

DÜZCE
ÜNİVERSİTESİ
SPOR BİLİMLERİ
DERGİSİ

2021

Düzce University
Journal of Sport Sciences

Yayın Aralığı: 2 Sayı / Yayıncı: Düzce Üniversitesi

Yıl: 2023 Cilt: 3 Sayı: 2

Year: 2023 Volume: 3 Issue: 2

DUJOSS

DERGİ SAHİBİ- HOLDER of a CONCESSION

Prof. Dr. Selehattin AKPINAR

DERGİ SAHİBİ

BAŞ EDİTÖR- Editor in Chief

Prof. Dr. Hamdi PEPE

BAŞ EDİTÖR

EDİTÖR & EDİTÖR YARDIMCISI - EDİTOR & EDİTOR ASSISTANT

Doç. Dr. Kadir TİRYAKİ

Arş. Gör. Tayfun Gürkan BOSTANCI

Arş. Gör. Furkan ÖZTÜRK

EDİTÖR

EDİTÖR Yrd.

EDİTÖR Yrd.

EDİTÖR KURULU – EDITORIAL BOARD

Dr. Bayram CEYLAN

Dr. Çoşkun KUŞ

Dr. Emre TÜREGÜN

Dr. Hakkı ÇOKNAZ

Dr. Levent GÖRÜN

Dr. Mensur PEHLİVAN

Dr. Mustafa VURAL

Dr. Müberra ÇELEBİ

Dr. Neslihan ARIKAN FİDAN

Dr. Nuri TOPSAKAL

Dr. Nurper ÖZBAR

Dr. Osman PEPE

Dr. Ömer SİVRİKAYA

Dr. Reşat SADIK

Dr. Sezgin KORKMAZ

Dr. Şirin PEPE

Dr. Üyesi Önder ŞEÖŞEK

Dr. Yeşer EROĞLU ESKİCİOĞLU

Dr. Yusuf BARSBUĞA

Dr. Zeynep İnci KARADENİZLİ

DİL EDİTÖRÜ

İSTATİSTİK EDİTÖRÜ

ALAN EDİTÖRÜ

ALAN EDİTÖRÜ

ALAN EDİTÖRÜ

ALAN EDİTÖRÜ

ALAN EDİTÖRÜ

ALAN EDİTÖRÜ

ALAN EDİTÖRÜ

ALAN EDİTÖRÜ

ALAN EDİTÖRÜ

ALAN EDİTÖRÜ

ALAN EDİTÖRÜ

ALAN EDİTÖRÜ

ALAN EDİTÖRÜ

ALAN EDİTÖRÜ

ALAN EDİTÖRÜ

ALAN EDİTÖRÜ

ALAN EDİTÖRÜ

ALAN EDİTÖRÜ

SAYI HAKEMLERİ- REVIEWERS

Dr. Ali Osman KIVRAK	HAKEM KURULU
Dr. Erhan DEVRİLMEZ	HAKEM KURULU
Dr. Gaye ERKMEN	HAKEM KURULU
Dr. Gökhan ÇAKIR	HAKEM KURULU
Dr. Hakan YARAR	HAKEM KURULU
Dr. İsmail KAYA	HAKEM KURULU
Dr. Levent CEYLAN	HAKEM KURULU
Dr. Mensur PEHLİVAN	HAKEM KURULU
Dr. Murat TURGUT	HAKEM KURULU
Dr. Nuh Osman YILDIZ	HAKEM KURULU
Dr. Nuri Berk GÜNGÖR	HAKEM KURULU
Dr. Oruç Ali UĞUR	HAKEM KURULU
Dr. Osman KUSAN	HAKEM KURULU
Dr. Osman PEPE	HAKEM KURULU
Dr. Özkan IŞIK	HAKEM KURULU
Dr. Suat AYBEK	HAKEM KURULU
Dr. Tuncay SARIİPEK	HAKEM KURULU
Dr. Yaşar EROĞLU ESKİCİOĞLU	HAKEM KURULU
Dr. Yunus Emre GÜLER	HAKEM KURULU
Dr. Zekeriya GÖKTAŞ	HAKEM KURULU

İÇİNDEKİLER- ARTICLE CONTENTS

1.	Farklı Vücut Eğimlerinde Gerçekleştirilen Plank Egzersizlerinde Kas Aktivasyonlarının Karşılaştırılması Erbil Murat AYDIN, Ali Fatih SAĞLAM, Burak GÜNDOĞAN, Erkan DEMİRKAN	112-118
2.	Boksörlerde Spora Bağlılığın Mücadele ve Tehdit Algılarına Etkisi Ünal SAKİ, Suat AYBEK	119-127
3.	Elit Badmintonda Sporcu-Antrenör İlişkisi Meltem BAYRAM, Özkan YANKIN, Ali Fahri HAFIZOĞLU, Ali BÜYÜK, Nil Sevil AYDIN, Meliha GÖÇMEN	128-132
4.	Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Rekreyona Katılım Engellerinin İncelenmesi Müjdat ZİVAROĞLU, Mustafa Can KOÇ, İncinur HANİK, Ayşe Demet KARADAĞ, Harun AYAR, Abdullah ÇUHADAR	133-141
5.	Spor Organizasyonlarında Örgütsel Adalet Algısı: Derleme Çalışması Ali Naci ARIKAN	142-147
6.	Sporcuların Yaralanma Kaygılarının Spora Bağlılıklarına Etkisi Mustafa Barış SOMOĞLU, Ahmet Yılmaz ALBAYRAK, Mehmet ÖZTAŞ, Serdar TAŞKIN, Sevim TAŞKIN	148-162
7.	Ortaöğretim Öğrencilerinin Beden Eğitimi ve Spor Dersi Etkinliklerindeki Fair Play Davranışları Eyüp ACAR, Ufuk DİLEKÇİ, İbrahim DALBUDAK, Evrim BÖYÜKELHAN	163-170
8.	Serbest Zaman Engelleri ve Kolaylaştırıcılar: Üniversite Öğrencileri Örneği Zülbiye KAÇAY, Fikret SOYER, Cihan AYHAN	171-178
9.	Obezite ve Mutluluk Ekrem AKBUĞA, Eda BİLEN	179-184
10.	Türklerde Geleneksel Düşün Güreşleri ve Günümüzdeki Önemi Abdulkerim ÇEVİKER, Çisem ÜNLÜ	185-188
11.	Farklı bölgelerde çalışan beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin Rekreatif Faaliyetlere Katılımlarına Engel Olan Faktörlerin incelenmesi İhsan YAĞCI, Cuneyt SEYDİOĞLU, Mustafa Zahit SERARSLAN	189-195
12.	Elit Snowboard Sporcularının Spor Yaralanma Bölgelerinin ve Türlerinin Değerlendirmesi Emrah YILMAZ, Abdullah GEZER	196-202
	Düzeltilme Makalesi	
13.	*Akademisyenlerin; Sporun Yumuşak Gücünün Topluları Etkileme ve Dönüştürmedeki Etkileri Üzerine Görüşleri İlhan GÖZEN, Fatih YENEL	
*Dergimiz 2022 Yılı 2. cilt 1. sayısında yayınlanan 1073847 Id nolu makale içeriği sehven hatalı yayınlanmış olup, ilgili düzenleme makalesidir.		

Farklı Vücut Eğimlerinde Gerçekleştirilen Plank Egzersizlerinde Kas Aktivasyonlarının Karşılaştırılması

Erbil Murat AYDIN^{1A}, Ali Fatih SAĞLAM^{2B},

Burak GÜNDOĞAN^{1C}, Erkan DEMİRKAN^{1D}

1 Hitit Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü

2 Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Spor Bilimleri Anabilim

Dalı Address Correspondence to Erbil Murat AYDIN: e-mail: emurataydin@hitit.edu.tr

A: Orcid ID: 0000-0003-2825-4873 B: Orcid ID: 0000-0002-5761-7154 C: Orcid ID: 0000-0003-2516-4696 D: Orcid ID: 0000-0002-6243-8062

Özet

Bu çalışmanın amacı farklı vücut eğimlerinde gerçekleştirilen plank egzersizleri sırasında rectus abdominis ve anterior deltoid kas aktivasyonlarını karşılaştırmaktır. Çalışmaya 15 erkek birey gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmada randomize çapraz deney deseni kullanılmıştır. Katılımcılar eller üzerinde (yüksek vücut eğimi) ve dirsekler üzerinde (düşük vücut eğimi) prone plank egzersizi gerçekleştirmişlerdir. Her bir plank egzersizi 2 set ve her set 5 saniye sürecek şekilde gerçekleştirilmiştir. Setler arasında 1 dakika ve egzersiz değişimlerinde 3 dakika dinlenme verilmiştir. Rectus abdominis ve anterior deltoid kas aktivasyonu ölçümleri prone plank egzersizleri sırasında gerçekleştirilmiştir. İki plank egzersizinde elde edilen kas aktivasyonlarının istatistiksel olarak karşılaştırılmasında bağımlı örneklem t-testi kullanılmıştır. İstatistiksel analizler sonucunda dirsekler üzerinde gerçekleştirilen plank egzersizinde daha yüksek rectus abdominis kas aktivasyonu meydana geldiği saptanmıştır ($p<0.05$). Anterior deltoid kas aktivasyonunda ise egzersizler arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0.05$). Prone plank egzersizinde bu çalışmada kullanılan düşük vücut eğiminde rectus abdominis kas aktivasyonunun daha fazla olduğu, anterior deltoid kas aktivasyonunun bu çalışmada kullanılan eğim değişiminden etkilenmediği sonucuna varılmıştır.

Anahtar kelimeler: Prone plank, rectus abdominis, anterior deltoid, elektromiyografi.

Comparison of Muscle Activations in Plank Exercises Performed at Different Body Inclinations

Abstract

The aim of this study is to compare the rectus abdominis and anterior deltoid muscle activations during plank exercises performed at different body inclinations. 15 male individuals voluntarily participated in the study. The randomized crossover experimental design was used in the study. Participants performed prone plank exercises on the hands (high body inclination) and on the elbows (low body inclination). Each plank exercise was performed for 2 sets and each set for 5 seconds. 1-minute rest was given between sets and 3 minutes rest was given between exercise changes. Rectus abdominis and anterior deltoid muscle activation measurements were performed during prone plank exercises. The dependent sample t-test was used to statistically compare the muscle activations obtained in the two plank exercises. As a result of the statistical analysis, it was determined that the rectus abdominis muscle activation was greater in the plank exercise performed on the elbows ($p<0.05$). There was no significant difference between exercises in anterior deltoid muscle activation ($p>0.05$). It was concluded that the rectus abdominis muscle activation was greater in the low body incline used in this study in the prone plank exercise, and the anterior deltoid muscle activation was not affected by the inclination change used in this study.

Keywords: Prone plank, rectus abdominis, anterior deltoid, electromyography.

