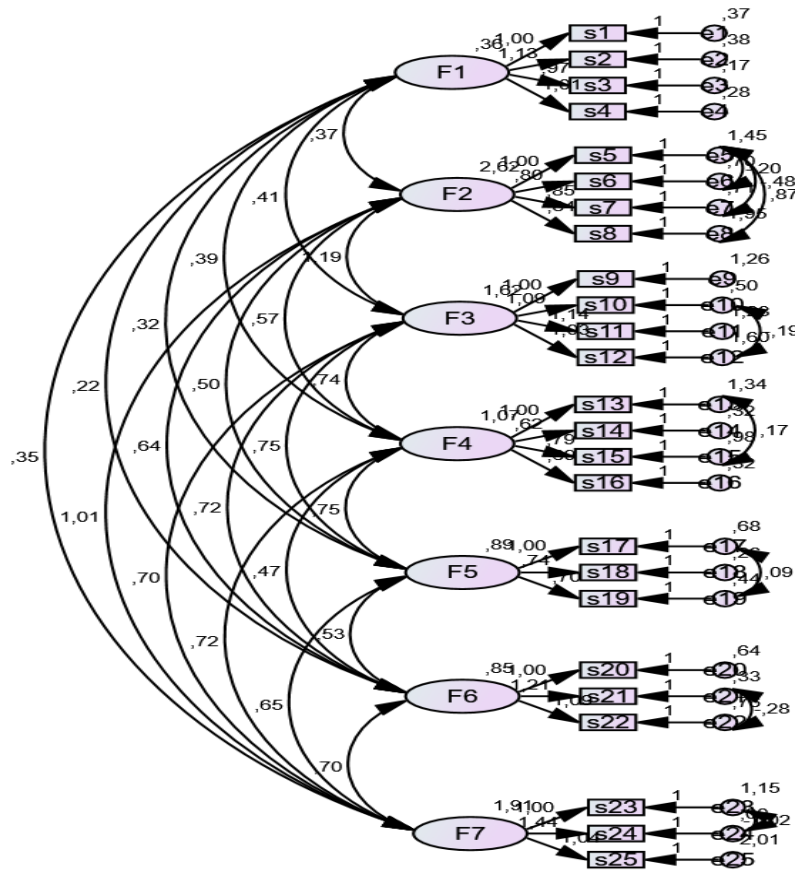
$p < 0,01$

Dil geçerliliği, çevirisi yapılmış ölçme aracının örneklem grubuna uygulanması ve orijinal dile sahip ölçeğin ise yabancı dile hâkim hedef gruba uygulanarak iki uygulama arasındaki ilişkinin sınanmasıdır. (Seçer, 2015). İki uygulama arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi için pearson korelasyon analizi işlem sonucunda  $r = ,70$  üzerinde olması dilsel geçerlilik açısından uygun sonuç olarak değerlendirilmektedir (Seçer, 2015). Araştırmada çeviri dili ve orijinal dil uygulamaları arasında elde edilen değer  $r = ,955$  olarak bulunmuş ve literatürde yer alan değer üzerinde olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

**Tablo 4.** Sporda başarı amacı ölçeğine ait uyum iyiliği değerleri

	X <sup>2</sup> /Df	RMSEA	GFI	TLI	CFI	IFI
Uyum İyiliği Değerleri	2,026	,066	,858	,904	,921	,923

Geliştirilen ölçeğin mevcut yapısını doğrulamak amacıyla doğrulayıcı faktör analizi işlemi uygulanmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi uygulaması Amos programı kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Doğrulayıcı faktör analizi, gözlenen değişkenler ile gizil değişkenler arasındaki ilişkiyi inceleyen bir yapısal eşitlik modelidir (Hoyle, 2012). Doğrulayıcı faktör analizinde ortaya çıkarılmış bir yapı vardır. Bu yapı, yeni elde edilen verilerle doğrulanıp doğrulanmadığı durumunun irdelenmesi amaç edinilir (Erkuş ve Selvi, 2019; Seçer, 2015). Tablo 4'e göre doğrulayıcı faktör analizi işlemi sonucunda elde edilen uyum iyiliği değerleri; Cmin/Df= 2,026, RMSEA= ,066, GFI=,854 CFI=,921, IFI= ,923 ve TLI= ,904 olarak bulunmuştur. Elde edilen bu değerler, ölçeğin yapısının doğrulandığını temsil etmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2015; Bayram, 2013).



**Şekil 1.** Doğrulayıcı Faktör Analizi: Birinci Düzey Çok Faktörlü Model



**Tablo 5.** Ölçeğe ait benzeşim ve ayrışım geçerliliği sonuçları

	<b>Madde</b>	<b>CR</b>	<b>AVE</b>	$\sqrt{\text{AVE}}$	<b>MSV</b>	<b>ASV</b>	<b>Cronbach Alpha</b>
<b>Gelişme Çabası</b>	Madde 1	,83	,56	,74	,26	0,15	,831
	Madde 2						
	Madde 3						
	Madde 4						
<b>Takım Arkadaşı Desteği</b>	Madde 5	,87	,64	,80	,29	,15	,866
	Madde 6						
	Madde 7						
	Madde 8						
<b>Takım Arkadaşını Desteklemek</b>	Madde 9	,86	,62	,78	,29	,20	,859
	Madde 10						
	Madde 11						
	Madde 12						
<b>İletişim</b>	Madde 13	,80	,507	,71	,38	,19	,778
	Madde 14						
	Madde 15						
	Madde 16						
<b>Öz Farkındalık</b>	Madde 17	,71	,57	,75	,38	,20	,802
	Madde 18						
	Madde 19						
<b>Antrenörü Tanıma</b>	Madde 20	,73	,64	,80	,30	,20	,803
	Madde 21						
	Madde 22						
<b>Antrenör Tercihi</b>	Madde 23	,76	,70	,83	,30	,18	,809
	Madde 24						
	Madde 25						

Tablo 5’te Sporda Pozisyonel Rekabet Ölçeği maddeleri arası güvenilirlik için CR ve Cronbach Alpha yöntemleri kullanılmıştır. Mevcut ölçeğe ait güvenilirlik değeri, cronbach alpha yöntemi kullanılarak sınanmıştır. Ölçeğe ait Cronbach Alpha katsayısı ,921 olarak tespit edilmiştir. Gelişme çabası ,831 takım arkadaşı desteği, ,866 takım arkadaşını desteklemek, ,859 iletişim ,778 öz farkındalık, ,802 antrenörü tanıma ,803 ve antrenör tercihi ,809 olarak bulunmuştur. Ölçeğin güvenilirliğini sınamak için yapılan bu yöntem ile elde edilen değerler, literatüre göre de ölçeğin güvenilirliği için yeterli olduğunu göstermektedir (Alpar 2010; Büyüköztürk 2015). Birleşim güvenilirliği olarak bilinen CR değerinin literatürde, 70 den büyük olması gerektiği belirtilmektedir (Gürbüz, 2019). Araştırmada elde edilen birleşim güvenilirliği değerleri ,87 ile, ,71 arasında değişim göstermiştir. Elde edilen değerler neticesinde ölçeğin güvenilir değerler aldığı görülmektedir. Araştırmada geçerlilik ile ilgili kullanılan bir diğer yöntem yakınsak ve ıraksak geçerliliğidir. Yakınsak (Birleşim) geçerliliği ölçekteki bir faktörde yer alan her bir sorunun aynı faktörlerde yer alan diğer sorularla olan ilişkisini tanımlamaktadır. Birleşim geçerliliğine ilişkin ölçütler  $AVE > .5$ ;  $CR > .7$  ve  $CR > AVE$  şeklindedir (Gürbüz, 2019; Yaşlıoğlu, 2017). İraksak geçerlik (Ayrışım) geçerliliği ise faktöre ait maddelerin kendi faktörü dışında yer alan maddelerle kendi faktörüne oranla daha az ilişki halinde olmasıdır (Sönmez Çakır, 2020). Ayrışım geçerliliği ölçütleri ise. 5;  $CR > .7$  ve  $CR > AVE$  olarak kabul edilmektedir (Gürbüz, 2019; Yaşlıoğlu, 2017). Elde edilen verilere göre birleşim ve ayrışım değerleri literatürde yer alan değerlerle uygunluk gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır.

**Tablo 6.** Madde analizi

	<b>Madde</b>	<b>Madde Korelasyonu</b>	<b>t</b> <b>Alt%27-Üst %27</b>
<b>Gelişme Çabası</b>	Madde 1	,509	-4,940
	Madde 2	,472	-6,692
	Madde 3	,502	-6,755
	Madde 4	,490	-6,124
<b>Takım Arkadaşı Desteği</b>	Madde 5	,613	-4,970
	Madde 6	,561	-5,141
	Madde 7	,539	-5,607
	Madde 8	,610	-6,195
<b>Takım Arkadaşını Desteklemek</b>	Madde 9	,591	-6,660
	Madde 10	,707	-9,413
	Madde 11	,636	-7,422
	Madde 12	,587	-6,805
<b>İletişim</b>	Madde 13	,525	-6,425
	Madde 14	,497	-6,256
	Madde 15	,498	-4,081
	Madde 16	,525	-6,431
<b>Öz Farkındalık</b>	Madde 17	,539	--6,112
	Madde 18	,582	-5,840
	Madde 19	,554	-5,809
<b>Antrenörü Tanıma</b>	Madde 20	,559	-6,000
	Madde 21	,640	-7,743
	Madde 22	,546	-4,374
<b>Antrenör Tercihi</b>	Madde 23	,575	-3,404
	Madde 24	,627	-5,359
	Madde 25	,524	-2,861

Tablo 6’da Sporda Pozisyonel Rekabet Ölçeği madde analizleri, madde toplam korelasyonuna ve %27 alt ve %27 üst grup maddeler arasındaki farka bakılarak anali edilmiştir. Madde toplam korelasyonu, test maddelerinden alınan puanlar ile testin toplam puanı arasındaki ilişkiyi açıklamaktadır (Büyüköztürk, 2015). Madde analizi tablosu incelendiğinde, Sporda Pozisyonel Rekabet Ölçeği madde toplam korelasyonu gelişme çabası ,509 ile ,472, faktör 2 takım arkadaşı desteği, ,613 ile ,539, faktör 3 takım arkadaşını destekleme ,707 ile ,587, faktör 4 iletişim ,525 ile ,497, faktör 5 öz farkındalık ,582 ile ,539 faktör 6 antrenörü tanıma ,640 ile ,546 ve faktör 7 antrenör tercihi ,627 ile , 524 arasında değerler almışlardır. Ayrıca alt %27 ve üst %27 grupların maddeler açısından değerlendirilmesi sonucunda anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Alt %27 ve üst %27’lik grupların madde ortalama puanları arasındaki farkların ilişkisiz t-testi kullanılarak sınanmasıdır. Gruplar arasında farkların anlamlı çıkması ( $p<0,05$ ) testin iç tutarlılığının bir göstergesi olarak değerlendirilir. Bir başka ifadeyle analiz sonuçları, maddelerin bireyleri ölçülen davranış bakımından ne derece ayırt ettiğini gösterir (Büyüköztürk, 2015).

**Tablo 7.** Sporda pozisyonel rekabet ölçeğine ait korelasyon değerleri

Ölçek ve Alt Faktörleri	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Sporda Pozisyonel Rekabet Ölçeği	1							
2. Gelişme Çabası	,637	1						
3. Takım Arkadaşı Desteği	,751	,368	1					
4. Takım Arkadaşını Desteklemek	,805	,464	,545	1				
5. İletişim	,694	,512	,318	,459	1			
6. Öz Farkındalık	,687	,459	,300	,480	,624	1		
7. Antrenörü Tanıma	,731	,360	,413	,544	,457	,518	1	
8. Antrenör Tercihi	,743	,351	,503	,424	,414	,451	,548	1

Tablo 7’de Sporda Pozisyonel Rekabet Ölçeği ve alt faktörleri arasında pozitif yönlü orta derecede anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir ( $p < 0,01$ ).

## TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmada Harenberg vd., (2019) tarafından geliştirilen Sporda Pozisyonel Rekabet Ölçeğini Türk kültürüne uyarlamak, geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasının yapılması amaçlanmıştır.

Ölçek geçerliliğine ilişkin yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda,  $C_{min}/Df = 2,026$ ,  $RMSEA = ,066$ ,  $CFI = ,921$ ,  $GFI = ,858$ ,  $IFI = ,923$  ve  $TLI = ,904$  olarak bulunmuştur. Bu sonuçlar, ölçeğin kabul edilebilir ve iyi uyum değerlerine sahip olduğuna işaret etmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2015; Bayram, 2013). Elde edilen uyum indeksleri ölçeğin birinci düzey çok faktörlü yapısını doğrulamaktadır. Alan yazında, birleşim geçerliliği için  $AVE > ,5$ ;  $CR > ,7$  ve  $CR > AVE$  olması, ayrışım geçerliliği için ise  $MSV < AVE$ ,  $ASV < AVE$  şeklinde değerlere sahip olması gerektiği önerilmektedir (Gürbüz, 2019). Bu bilgiler ışığında Sporda Pozisyonel Rekabet Ölçeğinin birleşim ve ayrışım geçerliliği için uygun sonuçlar elde edilmiştir. Ayrıca çeviri yapılan ölçek ve orijinal dil arasındaki ilişkinin esas alındığı dilsel geçerlilik uygulaması sonucunda Ölçeğin dilsel olarak geçerli olduğun sonucuna ulaşılmıştır.

Ölçeğin güvenilirlik analizinden elde edilen Cronbach Alpha katsayısı ,921 olarak tespit edilmiştir. Ölçeğin alt faktörlerine ilişkin güvenilirlik katsayısı, gelişme çabası ,831 takım arkadaşı desteği, ,866 takım arkadaşını desteklemek, ,859 iletişim ,778 öz farkındalık, ,802 antrenörü tanıma ,803 ve antrenör tercihi ,809 olarak bulunmuştur. Bu değerler ölçeğin yeterli güvenilirlikte olduğu sonucunu vermektedir. Ayrıca ölçeğin güvenilirliğini sınamak için uygulanan bir diğer yöntem birleşik güvenilirlik CR yöntemidir. Bu yöntemin sonuçları ,87 ile, ,71 arasında değişmektedir. CR değerinin literatürde ,70 den büyük olması gerektiği belirtilmektedir (Gürbüz, 2019; Yaşlıoğlu, 2017). Elde edilen bu sonuçlara göre ölçeğin güvenilir bir yapıda olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Uyarlaması yapılan mevcut ölçek, takım sporcularına yönelik olarak Pozisyonel Rekabeti Ölçmek amacı ile geliştirilmiştir. Futbolcular üzerinde yapılan çalışmada geçerlilik ve güvenilirlik açısından uygun sonuçlar alınmıştır. Sonuç olarak, Sporda Pozisyonel Rekabet Ölçeğinin diğer araştırmacılar tarafından kullanılabilir yapıda olduğu tespit edilmiştir.

Ayrıca ulusal literatürde sporda takım içi rekabetin ölçülebilmesine yönelik bir ölçme aracı olmadığı için, sporda takım içi rekabet ile ilgili yapılacak çeşitli araştırmalarda ulusal literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir. İlgili alanda çalışma yapacak araştırmacıların farklı spor branşları ve farklı mevkilerdeki sporcular arasında ölçeği değerlendirmeleri ve kuramsal bir temel çerçevesinde kavramsal ilişki kurarak farklı çalışmalar tasarlaması önerilmektedir.

**Yayın Etiği:** Bu çalışmanın hazırlanma ve 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.

**Çıkar Çatışması:** Herhangi bir çıkar çatışması yoktur

**Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı:** Araştırma Dizaynı-Mehmet Haşim Akgül, Ahmet Yavuz Karafil İstatistik analiz- Ahmet Yavuz Karafil; Makalenin hazırlanması- Mehmet Haşim Akgül, Ahmet Yavuz Karafil; Verilerin Toplanması- Mehmet Haşim Akgül, tarafından gerçekleştirilmiştir.