GİRİŞ

Fiziksel uygunluk, bireylerin tüm yaşamları boyunca refahını, yaşam kalitesini ve sağlığını artırmayı amaçladığından halk sağlığı için önemlidir (Batista vd., 2020). Bu nedenle, güç ve kondisyon antrenörlerinin birincil amacı, belirli fitness hedeflerine ulaşmak için sorumlu oldukları bireylere doğru fiziksel uygunluk egzersizlerini reçete etmektir (Martuscello vd., 2013). Fiziksel uygunluğun sağlıkla ilgili bileşenleri (kas kuvveti ve dayanıklılığı, kardiyorespiratuar zindelik, esneklik ve vücut kompozisyonu) her insanın günlük yaşam aktivitesi veya egzersizi ile ilişkilidir (Ortega vd., 2008). Dengeyi geliştirmek ve hareketliliği sürdürmek için 65 yaşın altındaki sağlıklı yetişkinlerin haftada iki kez temel egzersizleri içeren bir kuvvet antrenman rutini tamamlaması tavsiye edilmektedir (Thompson, 2010). Vücudun stabilizasyonunu korumak ve arttırmak amacıyla core gövde kaslarını (karın ve bel) hedef alan oldukça fazla egzersiz vardır. Fakat hangi egzersizlerin en büyük kas aktivasyonunu ortaya çıkardığı ve böylece fonksiyonel kazanımları ve performansı ne kadar arttırabileceği hala araştırılmaktadır (Gottschall vd., 2013).

Yüzeysel elektromiyografi (sEMG) kasların elektriksel aktivitelerinin görüntülediği ve değerlendirildiği bir yöntemdir (Cerrah vd., 2010). Kaydedilen sinyal, çeşitli motor ünitelerden gelen üst üste bindirilmiş motor ünite aksiyon potansiyellerinin sonucudur (Grañiela-Flavia vd., 2009). Motor üniteler nöromüsküler sistemin fonksiyonel birimleridir (Garcia ve Vieira, 2011). Bir kasın elektrofizyolojik aktivasyonu mekanik kuvvet üretimini başlatır. Bu kas aktivitesi sEMG olarak gözlemlenebilir ve aktivasyon derecesini yansıtır. EMG seviyesi ne kadar yüksek olursa kas tarafından o kadar fazla kuvvet geliştirilir (Disselhorst-Klug vd., 2009). Bu yöntemle farklı hareketler sırasında bir kasın elektriksel aktivasyonu karşılaştırılabilir.

Core, pelvik bölgesinde ve gövdede yer alan ve omurgaya stabilize sağlayan kasları ifade eder (Tse vd., 2005). Önde abdominal kaslar, yanlarda oblikler, arkada paraspinal ve gluteal kaslar, üstte diyafram ve altta kalça kemeri kasları ile pelvik kuşaktan oluşan anatomik bir kutu olarak tanımlanır (Akuthota ve Nadler, 2004; Shinkle vd., 2012). Core bölge kaslarının kuvvet ve dayanıklılık antrenmanı, bilimsel literatür, atletik performans ve rehabilitasyon alanlarındaki önemi sürekli vurgulanan temel bir konudur (Behm vd., 2010). Atletik performans geliştirme aracı olarak en ideal core antrenmanların belirlenebilmesi için daha fazla

araştırma desteğine ihtiyaç duyulmakla beraber (Sánchez-Zuriaga vd., 2009), bu tür antrenmanın performansı artırma (Akuthota vd., 2008; Duncan, 2009; Johnson, 2002; Willardson, 2007), bel sağlığı (Akuthota vd., 2008; Bliss ve Teeple, 2005; Kline vd., 2013), yaralanmayı azaltma (Duncan, 2009; Leetun vd., 2004; Johnson, 2002; Willson vd., 2005), kollara ve bacaklara güç aktarımı (Shinkle vd., 2012) ve yaşlılarda düşme önleme becerilerinde olumlu etkileri bildirilmiştir (Granacher vd., 2013). Ek olarak, karın bölgesi egzersizleri, hatalı duruşların ve hareketsiz yaşam tarzlarının bir sonucu olan diğer kas-iskelet sistemi bozukluklarının riskinin azaltılmasına katkıda bulunabilir (Rathore vd., 2017). Çeşitli core bölge güçlendirme egzersizlerinin etkilerini ölçmeyi amaçlayan araştırmaların mevcut olmasına rağmen (Behm vd., 2010; Comfort vd., 2011; Kim ve Lee, 2021; Monfort-Pañego vd., 2009; Sánchez-Zuriaga vd., 2009; Van den Tillaar ve Saeterbakken, 2018), sporcular veya güç ve kondisyon uygulayıcıları için hangi egzersizlerin ihtiyaçlarını en iyi şekilde karşılayacağını bilmek genellikle zorlayıcıdır (Sternlicht ve Rugg, 2003). Core bölge kaslarını güçlendirmenin yaygın yöntemlerden birisi de omurga stabilizasyonudur (Baek vd., 2013; Gottschall vd., 2013). Omuraga stabilizasyon antrenmanı egzersizleri arasında yer alan mekikler ve planklar, zaman ve yer kısıtlaması olmadan core kaslarını etkili bir şekilde güçlendirir. Özellikle plank egzersizlerinin, kas güçlendirme ve rehabilitasyon amacıyla core kas dokusunun kuvvetini ve dayanıklılığını etkili bir şekilde arttırdığı bilinmektedir (D'Amico vd., 2007; Hofstetter vd., 2012; McGill, 1997).

Plank egzersizi, yerçekimine direnmek için vücut ağırlığını kullanmak üzere tasarlanmış bir duruştur; çeşitli yüzeylerde, değişken pozisyonlarda, cihazlarla yapılabilir ve birden fazla eklemi etkiler (Lee vd., 2016). Plank egzersizlerinin lumbopelvik bölgedeki pasif ve aktif stabilizatörlerin hem statik hem de dinamik hareketi sırasında uygun gövde ve kalça duruşunu, dengeyi ve kontrolü sürdürme yeteneği olarak tanımlanan core stabilitesi ile ilişkili olduğu düşünülmektedir (Reed vd., 2012). Sabit bir yüzeyde gerçekleştirilen araştırmaların yanı sıra, Bosu topu, İsviçre topu, dengeleme tahtası gibi sabit olmayan yüzeyler, sabit bir yüzeye kıyasla çekirdek kaslardaki nöromüsküler stresi arttırmak için kullanılmıştır (Hamlyn vd., 2007; Norwood, 2007; Nuzzo vd., 2008; Saeterbakken vd., 2014; Vera-Garcia vd., 2000). Stabil olmayan bir yüzey üzerinde egzersiz yapmanın propriyoseptif talepleri arttırdığı ve kasları stabil bir yüzey üzerinde egzersiz yapmaktan daha fazla zorladığı öne sürülmüştür

(Cosio-Lima vd., 2003; Norwood vd., 2007). Ancak bu konudaki sonuçlar net değildir (Hamlyn vd., 2007; Lehman vd., 2005; Nuzzo vd., 2008; Sundstrup vd., 2012; Vera-Garcia vd., 2000). Snarr ve Esco (2014) araştırmalarında geleneksel plank, dirsekler dengesiz bir yüzeyde, ayaklar dengesiz bir yüzeyde ve dirsekler askı aparatında, ayaklar askı aparatında olmak üzere 5 farklı plank varyasyonunu karşılaştırmışlar. Rectus abdominis (RA) kası için her varyasyonda kas aktivasyonu geleneksel planktan daha yüksek bulunmuştur. Ancak en yüksek RA kas aktivasyonu değerinin dirsekler askı aparatında iken gerçekleştiğini bildirmişler. Calatayud vd. (2017) askı aparatı ve sabit zeminde tek ve çift bacak sırtüstü plank egzersizi uygulamış ve RA kas aktivasyonu değerlerinde uygulamalar arasında anlamlı fark saptamamışlardır. Byrne vd. (2014) dirsekler sabit zeminde geleneksel plank, dirsekler askıda, ayaklar askıda ve hem dirsek hem de ayaklar askıda plank hareketlerinin kas aktivasyonlarını karşılaştırdıklarında ise en yüksek RA kas aktivasyonu değerlerinin dirsekler askıda ve her iki ekstremitenin askıda olduğu hareketlerde gerçekleştiğini bildirmişlerdir. Literatür bulgularına göre plank egzersizlerinin RA kas aktivasyonu değerlerini artırdığı görülmüş zeminler, cihazlar veya vücut pozisyonlarının aktivasyon değerlerinde farklılıklar oluşturabileceği görülmektedir.

Bu araştırmanın amacı, geleneksel dirseklerde plank ve ellerde plank egzersizleri kullanılarak farklı vücut eğimlerinde rectus abdominis ve anterior deltoid (AD) kas aktivasyonlarını karşılaştırmaktır.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

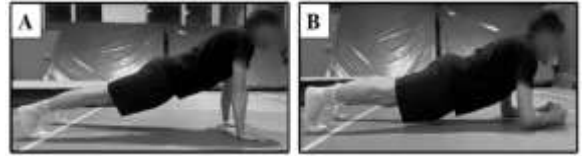
Bu çalışmada çapraz deney deseni kullanılmıştır. Çalışmaya başlamadan önce çalışmada uygulanacak olan plank egzersizleri denemeleri gerçekleştirilmiştir. Denemeler sonrası 1 haftalık dinlenme gerçekleştirilmiştir. Çalışmada ölçümler her bir katılımcı için farklı günlerde gerçekleştirilen 2 seansta yapılmıştır. 1. seansta sabah katılımcıların boy, vücut ağırlığı, vücut kompozisyonu ölçümleri gerçekleştirilmiştir. 2. seansta katılımcıların eller üzerinde plank (EP) ve dirsekler üzerinde plank (DP) egzersizlerini gerçekleştirirken kas aktivasyonu ölçümleri yapılmıştır. EP durumunda vücut eğimi DP'ye göre daha fazladır. Katılımcıların yarısı EP ile çalışmaya başlamış diğer yarısı ise DP ile başlamıştır. Katılımcılar egzersizlere başlamadan önce 5 dakika koşu ve daha sonra 2 dakika yürüyüş yaparak ısınma gerçekleştirmişlerdir.

Çalışma Grubu

Bu çalışmaya 15 erkek (yaş: 20.67±1.59 yıl; boy: 176.19±6.72 cm; vücut ağırlığı: 72.17±8.88 kg; vücut yağ yüzdesi: 12.97±5.42 %) gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmaya başlamadan önce bütün katılımcılara çalışma ile ilgili bilgiler verilmiştir. Çalışmanın etik kurul onayı Hitit Üniversitesi Girişimsel Olmayan Etik Kurul tarafından verilmiştir (Karar No: 2023-05).

Egzersiz ve Ölçümler

Plank Egzersizleri. Katılımcılar plank egzersizlerini eller üzerinde ve dirsek üzerinde gerçekleştirmişlerdir. EP sırasında eller, DP sırasında ise dirsekler omuzların hizasında yere konulmuştur. Her bir plank egzersizi 2 set ve her set 5 saniye olacak şekilde gerçekleştirilmiştir. Setler arasında 1 dakika ve egzersiz değişimlerinde 3 dakika dinlenme verilmiştir.



Şekil 1. Plank egzersizleri A: Eller üzerinde plank, B: Dirsekler üzerinde plank.