## KAYNAKLAR

- Alpar, R. (2010). *Spor, sağlık ve eğitim bilimlerinde örneklerle uygulamalı istatistik ve geçerlik-güvenilirlik*. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Amman, T. (2000). Spor Sosyolojisi. H. Can İkizler (Eds.), *Sporda sosyal bilimler*. İstanbul: Alfa Yayınları.
- Andreff, W. & Bourg, J.-F. (2006). Broadcasting rights and competition in European football. In C. Jeanrenaud & S. Kesenne (Eds.), *The economics of sport and the media* (pp. 37-70). Cheltenham, UK: Edward Elgar.
- Boniface, P. (2007). *Futbol ve Küreselleşme*. Çev. İsmail Yerguz. İstanbul: NTV Yayınları.
- Bryman, A. & Cramer, D. (2001). *Quantitative data analysis with SPSS release 10 for windows: A guide for social scientists*. London: Routledge.
- Büyüköztürk, Ş. (2015) *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı: istatistik, araştırma deseni spss uygulamaları ve yorum* (Genişletilmiş 21. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Çokluk, Ö. S., Şekercioğlu, G. & Büyüköztürk, S. (2012). *Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik: spss ve lisrel uygulamaları*. Ankara: Pegem Akademi.
- Davis L.L. (1992). Instrument review: Getting the most from a panel of experts. *Applied Nursing Research*, 5, s.194-197.
- Dobson, S., Goddard, J. A. & Dobson, S. (2001). *The economics of football* (Vol. 10). Cambridge: Cambridge University Press.
- Erkuş, A. ve Selvi, H. (2019). *Psikolojide ölçme ve ölçek geliştirme III: Ölçek uyarlama ve "Norm" geliştirme*. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- George, D. & Mallery, M. (2010). *SPSS for windows step by step: A simple guide and reference, 17.0 update* (10a ed.) Boston: Pearson.
- Gürbüz, S. (2019). *AMOS ile yapısal eşitlik modellemesi*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Harenberg, S., Riemer, H. A., Dorsch, K. D., Karreman, E. & Paradis, K. F. (2019). Advancement of a Conceptual Framework for Positional Competition in Sport: Development and Validation of the Positional Competition in Team Sports Questionnaire, *Journal of Applied Sport Psychology*, 33(3), s.321-342, doi: 10.1080/10413200.2019.1631903.
- Harenberg, S., Riemer, H., Karreman, E. & Dorsch, K. (2016). As iron sharpens iron? Athletes' perspectives of positional competition. *The Sport Psychologist*, 30(1), s.55-67. doi:10.1123/tsp.2014-013.
- Hoyle, R. H. (2012). *Handbook of structural equation modeling*. New York: The Guilford Press.
- Papatya, G. & Geniş, M. A. (2013). Futbol sadece bir "Oyun" mu? Futbol ekonomisi ve Uluslararası bahis şirketleri üzerine bir değerlendirme. *Finans Politik ve Ekonomik Yorumlar Dergisi*, 50(577), s.45-64.
- Rees, C. R. & Segal, M. W. (1984). Intragroup competition, equity, and interpersonal attraction. *Social Psychology Quarterly*, 47(4), s.328-336. doi.org/10.2307/3033635.
- Seçer, I. (2015). *Psikolojik test geliştirme ve uyarlama süreci: SPSS ve LISREL uygulamaları*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Sloane, P. J. (1971). Scottish journal of political economy: the economics of professional football: the football club as a utility maximiser. *Scottish journal of political economy*, 18(2), s.121-146. https://doi.org/10.1111/j.1467-9485.1971.tb00979.x.
- Sönmez Çakır, F. (2020). *Kısmi En Küçük Kareler Yapısal Eşitlik Modellemesi (Pls-Sem) Smartpls 3.2 Uygulamaları*. Ankara: Gazi Kitabevi.

Akgül, M.H. ve Karanfil, A.Y. (2021). Sporda pozisyonel rekabet ölçeği: futbolcular üzerinde geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 5(1) 77-90.

---

Stanne, M. B., Johnson, D. W. & Johnson, R. T. (1999). Does competition enhance or inhibit motor performance: A meta-analysis. *Psychological bulletin*, 125(1), 133. doi.org/10.1037/0033-2909.125.1.133.

Szymanski, S. (2010). *Football economics and policy*. Springer New York: Palgrave Macmillan Publishers Limited.

Tabachnick, G.B. & Fidel, S.L. (2015). *Çok değişkenli istatistiklerin kullanımı*, (Çev. Ed. Mustafa Baloğlu). Ankara: Nobel Yayıncılık.

Talimciler, A. (2008). Futbol değil iş: Endüstriyel futbol. *İletişim kuram ve araştırma dergisi*, 26, s.89-114.

Tavşancıl, E. (2006). *Tutumların ölçülmesi ve SPSS ile veri analizi*. (3. Baskı). Ankara: Nobel.

Trifonas, P.P. (2004). *Umberto Eco ve futbol*. (Çev. Derya Kömürcü), İstanbul: Everest Yayınları.

Van Der Burg, T. (2020). EU Competition law, football and national markets. *Managing Sport and Leisure*, 1-14. doi.org/10.1080/23750472.2020.1863851.

Yaşlıoğlu, M. M. (2017). Sosyal bilimlerde faktör analizi ve geçerlilik: Keşfedici ve doğrulayıcı faktör analizlerinin kullanılması. *İstanbul Üniversitesi İşletme Fakültesi Dergisi*, 46, s.74-85.



Bu eser **Creative Commons Atıf-Gayri Ticari 4.0 Uluslararası Lisansı** ile lisanslanmıştır.

### SPORDA POZİSYONEL REKABET ÖLÇEĞİ

<b>Sporda Pozisyonel Rekabet Ölçeği Maddeler</b>	<b>Kesinlikle Katılmıyorum</b>	<b>Oldukça Katılmıyorum</b>	<b>Biraz Katılmıyorum</b>	<b>Kararsızım</b>	<b>Biraz Katılıyorum</b>	<b>Oldukça Katılıyorum</b>	<b>Kesinlikle Katılıyorum</b>
1.Bir oyuncu olarak pozisyonumdaki sorumluluklarımı yerine getirmede ilerleme kaydederim	1	2	3	4	5	6	7
2.Daha iyi bir oyuncu olmak için kendime meydan okurum.	1	2	3	4	5	6	7
3.Pozisyonumdaki gerekli becerileri geliştirmek için kendimi zorlarım.	1	2	3	4	5	6	7
4.Bir oyuncu olarak zayıf yönlerimi geliştirmek için kendimi zorlarım.	1	2	3	4	5	6	7
5.Benim pozisyonumdaki takım arkadaşlarım, her gün yoğun çalışmam için beni zorlarlar.	1	2	3	4	5	6	7
6.Takımda aynı pozisyondaki arkadaşlarım gelişim gösterdiğim zaman beni cesaretlendirir.	1	2	3	4	5	6	7
7.Benim pozisyonumdaki takım arkadaşlarım, pozisyonumuzda iyi yaptığım işleri belirtirler.	1	2	3	4	5	6	7
8.Benim pozisyonumdaki takım arkadaşlarım bir oyuncu olarak beni zayıf yönlerim üzerinde çalışmaya zorlamaktadırlar.	1	2	3	4	5	6	7
9.Aynı pozisyonda oynadığım takım arkadaşlarıma rehberlik ederim.	1	2	3	4	5	6	7
10.Pozisyonumdaki takım arkadaşlarımı bekledikleri performans seviyelerinin ötesine geçmeleri için zorlarım.	1	2	3	4	5	6	7
11.Bir oyuncu olarak, pozisyonumdaki takım arkadaşlarımı zayıf yönleri üzerine çalışmaya zorlarım.	1	2	3	4	5	6	7
12.Pozisyonumuzda nasıl daha iyi olacakları üzerine takım arkadaşlarım ile konuşurum.	1	2	3	4	5	6	7
13.Pozisyonumda sürekli olarak takım arkadaşlarımın önünde olmaya çalışırım.	1	2	3	4	5	6	7
14.Pozisyonumdaki takım arkadaşlarımdan daha iyi performans göstermek için çalışırım.	1	2	3	4	5	6	7
15.Pozisyonumdaki takım arkadaşlarımdan daha iyi olduğumu göstermeye çalışırım.	1	2	3	4	5	6	7
16.Pozisyonumdaki takım arkadaşlarımdan daha iyi performans sergilemek için çalışırım.	1	2	3	4	5	6	7

17.Pozisyonumdaki takım arkadaşlarıma kıyasla ne kadar iyi performans sergilediğimi bilirim.	1	2	3	4	5	6	7
18.Pozisyonumdaki takım arkadaşlarıma göre neler yapabileceğimi bilirim	1	2	3	4	5	6	7
19.Pozisyonumdaki takım arkadaşlarıma kıyasla performansımın hangi aşamada olduğunu bilirim.	1	2	3	4	5	6	7
20.Antrenörüm pozisyonumda iyi performans sergilediğimi onaylar.	1	2	3	4	5	6	7
21.Oyuncu olarak üstün şekilde rekabet ettiğimi antrenörüm onaylar.	1	2	3	4	5	6	7
22.Antrenörüm pozisyonumda iyi oyun sergilediğimde bana iltifat eder.	1	2	3	4	5	6	7
23.Antrenörüm en tutarlı performans sergileyen oyuncularını seçmez.	1	2	3	4	5	6	7
24. Müsabakada en iyi performans gösteren oyuncular oynar.	1	2	3	4	5	6	7
25. Antrenörüm önceki performansa göre takımın başlangıç dizilişini seçer.	1	2	3	4	5	6	7





## Çok Amaçlı Rekreatif Spor Tesislerinde Hizmet Kalitesi ve Alt Boyut İlişkilerinin İncelenmesi

Oktay YİĞİT<sup>1\*</sup>, Eray YURTSEVEN<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi.

<sup>2</sup>İstanbul Üniversitesi, İstanbul Tıp Fakültesi.

### Orijinal Makale

Gönderi Tarihi: 07.05.2021

Kabul Tarihi: 30.06.2021

DOI: 10.30769/usbd.934487

Online Yayın Tarihi: 30.06.2021

### Öz

Araştırmanın amacı çok amaçlı rekreatif spor tesislerine üye olan bireylerin, tesislere yönelik hizmet kalitesi algılarının belirlenmesi ve tesis hizmet kalitesinin alt boyutları ile ilişkisinin araştırılmasıdır. Araştırmanın örneklemini, İstanbul ilinde bulunan 5 adet çok amaçlı rekreatif spor merkezine üye olan 208'i kadın 330' u erkek toplam 538 birey oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Lam, Zhang ve Jensen (2005) tarafından geliştirilen, Gürbüz, Kocak ve Lam (2005) tarafından Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılmış olan, Hizmet Kalitesi Değerlendirme Ölçeği (Service Quality Assessment Scale) ve araştırmacı tarafından hazırlanan sorulardan oluşan ölçek kullanılmıştır. Elde edilen veriler SPSS 24 programında istatistik olarak anlandırılmıştır. Hizmet kalitesi ve alt boyutlarına ilişkin betimleyici analizler, tanımlayıcı istatistik testi kullanılarak, hizmet kalitesi ve alt boyut ilişkileri ise veriler normal dağılım göstermediği için spearman rho korelasyon testi kullanılarak analiz edilmiştir. Araştırmanın sonucunda çok amaçlı rekreatif spor tesislerine üye olan bireylerin tesislerin fiziksel kaliteleri dışında hizmet kalitesi ve alt boyutlarından memnun olmadıkları gözlemlenmiştir. Hizmet kalitesi ve alt boyutları arasında pozitif yönlü ilişkiler gözlemlenmiş, en güçlü ilişkinin personel, program ve fiziksel tesis boyutlarıyla olduğu görülmüştür. Bu nedenle çok amaçlı rekreatif spor tesislerinde hizmet kalitesini artırmak için, fiziksel tesis kalitesi dışındaki diğer boyutlarda da hizmet kalitelerinin yükseltmesi gerektiği gözlemlenmiştir. Özellikle personel, program ve fiziksel tesis hizmet kalitelerinin toplam hizmet kalitesi algısında önemli bir yere sahip olduğu gözlemlendiğinden bu boyutların ön planda tutulması gerektiği düşünülmektedir.

**Anahtar kelimeler:** Rekreatif, Hizmet kalitesi, Rekreatif spor tesisleri.

## Examination of Service Quality and Sub-Dimension Relations in Multi-Purpose Recreational Sports Facilities

### Abstract

This study aims to determine the service quality perceptions of individuals who are members of multi-purpose recreational sports facilities and to investigate the relationship between the perceptions and the sub-dimensions of the facility service quality. The sample of the study, consists of a total of 538 individuals, including 208 women and 330 men, who are members of 5 multi-purpose recreational sports centers in Istanbul. As a data collection tool in the study, the Service Quality Assessment Scale developed by Lam, Zhang and Jensen (2005), of which the Turkish validity and reliability study was done by Gürbüz, Kocak and Lam (2005), and scale consisting of questions prepared by the researcher were used. The data obtained were statistically interpreted in the SPSS 24 program. Descriptive analyzes of service quality and its sub-dimensions were analyzed using descriptive statistics test, and service quality and sub-dimension relationships were analyzed using the spearman rho correlation test, since the data did not show normal distribution. The results of the study reveal that individuals who are members of multi-purpose recreational sports facilities are not satisfied with the service quality and sub-dimensions of the facilities, apart from the physical quality. Positive relationships were observed between service quality and its sub-dimensions, and the strongest relationship was observed with personnel, program, and physical facility dimensions. For this reason, it has been observed that in order to increase the service quality of multi-purpose recreational sports facilities, they should also increase their service quality in other dimensions other than the physical facility quality. Since it is observed that the service quality of personnel, program and physical facility has an important place in the perception of total service quality, it is thought that these dimensions should be kept in the foreground.

**Keywords:** Recreation, Service quality, Recreational sports facility.

\* Sorumlu Yazar: Oktay YİĞİT, E-posta: [oktay.yigit83@gmail.com](mailto:oktay.yigit83@gmail.com)

## GİRİŞ

Modern dünyada teknolojinin gelişmesiyle beraber insanların yaşamlarını kolaylaştıran bir takım yenilikler ortaya çıkmıştır. Bu yenilikler birçok fiziksel, mental, duygusal ve sosyal sorunları da beraberinde getirmiştir. Teknolojik gelişmeler bireylerin birbirine olan bağımlılığını azaltması nedeniyle sosyal problemlere sebep olmuştur. Aynı zamanda fiziksel olarak yapılan iş miktarını düşürmüş dolayısıyla fiziksel sorunların ortaya çıkmasına neden olmuştur. Makinelerle çalışmak mental problemlere yol açmış, çalışmalarda vardiyeli sistemler çalışanların aileleri ile görüşmelerini zorlaştırmış ve sonuç olarak da duygusal problemlere yol açmıştır (Gulam, 2016: 157). Bu nedenle bireylerin kendine ait serbest zamanlarında rekreasyonel faaliyetlere katılımı önem kazanmaya başlamıştır. Rekreasyon bireylerin yaşam kalitelerini yükseltip, sağlıklı ve mutlu bir şekilde hayatlarını sürdürmelerini sağlayan, modern dünyanın teknolojik gelişmeleri ve kentleşmesinin getirmiş olduğu fiziksel, mental duygusal ve sosyal problemleri azaltabilecek etkiye sahip önemli bir faaliyet alanıdır (Baştuğ, Zorba, Duyan ve Çakır, 2017: 3896; Karaküçük, 2005). Rekreasyon faaliyetleri sadece yaşam kalitesini yükseltmekle kalmayıp, aynı zamanda da yaşam tatminini de sağlayan bir işleve de sahiptir (Lu Li ve Yi Whang, 2012: 408).

Rekreasyon faaliyetlerine katılımın bir zaman alanı içerisinde yer alması gerektiği düşünüldüğünde, rekreasyonu tanımlamadan önce zorunlu olarak çalışılan zaman ve rutin uğraşlar dışında yer alan serbest zamana değinmek doğru olacaktır (Kılıç ve Şener, 2013: 220). Serbest zaman genel olarak işin karşısı olarak düşünülen bir kavram olmasına rağmen, bazı kişiler için iş olan bir faaliyet diğer bir birey için serbest zaman aktivitesi olabilir. Ya da bazı iş dışı faaliyetler yerel, sosyal, gönüllü ve toplumsal aktiviteler gibi zorunluluk içerebilir. Bütün zorunlulukların dışındaki özgürlük, serbest zaman için anahtar bağlantı olarak düşünülmelidir (Torkildsen, 2005: 51). Serbest zaman bireyin çalışma ve yaşam zorunlulukları dışında kalan kişinin kendi isteğiyle istediği şekilde değerlendirebileceği zaman (Kılbaş, 2010: 4) ve bireylerin sahip oldukları yetenekleri keşfedebildikleri, diğer bireyler ile yaratıcı sosyal ilişkiler kurabildikleri yegane tecrübe olarak ifade edilmektedir (Frith, 1983; Jennings, 2007: 11).

Rekreasyon yenilenme anlamına gelen klasik yaklaşım anlayışı açısından, kişilerin zorunlu çalışma ve aktivitelerinden sonra onları yenileyen ve dinlendiren gönüllü olarak katılım gösterilen aktivitelerdir (Kraus, 1985: 32). Güncel araştırmalara göre rekreasyon zorunluluk dışı aktiviteleri içeren (Torkildsen, 2005; Aksoy, Çankaya ve Taşmektebligil, 2017: 1051), günlük hayatın getirmiş olduğu fiziksel, mental ve sosyal strese karşı (Sevin ve Küçük, 2016; Aksoy vd., 2017: 1051), enerjimizi yenilemek maksadıyla harcanan zaman olarak tanımlanan, iş gibi zorunlu aktivitelerin dışında kalan gönüllü olarak katılım gösterilen aktivitelerdir (Aksoy vd., 2017: 1051; Benner, 1985). Benzer bir tanımda rekreasyondan bireylerin günlük yaşantılarındaki yoğunluğun yanı sıra, kötü çevresel koşullar nedeniyle zorlanan beden ve ruh sağlığını tekrar kazanmak için yapılan aktiviteler şeklinde bahsedilmektedir (Hacıoğlu, Gökdeniz ve Dinç, 2003; Çetinkaya, Yıldız ve Özçelik, 2016: 100). Rekreasyonel faaliyetler sınıflandırılmaya çalışıldığında "katılım şekline göre; aktif, pasif, mekana göre; açık alan, kapalı alan, milliyete göre; ulusal, uluslararası, katılımcı sayısına göre; bireysel, grup, fonksiyona göre; ticari, estetik, sosyal, sağlık, fiziksel, sanatsal, kültürel, turistik olarak

sınıflandırılabilir" (Hazar, 2003; Karaküçük, 2008; Karaküçük ve Akgül, 2016; Öztürk, 2018; Yiğit ve Yurtseven, 2020: 553). Rekreasyon faaliyetleri farklı bir çalışmada, sosyal, kültürel, outdoor, bahçe, fitness, inanç temelli, hobi, spor ve özel etkinlikler şeklinde sınıflandırılmıştır (Mull, Forrester ve Barnes, 2013: 4).