Kas Aktivasyonu Ölçümleri

Ölçümler Delsys Trigno 4 kanallı EMG cihazı kullanılarak yapılmıştır. Elektrotlar kaslar üzerine yapıştırılmadan önce yüzeyler traşlanmış ve alkol ile temizlenmiştir. Kas aktivasyonu ölçümleri RA (üst ve alt parçalar) ve AD kaslarından gerçekleştirilmiştir. Ölçümlerden önce her bir kas için maksimum izometrik istemli kasılma (MVIC) ölçümleri gerçekleştirilmiştir. MVIC ölçümleri 2 kez tekrar edilmiş ve her bir deneme 5 saniye sürmüştür. Normalizasyonda bu iki MVIC verilerinin ilk ve son 1 saniyeleri atılarak ortadaki 3 saniyenin ortalaması kullanılmıştır.

EMG Verilerinin Analizi

Ham verilerin analizinde root mean square (RMS) hesaplaması yoluyla genlik analizi kullanılmıştır. Her bir sette gerçekleştirilen 5 saniyelik plank verisinin ilk ve son 1 saniyesi atılarak kalan 3 saniye kullanılmıştır. Her bir egzersiz için 2 setin ortalaması alınmıştır. Bu ortalama değerler daha önce elde edilen MVIC verilerine normalize edilmiştir. Bütün EMG veri analizleri Delsys EMGworks Analysis yazılımı (Delsys, Boston, MA, USA) ile yapılmıştır.

Verilerin Analizi

Çalışmada bütün verilerin ortalama ve standart sapma ($\bar{x} \pm SS$) değerleri kullanılmıştır. Verilerin normal dağılım özelliklerine Shapiro-Wilk normallik

testi kullanılarak bakılmıştır. Verilerin istatistiksel analizlerinde bağımlı örneklem t-testi kullanılmıştır. Bütün istatistiksel analizler için anlamlılık seviyesi $p < 0.05$ kabul edilmiştir. Bütün analizler SPSS 25 programı kullanılarak yapılmıştır

BULGULAR

Tablo 1'de EP ve DP egzersizleri sırasında elde edilen normalize kas aktivasyonu verileri gösterilmiştir.

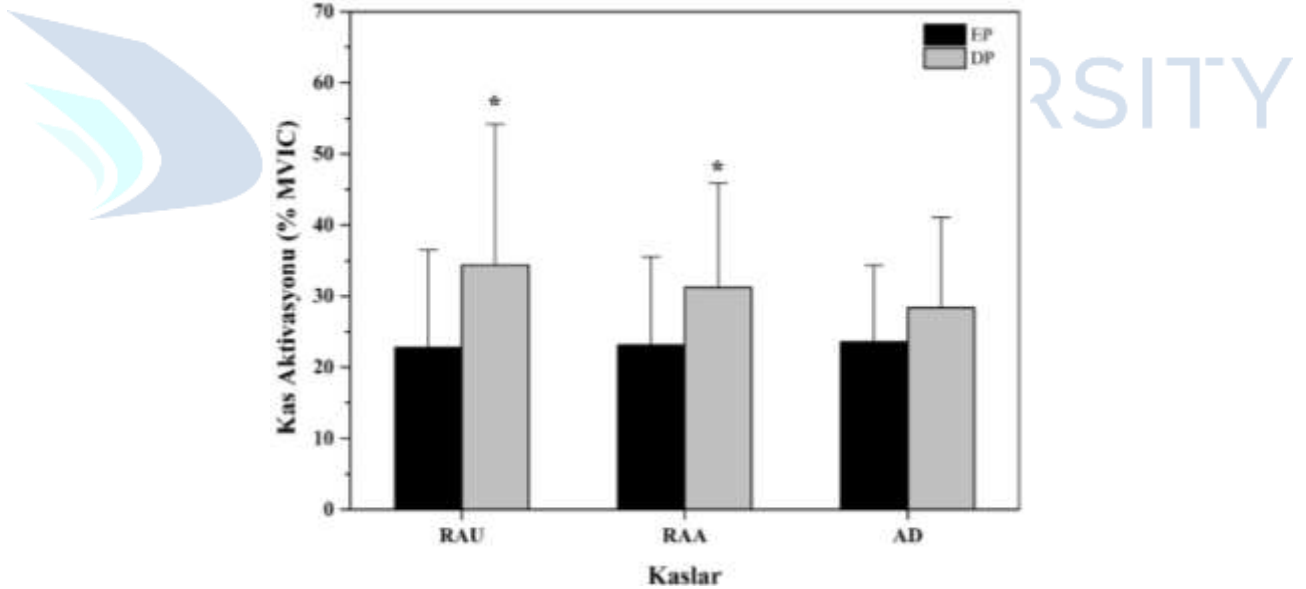
Tablo 1. Plank Egzersizleri Sırasında Elde Edilen Normalize (%MVIC) Kas Aktivasyonu Verileri

Kaslar	EP	DP	%Δ	t	p
RAU	22.75 ± 13.77	34.39 ± 19.83*	51.16	-3.109	0.008
RAA	23.08 ± 12.48	31.19 ± 14.75*	35.14	-2.534	0.024
AD	23.56 ± 10.81	28.34 ± 12.71	20.29	-1.757	0.101

RAU: Rectus abdominis üst; RAA: Rectus abdominis alt; AD: Anterior deltoid *EP ile istatistiksel olarak anlamlı fark var ($p < 0.05$)

Yapılan istatistiksel analizler sonucunda dirsekler üzerinde gerçekleştirilen plank egzersizi sırasında elde edilen RA kas aktivasyonlarının eller

üzerinde gerçekleştirilen plank egzersizinden elde edilenden daha yüksek olduğu bulunmuştur ($p < 0.05$).



Şekil 2. Normalize kas aktivasyonlarının karşılaştırılması.

RAU: Rectus abdominis üst; RAA: Rectus abdominis alt; AD: Anterior deltoid
*EP ile istatistiksel olarak anlamlı fark var ($p < 0.05$).

Dirseklerde yapılan egzersiz sırasında meydana gelen RAU kas aktivasyonu ellerde yapılandır % 51.16, RAA kas aktivasyonu % 35.14 daha fazla bulunmuştur ve bu fark istatistiksel olarak anlamlıdır ($p < 0.05$). AD kas aktivasyonu da dirseklerde yapılan egzersiz sırasında ellerde yapılandır % 20.29 fazla bulunmuştur ancak bu fark istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p > 0.05$).

TARTIŞMA

Bu çalışmanın amacı farklı vücut eğiimlerinde gerçekleştirilen plank egzersizleri sırasında rectus abdominis ve anterior deltoid kas aktivasyonlarını karşılaştırmaktır. Çalışma sonucunda dirseklerde yapılan vücut eğiimi azaltılmış plank egzersizinde RA kas aktivasyonunun arttığı bulunmuştur. AD kas

aktivasyonunun ise vücut eğimine bağlı olarak değişmediği saptanmıştır.

Literatürde farklı vücut eğimlerinde gerçekleştirilen egzersizler sırasında RA ve AD kas aktivasyonlarını inceleyen sınırlı sayıda çalışma yer almaktadır. Calatayud vd. (2014) farklı el yüksekliklerinde ve farklı zeminlerde şınav egzersizi sırasında bazı kasların aktivasyonlarını incelemişlerdir. Yapılan bu çalışmada katılımcılar yerden 10 cm ve 65 cm yüksekliklere ellerini yerleştirerek şınav egzersizi yapmışlardır. Daha alçak el pozisyonunda yapılan şınav egzersizinde core bölge, RA ve AD kas aktivasyonunun daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Vücut eğiminin daha az olduğu pozisyonda core bölge, RA ve AD kas aktivasyonunun daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bizim gerçekleştirdiğimiz çalışmada da vücut eğimi arttıkça RA kas aktivasyonu azalmış ancak AD kas aktivasyonunda eğimler arasında bir fark saptanmamıştır. Bizim çalışmamızdaki yüksek eğimin Calatayud vd. (2014) yaptıkları çalışmadaki eğime göre daha düşük olması sebebi ile AD kas aktivasyonunda anlamlı değişim meydana gelmemiş olabilir. Park ve Park (2019) dirsekler ve ayaklar aynı zeminde iken ve ayakların dirseklerden daha yüksek bir zemine yerleştirildiği yani vücut eğiminin azaltıldığı durumdaki plank egzersizleri sırasında core bölge kaslarının aktivasyonlarını karşılaştırmışlardır. Yapılan bu çalışma sonucunda RA kas aktivasyonunun eğimin az olduğu egzersizde fazla olduğu ancak bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı tespit edilmiştir. Internal oblique kas aktivasyonu ise eğimin az olduğu egzersizde istatistiksel olarak daha yüksek bulunmuştur. Yates vd. (2018) farklı açılardaki zeminler üzerinde gerçekleştirilen ellerde plank egzersizlerinde RA, external oblique ve erector spinae kas aktivasyonlarını karşılaştırmışlardır. Bu çalışmada zemin açıları olarak ellerin ayaklarla aynı yükseklikte olduğu zemin, ellerin ayaklardan daha yukarıda olduğu zemin (incline) ve ellerin ayaklardan daha aşağıda olduğu zemin (decline) kullanılmıştır. RA ve external oblique kas aktivasyonunda en yüksek

değerin decline zeminde olduğu ve normal zeminle incline zemin arasında fark olmadığı saptanmıştır.

Schoenfeld vd. (2014) modifiye edilmiş plank egzersizinin core bölge kasları aktivasyonuna etkisini incelemişlerdir. Geleneksel plank ile dirseklerin geleneksel planka göre daha ileri yerleştirildiği ve posterior-tilt hareketiyle gerçekleştirilen plank egzersizleri karşılaştırıldığında üst RA ve alt abdominal stabilizör kasların aktivasyonlarının dirseklerin geleneksel planka göre daha ileri yerleştirildiği ve posterior tilt hareketiyle dirseklerin ileri yerleştirildiği plank egzersizlerinde geleneksel plank egzersizinden daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Dirsekler ile ayaklar arasındaki mesafe artışının pelvik hareketten daha çok core bölge kas aktivasyonunu etkilediğini belirtmişlerdir. Üst RA, alt abdominal stabilizör ve external oblique kasları için en yüksek kas aktivasyonlarının posterior-tilt hareketiyle birlikte dirseklerin ileri yerleştirildiği plank pozisyonunda elde edildiği saptanmıştır.

Lee vd. (2017) farklı plank egzersizleri sırasında core bölge kaslarının aktivasyonlarını karşılaştırmışlardır. Geleneksel plank ile dizleri yere koyarak gerçekleştirilen modifiye plank egzersizleri karşılaştırıldığında RA kas aktivasyonunun geleneksel plankta daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu iki egzersizde vücut eğimi değişmekle birlikte alt ekstremité destek noktası da değişmektedir. Bu nedenle kas aktivasyonundaki farklılığın sadece eğim değişiminden kaynaklandığı söylenemez.