Gelişen ve gelişmekte olan ülkelerde son zamanlarda rekreasyonel spor çok popüler olmaya başladı (Rak, 2014: 539). Rekreasyonel spor faaliyetleri günümüzde herkese hitap edebilen, kolay ulaşılabilen, sağlık ve zindelik sağlayan özellikleri sebebiyle en çok tercih edilen rekreasyon faaliyetleri olarak karşımıza çıkmaya başlamıştır (Şahin ve Kocabulut, 2014: 47). Rekreasyonel spor rekabet ve performansı geliştirmek için eğlenceyle birlikte sistematik olarak uygulanan spor aktiviteleri şeklinde tanımlanabilir (Rak, 2014: 539). Rekreasyonel spor, günlük yaşantının stresinden kurtulmaya yardımcı olan serbest zaman aktivitelerinin önemli bir yönü olarak görülmektedir. Rekreasyonel sporun insan fizyolojisi ve psikolojisi üzerinde önemli etkileri bulunmaktadır. Fiziksel egzersizler sağlığın geliştirilmesi ve ölüm oranlarının düşürülmesi gibi önemli faydalar sağlamaktadır. Serbest zaman aktiviteleri sosyal aktivitelerdir. Psikolojik olarak değerlendirildiğinde, bireylerin sporla ilişkili serbest zaman aktiviteleri yoluyla sosyalleşmeleri sadece fiziksel ve mental sağlık değil aynı zamanda psikolojik stresin düşürülmesinde de yardımcı olmaktadır (Ting Tsai, En Lo, Chien Yang, Keller ve Yu Lyu, 2015: 830). Spor rekreasyonel açıdan çok geniş bir faaliyet alanı sunarken, rekreasyon ise sporun toplum içerisinde yaygınlaşmasına olanak sağlamaktadır (Koçan, 2007). Rekreasyonel spora ilişkin tesislerin yüksek kalitede hizmet vermesi de rekreasyon spora katılımı artıracığı düşünülmektedir (Cauwenberg, Cerin, Timperio, Salmon, Deforche ve Veitch, 2015: 2).

Hizmet kalitesine değinecek olursak, hizmet yönetimi ve iş geliştirme teorilerinde müşterilerin istek ve beklentilerini anlamak gerekliliği önem arz etmektedir (Gronroos, 1988; Kotler ve Armstrong, 2007; Ghotbabadi, Feiz ve Baharun, 2015: 268). Hizmet kalitesi, kurumların rekabet içinde bulunduğu diğer kurumlardan farklılaşmalarını sağlayan, müşteriler ve çalışanlar arasında tatmin duygusunu geliştiren çok önemli bir konudur (Aharussı ve Alhkami, 2016: 117). Müşterinin hizmet sağlayıcı ve hizmete bağlı iyi ya da kötü izlenimleri hizmet kalitesi ile ilişkilendirilmektedir (Bitner ve Hubbert 1994; Prakash ve Mohanty, 2012: 3). Hizmet kalitesi, hizmet ve kalite gibi iki farklı kavramla ile yakın ilişkilidir. Hizmet bir yapının diğerine sunmuş olduğu sahiplik ile sonuçlanmayan, maddi olmayan bir faaliyet ya da fayda olarak tanımlanabilir. Kalite ise operasyonel verimlilik ve etkili iş performansı için stratejik bir araç olarak karşımıza çıkmaktadır (Ramya, Kowsalya ve Dharanipriya, 2019: 38). Hizmet kalitesi, hizmet sağlayıcıların en iyi iş performansını göstererek müşterileri tatmin edebilme kabiliyeti olarak tanımlanabilir (Ramya vd., 2019: 38). Diğer bir bakış açısıyla müşterilerin önceki deneyim ve beklentilerini, almış oldukları hizmet ile karşılaştırarak varmış oldukları kanaat olarak da tanımlayabiliriz (Naik, , Gantasala ve Prabhakar, 2010: 240). Hizmet kalitesi literatüründe başlıca karşımıza çıkan önemli yaklaşımlar SERVQUAL, SERVPERF ve Grönroos yaklaşımlarıdır. Grönroos (1984: 39) çalışmasında hizmet kalitesi boyutlarını teknik, fonksiyonel ve kurumsal imaj olmak üzere üç farklı boyutta açıklamıştır. Parasuraman, Zeitham ve Berry (1985: 44) Hizmet kalitesine ilişkin olarak 10 boyut (güvenirlilik, tepkisellik, yeterlilik, erişim, nezaket, iletişim, itibar, güvenlik, anlayış ve somutluk) ve Gaps modelini

geliştirmişlerdir. Gaps modeli hizmet sağlayıcıların algılamış olduğu hizmet kalitesiyle, tüketicilerin hizmet kalitesi algıları arasındaki farklılıkların oluşturmuş oldukları boşlukları ifade etmektedir. Bu boşluklar,

Gaps 1: Tüketicinin hizmet kalitesi beklentilerinin hizmet sağlayıcılar tarafından doğru algılanmaması,

Gaps 2: Hizmet sağlayıcılarının hizmet kalitesini değerlendirmesi ile hizmet kalitesi standartları arasında oluşan tutarsızlık,

Gaps 3: Hizmet kalitesini standartları ile hizmet arasında oluşan farklılık,

Gaps 4: Hizmetin sunumu ile hizmetin ortaya konduğu çevre arasındaki boşluk,

Gaps 5: Beklenen ve algılanan hizmet kalitesi arasındaki tutarsızlık.

Parasuraman, Zeitham ve Berry (1988: 20) daha sonra adına SERVQUAL dedikleri, 22 madde ve 5 boyuttan (Somutluk, güvenilirlik, tepkisellik, güvence ve empati) oluşan, hizmet kalitesini ölçmeye yarayan ölçeği ortaya koymuşlardır. Bu ölçek algılan ve beklenen hizmet olarak toplam 44 ifade içermektedir. Coronin ve Taylor (1992: 64) çalışmalarında SERVQUAL ölçeğinin hizmet kalitesini ölçerken tutumlar üzerinden gittiği eleştirisini getirerek, bu ölçeği performans dayalı bir değerlendirme şekline uyarlamışlardır. Oluşturmuş oldukları yeni ölçek ifade sayısını 44 ten 22'ye düşmüş ve SERPER olarak adlandırılmıştır.

Spor hizmetlerine ilişkin hizmet kalitesini tanımlayacak olursak, spor hizmetlerinin tüketicinin sportif gereksinimlerini karşılayabilme veya geçebilme kabiliyeti şeklinde ifade edilebiliriz (Çimen ve Gürbüz, 2007: 123). Spor hizmetlerini tüketen bir birey için kalite, spor hizmetlerinin, tüketicilerinin ihtiyacını karşılayabilme kapasitesine sahip olması ile ilgilidir (Seraslan ve Kepoğlu, 2005: 123). Spor hizmetlerinde bireylerin spor branşlarında egzersiz ve rekreasyon ihtiyaçlarının bilinmesi iş uygulamaların da gelecekte ve günümüzde spor servis sektörü için rekabet açısından önemli bir şans ortaya koymaktadır. Bu nedenle son zamanlarda bu alanda servis kalitesini ölçmeye ve kavramlaştırmaya yönelik çalışmalar araştırmacılar tarafından ortaya konmaktadır (Tsitskari, Tsiotras ve Tsiotras, 2006: 625).

Araştırmanın amacı çok amaçlı rekreasyonel spor tesislerine üye olan bireylerin, tesislere yönelik hizmet kalitesi algılarının belirlenmesi ve tesislerdeki hizmet kalitesinin alt boyutları ile ilişkisinin araştırılmasıdır.

Araştırma ulaşılabilirlik koşulları nedeniyle İstanbul ilindeki 5 adet spor merkezi ile sınırlı kalmıştır. Bu spor merkezlerindeki tüm üyelere ulaşılammış hepsini temsil ettiği varsayılan 538 bireye ulaşılmıştır. Bu bireylerin anketleri doğru bir şekilde doldurdıkları varsayılmıştır.

#### Araştırmanın Hipotezleri

H.1. Çok amaçlı rekreasyonel spor tesislerinin hizmet kalitesi yeterlidir.

H.1.a. Çok amaçlı rekreasyonel spor tesislerinin personel kalitesi yeterlidir.

H.1.b. Çok amaçlı rekreasyonel spor tesislerinin program kalitesi yeterlidir.

H.1.c. Çok amaçlı rekreasyonel spor tesislerinin soyunma odaları kalitesi yeterlidir.

H.1.d. Çok amaçlı rekreasyonel spor tesislerinin fiziksel tesis kalitesi yeterlidir.

- H.1.e. Çok amaçlı rekreasyonel spor tesislerinin antrenman tesisi kalitesi yeterlidir.
- H.2. Çok amaçlı rekreasyonel spor tesislerinde hizmet kalitesi ve alt boyutları arasında pozitif yönlü ilişkiler vardır.
- H.2.a. Çok amaçlı rekreasyonel spor tesislerinde hizmet kalitesi ve personel hizmet kalitesi arasında pozitif yönlü ilişki vardır.
- H.2.b. Çok amaçlı rekreasyonel spor tesislerinde hizmet kalitesi ve program hizmet kalitesi arasında pozitif yönlü ilişki vardır.
- H.2.c. Çok amaçlı rekreasyonel spor tesislerinde hizmet kalitesi ve soyunma odaları hizmet kalitesi arasında pozitif yönlü ilişki vardır.
- H.2.d. Çok amaçlı rekreasyonel spor tesislerinde hizmet kalitesi ve fiziksel tesis hizmet kalitesi arasında pozitif yönlü ilişki vardır.
- H.2.e. Çok amaçlı rekreasyonel spor tesislerinde hizmet kalitesi ve antrenman tesisi hizmet kalitesi arasında pozitif yönlü ilişki vardır.

## **YÖNTEM**

### **Araştırma Modeli**

Bu araştırmada değişkenlere ilişkin verilerin incelenmesinde betimleyici ve ilişkisel araştırma yöntemlerinden faydalanılmıştır.

### **Çalışma Grubu**

Araştırmanın örnekleminde ulaşılabilirlik imkanları doğrultusunda, İstanbul ilinde faaliyet gösteren 5 adet çok amaçlı rekreasyonel spor tesisine üye olan 208' i kadın, 330' u erkek toplam 538 birey yer almaktadır. Araştırmanın evrenin 10500 olmasının belirlenmesi nedeniyle, % 5 hata payı baz alınarak yapılmış olan oransal örneklem hesaplaması (Newbold, 1995) sonucunda, 371 bireye ulaşmanın bu çalışma için yeterli olacağı tespit edilmiştir. Çalışmada 538 bireye anket uygulaması yapılmıştır.

### **Veri Toplama Aracı**

Araştırmada veri toplama aracı olarak iki bölümden oluşan anket uygulaması yapılmıştır. İlk bölümde Lam vd., (2005) tarafından ortaya konan, Gürbüz vd., (2005) tarafından Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılan Hizmet Kalitesi Değerlendirme Ölçeği (Service Quality Assesment Scale) kullanılmıştır. İkinci bölümde ise araştırmacı tarafından hazırlanan demografik veriler kısmı yer almaktadır. Hizmet Kalitesi Değerlendirme Ölçeği (Service Quality Assesment Scale) 6 alt Boyutu (personel, program, soyunma odaları, Tesisi (fiziksel tesis, antreman tesisi) ve çocuk bakımı) olan ve 40 maddeden oluşan bir ölçektir. Bu çalışmada tesislerin hepsinde çocuk bakımı odalarının bulunmaması nedeniyle çocuk bakımı boyutu ölçekten çıkarılmıştır. Araştırmadan çocuk bakımı boyutunun çıkarılması ölçeğin geçerlilik ve güvenilirliğini etkilememektedir (Gürbüz, 2003; Öztürk, 2014). Ölçek 7'li likert tipi üzerinden değerlendirilen beklenen hizmet (1 az önemli - 7 çok önemli) ve algılanan hizmet (1 zayıf - 7 mükemmel) kısımlarından oluşmaktadır. Algılanan hizmet puanından beklenen hizmet puanı çıkarılarak hizmet kalitesi puanı tespit edilmektedir. Özgün ölçeğin geçerlilik ve güvenilirlik çalışması sonucunda "beklenen hizmet kalitesi"  $\alpha$  değeri tüm boyutlarda 0.73-0.83, "algılanan hizmet kalitesi"  $\alpha$  değeri tüm boyutlarda 0.72-0.82 değerleri arasında yer aldığı gözlemlenmiştir (Gürbüz vd., 2005).

## Verilerin Analizi

Araştırmanın anketlerinden elde edilen veriler SPSS 24 programı kullanılarak istatistiki olarak anlamlandırılmıştır. Tesislerin hizmet kalitesi ve alt boyutlarının belirlenmesinde tanımlayıcı analiz yöntemi kullanılmıştır. Yapılan Kolmogorov-Smirnov testi sonucunda verilerin normal dağılım göstermediği ( $p>0,05$ ) tespit edilmiştir. Bu nedenle hizmet kalitesi ve alt boyutlarıyla ilişkisel durumu ortaya koymak için nonparametrik testlerden Spearmans'rho korelasyon testi kullanılmıştır.

## BULGULAR

**Tablo 1.** Araştırmanın demografik verileri

Demografik Bilgiler	N	%	Geçerli %	Yığılmış %
<b>Cinsiyet</b>	Kadın	208	38,7	38,7
	Erkek	330	61,3	61,3
	Toplam	538	100	100
<b>Yaş</b>	18 ve altı	43	8	8
	19-29	209	38,8	38,8
	30-39	142	26,4	26,4
	40-49	100	18,6	18,6
	50 ve üstü	44	8,2	8,2
	Toplam	538	100	100
<b>Medeni durum</b>	Evli	207	38,5	38,5
	Bekar	331	61,5	61,5
	Toplam	538	100	100
<b>Eğitim durumu</b>	İlköğretim	21	3,9	3,9
	Lise	107	19,9	19,9
	Ön lisans	137	25,5	25,5
	Lisans	214	39,8	39,8
	Lisans üstü	59	11	11
	Toplam	538	100	100
<b>Aylık gelir</b>	1000tl ve altı	48	8,9	8,9
	1001-2000tl	64	11,9	11,9
	2001-3000tl	149	27,7	27,7
	3001-4000yl	168	31,2	31,2
	4001tl ve üstü	109	20,3	20,3
	Toplam	538	100	100

Tablo 1’de araştırmaya katılan üyelerin n=208 (%38.7)’nin kadın, n=330 (%61,3)’nün erkek olduğu, toplamda ise n=538 (%100) bireye ulaşıldığı gözlemlenmiştir. Üyelerin %8 (n=43)’nin 18 yaş ve altı, %38,8 (n=209)’nin 19-29 yaşları arasında %26,4 (n=142)’sinin 30-39 yaşları arasında, %18,6 (n=100)’nin 40-49 yaş arasında, %8,2 (n=44)’nin 50 yaş ve üzerinde yaş aralığında olduğu gözlemlenmiştir. Araştırmada üyelerin %38,5 (n=207)’nin evli, %61,5 (n=331)’nin bekar olduğu görülmüştür. Üyelerin %3,9 (n=21)’i ilköğretim, %19,9 (n=107)’nin lise, %25,5 (n=137)’nin ön lisans, %39,8 (n=214)’nin lisans, %11 (n=59)’nin lisansüstü eğitime sahip oldukları görülmüştür. Üyelerin %8,9 (n=48)’unun 1000tl ve altı, %11,9 (n=64)’unun 1001-2000tl arası, %27,7 (n=149)’sinin 2001-3000tl arası, %31,2 (n=168)’sinin 3001-4000tl arası, %20,3 (n=109)’ünün 4000tl ve üstü gelir durumunda oldukları gözlemlenmiştir.

**Tablo 2.** Çok amaçlı rekreasyonel spor tesislerinin hizmet kalitesi puanlarının tanımlayıcı istatistik analizi

Hizmet kalitesi ölçeği ifadeleri ve boyutları	N	Minimum P.	Maksimum P.	X	Ss
<b>Personel kalitesi toplam puan</b>	538	-46	20	-3,92	10,60
Gerekli bilgi ve beceriye sahip olmak	538	-6	6	-0,38	1,30
Temizlik ve kıyafet	538	-5	4	-0,29	1,23
Yardım etmeye istekli olmak	538	-6	4	-0,40	1,39
Sabır	538	-5	2	-0,42	1,34
Üyelerle iletişim	538	-6	2	-0,52	1,41
Şikayetlere cevap vermek	538	-6	5	-0,54	1,61
Nezaket	538	-6	3	-0,45	1,38
Eğitmenlerin müşterilere bireysel ilgi göstermesi	538	-6	5	-0,47	1,49
Sunulan hizmette tutarlı olmak	538	-6	3	-0,40	1,44
<b>Program kalitesi toplam puan</b>	538	-34	39	-2,50	8,03
Programların çeşitliliği	538	-6	6	-0,23	1,22
Uygun seviyede programların varlığı	538	-6	6	-0,26	1,20
Program zamanının uygunluğu	538	-5	5	-0,31	1,27
Programların kalitesi	538	-6	6	-0,38	1,42
Sınıf mevcudunun uygunluğu	538	-6	6	-0,47	1,55
Arka Plan müziği (eğer varsa)	538	-6	6	-0,35	1,49
Alan yeterliliği	538	-6	5	-0,46	1,54
<b>Soyunma odaları kalitesi toplam puan</b>	538	-30	11	-0,57	5,54
Soyunma dolaplarının varlığı	538	-6	2	-0,09	1,16
Genel bakım	538	-6	2	-0,20	1,23
Duşların temizliği	538	-6	6	-0,14	1,36
Soyunma odalarına ulaşım	538	-6	6	-0,02	1,36
Güvenlik	538	-6	4	-0,10	1,28
<b>Fiziksel tesis kalitesi toplam puan</b>	538	-34	17	0,41	7,18
Yerleşimin uygunluğu	538	-5	3	0,08	1,17
Çalışma saatleri	538	-6	5	0,15	1,18
Park olanakları	538	-6	5	-0,02	1,52
Binaya giriş	538	-5	5	0,19	1,35
Park alanın güvenliği	538	-6	4	-0,05	1,49
Isı kontrolü	538	-6	4	0,01	1,37
Aydınlatma kontrolü	538	-6	4	0,04	1,28
<b>Antrenman alanı kalitesi toplam puan</b>	538	-26	12	-1,23	4,77
Çevrenin hoşluğu	538	-6	6	-0,005	1,32
Araç-gereç moderliği	538	-6	3	-0,21	1,34
İşaret ve yönlendirmenin yeterliliği	538	-5	3	-0,11	1,22
Araç-gereç çeşitliliği	538	-5	3	-0,29	1,25
Antrenman araç-gereçlerinin varlığı	538	-6	4	-0,31	1,24
Araç gereçlerin genel bakımı	538	-6	6	-0,28	1,32
<b>Spor tesis hizmet kalitesi toplam puan</b>	538	-129	47	-7,81	29,51

Tablo 2’de çok amaçlı rekreasyonel spor tesislerinin hizmet kalitesi puanlarının tanımlayıcı istatistik analizleri yapılmıştır. Yapılan analizlerde, personel hizmet kalitesinin  $-3,92 \pm 10,60$ ,

program hizmet kalitesinin  $-2,50 \pm 8,03$ , soyunma odası hizmet kalitesinin  $-0,57 \pm 5,54$ , fiziksel tesis hizmet kalitesinin  $0,41 \pm 7,18$ , antrenman alanı hizmet kalitesinin  $-1,23 \pm 4,77$  ve spor tesisleri hizmet kalitesinin  $-7,81 \pm 29,51$  puan ortalamalarının olduğu tespit edilmiştir. Hizmet kalitesi değerlendirmelerinde (-) puanlar memnuniyetsizliği, (+) puanlarında memnuniyeti göstermesi nedeniyle hipotez 1, 1a, 1b, 1c, 1e' nin geçerliliği olmadığı, 1d'nin ise geçerliliğinin olduğu söylenebilir.

**Tablo 3.** Çok amaçlı rekreasyonel spor tesislerinde hizmet kalitesi ve alt boyutlarının ilişkisel analizi

Korelasyon (Spearman's rho)	Personel hizmet kalitesi	Program hizmet kalitesi	Soyunma odaları hizmet kalitesi	Fiziksel tesis hizmet kalitesi	Antrenman alanı hizmet kalitesi	Spor tesisi hizmet kalitesi
Personel hizmet kalitesi	1					
Program hizmet kalitesi	0,695**	1				
Soyunma odaları hizmet kalitesi	0,626**	0,634**	1			
Fiziksel tesis hizmet kalitesi	0,627**	0,675**	0,649	1		
Antrenman alanı hizmet kalitesi	0,453**	0,493**	0,441**	0,357**	1	
Spor tesisi hizmet kalitesi	0,867**	0,877**	0,790**	0,823**	0,593**	1

\*\*  $p < 0,01$

Tablo 3' de korelasyon analizi sonuçları verilmiştir. Spor tesislerinin hizmet kalitesi ile personel hizmet kalitesi arasında yüksek düzeyde pozitif yönlü (0,867\*\*) bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuca göre H.2.a'nın geçerliliğinin olduğu söylenebilir. Spor tesislerinin hizmet kalitesi ile program hizmet kalitesi arasında yüksek düzeyde pozitif yönlü (0,877\*\*) bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuca göre H.2.b'nin geçerliliğinin olduğu söylenebilir. Spor tesislerinin hizmet kalitesi ile soyunma odaları hizmet kalitesi arasında yüksek düzeyde pozitif yönlü (0,790\*\*) bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuca göre H.2.c'nin geçerliliğinin olduğu söylenebilir. Spor tesislerinin hizmet kalitesi ile fiziksel tesis hizmet kalitesi arasında yüksek düzeyde pozitif yönlü (0,823\*\*) bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuca göre H.2.d'nin geçerliliğinin olduğu söylenebilir. Spor tesislerinin hizmet kalitesi ile antrenman alanı hizmet kalitesi arasında orta düzeyde pozitif yönlü (0,593\*\*) bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuca göre H.2.e'nin geçerliliğinin olduğu söylenebilir. Tüm bu sonuçlar neticesinde spor tesislerinin hizmet kalitesi ve alt boyutları arasında pozitif yönlü ilişkiler olduğu gözlemlendiğinden H.2'nin de geçerliliğinin olduğu söylenebilir.



## TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırma sonucunda çok amaçlı rekreasyonel spor tesislerinde, personel hizmet kalitesinin  $-3,92 \pm 10,60$ , program hizmet kalitesinin  $-2,50 \pm 8,03$ , soyunma odası hizmet kalitesinin  $-0,57 \pm 5,54$ , fiziksel tesis hizmet kalitesinin  $0,41 \pm 7,18$ , antrenman alanı hizmet kalitesinin  $-1,23 \pm 4,77$  ve spor tesisleri hizmet kalitesinin  $-7,81 \pm 29,51$  puan ortalamalarının olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuçlar üyelerin hem spor tesis hizmet kalitesinden hem de fiziksel tesis hizmet kalitesi dışındaki alt boyutlarından memnun olmadıklarını göstermektedir. Dolayısıyla çok amaçlı rekreasyonel spor tesislerinde fiziksel tesis hizmet kalitesi dışında kalan diğer alt boyut hizmet kalitelerinin (personel, program, soyunma odaları, antrenman alanı) yükseltilmesinin gerekmekte olduğu gözlemlenmiştir.

Sağlık ve Kocaman (2014: 83) Erzurum Palandöken Kayak Merkezine gelen müşterilerin hizmet kalitesi algılarını ölçmüşlerdir. En yüksek kalite algısı kayak pistleri boyutunda olduğunu belirlemişlerdir. bu araştırmanın sonucuda fiziksel tesis hizmet kalitesi algısı açısından bizim araştırmamızla paralellik göstermektedir.

Öztürk (2014: 91) doktora tezinde spor merkezi üyelerinin hizmet kalitesi puanlarının bütün boyutlarda negatif yönde olduğunu gözlemlemiştir. Bizim çalışmamızda fiziksel tesis boyutu dışında tüm hizmet kalitesinde boyutlarında negatif skorlar tespit edilmiştir. Bu yönüyle iki çalışmada bulgular açısından benzerlik gözlemlenmektedir.

Yıldız, Polat, Sönmezoğlu ve Çokpartal, (2016: 461) spor merkezlerinde hizmet kalitesi algısının belirleyicileri üzerine yapmış oldukları çalışmada hizmet kalitesi alt boyutlarından çıktı kalitesinin yüksek bir ortalamaya ( $x = 3.97$ ,  $ss = 0.87$ ) sahip olduğu tespit etmişlerdir. Bu araştırmada kullanılan ölçeğin alt boyutlarında çıktı kalitesi adında farklı boyutun oluşu nedeniyle bizim çalışmamızdan elde ettiğimiz sonuçlar arasında farklılık oluşmuştur.

Yıldız ve Tüfekçi (2010: 1) fitness merkelerinin hizmet kalitesini değerlendirmek amacıyla yapmış oldukları çalışmada tüm boyutlarda negative sonuçlar elde edildiğini gözlemlemişlerdir. Bu sonuçlar fitness merkezlerinin hizmet kalitesi açısından beklentileri karşılayamadığını göstermektedir. Bizim çalışmamızda tesislerin fiziksel kalitesinin yüksek olması nedeniyle bu boyutta memnuniyet olduğu düşünülmektedir. Diğer boyutlarda bu araştırmada olduğu gibi hizmet kalitesi açısından memnuniyetsizlikler gözlemlenmiştir.

Araştırmaya ait ilişki sonuçları şu şekildedir. Çok amaçlı rekreasyonel spor tesislerinin hizmet kalitesi ile alt boyutları (personel hizmet kalitesi  $0,867^{**}$ , program hizmet kalitesi  $0,877^{**}$ , soyunma odaları hizmet kalitesi  $0,790^{**}$ , fiziksel tesis hizmet kalitesi  $0,823^{**}$ , antrenman tesisi hizmet kalitesi  $0,593^{**}$ ) arasında pozitif yönlü ilişkiler olduğu ve en yüksek ilişkininde personel, program ve fiziksel tesis hizmet kaliteleri boyutlarında olduğu gözlemlenmiştir. Bu sonuçlar çok amaçlı rekreasyonel spor tesislerinde hizmet kalitesinin alt boyutlarında (personel, program, soyunma odaları, fiziksel tesis antrenman alanı hizmet kaliteleri) artış olması durumunda toplam hizmet kalitesinde de artış olacağını, azalması durumunda da toplam hizmet kalitesinde azalma olacağını ortaya koymaktadır.

Yıldız vd., (2016: 461) spor merkezlerinde hizmet kalitesi algısının belirleyicileri üzerine yapmış oldukları çalışmada hizmet kalitesi ve alt boyutlarında pozitif yönlü ilişkiler tespit etmişlerdir. Bu çalışmadan elde edilen sonuçlar bizim çalışmamızdaki sonuçlarla benzerlik göstermektedir.

Cengiz ve Kırkbir (2007: 282) Kar amacı gütmeyen kurumlarda yapmış oldukları çalışmada hizmet kalitesi alt boyutlarının (Fiziksel ( $r=0.578$ ), güvenlik ( $r=0.873$ ), heveslilik ( $r=0.456$ ), güvence ( $r=0.789$ ), empati ( $r=0.654$ )) hizmet kalitesini etkilediğini gözlemlemiştir. Bu çalışmada da bizim çalışmamızda olduğu gibi ölçeğin alt boyutlarıyla pozitif yönlü bir etkileşim olduğu gözlemlenmiştir. Bu çalışmadan elde edilen sonuçlar bizim çalışmamızdaki sonuçlarla benzerlik göstermektedir.

Bezirgan (2015: 143) Sosyal tesislere yönelik olarak gerçekleştirmiş olduğu bir çalışmada hizmet kalitesi alt boyutlarının tümünün hizmet kalitesini olumlu etkilediğini gözlemlemiştir. Bu çalışma sonuçlarında bizim çalışma sonuçlarımızla uyumaktadır.

Araştırma sonucunda spor tesis yöneticilerine, hizmet kalitesi açısından personel, program, soyun odaları, antreman tesisi hizmet kalitelerine daha fazla önem vermeleri önerisi getirilebilir. Bu şekilde tesisin hizmet kalitesi daha yükseleceği ön görülmektedir. Araştırmada ilişkisel kısımlarda personel, program ve fiziksel tesis hizmet kalitesinin tesisin toplam hizmet kalitesi ile en yüksek düzeyde ilişkili olan boyutlar olduğu gözlemlendiğinden, bu hizmet kalitesi alt boyutlarına daha fazla önem gösterilmesi önerilebilir.

Akademik anlamda spor tesislerinde hizmet kalitesi çalışmalarının azlığı nedeniyle bu alanda daha fazla çalışma yapılmasının katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

**Yayın Etiği:** Bu çalışmanın hazırlanma ve 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.

**Çıkar Çatışması:** Yazar/lar arasında herhangi bir çıkar çatışması yoktur.

**Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı:** Her iki yazarda makalede araştırma desenin oluşturulması, verilerin toplanması, analiz edilmesi, makalenin hazırlanması gibi konularda eşit katkı sunmuştur.

## KAYNAKLAR

- Aksoy, Y., Çankaya, S. & Taşmektepligil, M. Y. (2017). The effects of participating in recreational activities on quality of life and job satisfaction. *Universal Journal of Educational Research*, 5, 1051-1058.
- Alarussi, A. S. & Alhkami, A. A. (2016). Service quality dimensions and customer satisfaction in telecommunication companies. *Asian Journal Of Business And Management*, 4, 117-126.
- Baştuğ, G., Zorba, E., Duyan, M. & Çakır, Ö. (2017). Farklı kültürlerde rekreasyon: serbest zaman aktivitelerinin incelenmesi. *Journal of Human Sciences*, 14, 3895-3904.
- Benner, P. (1985). Quality of life: a phenomenological perspective on explanation, prediction, and understanding in nursing science. *Advances in Nursing Science*. 8, 1-14.
- Bezirgan, M. (2015). Algılanan hizmet kalitesi ile memnuniyet arasında aidiyetin aracı etkisi: sosyal tesislere yönelik bir araştırma. *Internatinal Rewiew of Economics and Management*, 3, 143-162.
- Cauwenberg, J. V., Cerin, E., Timperio, A., Salmon, J., Deforche, B. & Veitch, J. (2015). Park proximity, quality and recreational physical activity among mid-older aged adults: moderating effects of individual factors and area of residence. *International Journal Of Behavioral Nutrition And Physical Activity*, 12, 1-8.
- Cengiz, E. & Kırkbir, F. (2007). Kâr amacı gütmeyen kurumlarda müşteri memnuniyeti ve hizmet kalitesi ilişkisi: Karadeniz bölgesi örneği. *İktisadi Ve İdari Bilimler Dergisi*, 21, 265-285.
- Cronin, J. J. & Taylor, S. A. (1992). Measuring service quality: a reexamination and extension. *Journal Of Marketing*, 56, 55-68.
- Çetinkaya, G., Yıldız, M. & Özçelik, M.A. (2016). Açık hava rekreasyon kapsamında milli park kullanım engelleri. *Mediterranean Journal of Humanities*, 6, 99-114.
- Çimen, Z. & Gürbüz, B. (2007). *Spor hizmetlerinde toplam kalite yönetimi*. Ankara: Alp Yayınevi.
- Frith, S. (1983). *Sound effects: youth, leisure and the politics of rock 'n' roll*. London: Constable.
- Ghotbabadi, A. R., Feiz, S. & Baharun, R. (2015). Service quality measurements: a review. *International Journal Of Academic Research in Business And Social Sciences*, 5, 267-286.
- Gulam A. (2016). Recreation- need and importance in modern society. *International Journal Of Physiology, Nutrition And Physical Education*, 1, 157-160.
- Gürbüz, B. (2003). *Reliability and validity of the Turkish versiton of the service quality assesment scale*. Yüksek Lisans Tezi, Ortadoğu Teknik Üniversitesi.
- Gürbüz, B., Koçak, S. & Lam, E. T. C. (2005). The Reliability and Validity of the Turkish Version of the Service Quality Assessment Scale. *Education and Science*, 30, 70-77.
- Grönroos, C. (1984). A service quality model and its marketing implications, *Europen Journal Of Marketing*, 18, 36-44.
- Gronroos, C. (1988). Service quality: the six criteria of good perceived service. *Review Of Business*, 9, 10-13.
- Hazar, A. (2003). *Rekreasyon ve animasyon* (2. Baskı). Ankara: Detay Yayıncılık.
- Hacıoğlu N., Gökdeniz A. & Dinç Y. (2003). *Boş zaman ve rekreasyon yönetimi örnek animasyon uygulamaları*. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Jennings, G. (2007). *Water-based tourism, sport, leisure, and recreation experiences*. Oxford: Elsevier.
- Karaküçük, S. (2005). *Rekreasyon boş zamanları değerlendirme*, Ankara: Bağırğan Yayımevi.

- Karaküçük, S. (2008). *Rekreasyon: boş zamanları değerlendirme*. Ankara: Gazi Kitabevi.
- Karaküçük, S. & Akgül, B. M. (2016). *Ekorekreasyon rekreasyon ve çevre*, Ankara: Gazi Kitabevi.
- Kılbaş, S. (2010). *Rekreasyon boş zamanı değerlendirme*. (4nd ed.). Ankara: Gazi Kitabevi.
- Kılıç M. & Şener G. (2013). Üniversite öğrencilerinin rekreasyon etkinliklerine katılımlarındaki sosyolojik etkenler ve yapısal kısıtlamalar. *Yükseköğretim Ve Bilim Dergisi*, 3, 220-227.
- Koçan, N. (2007). Geleneksel sporlarımızdan ciritin rekreasyon amacı ile günümüze uyarlanması. *Spor Yönetimi Ve Bilgi Teknolojileri Dergisi*, 2, 31-39.
- Kotler, P. & Armstrong, G. (2007). *Marketing: an introduction* (8 ed.): Pearson Prentice Hall.
- Kraus, R. G. (1985). *Recreation program planning today*. London: Foresman And Company.
- Lam, E. T. C., Zhang, J. J. & Jensen, B. A. (2005). Service Quality Assessment Scale (SQAS): An Instrument for Evaluating Service Quality of Health-Fitness Clubs. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 9, 79-111.
- Mull, R.F., Forrester, S.A. & Barness, M.L. (2013). *Recreational sport programming* (5nd ed.). Urbana: Sagamore Publishing LLC.
- Naik, C. N. K, Gantasala, S. B. & Prabhakar G. V. (2010). Service quality (servqual) and its effect on customer satisfaction in retailing. *European Journal Of Social Sciences*, 16, 239-251.
- Öztürk, M. A. (2014). *İzmir ve Manisa illerinde rekreasyonel faaliyet gösteren özel spor işletmelerinin hizmet kalitesi açısından incelenmesi ve karşılaştırılması*. Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Öztürk, Y. (2018). Boş zaman, rekreasyon ve turizm kavramları arasındaki ilişkinin karşılaştırmalı bir analizi, *Sosyal, Beşeri Ve İdari Bilimler Dergisi*, 1, 31- 42.
- Parasuraman, A., Zeithaml, V. A. & Berry, L. L. (1985). A conceptual model of service quality and its implications for future research. *Journal of Marketing*, 49, 41-50.
- Parasuraman, A., Zeithaml, V. A. & Berry, L. L. (1988). SERVQUAL: a multiple- item scale for measuring consumer perceptions of service quality. *Journal of Retailing*, 1, 12-40.
- Rak, A. (2014). Sport and recreation as a quality of life factor on example of Poland. *Management, Knowledge And Learning International Conference*, 537-544.
- Ramya, N., Kowsalya, A. & Dharanipriya, K. (2019). Service quality dimensions. *International Journal Of Research And Development*, 4, 38-41.
- Sağlık, E. & Kocaman, G. (2014). Kayak merkezlerinde turistlerin hizmet kalite algısının belirlenmesi: palandöken kayak merkezinde bir uygulama. *Atatürk İletişim Dergisi*, 6, 67-88.
- Sevin, H.D. & Küçük, S. (2016). İşgörenlerin rekreasyonel etkinliklere katılım düzeyleri ile çalışma performansları arasındaki ilişkiyi belirlemeye yönelik bir araştırma. *Journal of Recreation and Tourism Research*, 3, 24-31.
- Serarslan, M. Z. & Kepoğlu, A. (2005). *Spor örgütlerinde toplam kalite yönetimi (Serkep spor işletmesi modeli)*. İstanbul: Morpa.
- Şahin, İ. & Kocabulut, Ö. (2014). Sportif rekreasyon aktivitelerine düzenli katılımı engelleyen faktörlerin incelenmesi: Akdeniz üniversitesi turizm fakültesi öğrencileri üzerine bir araştırma. *Journal Of Recreation And Tourism Research*, 1, 46-67.