Sonuç olarak farklı vücut eğimleri elde etmek için eller üzerinde ve dirsekler üzerinde gerçekleştirilen plank egzersizlerinde vücut eğiminin daha düşük olduğu dirseklerde plank egzersizi sırasında daha yüksek RA kas aktivasyonu elde edilmiştir. AD kas aktivasyonu ise bu çalışmada kullanılan vücut eğimi değişiminden etkilenmemiştir. RA kas gelişimi için yapılabiliyorsa eller yerine dirseklerde plank egzersizlerinin yapılması önerilebilir.

KAYNAKLAR

1. Akuthota, V., & Nadler, S. F. (2004). Core strengthening. *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*, 85(1), 86-92. <https://doi.org/10.1053/j.apmr.2003.12.005>
2. Akuthota, V., Ferreiro, A., Moore, T., & Fredericson, M. (2008). Core stability exercise principles. *Current Sports Medicine Reports*, 7(1), 39-44. <https://doi.org/10.1097/01.CSMR.0000308663.13278.69>
3. Baek, S. O., Ahn, S. H., Jones, R., Cho, H. K., Jung, G. S., Cho, Y. W., & Tak, H. J. (2014). Activations of deep lumbar stabilizing muscles by transcutaneous neuromuscular electrical stimulation of lumbar paraspinal regions. *Annals of Rehabilitation Medicine*, 38(4), 506-513. <https://doi.org/10.5535/arm.2014.38.4.506>
4. Batista, A., Flores, G., Carvalho, S., Sampaio, M., & Patrício, C. (2020). Association between functional physical fitness and health status of the elderly. *European Journal of Public Health*, 30(Supplement_2), ckaa040-049. <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckaa040.049>
5. Behm, D. G., Drinkwater, E. J., Willardson, J. M., & Cowley, P. M. (2010). Canadian Society for Exercise Physiology position stand: The use of instability to train the core in athletic and nonathletic conditioning. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*, 35(1), 109-112. <https://doi.org/10.1139/H09-128>
6. Bliss, L. S., & Teeple, P. (2005). Core stability: the centerpiece of any training program. *Current Sports Medicine Reports*, 4, 179-183. <https://doi.org/10.1007/s11932-005-0064-y>
7. Byrne, J. M., Bishop, N. S., Caines, A. M., Crane, K. A., Feaver, A. M., & Pearcey, G. E. P. (2014). Effect of using a suspension training system on muscle activation during the performance of a front plank exercise. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 28(11), 3049-3055. <https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000000510>
8. Calatayud, J., Borreani, S., Colado, J. C., Martin, F., Batalha, N., & Silva, A. (2014). Muscle activation differences between stable push-ups and push-ups with an unilateral v-shaped suspension system at different heights. *Motricidade* 10(4), 84-93. [http://dx.doi.org/10.6063/motricidade.10\(4\).3395](http://dx.doi.org/10.6063/motricidade.10(4).3395)
9. Calatayud, J., Casaña, J., Martín, F., Jakobsen, M. D., Colado, J. C., Gargallo, P., Juesas, Á., Muñoz, V., & Andersen, L. L. (2017). Trunk muscle activity during different variations of the supine plank exercise. *Musculoskeletal Science and Practice*, 28, 54-58. <https://doi.org/10.1016/j.msksp.2017.01.011>
10. Cerrah, A. O., Ertan, H., & Soylu, A. R. (2010). Spor bilimlerinde elektromiyografi kullanımı. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 8(2), 43-49. https://doi.org/10.1501/Sporm_0000000175
11. Comfort, P., Pearson, S. J., & Mather, D. (2011). An electromyographical comparison of trunk muscle activity during isometric trunk and dynamic strengthening exercises. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 25(1), 149-154. <https://doi.org/10.1519/JSC.0b013e3181fb412f>
12. Cosio-Lima, L. M., Reynolds, K. L., Winter, C., Paolone, V., & Jones, M. T. (2003). Effects of physioball and conventional floor exercises on early phase adaptations in back and abdominal core stability and balance in women. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 17(4), 721-725.
13. D'Amico, J., Betlach, M., Senkarik, R., Smith, R., & Voight, M. (2007). Return to golf following left total hip arthroplasty in a golfer who is right handed. *North American Journal of Sports Physical Therapy: NAJSPT*, 2(4), 251-261.
14. Disselhorst-Klug, C., Schmitz-Rode, T., & Rau, G. (2009). Surface electromyography and muscle force: Limits in sEMG-force relationship and new approaches for applications. *Clinical biomechanics*, 24(3), 225-235. <https://doi.org/10.1016/j.clinbiomech.2008.08.003>
15. Duncan, M. (2009). Muscle activity of the upper and lower rectus abdominis during exercises performed on and off a reclus ball. *Journal of Bodywork and Movement Therapies*, 13(4), 364-367. <https://doi.org/10.1016/j.jbmt.2008.11.008>
16. Garcia, M. C., & Vieira, T. M. M. (2011). Surface electromyography: Why, when and how to use it. *Revista andaluza de medicina del deporte*, 4(1), 17-28.
17. Gottschall, J. S., Mills, J., & Hastings, B. (2013). Integration core exercises elicit greater muscle activation than isolation exercises. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 27(3), 590-596. <https://doi.org/10.1519/JSC.0b013e31825c2cc7>
18. Granacher, U., Lacroix, A., Muehlbauer, T., Roettger, K., & Gollhofer, A. (2013). Effects of core instability strength training on trunk muscle strength, spinal mobility, dynamic balance and functional mobility in older adults. *Gerontology*, 59(2), 105-113. <https://doi.org/10.1159/000343152>
19. Graziela-Flavia, D., Flavia, R., & Emilia, G. (2009). Surface electromyography in biomechanics: applications and signal analysis aspects. *Journal of Physical Education & Sport/Citius Altius Fortius*, 25(4), 56-65.
20. Hamlyn, N., Behm, D. G., & Young, W. B. (2007). Trunk muscle activation during dynamic weight-training exercises and isometric instability activities. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 21(4), 1108-1112.
21. Hofstetter, M. C., Mäder, U., & Wyss, T. (2012). Effects of a 7-week outdoor circuit training program on Swiss Army recruits. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 26(12), 3418-3425. <https://doi.org/10.1519/JSC.0b013e318245bebe>
22. Johnson, P. (2002). Training the trunk in the athlete. *Strength & Conditioning Journal*, 24(1), 52-59.
23. Kim, Y. S., & Lee, N. (2021). Comparative analysis of core muscle activation according to the use of props and the different knee angle during the modified Pilates Hundred. *Journal of Bodywork and Movement Therapies*, 27, 529-534. <https://doi.org/10.1016/j.jbmt.2021.04.005>
24. Kline, J. B., Krauss, J. R., Maher, S. F., & Qu, X. (2013). Core strength training using a combination of home exercises and a dynamic sling system for the management of low back pain in pre-professional ballet dancers: a case series. *Journal of Dance Medicine & Science*, 17(1), 24-33. <https://doi.org/10.12678/1089-313X.17.1.24>
25. Lee, D., Lee, Y., Cho, H. Y., Lee, K. B., Hong, S., Pyo, S., & Lee, G. (2017). Investigation of trunk muscle activity for modified plank exercise: A preliminary study. *Isokinetics and Exercise Science*, 25(3), 209-213. <https://doi.org/10.3233/IES-171113>
26. Lee, J., Jeong, K., Lee, H., Shin, J., Choi, J., Kang, S., & Lee, B. H. (2016). Comparison of three different surface plank exercises on core muscle activity. *Physical Therapy Rehabilitation Science*, 5(1), 29-33. <http://dx.doi.org/10.14474/ptrs.2016.5.1.29>
27. Leetun, D. T., Ireland, M. L., Willson, J. D., Ballantyne, B. T., & Davis, I. M. (2004). Core stability measures as risk factors for lower extremity injury in athletes. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 36(6), 926-934. <https://doi.org/10.1249/01.MSS.0000128145.75199.C3>
28. Lehman, G. J., Gordon, T., Langley, J., Pemrose, P., & Tregaskis, S. (2005). Replacing a Swiss ball for an exercise bench causes variable changes in trunk muscle activity during upper limb strength exercises. *Dynamic Medicine*, 4, 1-7. <https://doi.org/10.1186/1476-5918-4-6>
29. Martuscello, J. M., Nuzzo, J. L., Ashley, C. D., Campbell, B. I., Orriola, J. J., & Mayer, J. M. (2013). Systematic review of core muscle activity during physical fitness exercises. *The Journal*