Yiğit, O. ve Yurtseven, E. (2021). Çok amaçlı rekreasyonel spor tesislerinde hizmet kalitesi ve alt boyut ilişkilerinin incelenmesi. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 5(1), 91-103.

---

Ting Tsai, L., En Lo, F., Chien Yang, C., Keller, J.J. & Yu Lyu, S. (2015). Gender differences in recreational sports participation among taiwanese adults. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 12, 829-840.

Torkildsen, G. (2005). *Leisure and recreation management*. (5nd ed.) NewYork: Routledge.

Tsitskari, E., Tsiotras, D. & Tsiotras, G. (2006). Measuring service quality in sports service. *Total Quality Management*, 5, 623-635.

Yıldız, K., Polat, E., Sönmezoğlu, U. & Çokpartal, C. (2016). Fitness merkezi üyelerinin algıladıkları hizmet kalitesinin belirleyicileri üzerine bir analiz. *Niğde üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, 10, 453-464.

Yıldız, S. M. ve Tüfekçi, Ö. (2010). Fitness merkezi müşterilerinin hizmet kalitesine yönelik beklenti ve algılarının değerlendirilmesi. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 13, 1-11.

Yiğit, O. & Yurtseven E. (2020). Rekreasyonel spora ilişkin değişkenlere göre üniversite öğrencilerinin karar vermede öz saygı ve karar verme stillerindeki farklılaşmaların araştırılması. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 14, 551-565.



Bu eser **Creative Commons Atıf-Gayri Ticari 4.0 Uluslararası Lisansı** ile lisanslanmıştır.



## Ergojenik Destekler: Özel Bir Grup "Veteran Sporcular"

Gökhan ÇELİK<sup>1</sup>, Hatice Merve BAYRAM<sup>2</sup>, S. Arda ÖZTÜRKCAN<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>Galatasaray Sportif A.Ş., Ali Sami Yen Spor Kompleksi, TT Arena İstanbul.

<sup>2</sup>İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü, İstanbul.

**Derleme**

Gönderi Tarihi: 09.04.2021

Kabul Tarihi: 30.06.2021

**DOI:10.30769/usbd.911867**

Online Yayın Tarihi: 30.06.2021

### Öz

Son yıllarda, yaşlı bireylerde sporu sağlıklı yaşam için yapmanın yanı sıra, müsabaka düzeyinde yapanların sayısı artış göstermeye başlamıştır. Veteran sporcular olarak tanımlanan bu grup; genel olarak >40 yaş olup, yaşamları boyunca düzenli olarak antrenman yapan ve performans seviyelerini olabildiğince uzun süre korumaya çalışan sağlıklı kişilerdir. Sporcularda beslenmeye olan ilgi gün geçtikçe artış göstermektedir. Egzersiz sırasında maksimum verimin alınması diyet faktörlerine bağlı olup; hedeflenen performansa daha hızlı ulaşılması, güç ve dayanıklılığı artırması ve yaralanma riskini azaltarak egzersiz sonrası toparlanmaya yardımcı olacağı düşüncesi ile ergojenik destekler sıklıkla kullanılmaktadır. Bu derlemenin amacı veteran sporcularda ergojenik desteklerin egzersiz performansını üzerine etkilerini değerlendirmektir. Yapılan literatür taraması sonunda 60 makale derlemeye dahil edilmiş olup, bunların 19 tanesi bu konuda yapılan uluslararası araştırma makalelerini içermektedir. Yapılan çalışmalar oldukça sınırlı olup, kreatin en çok çalışılan ergojenik destek ürünüdür. En çok çalışılan ergojenik destek ürünü olmasına rağmen kreatin takviyesinin veteran sporcularda yan etkilerini gösterilen çalışmalar mevcuttur. Bunun yanı sıra sitrülün malat, beta alanin, protein, beta hidroksi beta metil bütirat, vitamin-mineral ile omega-3 takviyeleri ile ilgili de çalışmalara rastlanmış olup; çalışma sonuçları ergojenik desteklerin veteran sporcularda egzersiz performansını geliştirici etki gösterebilecekleri sonucuna varsa da çelişkili sonuçlarda mevcuttur. Ayrıca veteran sporcular üzerinde hiç çalışma yapılmamış ama genç sporcular arasında yaygın olarak kullanılan ergojenik destekler de mevcuttur. Bu nedenle veteran sporcularda bu konunun aydınlatılabilmesi adına daha fazla çalışmaya ihtiyaç vardır.

**Anahtar kelimeler:** Veteran sporcular, ergojenik destek, sporcu beslenmesi, sporcu performansı, besin desteği.

## Ergogenic Supplements: A Special Group "Master Athletes"

### Abstract

In recent years, the number of elderly people who do sports for competition, as well as healthy life, has started to increase. This group is defined as master athletes; they are generally healthy people aged > 40 years who train regularly throughout their lives and try to maintain their performance level as long as possible. The interest in nutrition among athletes is increasing day by day. Maximum efficiency during exercise depends on dietary factors; ergogenic supplements are frequently used with the idea that they will help to achieve the targeted performance faster, increase strength and endurance and help recovery after exercise by reducing the risk of injury. This review aims to evaluate the effects of ergogenic supplements on exercise performance in master athletes. In total 60 articles were included in this literature review, 19 of which included international research articles on this subject. The review showed that studies are very limited, and that creatine was the most studied ergogenic supplement. Although it is the most studied ergogenic supplement, there were studies showing the side effects of creatine supplementation in master athletes. In addition, studies have been found on citrulline malate, beta-alanine, protein, beta hydroxy beta methyl butyrate, vitamin-mineral and omega-3 supplements; although the results conclude that ergogenic supplements may improve exercise performance in master athletes, the results were conflicting. Additionally, there are also ergogenic supplements that have never been studied on master athletes but are widely used among young athletes. Therefore, more studies are needed to enlighten this subject in master athletes.

**Keywords:** Master athletes, ergogenic supplement, sport nutrition, athletes performance, nutritional supplement.

\* Sorumlu Yazar: Arda ÖZTÜRKCAN, E-posta: [turkcana@hotmail.com](mailto:turkcana@hotmail.com)

## GİRİŞ

Günümüzde, uzun yaşamak kadar yaşam kalitesini artırarak yaşamak da oldukça önemlidir (Güven, Özdemir ve Ersoy, 2009). Sedanter yaşam tarzı, fiziksel olarak aktif olmama durumu, özellikle kardiyovasküler hastalıklar başta olmak üzere birçok hastalık için en önemli risk faktörüdür. Bunun yanı sıra dünya çapında nüfusun önemli bir kısmının sedanter yaşam tarzına daha yatkın olduğu görülmektedir (Lavie, Ozemek, Carbone, Katzmarzyk ve Blair, 2019).

Son yıllarda, yaşlı bireylerde sporu sağlıklı yaşam için yapmanın yanı sıra, müsabaka düzeyinde yapanların sayısı artış göstermeye başlamıştır (Güven vd., 2009). Örneğin; 1995 yılından 2010 yılına kadarki süreçte, İsviçre’de 40 yaş üzerindeki erkekler için olan yarış pistleri %23’ten %48’e yükselmiştir. 1986’dan 2010’a kadarki dönemde de Hawaii Dünya Şampiyonalarını tamamlayan yaşlı erkek sporcuların (>40 yaş) yüzdesinin %31’den %56’ya kadar arttığı görülmüştür (Doering, Reaburn, Cox ve Jenkins, 2016). Veteran sporcuların tanımı yapılan spor türüne göre değişmekle birlikte; genel olarak, yaşamları boyunca düzenli olarak antrenman yapan ve performans seviyelerini olabildiğince uzun süre korumaya çalışan sağlıklı kişiler olarak tanımlanabilir (Fink, 2018; Louis, Vercruyssen, Dupuy ve Bernard, 2019a). Veteran sporcuların yaşı ile ilgili genel bir sınıflandırma olmamakla birlikte genelde 35 yaş ve üstü kadınlar ile 40 yaş ve üstü erkekler, veteran sporcu sınıflamasına girmektedir (Güven vd., 2009).

Ülkemizde veteran sporcu sayısı az olsa da dünyada, veteran sporcuların spor müsabakalarına (özellikle uzun mesafe koşusu ve triatlon gibi dayanıklılık sporlarında) katılımlarında artış ve tüm yaş gruplarında rekorlarda iyileşme gözlemlenmiştir (Nikolaidis, Zingg ve Knechtle, 2017). Bu nedenle veteran sporcular, başarılı yaşlanmanın gerçek örnekleri olarak kabul edilebilmektedirler. Literatürde, veteran sporcuların fiziksel performansı sürdürmeleri konusundaki olağanüstü kapasitelerini anlamayı amaçlayan çok sayıda çalışma mevcuttur (Bagley vd., 2019; Knechtle, Barbosa ve Nikolaidis, 2019; Lepers ve Stapley, 2016). Ayrıca veteran sporcuların yaşam tarzı alışkanlıklarının (yani eğitim, diyet, uyku vb.) ve fiziksel kapasitelerinin gözlemlenmesi, yaşlanma sürecini ve sağlıklı yaşlanma stratejilerini daha iyi anlamak için değerli kaynaklardır (Bernard vd., 2012; Lazarus ve Harridge, 2017; Louis, Vercruyssen, Dupuy ve Bernard, 2019b).

Sporcularda beslenmeye olan ilgi gün geçtikçe artış göstermektedir. Egzersiz sırasında maksimum verimin alınması diyet faktörlerine bağlı olup; hedeflenen performansla daha hızlı ulaşılması, güç ve dayanıklılığı artırması ve yaralanma riskini azaltarak egzersiz sonrası toparlanmaya yardımcı olacağı düşüncesi ile ergojenik destekler sporcular arasında sıklıkla kullanılmaktadır (Bayram ve Öztürkcan, 2020). Dünya Veteran Sporcular Atletizm Şampiyonası’na katılan sporcular üzerinde yapılan bir çalışmada katılımcıların %60.5’inin ergojenik destek kullandıkları ve bu ergojenik desteklerin büyük çoğunluğunu vitamin (%35.4) ve mineral (%29.9) tabletlerin oluşturduğu görülse de protein (%10.6) ve kreatin (%6.5) tüketimlerinin de yaygın olduğu gösterilmiştir (Striegel, Simon, Wurster, Niess ve Ulrich, 2006). Ülkemizde yapılan bir çalışmada ise %28.1’inin ergojenik destek kullandığı ve bunların %55.6’sının vitamin-mineral tabletleri, %44.4’ünün ise yağ yakıcı ve kas kütlelerini artırıcı ürünler oldukları belirtilmiştir (Güven vd., 2009). Bunun yanı sıra, Uluslararası Spor Beslenme Derneği

veteran sporcular için etkili ve genellikle güvenli olarak “güç ve dayanıklılık” sporlarında kafein, kreatin monohidrat ve beta alanin alımının yarar sağlayabileceğini gösterse de bu konu ile ilgili veriler oldukça sınırlıdır (Kerksick vd., 2018). Veteran sporcuların rekabetçi kalabilmek için karşılaşabilecekleri beslenme zorlukları düşünüldüğünde veteran sporcularda bu konunun aydınlatılması önem arz etmektedir. Bu derlemenin amacı veteran sporcularda ergojenik desteklerin egzersiz performansı üzerine etkilerini değerlendirmektir.

## YÖNTEM

Veteran sporcularda ergojenik desteklerin kullanımı ve performans üzerine etkilerini değerlendirmek amacı ile Google Scholar, Pubmed, ScienceDirect ve Scopus veri tabanlarında literatür taraması yapılmıştır. Tarama sırasında kullanılan İngilizce anahtar kelimeler: “older adults” ya da “master athletes” ve “nutritional supplements”, “ergogenic supplements”, “creatine”, “caffeine”, “glutamine”, “arginine”, “citrulline”, “beta alanine”, “protein”, “amino acids”, “beta hydroxy methylbutyrate”, “carnitine”, “omega-3”, “vitamins and minerals” ve “sodium bicarbonate”tır. Türkçe olarak kullanılan anahtar kelimeler ise: “master sporcular” ya da “veteran sporcular” ve “ergojenik destekler”, “besin takviyeleri”dir. Yapılan literatür taraması sonunda 60 makale derlemeye dahil edilmiş olup, bunların 19 tanesi bu konuda yapılan uluslararası araştırma makalelerini içermektedir.

## Kreatin

Ergojenik destekler arasında en çok kullanılanlardan bir tanesidir (Bayram ve Öztürkcan, 2020). Bunun yanı sıra, Uluslararası Spor Beslenme Derneği 2018 yılındaki son raporuna göre güç ve dayanıklılık egzersizlerinde kas gücünü artırmada en etkili olan suplemanlar olarak kreatin monohidratları göstermektedir ki bu, dünya çapında en yaygın olarak kullanılan ve araştırılan kreatin takviyesi formudur (Kerksick vd., 2018; Stares ve Bains, 2020).

Kreatin vücuda alındıktan sonra fosfokreatine dönüştürülür ve büyük ölçüde iskelet kasında depolanır (~%95) (Bayram ve Öztürkcan, 2020; Stares ve Bains, 2020). Vücudun enerji harcamasından sonra adenosin difosfatı yenilemek için birincil enerji kaynağı olarak tercihen adenosin trifosfat üzerinden kullanılması gerekmektedir. Yüksek yoğunluklu egzersizlerde meydana gelen yüksek enerji talebine karşın protein sentezini artırır (Jäger, Purpura, Shao, Inoue ve Kreider, 2011). Yaşlanma ile birlikte fosfokreatin gibi kas hücresi yakıt kaynakları azalmaktadır (Tarnopolsky, 2008). Bununla birlikte kreatin takviyesinin yaşlılarda olumlu etkiler gösterebileceği düşünülmektedir fakat veteran sporcularda kreatin takviyesinin performans üzerine etkisi bilimsel çalışmalarda net değildir (Candow, Forbes, Chilibeck, Cornish, Antonio ve Kreider, 2019).