- of Strength & Conditioning Research, 27(6), 1684-1698. <https://doi.org/10.1519/JSC.0b013e318291b8da>
30. McGill, S. M. (1997). Distribution of tissue loads in the low back during a variety of daily and rehabilitation tasks. *Journal of Rehabilitation Research and Development*, 34(4), 448-458.
 31. Monfort-Pañego, M., Vera-García, F. J., Sánchez-Zuriaga, D., & Sarti-Martínez, M. Á. (2009). Electromyographic studies in abdominal exercises: a literature synthesis. *Journal of Manipulative and Physiological Therapeutics*, 32(3), 232-244. <https://doi.org/10.1016/j.jmpt.2009.02.007>
 32. Norwood, J. T., Anderson, G. S., Gaetz, M. B., & Twist, P. W. (2007). Electromyographic activity of the trunk stabilizers during stable and unstable bench press. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 21(2), 343-347.
 33. Nuzzo, J. L., McCaulley, G. O., Cormie, P., Cavill, M. J., & McBride, J. M. (2008). Trunk muscle activity during stability ball and free weight exercises. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 22(1), 95-102. <https://doi.org/10.1519/JSC.0b013e31815ef8cd>
 34. Ortega, F. B., Ruiz, J. R., Castillo, M. J., & Sjörström, M. (2008). Physical fitness in childhood and adolescence: a powerful marker of health. *International Journal of Obesity*, 32, 1-11. <https://doi.org/10.1038/sj.ijo.0803774>
 35. Park, D. J., & Park, S. Y. (2019). Which trunk exercise most effectively activates abdominal muscles? A comparative study of plank and isometric bilateral leg raise exercises. *Journal of Back and Musculoskeletal Rehabilitation*, 32(5), 797-802. <https://doi.org/10.3233/BMR-181122>
 36. Rathore, M., Trivedi, S., Abraham, J., & Sinha, M. B. (2017). Anatomical correlation of core muscle activation in different yogic postures. *International Journal of Yoga*, 10(2), 59-66.
 37. Reed, C. A., Ford, K. R., Myer, G. D., & Hewett, T. E. (2012). The effects of isolated and integrated 'core stability' training on athletic performance measures: a systematic review. *Sports Medicine*, 42(8), 697-706.
 38. Saeterbakken, A. H., Andersen, V., Jansson, J., Kvellestad, A. C., & Fimland, M. S. (2014). Effects of BOSU ball (s) during sit-ups with body weight and added resistance on core muscle activation. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 28(12), 3515-3522. <https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000000565>
 39. Sánchez-Zuriaga, D., Vera-García, F. J., Moreside, J. M., & McGill, S. M. (2009). Trunk muscle activation patterns and spine kinematics when using an oscillating blade: influence of different postures and blade orientations. *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*, 90(6), 1055-1060. <https://doi.org/10.1016/j.apmr.2008.12.015>
 40. Schoenfeld, B. J., Contreras, B., Tiriyaki-Sonmez, G., Willardson, J. M., & Fontana, F. (2014). An electromyographic comparison of a modified version of the plank with a long lever and posterior tilt versus the traditional plank exercise. *Sports Biomechanics*, 13(3), 296-306. <https://doi.org/10.1080/14763141.2014.942355>
 41. Shinkle, J., Nesser, T. W., Demchak, T. J., & McMannus, D. M. (2012). Effect of core strength on the measure of power in the extremities. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 26(2), 373-380. <https://doi.org/10.1519/JSC.0b013e31822600e5>
 42. Snarr, R. L., & Esco, M. R. (2014). Electromyographical comparison of plank variations performed with and without instability devices. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 28(11), 3298-3305. <https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000000521>
 43. Sternlicht, E., & Rugg, S. (2003). Electromyographic analysis of abdominal muscle activity using portable abdominal exercise devices and a traditional crunch. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 17(3), 463-468.
 44. Sundstrup, E., Jakobsen, M. D., Andersen, C. H., Jay, K., & Andersen, L. L. (2012). Swiss ball abdominal crunch with added elastic resistance is an effective alternative to training machines. *International Journal of Sports Physical Therapy*, 7(4), 372-380.
 45. Tse, M. A., McManus, A. M., & Masters, R. S. W. (2005). Development and validation of a core endurance intervention program: implications for performance in college-age rowers. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 19(3), 547-552.
 46. Thompson, W. R. (Ed.). (2010). *ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Prescription* (8th ed.). Philadelphia, PA: Lippincott, Williams & Wilkins.
 47. Van den Tillaar, R., & Saeterbakken, A. H. (2018). Comparison of core muscle activation between a prone bridge and 6-RM back squats. *Journal of Human Kinetics*, 62(1), 43-53. <https://doi.org/10.1515/hukin-2017-0176>
 48. Vera-García, F. J., Grenier, S. G., & McGill, S. M. (2000). Abdominal muscle response during curl-ups on both stable and labile surfaces. *Physical Therapy*, 80(6), 564-569. <https://doi.org/10.1093/ptj/80.6.564>
 49. Willardson, J. M. (2007). Core stability training for healthy athletes: a different paradigm for fitness professionals. *Strength & Conditioning Journal*, 29(6), 42-49.
 50. Willson, J. D., Dougherty, C. P., Ireland, M. L., & Davis, I. M. (2005). Core stability and its relationship to lower extremity function and injury. *JAAOS-Journal of the American Academy of Orthopaedic Surgeons*, 13(5), 316-325.
 51. Yates, A. V., Donlin, A. A., Beneck, G. J., & Schick, E. E. (2018). The influence of surface angle on muscle activity during Pilates based exercises. *Journal of Bodywork and Movement Therapies*, 22(1), 225-231. <https://doi.org/10.1016/j.jbmt.2017.10.007>

Boksörlerde Spora Bağlılığın Mücadele ve Tehdit Algılarına Etkisi

Ünal SAKI^{1A}, Suat AYBEK^{2B}

*1 Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü
Address Correspondence to Ünal SAKI: e-mail: unalsaki61@gmail.com*

A:Orcid ID: 0000-0003-4913-0693 B:Orcid ID: 0000-0002-0639-2979

Özet

Bu araştırmanın amacı, boksörlerde spora bağlılığın mücadele ve tehdit algılarına etkisini incelemektir. Araştırmanın örneklemini, 2022-2023 yılı Ağrı ve Van illeri dövüş sporu kulüplerinde aktif boks yapan 148 kadın, 171 erkek toplam. 319 sporcu oluşturmaktadır. Araştırmanın veri toplama kısmında araştırmacı tarafından düzenlenen "Kişisel Bilgi Formu", Cihan vd., (2019) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Spora Bağlılık Ölçeği" ve Türkyılmaz (2019) tarafından Türkçe'ye uyarlanması yapılan "Mücadele ve Tehdit Ölçeği" kullanılmıştır. Sporcuların spora bağlılıkları ile mücadele ve tehdit düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek için Spearman's rho ve etkiyi belirlemek için ise Genelleştirilmiş Linear Model (Logit) analizleri yapılmıştır. Araştırmanın sonucunda, boksörlerde spora bağlılık alt boyutlarından zinde olma ($r=0.373$; $p<0.01$), adanma ($r=0.404$; $p<0.01$), içselleştirme ($r=0.376$; $p<0.01$) ve toplam puan ($r=0.415$; $p<0.01$) ile mücadele ve tehdit ölçeğinin mücadele alt boyutu arasında pozitif yönde orta düzeyde bir ilişki olduğu saptanmıştır. Boksörlerde adanma düzeyinin diğer alt boyutları bastıran bir etkiye sahip olduğu belirlenmiştir. Genel olarak adanma düzeyi arttıkça, mücadele algısının da artış gösterdiği tespit edilmiştir. Bu ifade, boksörler açısından ne kadar çok antrenman ve düzenli çalışmalar yapılıp bu sporun içerisinde süreklilik gösterilir ise adanmışlık duygusunun oluşmasını sağlayarak mücadele algısına katkı sunacağı düşünülebilir.

Anahtar Kelimeler: Spor, Boks, Bağlılık, Mücadele ve Tehdit

The Effect of Sport Commitment on Challenge and Threat Perceptions in Boxers

Abstract

The aim of this study was to examine the effect of sport commitment on boxers' perceptions of challenges and threats. The study sample consisted of 148 female and 171 male boxers who were active in combat sports clubs in the Ağrı and Van provinces between 2022-2023. 319 athletes. In the data collection part of the study, "Personal Information Form" organized by the researcher, "Sports Commitment Scale" adapted into Turkish by Cihan et al. (2019) and "Challenge and Threat Scale" adapted into Turkish by Türkyılmaz (2019) were used. Spearman's rho and Generalized Linear Model (Logit) analyses were conducted to examine the relationship between athletes' commitment to sport and their levels of challenge and threat. The results showed that there was a positive and moderate relationship between the sub-dimensions of vigor ($r=0.373$; $p<0.01$), dedication ($r=0.404$; $p<0.01$), absorption ($r=0.376$; $p<0.01$), and total score ($r=0.415$; $p<0.01$) and the struggle sub-dimension of the struggle and threat scale. It was determined that the level of dedication had a suppressive effect on the other subdimensions in boxers. In general, as the level of commitment increased, the perception of struggle also increased. This statement can be considered as more training and regular studies are done for boxers and continuity is shown in this sport, and it can be thought that it will contribute to the perception of struggle by providing a sense of dedication.

Keywords: Sport, Boxing, Commitment, Challenge and Threat

GİRİŞ

İnsan ihtiyaçlarının çoğu fizyolojik ya da psikolojik içerikli olduğu ifade edilmektedir. Düzenli spor yapıldığı sürece fiziki açıdan estetik bir görünüm kazanma ve mental açıdan iyi hissetmenin spora bağlılığı arttırdığı görülmektedir (Chen, vd., 2007). Çocuklar spora eğlence, oyun gözüyle bakarken yetişkinler ve gençler daha çok sosyal ortamı aktifleştirme, güçlü fiziksel görünüme sahip olma gibi içsel motivasyonla spora bağlılığı sağlamaktadır (Roberts, 1984). Bağlılık kavramında zindelik; yüksek düzeyde performans gösterme yeteneği, zorluklarla karşılaştığınızda bile elinizden gelenin en iyisini yapmaya çalışmak anlamı taşımaktadır (Gullien ve Martinez-Alvarado, 2014). Spor alanının içerisinde sporcuların bağlılıkları ise; kendine güvenleri, çabaları, gayretleri ve hareketli durumları ile birlikte sporun içinde tamamen bulunma ve pozitif olarak zihinsel durumu yaşama olarak tanımlanmaktadır (Lonsdale, vd., 2007). Araştırmalar, yaşları ne olursa olsun, gençlerin ve yetişkinlerin aynı nedenlerle egzersiz yaptığını göstermektedir. Neden bu işi yapıyorsunuz diye sorulduğunda, eğlence, yetkinlik, bağlılık ve zindelik kazanmaktan kaynaklı olduğunu belirtmişlerdir (Weiss ve Ferrer-Caja, 2002).

Spor ortamı ve doğası gereği içerisinde rekabet ve mücadeleyi barındırmaktadır. Spor mücadelesinde amaç, kaybetme ve kazanmaya dayalı olduğu için, kazanabilme hedefi ile iyi bir performansa sahip olma isteği de bazı zamanlar negatif etmenler oluşturması sonucunda karışık hislerin artmasına neden olarak performansı olumsuz etkilemektedir (Gümüş, 2002).

Sporcuların performanslarını ortaya koyduğu mücadeleyi spor ortamında teknik-taktik ve fiziksel durumların yanında zihinsel antrenmanlarında önemi her geçen gün gelişme kaydetmektedir (Arnold ve Fletcher, 2012). Mental olarak sağlam dayanıklılığa sahip olan sporcular, duygusal bakımdan daha arınmış, olumsuzluklar karşısında serinkanlı ve güçlü bir duruş sergileme gibi özelliklere sahip oldukları söylenmektedir (Konter, 2006).

Sporcular, antrenman ve rekabetle ilgili önemli bir dizi organizasyonel ve rekabetçi istekler bildirmektedir (Arnold ve Fletcher, 2012). Bu durumu meydan okuma olarak değerlendirmek, aynı durumu tehdit olarak algılayan sporculara kıyasla daha iyi performansa yol açtığı görülmektedir (Blascovich, vd., 2004). Jones vd. (2009) zihinsel dayanıklılığa sahip bireylerin baskı altındayken kendine hakim olması, kararlı tutum

sergilemesi ve içinde bulunduğu olaya konsantre davranması gibi yeteneklerle rakiplerinden daha iyi bir performans sergilediklerini öne sürmektedir. Ayrıca, meydan okuma ve tehdidin sadece efor veya risk duygusu ile karakterize edilen ve motive edilmiş performans gerektiren mücadele sırasında ortaya çıktığı belirtilmektedir (Blascovich ve Mendes, 2000).

Boks, karate ve kickboks gibi mücadele sporları; ileri seviyede dayanıklılık, kuvvet, hız ve çeviklik gibi bedensel gelişime odaklanmış olsa da olayın psikolojik yönüne yoğunlaşmanın önemli olduğu vurgulanmaktadır (Sheard, 2013). Bu açıdan sporcuların rakiplerine nazaran iyi performans sergileyebilmeleri için baskı altında sakin kalarak mücadele ortamına uygun davranışlar sergileyebilmeleri ve iyi bir sonuç elde etmek için konsantre olabilmeleri doğrudan sporcuların psikolojik durumları ile ilgili olduğu ifade edilmektedir. (Jones, vd., 2002). Bu doğrultuda sporcu ilgilendiği spor branşını içtenlikle yapması, geleceğe yönelik gelir kaynağı beklentisi taşıması gibi faktörlerin etkisi ile spor branşına yönelik gösterdiği bağlılık seviyesi müsabaka içerisinde mücadele ve tehdit algılarının olumlu veya olumsuz olarak şekillenmesine neden olduğu düşünülmektedir. Buradan hareketle çalışmanın amacı boksörlerde spora bağlılığın mücadele ve tehdit algılarına etkisini incelemektir.