Veteran sporcularda etkinliği en çok çalışılan grubu kreatin oluşturmaktadır. Bununla birlikte çalışmaların çoğu direnç egzersizi yapan sağlıklı yaşlılar üzerinedir. Sağlıklı yaşlılarda yapılan bir çalışmada 14 hafta, 5 g/gün kreatin takviyesinin plaseboya kıyasla her iki cinsiyette de



yağsız vücut kütlesi ile toplam vücut kütlelerini ve izometrik diz uzatma gücünü artırdığı rapor edilmiştir. Ayrıca erkeklerde ek olarak izometrik dorsifleksiyon gücünde de artış saptanmıştır (Brose, Parise ve Tarnopolsky, 2003). Başka bir çalışmada da aynı doz sağlıklı yaşlılara 6 ay verildiğinde; kas dayanıklılığı, izokinetik diz uzatma kuvveti ve yağsız vücut kütlelerinde artış meydana gelmiştir (Tamopolsky vd., 2007). Sağlıklı yaşlı kadınlara 12 hafta 5 g/gün kreatin takviyesi ise yağsız vücut kütlesi ile kas kütlelerinde artışa yol açarak, egzersiz hacminde, bench press, diz uzatma ile biceps kıvrırma performansında daha fazla artış sağlamıştır. Takviye alan grup submaksimal kuvvet fonksiyon testlerini gerçekleştirmede daha dayanıklı olarak saptanmıştır (Aguiar vd., 2013). Sağlıklı yaşlı erkeklerde yapılan bir çalışmada, 0.3 g/kg kreatin yükleme dozundan sonra 12 hafta 0.07 g/kg/gün kreatin takviyesi, vücut kas kütlelerinde, diz uzatma gücünde, bacak basma dayanıklılığında ve diz uzatma dayanıklılığında artışa yol açarak ortalama güçte artış meydana getirmiştir. Bench press gücü ile dayanıklılığı arasında ise plaseboya kıyasla bir fark görülmemiştir (Chrusch, Chilibeck, Chad, Davison ve Burke, 2001). Benzer olarak sağlıklı erkek yaşlılarda, 10 hafta 0.1 g/kg kreatin ya da 0.1 g/kg kreatin ve 0.3 g/kg protein takviyesi, plaseboya kıyasla toplam vücut kütlesi ile kas kalınlığında artışa yol açmıştır. Kreatin ve protein takviyesi alan grupta yağsız vücut kütlesi ile bench press kuvvetinde daha fazla artış saptanmıştır (Candow vd., 2008). Sağlıklı yaşlı kadınlarda yapılan bir çalışmada ise 12 hafta 0.1 g/kg/gün kreatin takviyesi, femur boynu kemik mineral yoğunluğu kaybı oranını azaltmış ve kemik eğilme direncinin bir göstergesi olan femoral shaft subperiosteal genişliğinde artışa yol açmıştır. Ayrıca, bench press gücünü plaseboya kıyasla daha fazla artırmıştır (Chilibeck, Candow, Landeryou, Kaviani ve Paus-Jenssen, 2015). Sağlıklı yaşlılara ilk 5 gün 5 g/günde 4 kez kreatin ve sonraki 47 gün 3 g/gün kreatin takviyesi sonrası antropometrik ölçümler arasında plasebo ile bir fark saptanmazken, bacak uzatma ve göğüs baskısı için maksimum ve izometrik aralıklı dayanıklılık testlerinde artış meydana gelmiştir. Bunun yanı sıra doz-egzersiz-süreye göre etkileşime bakıldığında ise sonuçlar istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır (Bermon, Venembre, Sachet, Valour ve Dolisi, 1998). Başka bir çalışmada yaşlılar iki gruba ayrılarak (sedanter ve veteran bisikletçiler) 5 gün 15 g/gün kreatin takviyesi sonucu sedanter yaşlılarda egzersiz performansı ile maksimum güçte artış saptanmıştır fakat veteran sporcularda bir değişiklik gözlenmemiştir. Pedal çevirme performansı ise gruplar arasında farklı bulunmamıştır (Wiroth, Bermon, Andreï, Dalloz, Hébuterne ve Dolisi, 2001). Sağlıklı erkek yaşlılara 7 g kreatin monohidrat yüklemesinden sonra 14 hafta, haftada 3 gün 5 g/gün kreatin monohidrat, 35 g/gün peynir altı suyu ya da ikisinin kombine takviyesi sonucu, plasebo grubu dahil tüm gruplarda toplam güç ve vücut kütlelerinde artış görülmüştür. Gruplar arası kas gücünde ise bir fark saptanmamıştır (Bemben, Witten, Carter, Eliot, Knehans ve Bemben, 2010). Yine sağlıklı yaşlı erkeklere 6 ay 5 g/gün kreatin ile antrenmanın olduğu günler ek 3 g/gün kreatin takviyesi ise dayanıklılık kapasitesinde, maksimal artımlı bisiklet ergometresi testinde, izometrik güçte ve diz uzatma kas gücü üzerinde bir etki göstermemiştir (Eijnde vd., 2003).

Literatürde kreatin takviyesinin yan etkilerini bildiren çalışmalar da mevcuttur (Chilibeck vd., 2015; Chrusch vd., 2001; Eijnde vd., 2003). Yan etki gösteren çalışmalarda günlük düşük dozda kreatin kullanılmıştır. Çalışma sonrası takip sırasında, katılımcılarda çeşitli hafif ile orta dereceli gastrointestinal rahatsızlıklar, kas krampları ve kas gerginlikleri bildirilmiştir (Chilibeck vd., 2015; Chrusch vd., 2001). Bunun yanı sıra bir çalışmada 5 katılımcıda (4'ü

kreatin takviyesi alan yaşlı, biri plasebo grubundan olmak üzere) kardiyovasküler açıdan olumsuz etkiler gözlenmiştir (Eijnde vd., 2003).

Görüldüğü üzere kreatin takviyesinin veteran sporcularda spor performans üzerine etkinliği hakkındaki sonuçlar çelişkilidir. Yapılan çalışmaların çoğunda kreatin takviyesi vücut kas kütlelerinde artış sağlamıştır (Aguiar vd., 2013; Bemben vd., 2010; Brose vd., 2003; Candow vd., 2008; Chrusch vd., 2001; Tamopolsky vd., 2007). Bunun yanı sıra antropometrik ölçümler üzerine etkinliği saptanmayan çalışma da mevcuttur. (Bermon vd., 1998). Ayrıca performans üzerine olumlu etki göstererek hem egzersiz performansını hem dayanıklılığı hem de kas gücünü artırıcı etkileri gösterilse de etkinliği saptanmayan çalışmalar da mevcuttur (Aguiar vd., 2013; Bemben vd., 2010; Bermon vd., 1998; Brose vd., 2003; Candow vd., 2008; Chilibeck vd., 2015; Chrusch vd., 2001; Eijnde vd., 2003; Tamopolsky vd., 2007; Wiroth vd., 2001). Yapılan çalışma sonuçlarının çelişkili olması ve bazılarında yan etkiye rastlanması kreatin takviyesinin bu popülasyonda dikkatli kullanılması gerektiğini ve egzersiz performansı, kas gücü ve dayanıklılığı üzerinde kesin bir sonuca ve etkin doza ulaşmak için daha fazla çalışmaya ihtiyaç olduğunu göstermektedir.

### **Sitrülin malat (CM)**

Nitrik oksit (NO), çeşitli fizyolojik süreçler üzerinde yaygın etkileri olan gaz halinde bir sinyal molekülü olup, en önemli özelliği oksijen ve enerji substratlarının aktif kas sistemine iletimini arttırmak için vazodilatasyonu sağlamasıdır (Bescós, Sureda, Tur ve Pons, 2012; Joyner ve Casey, 2015). Bunun yanı sıra sitrülin artırılmış egzersiz etkinliği, mitokondriyal solunum, endoplazmik retikulumda kalsiyum kullanımı, glikoz alımı ve kas yorgunluğuna yardımcıdır (Bailey, Vanhatalo, Winyard ve Jones, 2012). Tüm bu olumlu etkilerine ek olarak, sitrülinin malatla birleştiğinde dayanıklılığı ve yüksek yoğunluklu egzersiz performansını artırmaya yardımcı olmasından dolayı ergojenik destek olarak sitrülin malat (CM) takviyesinin kullanılması büyük ilgi görmektedir (Bayram ve Öztürkcan, 2020; Trexler, Persky, Ryan, Schwartz, Stoner ve Smith-Ryan, 2019).

İlerleyen yaşla NO üretimi azalmaktadır (Sverdlov, Ngo, Chan, Chirkov ve Horowitz, 2014). NO'daki bu azalmanın nedenlerinden biri, artan arginaz aktivitesine bağlanabilir (Santhanam, Christianson, Nyhan ve Berkowitz, 2008). L-sitrülin, arginaz enzimini inhibe eder ve takviye, L-arginin kullanılabilirliğini artırabilir (Shearer, Richards, Mills ve Caldwell, 1997). Bu nedenle, L-sitrülin ile takviyenin, L-arginin kullanılabilirliğini ve ardından nitrik oksit sentezinden NO sentezine gelen potansiyeli artırması beklenir (Glenn, Gray, Jensen, Stone ve Vincenzo, 2016). Bu açıdan düşünüldüğünde, yaşlanan bireylerde CM takviyesinin egzersiz performansı açısından genç bireylerle benzer etkileri ortaya çıkaracağı varsayılmaz.

Literatürde CM takviyesini veteran sporcularda değerlendiren bir çalışmaya rastlanmıştır. Yapılan bu çalışmada veteran kadın tenisçilere egzersizden 1 saat önce 8 g CM takviyesi sonrası plaseboya kıyasla el kavrama gücü ortalaması ve maksimum güçte daha fazla artış görüldüğü saptanmıştır. Zıplama gücü performansı açısından gruplar arasında bir fark görülmemiştir.

Wingate aerobik bisiklet değerlendirme performansı ise takviye alan grupta daha yüksek bulunmuştur (Glenn vd., 2016). Bu veri, CM'nin müsabaka öncesi tüketiminin, veteran tenis sporcularında tenis maçı performansını geliştirme potansiyeline sahip olabileceğini göstermektedir. Ancak, bu çalışmada kontrollü bir laboratuvar ortamı kullanılmıştır ve saha performansı üzerine etkinliği doğrudan değerlendirilmemiştir. Bunun yanı sıra diğer branşlar ve veteran gruplarda da etkinliğini değerlendirmek adına çalışmalara ihtiyaç vardır.

### **Beta alanin (BA)**

Spesifik olarak, beta alanin (BA) karaciğerde sentezlenen ve hayvansal kaynaklı ürünlerde bulunan esansiyel olmayan bir amino asittir (Jordan, Lukaszuk, Misic ve Umoren, 2010). BA'nın insan iskelet kasında karnozin düzeylerini artırdığı gösterilmiştir (Bex, Chung, Baguet, Achten ve Derave, 2015; Harris ve Stellingwerff, 2013; Peeling, Binnie, Goods, Sim ve Burke, 2018; Trexler vd., 2015). Karnozin, kas dokusunda bulunur ve kısa süreli yüksek yoğunluklu fiziksel egzersizlerde hidrojen protonlarının (H<sup>+</sup>) tampon görevini görür (Bex vd., 2015). Tamponlama kapasitesinde artış yorgunluğu geciktirerek egzersiz performansını artırır (Glenn vd., 2015).

Cinsiyete bağlı olmayan karnozin seviyeleri yaşla birlikte azalmaktadır (Glenn vd., 2015). Karnozin yüklemesinin eğitimli kişilerin kaslarında daha da arttığı gerçeğiyle birlikte ele alındığında, bu eğitimli veteran sporcuların BA takviyesine daha duyarlı olabileceği düşünülebilir (Bex vd., 2014).

BA takviyesini veteran sporcularda değerlendiren çalışmaların birinde veteran kadın bisikletçilere 28 gün 800 mg/günde 4 kez BA takviyesi, yorulma zamanını geciktirmiş, toplam egzersizi bitirme gücünde artışa yol açarak kan laktat seviyelerini azaltmıştır (Glenn vd., 2015). Diğer çalışmada ise veteran kadın bisikletçilere aynı doz ve sürede BA takviyesi, izokinetik güç ve toplam egzersizi bitirme gücünde artışa yol açmıştır. Takviyeden sonra el kavrama gücü veya vücut kompozisyonu için hiçbir farklılık görülmemiştir (Glenn, Gray, Stewart, Moyen, Kavouras, DiBrezza, Turner, Baum ve Stone, 2016). Çalışmalar sadece veteran kadın bisikletçiler üzerinde yapılmış olup, BA'nın olumlu etkisi bu çalışmalarda gözlenirse de hala ergojenik destek olarak veteran sporcularda kullanılması açısından açıklığa kavuşturulması gereken çok fazla durum vardır.

### **Protein**

Kas yapımının devamlılığı ve onarımı için proteinlere ihtiyaç vardır. Egzersiz, kas içi protein oksidasyonunu ve bozulmasını artırır. Bunu takiben, kas protein sentezinde 1 veya 2 güne kadar artış görülmektedir (Cermak, Res, Groot, Saris ve van Loon, 2012). Bu nedenle kas protein sentezi için gerekli esansiyel aminoasitleri sağlamak ve kas-protein yıkımını minimum seviyelere indirmek adına diyetle yeterli protein alımına ihtiyaç vardır (Bayram ve Öztürkcan, 2020).

Protein alımının veteran sporcularda etkinliğini değerlendirmek için yapılan çalışmaların katılımcılarını veteran erkek triatletler oluşturmaktadır. Bu amaçla yapılan bir çalışmada veteran erkek triatletlere 10 hafta, 20 mg/gün sığır eti, whey protein (peynir altı suyu) ya da karbonhidrat takviyesi sonucu sadece sığır eti vücut kütlelerini önemli ölçüde azaltmış ve uyluk kas kütlelerini koruma veya artırma eğilimi göstermiştir. Ayrıca bu grupta kan ferritin seviyelerinde artış saptanmıştır. Hem peynir altı suyu hem de karbonhidrat takviyeleri, vastus medialis kalınlığında anlamlı bir azalmaya yol açmıştır. Hidrolize sığır proteinli bir içeceğin antrenmandan sonra veya kahvaltıdan önce (antrenman yapılmayan günler) yutulmasının, uyluk kas kütlelerini korumada ve veteran erkek triatletlerde demir durumunu iyileştirmede etkili olabileceği gösterilmiştir (Naclerio vd., 2017). Yine benzer olarak veteran erkek triatletlere 10 hafta 20 g/gün sığır eti ya da plasebo (maltodekstrin) verilmesi sonucu, plasebo grubunda tükürük nötrofil peptitlerinde (solunum sıkıntısı sendromuna yanıt olarak artan spesifik bir alfa-defensin grubunu kapsar ve bunların konsantrasyonundaki akut artışlar submaksimal dayanıklılık egzersizlerinden sonra bildirilmiştir) anlamlı olmayan azalma gözlenmiştir. Protein takviyesi, müdahale öncesi ve sonrası lenfosit sayısında önemli bir azalma ile orta derecede ancak istatistiksel olarak anlamlı olmayan nötrofil-lenfosit oranı artışına yol açmıştır. Veteran erkek triatletlerde, sadece protein içeren bir takviyenin egzersiz sonrası tüketilmesinin, bazı tükürük ve hücrel immünolojik belirteçlerin negatif uzun vadeli değişikliklerini azaltmak için tek başına karbonhidrat kadar etkili olamayabileceği saptanmıştır (Naclerio vd., 2019).

Görüldüğü üzere yapılan çalışmalarda protein alımının egzersiz performansı üzerine olumlu etkileri olabileceği gösterilse de bu çalışmalar oldukça sınırlıdır (Naclerio vd., 2017; 2019). Ayrıca bir çalışmada, karbonhidrattan bağımsız tüketilmesinin bazı tükürük ve hücrel immünolojik belirteçlerin negatif uzun vadeli değişikliklerini azaltmak için tek başına yeterli olamayacağını karbonhidratla birlikte tüketilmesi gerektiğini vurgulamıştır (Naclerio vd., 2019). Çalışmaların sınırlı olması kesin bir sonuca varılmasını engellerken; protein tozu ya da protein şeklinde alımın genel olarak genç sporcularda olumlu etkileri görülse de veteran sporcularda protein alımı mı yoksa tozu şeklinde mi alımının daha çok etkisi olduğu da hala bilinmemektedir (Bayram ve Öztürkcan, 2020).

### **Beta hidroksi beta metil bütirat (HMB)**

Beta hidroksi beta metil bütirat (HMB) lösin aminoasidinin bir metabolitidir (Bayram ve Öztürkcan, 2020). HMB'nin neden olduğu düşünülen ana etkiler; yağsız vücut kütlelerinde artış, kas proteolizinde azalma, güç artışı ve vücut yağ kütlelerinde azalma dahil olmak üzere direnç eğitimi ile ilişkilidir (Sanchez-Martinez, Santos-Lozano, Garcia-Hermoso, Sadarangani ve Cristi-Montero, 2018).

Literatürde veteran sporcularda etkinliğini değerlendirebilmek adına sağlıklı yaşlılarda yapılan bir çalışmaya rastlanmıştır. Bu çalışmada sağlıklı yaşlılara 8 hafta, 3 g/gün HMB takviyesinin, vücut kütlelerini artırmaya ve vücut yağını önemli ölçüde azaltmaya yardımcı olduğu saptanmıştır. Ayrıca bacak kıvrılma direnci gücünde artış görülmüş fakat artış istatistiksel olarak iki grup arasında anlamlı bulunmamıştır (Vukovich, Stubbs ve Bohlken, 2001). Literatürde başka bir çalışmaya rastlanmamış olup, HMB'nin etkinliğine dair genel bir sonuca varılamamakla birlikte, çalışma sonuçları oldukça umut vericidir. Bunun yanı sıra çalışma 2001

yılında gerçekleştirilmiştir ve HMB'nin tam etkinliğini ve mekanizmasını açıklamak adına başka çalışmalara ihtiyaç vardır.

### **Vitamin-mineral tabletleri**

Yaşlanma ile birlikte genç yetişkinlere göre aerobik kapasitede ve maksimum güç kapasitesinde azalma meydana gelir ve bu dayanıklılık kapasitesini azaltmaktadır (Lepers, 2008; Tanaka ve Seals, 2008). Yaşlanma ile birlikte dayanıklılıkta azalmada serbest radikallerin kas fonksiyonunu etkilemesi rol oynamaktadır (Figueiredo, Mota, Appell ve Duarte, 2008). Yüksek dayanıklılık egzersizi sırasında sporcu daha fazla oksijen tüketir ki bu oksijen radikallerinin üretimi ile ilişkilidir. Bu durum hücrel antioksidan sistemini aşarak çoklu doymamış yağ asitleri peroksidasyonu ile sonuçlanır (Mastaloudis, Morrow, Hopkins, Devaraj ve Traber, 2004). Bu nedenle antioksidan takviyesinin kas fonksiyon kaybını iyileştirebileceği ve azalan performansı artırabileceği düşünülmektedir.