YÖNTEM

Bu çalışma 27.04.2023 tarih ve 99 sayılı karar ile alınan 'Boksörlerde Spora Bağlılığın Mücadele ve Tehdit Algılarına Etkisi' adlı çalışma Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi etik kurul ve izinleri alınmıştır.

Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada, nicel desenli betimsel modellerden iki ve üzeri sayıdaki değişkenlerin karşılıklı aralarındaki farklılığın oranını yansıtmayı hedefleyen, değişiklik söz konusu ise nasıl ortaya çıktığını ispat etmeye yönelik adımlar atılmasını sağlayan ilişkisel tarama modeli (Karasar, 2006) ve tahmin edicilerin sahip olduğu sabit etkilere ilave olarak rastgele etkilerin olduğu genelleştirilmiş lineer modelden (Akay ve Tez, 2007) yararlanılmıştır.

Evren ve Örneklem

Araştırmanın çalışma grubunu 2022-2023 yılında Ağrı ve Van il ve ilçelerindeki dövüş sporu kulüplerinin boks dalıyla aktif uğraşan sporcular arasından ana kütleyi veya evreni oluşturan tüm birimlerin örnekleme var olma ihtimalinin bulunması anlamına gelen basit tesadüfi örnekleme

yöntemi (Büyüköztürk vd., 2011) ile seçilen 148 kadın, 171 erkek toplam 319 sporcu katılmış olup araştırmaya katkı sunmalarında gönüllülük anlayışına göre hareket edilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Çalışmada, kişisel bilgi formu, spora bağlılık ve sporda mücadele ve tehdit ölçeğinden yararlanılmıştır. Bireylerin demografik niteliklerini belirlemek için araştırmacının oluşturduğu kişisel bilgi formu; Cinsiyet, yaş, gelir durumu, haftalık antrenman süresi, spor yılı sorularını içermektedir. Anket verileri katılımcılara çevrimiçi uygulanmıştır.

Spora Bağlılık Ölçeği (SBÖ)

Spora Bağlılık Ölçeği (SBÖ) Ölçeği Schaufeli vd., (2002)'in geliştirdiği The Utrecht Work Engagement Scale (UWES)'in İspanyol versiyonu Guillen ve Martinez-Alvarado (2014) tarafından sporcular için adaptasyonu yapılarak geliştirilmiş ve Cihan vd., (2019) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Bu ölçek 15 madde ve 3 alt boyutu olan 5 kategorili likert türünde yapılandırılmıştır. Spora Bağlılık Ölçeğinin 3 alt boyutu; sporunun zinde olması (1,2,6,7,8) adanmışlık (3,4,5,9,12) ve içselleştirme (10,11,13,14,15) durumlarını ölçmektedir. Spora Bağlılık Ölçeği, sorularda belirtilen duyguları ve davranışları kişinin içinde bulunduğu duruma göre, duygularını ve düşüncelerini dikkate alarak seviyesine göre (1) Hemen Hemen Hiç, (2) Nadiren, (3) Ara Sıra, (4) Sık Sık, (5) Hemen Hemen Her Zaman seçeneklerinden oluşan şıklardan birini işaretleyerek cevaplandırılmıştır. Bu çalışmada sporda mücadele ve tehdit ölçeğinin Cronbach Alfa güvenilirlik kat sayısı 0.94 olarak hesaplanmıştır.

Sporla Mücadele ve Tehdit Ölçeği (SMTÖ)

Sporla Mücadele ve Tehdit Ölçeği (Challenge and Threat in Sport) Sporcuların mücadele ve tehdit algılarını belirlemek için Rossato vd. (2018) tarafından geliştirilen, Türkyılmaz (2019) tarafından Türkçeye uyarlanan 12 madde ve 2 alt boyuttan (Mücadele ve Tehdit) oluşmaktadır. Toplamda 12 maddeden (Tehdit= 1, 2, 3, 6, 9, 11, 12; Mücadele= 4, 5, 7, 8, 10) oluşan ölçek 6'lı likert tipindedir. Anket soruları "Tamamen Katılmıyorum", "Kısmen Katılmıyorum", "Katılmıyorum", "Katılıyorum", "Kısmen Katılıyorum" ve "Tamamen Katılıyorum" şeklinde cevaplandırılmıştır. Ölçeğin toplamından alınan en düşük puan 12, en yüksek puan ise 72'dir. Ayrıca ölçeğin Tehdit alt boyutundan alınabilecek en düşük puan 7 en yüksek puan 42 iken, mücadele alt boyutunda ise en düşük puan 5, en yüksek puan ise 30'dur. Bu çalışmada sporda mücadele ve tehdit

ölçeğinin Cronbach Alfa güvenilirlik kat sayısı 0.87 olarak hesaplanmıştır.

Verilerin Analizi

Nominal ve ordinal verilerin tanımlanması frekans analizi yapılırken, ölçek değerleri ortalama ve standart sapma düzeyleriyle verilmiştir. Ölçek güvenilirliği için Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısından yararlanılmıştır. Normallik dağılımlarının analizi için Kolmogorov Smirnov testi yapılmıştır. Ölçek ortalamaları normal dağılıma uymadığı için ikili grupların farkında Mann Whitney U, ikiden fazla grup farkında Kruskal Wallis H testi, ilişkisel tarama modelinde ise Spearman's rho ve Genelleştirilmiş Lineer Model (Logit) analizleri yapılmıştır. Tüm analizler %95 güven aralığı ve 0.05 anlamlılık düzeyinde, SPSS 25.0 for Windows programında gerçekleştirilmiştir.

BULGULAR

Çalışmanın bu kısmında: frekans dağılımları, sosyo-demografik nitelikler, spora bağlılık ve mücadele ve tehdit ile alt boyutlar açısından ilişki ve etkiyi incelemek amacıyla korelasyon ve Lineer model (Logit) tablolar halinde verilmiştir.

Tablo 1. Katılımcıların demografik özelliklerine göre dağılımları

		Kişi sayısı (n)	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kadın	121	61.1
	Erkek	77	38.9
Yaş	21 ve altı	118	59.6
	22 ve üzeri	80	40.4
Gelir Durumu	Gelir < Gider	92	46.5
	Gelir = Gider	76	38.4
	Gelir > Gider	30	15.2
Haftalık antrenman	0-6 saat	88	44.4
	7-12 saat	69	34.8
	13 saat ve üzeri	41	20.7
Spor yılı	0-2 yıl arası	59	29.8
	3-5 yıl arası	84	42.4
	6 yıl ve üzeri	55	27.8

Katılımcıların %61.1'i kadın ve %38.9'u erkektir. Katılımcıların %59.6'sı 21 ve altında, %40.4'ü 22 ve üzerinde yaşa sahiptir. Gelir gider durumuna göre katılımcıların %46.5'inin geliri giderinden az, %38.4'ünün geliri giderine eşit ve %15.2'sinin geliri giderinden fazladır. Katılımcıların %44.4'ü haftada 0-6 saat, %34.8'i 7-12 saat, %20.7'si 13 saat ve üzerinde antrenman yaptıklarını ifade etmişlerdir. Katılımcıların %29.8'i 0-2 yıl arası, %42.4'ü 3-5 yıl

arası, %27.8'i 6 yıl ve üzerinde süre ile spor yaptıklarını ifade etmişlerdir.

Tablo 2. Ölçek ortalamaları ve güvenilirlik analizi ile normallik testi sonuçları

	Cronbach Alpha	Normal Parametreler		Test Değeri	p değeri
		Ortalama	Std. Sapma		
SBÖ zinde olma	0.850	17.91	4.83	0.096	0.000
SBÖ adanma	0.889	19.22	4.96	0.122	0.000
SBÖ içselleştirme	0.883	55.98	13.80	0.084	0.002
SBÖ Toplam	0.949	18.84	4.92	0.119	0.000
SMTÖ Tehdit	0.872	20.25	8.52	0.073	0.012
SMTÖ Mücadele	0.907	21.18	7.22	0.122	0.000
SMTÖ Toplam	0.870	41.43	12.69	0.076	0.008

SBÖ: Spora Bağlılık Ölçeği, SMTÖ: Sporda Mücadele ve Tehdit Ölçeği

Tablo 2 verilerine göre tüm ölçeklerin ve alt boyutların iç tutarlılık katsayısı için hesaplanan Cronbach Alpha değerleri 0.60 düzeyinin üzerinde ve kabul edilebilir düzeydedir. Kolmogorov Smirnov

testi sonuçları ise ölçek boyutlarının dağılımının standart normal dağılıma uymadığını göstermiştir ($p<0.05$). Bu nedenle, araştırmada nonparametrik testler kullanılmıştır.

Tablo 3. Demografik özelliklere göre spora bağlılık ve sporda tehdit mücadele puanları fark analizi sonuçları

		SB_Toplam		SMTÖ_Toplam	
		Ortalama	Standard Sapma	Ortalama	Standard Sapma
Cinsiyet	Kadın	54.60	13.70	41.58	12.27
	Erkek	58.14	13.76	41.19	13.40
	p değeri	0.060a		0.928a	
Yaş	21 ve altı	55.20	13.35	42.10	11.91
	22 ve üzeri	57.12	14.44	40.44	13.78
	p değeri	0.205a		0.219a	
Gelir durumu	Gelir < Gider	55.38	14.23	41.39	12.93
	Gelir = Gider	56.91	13.35	42.14	12.16
	Gelir > Gider	55.47	13.92	39.73	13.53
	p değeri	0.817b		0.650b	
Haftalık antrenman süresi	0-6 saat	52.24	12.84	42.30	12.58
	7-12 saat	58.07	14.84	40.71	12.67
	13 saat ve üzeri	60.49	12.05	40.78	13.16
	p değeri	0.000b		0.905b	
Spor yılı	0-2 yıl arası	51.92	13.45	42.03	11.88
	3-5 yıl arası	55.25	12.96	40.56	13.79
	6 yıl ve üzeri	61.45	13.88	42.11	11.91
	p değeri	0.000b		0.536b	

a. Mann Whitney U Testi, b. Kruskal Wallis H Testi.

Tablo 3'deki bulgulara göre haftalık antrenman süresi ve spor yılı yüksek olanlarda istatistiksel olarak anlamlı şekilde spora bağlılık düzeyleri daha yüksek olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). Bunun dışındaki tüm demografik özelliklere göre spora

bağlılık ve sporda tehdit mücadele puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı belirlenmiştir ($p>0.05$)

Tablo 4. Sporda tehdit ve mücadele ile spora bağlılık boyutları arasındaki korelasyon değerleri

	SMTÖ Tehdit	SMTÖ Mücadele	SMTÖ Toplam
SB zinde olma	-0.028	0.373**	0.185**
SB adanma	0.008	0.404**	0.236**
SB içselleştirme	0.044	0.376**	0.260**
SB Toplam	0.005	0.415**	0.244**

**p<0.01

Tablo 4 korelasyon analizine göre SMTÖ düzeyleri arasında anlamlı fark olmadığı için, demografik özellikler alınmamıştır. Analiz sonuçlarına göre SMTÖ tehdit boyutu ile spora bağlılık ölçeğinin boyutları arasındaki ilişki istatistiksel olarak anlamlı olmadığı ortaya çıkmıştır (p>0.05). SMTÖ mücadele boyutu ile SBÖ zinde olma (r=0.373; p<0.01), SBÖ adanma (r=0.404; p<0.01), SBÖ içselleştirme (r=0.376; p<0.01) ve SB toplam puanı (r=0.415; p<0.01) arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönde ilişkiler olduğu saptanmıştır. SMTÖ toplam puanı ile SBÖ zinde olma (r=0.185; p<0.01), SBÖ adanma (r=0.236; p<0.01), SBÖ içselleştirme

(r=0.260; p<0.01) ve SBÖ toplam puanı (r=0.244; p<0.01) arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönde ilişkiler olduğu tespit edilmiştir.

SMTÖ tehdit puanıyla spora bağlılık arasında anlamlı ilişki çıkmamasından ötürü, regresyon modeli mücadele puanı ile spora bağlılık arasında inceleme yapılmamıştır. SBÖ tüm boyutları ilişkili olduğundan hepsi modele alınmış olup, eş bütünleşme olmaması için toplam puan değerlendirilmeye alınmamıştır.

Tablo 5. SMTÖ mücadele boyutu için yapılan geliştirilmiş Lineer model (Logit) sonuçları

Parametreler	B	Std. Hata	95% Wald Güven Aralığı		Hypothesis Test		
			Minimum	Maksimum	Wald Ki-kare	df	p değeri
(Kesişim)	10.28	1.98	6.39	14.17	26.86	1	0.000
SB zinde olma	0.04	0.18	-0.31	0.40	0.06	1	0.802
SB adanma	0.45	0.22	0.01	0.88	4.10	1	0.043
SB içselleştirme	0.08	0.19	-0.29	0.46	0.18	1	0.674
(Ölçüm)	44.40	4.46	36.46	54.07			

Tablo 5 geliştirilmiş Lineer Model analizi sonuçlarına göre spora bağlılık boyutlarından sadece adanma (B=0.45; p<0.05) düzeyinin mücadele üzerinde pozitif ve anlamlı ilişkisi olduğu tespit edilmiştir. Bunun dışındaki boyutlar her ne kadar tek değişkenli analizde anlamlı çıkmış olsa da, çok değişkenli analizde adanma düzeyinin etkisinin hepsini bastırıldığı belirlenmiştir. Genel olarak, adanma düzeyi yükseldikçe, mücadele düzeyi de artmaktadır.

TARTIŞMA

Boksörlerin yaptıkları spora bağlılık düzeyleri incelendiğinde, cinsiyet, yaş, gelir durumu değişkenlerine göre spora bağlılık toplam puanlarında herhangi bir anlamlı farklılık ortaya çıkmadığı gözlenmiştir (Tablo 3). Yapılan çalışmalarda (Babic, vd., 2015; Yamaner, vd., 2019; Peke, 2020; Siyahtaş, vd., 2020; Uluç ve Akçakoyun, 2021; Uzgur, vd., 2021; Aykora ve Dinçer, 2022) benzer sonuçlar elde edilmiştir.

Haftalık antrenman süresi değişkenine göre, istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık ortaya çıkmıştır (Tablo 3). Buna göre spora bağlılık toplam puanında 13 saat ve üzeri boks ile uğraşanların boks sporuna bağlılıkları 0-6 saate kadar boks yapanlardan daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Konu kapsamında benzer çalışmalara bakıldığında, Yamaner vd. (2022) spor bilimleri fakültesi öğrencilerine yönelik yaptıkları çalışmada, haftalık antrenman süresi fazla olan sporcuların spora bağlılıklarını daha yüksek olduğunu saptamışlardır. Bu çalışmaların araştırmayı destekler yönde olduğunu söylemekle birlikte boks sporuna daha fazla zaman ayıranların yapmış oldukları spor branşına yönelik aidiyet duygusunun bir anlamda tutkuya dönüşerek artış gösterdiği söylenebilir.

Spor yılı değişkenine göre incelendiğinde; spora bağlılık düzeylerinde anlamlı farklılığa ulaşılmıştır (Tablo 3). Bu sonuca göre, spora bağlılık toplam puanında 6 yıl ve üzeri boks yapanların 0-2 yıldır boks yapanlara göre boks branşına bağlılıklarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Benzer çalışmalarda; Uluç ve Akkoyun (2021) Bocce sporcularının spora bağlılıkları üzerine yaptıkları çalışmada, 11 yıl ve üzeri bocce sporu yapanların spora bağlılıklarının 5 yıl ve altındakilere göre daha yüksek olduğunu belirlemişlerdir. Yine (Bavlı, vd., 2011; Can ve Kızılet, 2021; Güney, vd., 2021; Kalkavan, vd., 2021; Polat ve Kaynak, 2022) yaptıkları çalışmalarda daha uzun süre sporu deneyimleyenlerin spora bağlılıklarının yüksek olduğunu ortaya koymuşlardır. Bu çalışmaların araştırma sonucu ile aynı doğrultuda olduğu ifade edilebilir. Bu durum boks sporu içerisinde daha uzun süre var olan bireylerin boks sporuna karşı adanmışlık, özümseme ve kabullenme kavramlarını daha derinden hissettiklerinden dolayı bağlılık taşıdıkları sonucu çıkarılabilir. Araştırmayı desteklemeyen çalışmada ise Yamaner vd. (2022) spor bilimleri fakültesi öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmada bireylerin spora bağlılıklarının spor yaşları

arasında anlamlılık sağlamadığını tespit etmişlerdir. Ayrıca anlamlı sonuçlar ortaya koyamayan diğer çalışmalarda (Gülen, vd., 2021; Özgün, vd., 2021) mevcut olduğu görülmektedir.

Boksörlerin spora bağlılık ölçeği alt boyutlarından zinde olma ($p<.05$, $r=0.373$), adanma ($p<.05$, $r=0.404$), içselleştirme ($p<.05$, $r=0.376$) ve toplam puan ($p<.05$, $r=0.415$) ile sporda mücadele ve tehdit ölçeğinin mücadele alt boyutu arasında pozitif anlamlı orta düzeyde bir ilişki olduğu tespit edilmiştir (Tablo 4). Buna göre boksörlerin zinde olma, adanma, içselleştirme düzeyi arttıkça mücadele etme isteklerinin de artış gösterdiği ortaya çıkmıştır. Ayrıca spora bağlılık ölçeği alt boyutlarından zinde olma ($p<.05$, $r=0.185$), adanma ($p<.05$, $r=0.236$), içselleştirme ($p<.05$, $r=0.260$) ve toplam puan ($p<.05$, $r=0.244$) ile sporda mücadele ve tehdit ölçeği toplam puanı arasında pozitif anlamlı zayıf ilişki belirlenmiştir (Tablo 4). Dolayısıyla boksörlerin zihinsel ve mental açıdan hazır bulunuşluğa sahip olması, bu sporu kimliğinin bir parçası görerek özümsemesi ve hayatının merkezine koyarak yaşamını bu doğrultuda düzenleme düşüncesi boksörlerin müsabaka içinde ve dışında mücadele anlayışına olumlu yönde katkı sunduğu söylenebilir. Yakın zamanda yapılan araştırmalar (Reeve, vd., 2004; Skinner, vd., 2008; Crust & Swann, 2011; Dangel ve Skowronski, 2011; Jowett, vd., 2016) mücadele çabalarının spora bağlılığı artırıcı bir rol oynadığı, tersten bakıldığında, uygun mücadele ortamının hazırlanması durumunda ilgili spor branşına bağlılığın yükselebileceği (Fredricks, vd., 2016), spora bağlılık yaşayan sporcuların bir tehdit değerlendirmesinden ziyade bir meydan okuma yaşamış olma olasılığının daha yüksek olduğunu (Lafrenière, vd., 2011; Nicholls, vd., 2016) ve Peke (2020) oryantiring oyuncularını üzerinde yaptığı çalışmada zinde olma ve içselleştirme düzeylerinin, mücadele isteklerini pozitif yönde etkilediğini belirlemiştir. Bu sonuçların araştırma bulguları ile örtüştüğünü göstermektedir. Fakat spora bağlılığın tehdit ile pozitif ilişkili olmasının yüksek bağlılığa sahip bir antrenör-sporcu ilişkisinde bazı olumsuz sonuçları beraberinde getirebileceği (Rutten, vd., 2007; Ntoumanis ve Standage 2009; Hodge ve Lonsdale, 2011; Nicholls, vd., 2016) ve tehdit algısı sporunun kaygısının artması ve performansının azalmasına neden olabileceği (Peacock ve Wong, 1990; Moore, vd., 2013) yönündeki araştırmaların çalışma ile benzer sonuçlar taşımadığı anlamı çıkarılabilir.

Genelleştirilmiş Lineer model analizi sonuçlarına göre, boksörlerin spora bağlılık boyutlarından sadece adanma ($B=0.45$; $p<0.05$) düzeyinin mücadele üzerinde pozitif anlamlı ilişkisi olduğu saptanmıştır (Tablo 5). Genel anlamda boksörlerin adanma düzeyi artıkça mücadeleleri de artmaktadır. Bu durum boksörlerin kendilerini bu spor branşına adanmış hissetmelerinin sağladığı bağlılık duygusunun her alanda mücadeleci tavır ortaya koyma düzeylerini yükselttiği düşünülebilir. Literatür tarandığında, spora bağlılığın, amaç yönelimine sahip sporcularda daha yüksek olduğunu Stephens ve Bredemeier, 1995; Tongo, 2021) ve sporda amaç yönelimi ile spora bağlılık ölçeğinin alt boyutlarından zinde olma, adanma, içselleştirme arasında pozitif ve yüksek düzeyde bir ilişki olduğunu (Uluç ve Akçakoyun, 2021) tespit etmişlerdir.

Araştırmada, genel olarak boksörlerin bağlılık düzeylerinin onlara verilen görevi yerine getirmedeki mücadele ruhunu yansıttığı söylenebilir. Fakat boksörlerdeki bu bağlılığın rakibi veya görevi tehdit olarak algılama sonucunu doğurmadığı ifade edilebilir. Bağlılığı oluşturan faktörlerden biri olan adanmışlık kavramı, boksörlerde fiziksel ve zihinsel açıdan zinde olma ve durumu içselleştirme faktörlerinden ağır basarak bağlılığın mücadele isteğini tetiklediği en önemli belirleyici olduğu gözlenmektedir. Boksörler açısından ne kadar çok antrenman ve düzenli çalışmalar yapılıp bu sporun içerisinde süreklilik gösterilir ise bağlılık sağlanarak mücadele azminin artış gösterebileceği savunulabilir. Bu sonuçlar doğrultusunda araştırmanın alana katkı sunacağı düşünülmektedir. Bu kapsamda öncelikle kulüp yöneticileri ve antrenörler tarafından boksörlere, yaptıkları bu sporun onlara sporculuk yaşamlarında veya mesleki anlamda maddi destek sağlayacağı ve sosyal çevrelerinde başarı elde ettikçe popülerite kazandıracağı vurgulanmalıdır. Ayrıca literatüre bakan yönüyle diğer dövüş sporlarına yönelik bu konu ile ilgili çalışmalar yapılarak farklı ve benzer yönlerin değerlendirilmesi ve yeni çözüm önerilerinin sunulması ile alana katkıda bulunulabilir.