Literatürde vitamin-mineral takviyesinin veteran sporcularda etkinliğini değerlendiren bir çalışmaya rastlanmış olup; veteran bisikletçilere 21 gün vitamin-mineral içeren tablet takviyesi, maksimal diz uzatma gücünü plasebo ile benzer oranda azalmıştır. Biceps femorisin elektromiyografik aktivitesi takviye alan grupta daha az bir azalma göstermiştir. Yorucu egzersizden sonra bisiklet egzersizi verimliliği azalmış ve oksijen kullanımı yavaşlamıştır. Bisiklet etkinliğindeki azalma, vastus lateralis aktivitesindeki artış ile değerlendirilmiştir ve bu değişiklikler takviye alan grupta daha az olarak saptanmıştır (Louis, Hausswirth, Bieuzen ve Brisswalter, 2010). Bu çalışmanın sonuçları, dayanıklılık eğitimi almış yaşlılarda, vitamin-mineral takviyesinin yorgunluktan sonra bisiklet verimliliği üzerinde genel olarak olumlu bir etkisi olduğunu göstermektedir. Literatürde yer alan başka bir çalışmaya rastlanmaması sonuçların genellenebilirliğini sınırlamaktadır.

### **Omega-3**

Omega-3 yağ asitlerinin protein metabolizmasını artırabileceği ve dolaylı olarak anabolik dirence karşı koyabileceğine dair kanıtlar mevcuttur (Bayram ve Güneş, 2020; Fetterman ve Zdanowicz, 2009). Ek olarak, omega-3 yağ asitleri anti-inflamatuar özelliklere sahiptir, bu da yaşlılarda kas anabolik direncini hafifletmeye yardımcı olabilir (Fetterman ve Zdanowicz, 2009).

Yapılan bir çalışmada sağlıklı yaşlılara, 8 hafta 4 g/gün omega-3 tablet takviyesinin (1.86 g eikosapentaenoik asit (EPA) ve 1.50 g dokosaheksaenoik asit (DHA)) kas protein sentezinin bazal hızı üzerinde hiçbir etkisi görülmemiştir. Bunun yanı sıra, hiperaminoasidemi-hiperinsülinemi kaynaklı artış ile kas rapamisinin memeli hedeflerinde (mTOR) daha büyük artışlar sağlayarak, kas protein sentez hızını artırmıştır (Smith vd., 2011). Yapılan başka bir çalışmada sağlıklı yaşlı kadınlardan bir gruba 90, diğerine 150 gün 2 g/gün balık yağı takviyesi (180 g/kg EPA ve 120 g/kg DHA) sonrası takviye alan gruplarda daha yüksek olacak şekilde, plasebo grubu da dahil tüm gruplarda tüm kaslar için (diz fleksör ve ekstansör, plantar ve dorsiflexor) kas güçlerinde artış gösterilmiştir. Yine takviye alan gruplarda sandalyeye otur-

kalk performansı daha yüksek bulunmuştur (Rodacki vd., 2012). Her iki çalışmada da omega-3 takviyesinin olumlu etkileri görülmüş ve herhangi bir yan etkiye rastlanmamıştır. Bu sonuçlara göre veteran sporcularda kas protein sentezine yardımcı olmak adına ve kas gücünü artırarak egzersiz performansında iyileşme sağlamak için omega-3 takviyesinin olumlu etki gösterebileceği yorumu yapılabilir. Fakat bu çalışmalar direnç egzersizi yapan sağlıklı yaşlılarda yapılmış olup, profesyonel sporcu grubu olan veteranlarda etkinliğini kanıtlamak adına yapılacak çalışmalara ihtiyaç vardır.

Tablo 1'de ergojenik desteklerin veteran sporcular üzerine etkinliklerini değerlendiren çalışmaların özetleri sunulmuştur.

**Tablo 1.** Ergojenik desteklerin veteran sporcular üzerine etkinliklerini değerlendiren çalışmaların özetleri

Katılımcı	Çalışma ve egzersiz süresi	Takviye adı ve dozu	Plasebo grubu	Sonuçlar	Kaynaklar
		<b>Kreatin takviyesi</b>			
32 sağlıklı yaşlı (16 kadın, 16 erkek) (67-80 yaş)	52 gün, haftada 3 gün direnç egzersizi	İlk 5 gün için günde dört kez (5 g kreatin + 2 g glukoz) ve sonraki 47 gün için günde bir kez (3 g kreatin + 2 g glukoz)	İlk 5 gün için günde dört kez (7 g glukoz) ve sonraki 47 gün için günde bir kez (5 g glukoz)	Bacak uzatma ve göğüs baskısı için maksimum ve izometrik aralıklı dayanıklılık testlerinde artış, antropometrik ölçümlerde fark görülmemiş	Bermon vd., 1998
30 sağlıklı yaşlı erkek (60-84 yaş)	12 hafta, haftada 3 gün direnç egzersizi	İlk 5 gün 0.3 g/kg kreatin, diğer günler 0.07 g/kg kreatin	Plasebo*	Vücut kas kütlesi, diz uzatma gücü, bacak basma ve diz uzatma dayanıklılıklarında ve ortalama güçte artış; bench press gücü ve dayanıklılığında fark görülmemiş	Chrusch vd., 2001
42 sağlıklı genç ve yaşlı erkek (Sedanter yaşlılar 70.1±1.2 ve gençler 26.0±1.2, düzenli bisiklet egzersizi yapan yaşlılar 66.4±1.4 yaş)	Tek test egzersizi	5 gün günde 3 kez 5 g kreatin monohidrat + 10 g süktroz	5 gün günde 3 kez 10 g kazein ve 5 g süktroz	Sedanter yaşlı ve gençlerde maksimum güçte artış ve egzersiz bitirmede iyileşmeler; egzersiz yapan yaşlılarda ise pedal çevirme performansında önemli bir değişiklik görülmemiş	Wiroth vd., 2001
28 sağlıklı yaşlı (15 erkek, 13 kadın) (>65 yaş)	14 hafta, haftada 3 gün direnç egzersizi	5 g/gün kreatin + 2 g/gün dekstroz	7 g/gün dekstroz	Yağsız vücut kütlesi, toplam vücut kütlesi, izometrik diz uzatma gücünde artış ile sadece erkeklerde izometrik dorsifleksiyon gücünde artış	Brose vd., 2003
46 sağlıklı yaşlı erkek (55-75 yaş)	6 ay, haftada 2-3 gün direnç egzersizi	5 g/gün kreatin (1 g kahvaltı, 3 g öğle, 1 g akşam), eğitimin olmadığı günlerde ve antrenman günlerinde antrenmanın hemen ardından alınan 3 g kreatin	Plasebo*	Dayanıklılık kapasitende, maksimal artımlı bisiklet ergometresi testinde, izometrik güçte ve diz uzatma kas gücünde bir fark görülmemiş	Eijnde vd., 2003
39 sağlıklı yaşlı (19 erkek, 20 kadın) (65-85 yaş)	6 ay, haftada 2 gün direnç egzersizi	5 g/gün kreatin + 2 g/gün dekstroz + 6 g/gün konjuge linoleik asit	7 g/gün dekstroz + 6 g/gün mısır yağı	Egzersiz eğitimi, kas dayanıklılığı, izometrik diz uzatma kuvveti, yağsız vücut kütlesinde daha fazla artış	Tamopolsky vd., 2007
35 sağlıklı yaşlı erkek (59-77 yaş)	10 hafta, haftada 3 gün direnç egzersizi	Egzersiz günlerinde, günde 3 kez 0.1 g/kg kreatin+ 0.3 g/kg protein ya da 0.1 g/kg kreatin	1.2 g/kg çikolata ve kiraz aromalı süktroz tozu	Hem kreatin hem de kreatin ve protein alan gruplarda toplam vücut kütlesi ile kas kalınlığında artış; kreatin ve protein alan grupta yağsız vücut kütlesi ile bench press kuvvetinde daha fazla artış	Candow vd., 2008

**Tablo 1. devamı** Ergojenik desteklerin veteran sporcular üzerine etkinliklerini değerlendiren çalışmaların özetleri

Katılımcı	Çalışma ve egzersiz süresi	Takviye adı ve dozu	Plasebo grubu	Sonuçlar	Kaynaklar
42 sağlıklı erkek (48-72 yaş)	14 hafta, haftada 3 gün direnç egzersizi	Egzersize başlamadan 2 hafta önce, haftada 3 gün, 7 g kreatin monohidrat ve 480 ml glukoz (yükleme dozu), 5 g kreatin monohidrat ya da 35 g peynir altı suyu ya da her ikisinin kombine takviyesi	Plasebo*	Tüm gruplarda toplam güç ve toplam vücut kütlelerinde artış; kas gücünde bir fark gözlenmemiş	Bemben vd., 2010
18 sağlıklı yaşlı kadın (60-80 yaş)	12 hafta, haftada 3 gün direnç egzersizi	5 g/gün kreatin	5 g/gün maltodekstrin	Yağsız vücut kütleleri, kas kütlelerinde, egzersiz hacminde, bench press, diz uzatma ve biceps kıvrıma performanslarında artış; submaksimal kuvvet fonksiyon testlerini gerçekleştirmede daha fazla iyileşme	Aguiar vd., 2013
47 sağlıklı yaşlı kadın (kreatin alan grup 57±4, plasebo grubu 57±7 yaş)	12 hafta, haftada 3 gün direnç egzersizi	0.1 g/kg/gün kreatin monohidrat (0.05 g/kg egzersiz öncesi ve sonrası ya da egzersiz olmayan günlerde 2 öğün şeklinde)	Plasebo*	Femur boynu kemik mineral yoğunluğu kaybı oranında azalma; femoral shaft subperiosteal genişliğinde ve bench press gücünde artış	Chilibeck vd., 2015
17 veteran kadın tenisçi (51±9 yaş)	Tek test egzersizi	Egzersizden 1 saat önce, 8 g sitrülün malat + 12 g dekstroz	12 g dekstroz	El kavrama gücü ortalaması ve maksimum güç ile Wingate aerobik bisiklet değerlendirme performansında artış; zıplama gücü arasında gruplar arasında fark görülmemiş	Glenn vd., 2016
<b>Beta alanin takviyesi</b>					
22 veteran kadın bisikletçi (53.3±1.0 yaş)	28 gün	Günde 4 kez 800 mg beta alanin ve 8 g dekstroz	Günde 4 kez 8 g dekstroz	Yorulma zamanında gecikme; toplam egzersiz bitirme gücünde artış; kan laktat seviyelerinde azalma	Glenn vd., 2015
22 veteran kadın bisikletçi (>47 yaş)	28 gün	Günde 4 kez 800 mg beta alanin ve 8 g dekstroz	Günde 4 kez 8 g dekstroz	İzokinetik güç ve toplam egzersiz bitirme gücünde artış; el kavrama gücü ve vücut kompozisyonunda bir fark görülmemiş	Glenn vd., 2016



**Tablo 1. devamı** Ergojenik desteklerin veteran sporcular üzerine etkinliklerini değerlendiren çalışmaların özetleri

Katılımcı	Çalışma ve egzersiz süresi	Takviye adı ve dozu	Plasebo grubu	Sonuçlar	Kaynaklar
<b>Protein takviyesi</b>					
30 veteran erkek triatlet (35-60 yaş)	10 hafta	Eğitimden hemen sonra veya kahvaltıdan önce 20 g/gün sığır eti ya da peynir altı suyu	20 g/gün karbonhidrat	Sadece sığır eti takviyesi alan grupta, vücut kütlelerinde azalma; uyluk kas kütleleri ve kan ferritin seviyelerinde artış; hem peynir altı suyu hem de karbonhidrat takviyeleri alan gruplarda vastus medialis kalınlığında azalma	Naclerio vd., 2017
16 veteran erkek triatlet (35-60 yaş)	10 hafta	Eğitimden hemen sonra veya kahvaltıdan önce 20 g/gün sığır eti	20 g/gün maltodekstrin	Maltodekstrin alan grupta tükürük nötrofil peptitlerinde azalma	Naclerio vd., 2019
<b>Beta hidroksi beta metilbutirat takviyesi</b>					
31 sağlıklı yaşlı (15 erkek, 16 kadın) (70±1 yaş)	8 hafta, 2 günde 1 direnç egzersizi	3 g/gün beta hidroksi beta metilbutirat	3 g/gün pirinç unu	Vücut yağında azalma; vücut kütlelerinde artış; bacak kıvrılma direnci gücünde istatistiksel olmayan artış	Vukovich vd., 2001
<b>Vitamin-mineral takviyesi</b>					
16 veteran bisikletçi (>60 yaş)	21 gün	İsoxan senior vitamin (106.4 mg C vitamini, 16 mg E vitamini, 1.7 mg B <sub>1</sub> vitamini, 2 mg B <sub>2</sub> vitamini, 5.7 mg beta karoten, 20 mg B <sub>3</sub> vitamini, 2.6 mg B <sub>6</sub> vitamini, 400 mcg B <sub>9</sub> vitamini, 3.2 mcg B <sub>12</sub> vitamini, 133.2 mcg kalsiyum, 133.2 mcg magnezyum, 16 mg çinko, 2 mg demir, 4.6 mg manganez, 2.64 mg bakır, 93.2 mcg selenyum)	Plasebo*	Takviye alan grupta daha az olmak üzere tüm gruplarda izometrik maksimal diz uzatma gücünde, biceps femorisin elektromiyografik aktivitesinde ve yorucu egzersiz sonrası bisiklet egzersizi verimliliğinde azalma	Louis vd., 2010
<b>Omega-3 takviyesi</b>					
16 sağlıklı yaşlı (10 erkek, 6 kadın) (≥65 yaş)	8 hafta	4 g/gün Lovaza (1.86 g EPA ve 1.50 g DHA)	4 g/gün mısır yağı	Kas mTOR'unda ve kas protein sentez hızında artış	Smith vd., 2011
45 sağlıklı yaşlı kadın (64±1.4 yaş)	90 gün, haftada 3 gün direnç egzersizi	Bir grup 90 gün, diğer grup 150 gün (60 gün egzersize başlamadan önce başlanarak) 2 g/gün balık yağı tableti (180 g/kg EPA ve 120 g/kg DHA)	Plasebo*	Tüm gruplarda kaslar için (diz fleksör ve ekstansör, plantar ve dorsiflexor) güçte artış; sadece takviye alan gruplarda sandalyeye otur-kalk performansında artış	Rodacki vd., 2012

\*Yapılan çalışmalarda plasebo olarak ne verildiği belirtilmemiştir.

## SONUÇ VE ÖNERİLER

Son yıllarda yaşlı nüfus tüm dünyada olduğu gibi ülkemizde de gün geçtikçe artmaktadır. Bu duruma paralel olarak sağlıklı yaşam için spor yapan yaşlıların sayısı da artmakta hatta spor müsabakalarına katılan sporcuların yaşlarında da artış görülmektedir. Veteran sporcular olarak adlandırılan bu gruba olan ilgi ülkemizde de artış göstermiş durumdadır ve bu konuda atılan ilk adımlardan biri 5 Nisan 2019'da "Veteran Hentbolcular Derneği"nin kurulmasıdır.

Tüm popülasyonlarda beslenmenin önemi yadsınamaz seviyelerde olup, ilerleyen yaşla birlikte daha önemli ve popüler bir hale gelmektedir. Bu derlemede ergojenik desteklerin veteran sporcular üzerindeki etkilerini değerlendirmek adına yapılan çalışmalara veteran sporculara ek olarak direnç egzersizi uygulanan sağlıklı yaşlı bireylerde dahil edilmiştir. Literatürde ergojenik desteklerin veteran sporcular üzerine etkinliği hakkında oldukça sınırlı çalışma mevcuttur. Bunun nedeni yaşlanma ile birlikte değişen fizyolojik yapı sonucu azalan egzersiz performansı ile besin ögesi ihtiyaçlarının her veteran sporcu için farklı düzeyde olmasından kaynaklı olabilir. Bunun yanı sıra, en çok etkinliği değerlendirilen ergojenik destek ürünü kreatinlerdir. En çok çalışılan ergojenik destek ürünü olmasına rağmen kreatin takviyesi ile ilgili de sonuçlar yetersiz olup, veteran sporcularda yan etkileri gösterilen çalışmalar mevcuttur. Ayrıca çoğu ergojenik destek için sadece bir çalışmaya rastlanmıştır. Bunun yanı sıra veteran sporcular üzerinde hiç çalışma yapılmamış ama genç sporcular arasında yaygın olarak kullanılan ergojenik destekler de mevcuttur (Örneğin, glutamin, kafein, arjinin, L-karnitin vb.). Ayrıca yapılan çalışmalarda çelişkili sonuçların mevcut olması, her branşa göre çalışmanın olmaması bu konuda kesin bir sonuca varmayı zorlaştırmaktadır. Veteran sporcularda ergojenik desteklerin etkinliği değerlendirmek adına daha fazla çalışmaya ihtiyaç olup, bu konu aydınlatılmalıdır.

**Yayın Etiği:** Bu çalışmanın hazırlanma ve 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.

**Çıkar Çatışması:** Bu çalışmada herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

**Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı:** Gökhan ÇELİK; fikir/kavram, kaynak taraması, veri toplama ve makalenin yazımı, Hatice Merve BAYRAM; fikir/kavram, tasarım, kaynakların sınıflandırılması, veri işleme, analiz ve yorum, makalenin yazımı ve literatüre kazandırılması çalışmaları, S. Arda ÖZTÜRKCAN; fikir/kavram, tasarım, makalenin eleştirel incelemesi, süreçlerin denetimi ve danışmanlık.

## KAYNAKLAR

- Aguiar, A.F., Januário, R.S.B., Junior, R.P., Gerage, A.M., Pina, F.L.C., do Nascimento, M.A., Padovani, C.R. & Cyrino, E.S. (2013). Long-term creatine supplementation improves muscular performance during resistance training in older women. *European Journal of Applied Physiology*, 113(4), 987–96. Doi: 10.1007/s00421-012-2514-6.
- Bagley, L., McPhee, J.S., Ganse, B., Müller, K., Korhonen, M.T., Rittweger, J. & Dengens, H. (2019). Similar relative decline in aerobic and anaerobic power with age in endurance and power master athletes of both sexes. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 29(6), 791–9. Doi: 10.1111/sms.13404.
- Bailey, S.J., Vanhatalo, A., Winyard, P.G. & Jones, A.M. (2012). The nitrate-nitrite-nitric oxide pathway: Its role in human exercise physiology. *European Journal of Sport Science*, 12(4), 309–20. Doi: 10.1080/17461391.2011.635705.
- Bayram, H.M. ve Güneş, F.E. (2020). Sarkopeni ve beslenme yaklaşımı. *Geriatrik Bilimler Dergisi*, 3(1), 27-36.
- Bayram, H.M. ve Öztürkcan, S.A. (2020). Sporcularda ergojenik destekler. *Türkiye Klinikleri Journal of Health Sciences*, 5(3), 641–52. Doi: 10.5336/healthsci.2019-72030.
- Bemben, M.G., Witten, M.S., Carter, J.M., Eliot, K.A., Knehans, A.W. & Bemben, D.A. (2010). The effects of supplementation with creatine and protein on muscle strength following a traditional resistance training program in middle-aged and older men. *Journal of Nutrition, Health and Aging*, 14(2), 155–59. Doi: 10.1007/s12603-009-0124-8.
- Bermon, S., Venembre, P., Sachet, C., Valour, S. & Dolisi, C. (1998). Effects of creatine monohydrate ingestion in sedentary and weight-trained older adults. *Acta Physiologica Scandinavica*, 164(2), 147–55. Doi: 10.1046/j.1365-201X.1998.00427.x.
- Bernard, T., Sultana, F., Lepers, R., Hausswirth, C. & Brisswalter, J. (2010). Age-related decline in olympic triathlon performance: Effect of locomotion mode. *Experimental Aging Research*, 36(1), 64–78. Doi: 10.1080/03610730903418620.
- Bescós, R., Sureda, A., Tur, J.A. & Pons, A. (2012). The effect of nitric-oxide-related supplements on human performance. *Sport Medicine*, 42(2), 99–117. Doi: 10.2165/11596860-000000000-00000.
- Bex, T., Chung, W., Baguet, A., Achten, E. & Derave, W. (2015). Exercise training and beta-alanine-induced muscle carnosine loading. *Frontiers in Nutrition*, 7(2), 13. Doi: 10.3389/fnut.2015.00013.
- Bex, T., Chung, W., Baguet, A., Stegen, S., Stautemas, J., Achten, E. & Derave, W. (2014). Muscle carnosine loading by beta-alanine supplementation is more pronounced in trained vs. untrained muscles. *Journal of Applied Physiology*, 116(2), 204-9. Doi: 10.1152/jappphysiol.01033.2013.
- Brose, A., Parise, G. & Tarnopolsky, M.A. (2003). Creatine supplementation enhances isometric strength and body composition improvements following strength exercise training in older adults. *Journal of Gerontology: Biological Sciences and the Journal of Gerontology: Medical Sciences*, 58(1), 11-9. Doi: 10.1093/gerona/58.1.b11.
- Candow, D.G., Forbes, S.C., Chilibeck, P.D., Cornish, S.M., Antonio, J. & Kreider, R.B. (2019). Effectiveness of creatine supplementation on aging muscle and bone: focus on falls prevention and inflammation. *Journal of Clinical Medicine*, 8(4), 488. Doi: 10.3390/jcm8040488.

- Candow, D.G., Little, J.P., Chilibeck, P.D., Abeysekara, S., Zello, G.A., Kazachkov, M., Cornish, S.M. & Yu, P.H. (2008). Low-dose creatine combined with protein during resistance training in older men. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 40(9), 1645–52. Doi: 10.1249/MSS.0b013e318176b310.
- Cermak, N.M., Res, P.T., De Groot, L.C.P.G.M., Saris, W.H.M. & van Loon, L.J.C. (2012). Protein supplementation augments the adaptive response of skeletal muscle to resistance-type exercise training: A meta-analysis. *American Journal of Clinical Nutrition*, 96(6), 1454–64. Doi: 10.3945/ajcn.112.037556.
- Chilibeck, P.D., Candow, D.G., Landeryou, T., Kaviani, M. & Paus-Jenssen, L. (2015). Effects of creatine and resistance training on bone health in postmenopausal women. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 47(8), 1587–95. Doi: 10.1249/MSS.0000000000000571.
- Chrusch, M.J., Chilibeck, P.D., Chad, K.E., Davison, K.S. & Burke, D.G. (2001). Resistance training in older men. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 33(12), 2111-7. Doi: 10.1097/00005768-200112000-00021.
- Doering, T.M., Reaburn, P.R., Cox, G. & Jenkins, D.G. (2016). Comparison of postexercise nutrition knowledge and postexercise carbohydrate and protein Intake between Australian masters and Younger Triathletes. *International Journal of Sport Nutrition and Exercise Metabolism*, 26(4), 338–46. Doi: 10.1123/ijsnem.2015-0289.
- Eijnde, B.O., Leemputte, M.V., Goris, M., Labarque, V., Taes, Y., Verbessem, P., Vanhees, L., Ramaekers, M., Eynde, B.V., Schuylenbergh, R.V., Dom, R., Richter, E.A. & Hespel, P. (2003). Effects of creatine supplementation and exercise training on fitness in men 55-75 yr old. *Journal of Applied Physiology*, 95(2), 818–28. Doi: 10.1152/jappphysiol.00891.2002.
- Fetterman, J.W. & Zdanowicz, M.M. (2009). Therapeutic potential of n-3 polyunsaturated fatty acids in disease. *American Journal of Health-System Pharmacy*, 66(13), 1169–79. Doi: 10.2146/ajhp080411.
- Figueiredo, P.A., Mota, M.P., Appell, H.J. & Duarte, J.A. (2008). The role of mitochondria in aging of skeletal muscle. *Biogerontology*, 9(2), 67-84. Doi: 10.1007/s10522-007-9121-7.
- Fink, H.H. (2018). *Practical applications in sports nutrition*. Hindistan: Jones & Bartlett.
- Glenn, J.M., Gray, M., Jensen, A., Stone, M.S. & Vincenzo, J.L. (2016). Acute citrulline-malate supplementation improves maximal strength and anaerobic power in female, masters athletes tennis players. *European Journal of Sport Science*, 16(8), 1095–103. Doi: 10.1080/17461391.2016.1158321.
- Glenn, J.M., Gray, M., Stewart Jr, R.W., Moyen, N.E., Kavouras, S.A., DiBrezzo, E., Turner, R., Baum, J.I. & Stone, M.S. (2016). Effects of 28-day Beta-Alanine supplementation on isokinetic exercise performance and body composition in female masters athletes. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 30(1), 200–7. Doi: 10.1519/JSC.0000000000001077.
- Glenn, J.M., Gray, M., Stewart, R., Moyen, N.E., Kavouras, S.A., DiBrezzo, R., Turner, R. & Baum, J. (2015). Incremental effects of 28 days of beta-alanine supplementation on high-intensity cycling performance and blood lactate in masters female cyclists. *Amino Acids*, 47(12), 2593–600. Doi: 10.1007/s00726-015-2050-x.
- Güven, Ö., Özdemir, G. & Ersoy, G. (2009). Ankara ilindeki veteran atletlerin beslenme bilgi ve alışkanlıklarının saptanması. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 7(3), 125–33.
- Jäger, R., Purpura, M., Shao, A., Inoue, T. & Kreider, R.B. (2011). Analysis of the efficacy, safety, and regulatory

- status of novel forms of creatine. *Amino Acids*, 40(5), 1369–83. Doi: 10.1007/s00726-011-0874-6.
- Jordan, T., Lukaszuk, J., Mistic, M. & Umoren, J. (2010). Effect of beta-alanine supplementation on the onset of blood lactate accumulation (OBLA) during treadmill running: Pre/post 2 treatment experimental design. *Journal of the International Society of Sports Nutrition*, 7, 20. Doi: 10.1186/1550-2783-7-20.
- Joyner, M.J. & Casey, D.P. (2015). Regulation of increased blood flow (Hyperemia) to muscles during exercise: A hierarchy of competing physiological needs. *Physiological Reviews*, 95(2), 549–601. Doi: 10.1152/physrev.00035.2013.
- Kerksick, C.M., Wilborn, C.D., Roberts, M.D., Smith-Ryan, A., Kleiner, S.M., Jäger, R., Collins, R., Cooke, M., Davis, J.N., Galvan, E., Greenwood, M., Lowery, L.M., Wildman, R., Antonio, J. & Kreider, R.B. (2018). ISSN exercise & sports nutrition review update: Research & recommend. *Journal of the International Society of Sports Nutrition*, 15, 38. Doi: 10.1186/s12970-018-0242-y.
- Knechtle, B., Barbosa, T.M. & Nikolaidis, P.T. (2019). The age-related changes and sex difference in master swimming performance. *Movement & Sport Sciences-Science & Motricité*, 104, 29–36. Doi: 10.1051/sm/2019020.
- Lavie, C.J., Ozemek, C., Carbone, S., Katzmarzyk, P.T. & Blair, S.N. (2019). Sedentary behavior, exercise, and cardiovascular health. *Circulation Research*, 124(5), 799–815. Doi: 10.1161/CIRCRESAHA.118.312669.
- Lazarus, N.R. & Harridge, S.D.R. (2017). Declining performance of master athletes: silhouettes of the trajectory of healthy human ageing? *Journal of Physiology*, 595(9), 2941–8. Doi: 10.1113/JP272443.
- Lepers, R. & Stapley, P.J. (2016). Master athletes are extending the limits of human endurance. *Frontiers in Physiology*, 7, 613. Doi: 10.3389/fphys.2016.00613.
- Lepers, R. (2008). Analysis of Hawaii Ironman performances in elite triathletes from 1981 to 2007. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 40(10), 1828-34. Doi: 10.1249/MSS.0b013e31817e91a4.
- Louis, J., Hausswirth, C., Bieuzen, F. & Brisswalter, J. (2010). Vitamin and mineral supplementation effect on muscular activity and cycling efficiency in master athletes. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*, 35(3), 251-60. Doi: 10.1139/H10-014.
- Louis, J., Hausswirth, C., Easthope, C. & Brisswalter, J. (2012). Strength training improves cycling efficiency in master endurance athletes. *European Journal of Applied Physiology*, 112(2), 631–40. Doi: 10.1007/s00421-011-2013-1.
- Louis, J., Vercruyssen, F., Dupuy, O. & Bernard, T. (2019a). Nutrition for master athletes: From challenges to optimisation strategies. *Movement & Sport Sciences-Science & Motricité*, 104, 45–54. Doi: 10.1051/sm/2019019.
- Louis, J., Vercruyssen, F., Dupuy, O. & Bernard, T. (2019b). Nutrition for master athletes: Is there a need for specific recommendations? *Journal of Aging and Physical Activity*, 28(3), 489–98. Doi: 10.1123/japa.2019-0190.
- Mastaloudis, A., Morrow, J.D., Hopkins, D.W., Devaraj, S. & Traber, M.G. (2004). Antioxidant supplementation prevents exercise-induced lipid peroxidation, but not inflammation, in ultramarathon runners. *Free Radical Biology & Medicine*, 36(10),1329-41. Doi: 10.1016/j.freeradbiomed.2004.02.069.

- Naclerio, F., Larumbe-Zabala, E., Seijo, M., Ashrafi, N., Nielsen, B.V. & Earnest, C.P. (2019). Effects of protein versus carbohydrate supplementation on markers of immune response in master triathletes: A randomized controlled trial. *Journal of the American College of Nutrition*, 38(5), 395–404. Doi: 10.1080/07315724.2018.1528906.
- Naclerio, F., Seijo, M., Larumbe-Zabala, E., Ashrafi, N., Christides, T., Karsten, B. & Nielsen, B.V. (2017). Effects of supplementation with beef or whey protein versus carbohydrate in master triathletes effects of supplementation with beef or whey protein versus carbohydrate in master. *Journal of the American College of Nutrition*, 36(8), 593-601. Doi: 10.1080/07315724.2017.1335248.
- Nikolaidis, P.T., Zingg, M.A. & Knechtle, B. (2017). Performance trends in age-group runners from 100 m to marathon—The World Championships from 1975 to 2015. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 27(12), 1588–96. Doi: 10.1111/sms.12821.
- Peeling, P., Binnie, M.J., Goods, P.S.R., Sim, M. & Burke, L.M. (2018). Evidence-based supplements for the enhancement of athletic performance. *International Journal of Sport Nutrition and Exercise Metabolism*, 28(2), 178–87. Doi: 10.1123/ijsnem.2017-0343.
- Rodacki, C.L.N., Rodacki, A.L.F., Pereira, G., Naliwaiko, K., Coelho, I., Pequito, D. & Fernandes, L.C. (2012). Fish-oil supplementation enhances the effects of strength training in elderly women. *American Journal of Clinical Nutrition*, 95(2), 428-36. Doi: 10.3945/ajcn.111.021915.
- Sanchez-Martinez, J., Santos-Lozano, A., Garcia-Hermoso, A., Sadarangani, K.P. & Cristi-Montero, C. (2018). Effects of beta-hydroxy-beta-methylbutyrate supplementation on strength and body composition in trained and competitive athletes: A meta-analysis of randomized controlled trials. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 21(7), 727-35. Doi: 10.1016/j.jsams.2017.11.003.
- Santhanam, L., Christianson, D.W., Nyhan, D. & Berkowitz, D.E. (2008). Arginase and vascular aging. *Journal of Applied Physiology (1985)*, 105(5), 1632–42. Doi: 10.1152/jappphysiol.90627.2008.
- Shearer, J.D., Richards, J.R., Mills, C.D. & Caldwell, M.D. (1997). Differential regulation of macrophage arginine metabolism: A proposed role in wound healing. *American Journal of Physiology*, 272(2), E181-90. Doi: 10.1152/ajpendo.1997.272.2.e181.
- Smith, G.I., Atherton, P., Reeds, D.N., Mohammed, B.S., Rankin, D., Rennie, M.J. & Mittendorfer, B. (2011). Dietary omega-3 fatty acid supplementation increases the rate of muscle protein synthesis in older adults. *American Journal of Clinical Nutrition*, 93(2), 402-12. Doi: 10.3945/ajcn.110.005611.
- Stares, A. & Bains, M. (2020). The Additive Effects of creatine supplementation and exercise training in an aging population: a systematic review of randomized controlled trials. *Journal of Geriatric Physical Therapy*, 43(2), 99–112. Doi: 10.1519/JPT.0000000000000222.
- Striegel, H., Simon, P., Wurster, C., Niess, A.M. & Ulrich, R. (2006). The use of nutritional supplements among master athletes. *International Journal of Sports Medicine*, 27(3), 236-41. Doi: 10.1055/s-2005-865648.
- Sverdlov, A.L., Ngo, D.T.M., Chan, W.P.A., Chirkov, Y.Y. & Horowitz, J.D. (2014). Aging of the nitric oxide system: Are we as old as our NO? *Journal of the American Heart Association*, 3(4), e000973. Doi: 10.1161/JAHA.114.000973.
- Tamopolsky, M., Zimmer, A., Paikin, J., Safdar, A., Aboud, A., Pearce, E., Roy, B. & Doherty, T. (2007). Creatine monohydrate and conjugated linoleic acid improve strength and body composition following resistance exercise in older adults. *PLoS One*, 2(10), e991. Doi: 10.1371/journal.pone.0000991.

- Tanaka, H. & Seals, D.R. (2008). Endurance exercise performance in Masters athletes: Age-associated changes and underlying physiological mechanisms. *Journal of Physiology*, 586(1), 55–63. Doi: 10.1113/jphysiol.2007.141879.
- Tarnopolsky, M.A. (2008). Nutritional consideration in the aging athlete. *Clinical Journal of Sport Medicine*, 18(69), 531–8. Doi: 10.1097/JSM.0b013e318187ac44.
- Trexler, E.T., Persky, A.M., Ryan, E.D., Schwartz, T.A., Stoner, L. & Smith-Ryan, A.E. (2019). Acute effects of citrulline supplementation on high-intensity strength and power performance: A systematic review and meta-analysis. *Sports Medicine*, 49(5), 707–18. Doi: 10.1007/s40279-019-01091-z.
- Trexler, E.T., Smith-Ryan, A.E., Stout, J.R., Hoffman, J.R., Wilborn, C.D., Sale, C., Kreider, R.B., Jäger, R., Earnest, C.P., Bannock, L., Campbell, B., Kalman, D., Ziegenfuss, T.N. & Antonio, J. (2015). International society of sports nutrition position stand: Beta-Alanine. *Journal of the International Society of Sports Nutrition*, 12, 30. Doi: 10.1186/s12970-015-0090-y.
- Vukovich, M.D., Stubbs, N.B. & Bohlken, R.M. (2001). Body composition in 70-year-old similarly to that of young adults. *Journal of Nutrition*, 131(7), 2049-52. Doi: 10.1093/jn/131.7.2049.
- Wiroth, J.B., Bermon, S., Andreï, S., Dalloz, E., Hébuterne, X. & Dolisi, C. (2001). Effects of oral creatine supplementation on maximal pedalling performance in older adults. *European Journal of Applied Physiology*, 84(6), 533–9. Doi: 10.1007/s004210000370.



Bu eser **Creative Commons Atıf-GayriTicari 4.0 Uluslararası Lisansı** ile lisanslanmıştır.