KAYNAKLAR

1. Akay, K. U. ve Tez, M. (2007). Analyzing mixture experiments via generalized linear models. *International Journal of Pure and Applied Mathematics*, 36(3), 373-390
2. Álvarez, M. S., Balaguer, I., Castillo, I., & Duda, J. L. (2009). Coach autonomy support and quality of sport engagement in young soccer players. *The Spanish journal of psychology*, 12(1), 138-148.
3. Arnold, R. & Fletcher, D. (2012). Psychometric issues in organizational stressor research: A review and implications for

4. sport psychology. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 16(2), 81-100. <https://doi.org/10.1080/1091367X.2012.639608>
4. Aykora, A. F. ve Dinçer, U. (2022). Spor bilimlerinde öğrenim gören lisans öğrencilerinin spora bağlılık düzeyleri ve akademik başarılarının incelenmesi. *Uluslararası Dağcılık ve Tırmanış Dergisi*, 5(1), 1-8. <https://doi.org/10.36415/dagcılık.1132538>
5. Babic, V., Sarac, J., Missoni, S. & Sündik, J. (2015). Athletic engagement and athletic identity in top Croatian sprint runners. *Coll, Antropol*, 39(3), 521-528. <https://doi.org/hrcak.srce.hr/166120>
6. Balıkcı, C. ve Ural, K. (2018). Canine Visceral Leishmaniasis' in farklı evrelerinde ekokardiyografik ejeksiyon fraksiyonu ve fraksiyonel kısalmanın değerlendirilmesi. *Kocatepe Veterinary Journal*, 11(1), 45-52.
7. Bavlı, Ö., Kozanoğlu, M. E. ve Doğanay, A. (2011). Düzenli egzersize katılımın egzersiz bağımlılığı üzerine etkisi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(2), 150-153.
8. Blascovich, J., Seery, M. D., Mugridge, C. A., Norris, R. K., & Weisbuch, M. (2004). Predicting athletic performance from cardiovascular indexes of challenge and threat. *Journal of experimental social psychology*, 40(5), 683-688. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2003.10.007>
9. Blascovich, J., & Mendes, W. B. (2000). Challenge and threat appraisals: The role of affective cues In Forgas, J. (Ed.), *Feeling and thinking: The role of affect in social cognition* (pp. 59-82).
10. Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., ve Demirel, F. (2011). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Pegem A.
11. Byun, S., Ruffini, C., Mills, J. E., Douglas, A. C., Niang, M., Stephenkova, S., ... & Blanton, M. (2009). Internet addiction: Metasynthesis of 1996-2006 quantitative research. *CyberPsychology & Behavior*, 12(2), 203-207. <https://doi.org/10.1089/cpb.2008.0102>
12. Can, E. ve Kızılet, A. (2021). Düzenli olarak antrenman yapan bireylerin spor salonlarına yönelik hizmet kalitesi algılarının spora bağlılığa etkisi. *Spor Eğitim Dergisi*, 5(3), 87-97.
13. Chen, L. J., Haase, A. M., & Fox, K. R. (2007). Physical activity among adolescents in Taiwan. *Journal of Clinical Nutrition*, 16(2), 354-361. <https://doi.org/10.6133/APJCN.2007.16.2.22>
14. Cihan, B. B., Ilgar, E. A. ve Sırganlı, G. (2019). Spora bağlılık ölçeği'nin geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 7(17), 171-191.
15. Crust, L., Swann, C. (2011). Comparing two measures of mental toughness. *Personality and Individual Differences*, 50(2), 217-221. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.09.032>
16. Dangel, K. & Skowronski, W. (2011). The levels of engagement in sport activity by partners and athletes in the teams of unified football during Special Olympics. *Postepy Rehabilitacji*, 25(4), 63-69. <https://doi.org/10.2478/rehab-2013-0022>
17. Fredricks, J. A., Filsecker, M. & Lawson, M. A. (2016). Student engagement, context, and adjustment: Addressing definitional, measurement, and methodological issues. *Learning and Instruction*, 43, 1-4. <https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2016.02.002>
18. Guillén, F. & Martínez-Alvarado, J. R. (2014). The sport engagement scale: an adaptation of the utrecht work engagement scale (UWES) for the sports environment. *Universitas Psychologica*, 13(3), 975-984. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.UPSY13-3.sesa>
19. Gümüş, M. (2002). Profesyonel futbol takımlarında puan sıralamasına göre durumluk kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.*

20. Gülen, Ö., Madak, E., Kumartaşlı, M., ve Sönmez, H. O. (2021). Taekwondo sporcularının spora bağlılık düzeylerinin milli sporculuk durumları ve çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *The Online Journal of Recreation and Sports*, 10(3), 1-17.
21. Güney, G., Uzun M. ve İmamoğlu, O. (2021, Haziran, 4-6). Spora bağlılığın değişik faktörlere göre araştırılması [Sözlü sunum]. VI. International European Conference on Social Sciences, Kyiv, Ukrayna.
22. Hodge, K. & Lonsdale, C. (2011). Prosocial and Antisocial Behavior in Sport: The Role of Coaching Style, Autonomous vs. Controlled Motivation, and Moral Disengagement. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 33(4), 527-547. <https://doi.org/10.1123/jsep.33.4.527>
23. Jones, M., Meijen, C., McCarthy, P. J., & Sheffield, D. (2009). A theory of challenge and threat states in athletes. *International review of sport and exercise psychology*, 2(2), 161-180. <https://doi.org/10.1080/17509840902829331>
24. Jones, G., Hanton, S., & Connaughton, D. (2002). What is this thing called mental toughness? An investigation of elite sport performers. *Journal of applied sport psychology*, 14(3), 205-218. <https://doi.org/10.1080/10413200290103509>
25. Jowett, G. E., Hill, A. P., Hall, H. K., & Curran T. (2016). Perfectionism, burnout and engagement in youth sport: The mediating role of basic psychological needs. *Psychology of Sport and Exercise*, 24(2016), 18-26. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2016.01.001>
26. Kalkavan, A., Terzi, E., & Kayhan, R. F. (2021). Türkiye olimpiik hazırlık merkezlerinde çalışma yapan sporcuların egzersiz bağlılığı düzeylerinin araştırılması. *Spor Eğitim Dergisi*, 5(2), 25-35.
27. Karasar, N. (2006). Bilimsel araştırma yöntemi. Nobel.
28. Kavetsos, G. (2011). The economics of sport, health and happiness: The promotion of well-being through sporting activities, Brad R. In P. Rodríguez, S. Kesenne & B. R. Humphreys (Eds.), 11. Physical activity and subjective well-being: an empirical analysis. (pp. 187-206). Edward Elgar Publishing.
29. Konter, E. (2006). Spor psikolojisi el kitabı. Nobel Yayın Dağıtım.
30. Lafrenière, M-A. K., Jowett, S., Vallerand, R. J., & Carbonneau, N., (2011). Passion for coaching and the quality of the coach-athlete relationship: The mediating role of coaching behaviours, *Psychology of Sport and Exercise*, 12(2), 144-152. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2010.08.002>
31. Lonsdale, C., Hodge, K., & Raedeker, T. D. (2007). Athlete engagement: I. A qualitative investigation of relevance and dimensions. *International Journal of Sport Psychology*, 38(4), 451-470.
32. Marsh, K., Mackay, S., Morton, D., Parry, W., Bertranou, E., Lewsie, J., Sarmah, R. & Dolan P. (2010). CASE: Understanding the drivers, impact and value of engagement in culture and sport. Department for Culture, Media and Sport. London.
33. Moore, L. J., Wilson, M. R., Vine, S. J., Coussens, A. H., & Freeman, P. (2013). Champ or chump?: Challenge and threat states during pressurized competition. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 35(6), 551-562 <https://doi.org/10.1123/jsep.35.6.551>
34. Nicholls, A. R., Levy, A. R., Jones, L., Meir, R., Radcliffe, J. N., & Perry, J. L. (2016). Committed relationships and enhanced threat levels: Perceptions of coach behavior, the coach-athlete relationship, stress appraisals, and coping among athletes. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 11(1), 16-26. <https://doi.org/10.1177/1747954115624825>
35. Ntoumanis N, Standage M. (2009). Morality in sport: A selfdetermination theory perspective. *Journal of Applied Sport Psychology*, 21(4), 365-380. <https://doi.org/10.1080/10413200903036040>
36. Özgün, A., Türkmen, M. U., & Aylan, B. (2021). Sporcuların Covid -19'a yakalanma kaygısı ve spora bağlılık durumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 7(1), 298 -315.
37. Peacock, E. J., & Wong, P. T. P. (1990). The stress appraisal measure (SAM): A multidimensional approach to cognitive appraisal, *Stress Medicine*, 6(3), 227-236. <https://doi.org/10.1002/smi.2460060308>
38. Peke, K. (2020). Oryantiring katılımcılarının spora bağlılıkları ve zihinsel dayanıklılıklarının incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı, İstanbul.
39. Polat, A., ve Kaynak, K. (2022). Kadın voleybolcuların spora bağlılıkları ile prososyal ve antisosyal davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Ulusal Kinesyoloji Dergisi*, 3(2), 38-47. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7481761>
40. Reeve, J., Jang, H., Carrell, D., Jeon, S. & Barch, J. (2004). Enhancing students' engagement by increasing teachers' autonomy support. *Motiv. Emot.* 28(2), 147-169. <https://doi/10.1023/B:MOEM.0000032312.95499.6f>
41. Roberts, G. C. (1984). Achievement motivation in children's sport. In J. Nicholls (Ed.), The development of achievement motivation (pp.251-281). Greenwich, CT: JAI Press.
42. Rutten, E. A., Stams, G. J. J. M., Biesta G. J. J., Schuengel, C., Dirks, E., & Hoeksma, J. B. (2007). The contribution of organized youth sport to antisocial and prosocial behavior in adolescent athletes. *Journal of Youth and Adolescence*, 36(3), 255-264. <https://doi/10.1007/s10964-006-9085-y>
43. Rossato, C, J. L., Uphill, M. A., Swain, J. & Coleman, D. A. (2018). The development and preliminary validation of the challenge and threat in sport (CAT-Sport) scale. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 16(2), 164-177.
44. Schaufeli, W. B., Salanova, M., González-Romá, V., & Bakker, A. B. (2002). The measurement of engagement and burnout: A two sample confirmatory factor analytic approach. *Journal of Happiness studies*, 3(1), 71-92. <https://doi.org/10.1023/A:1015630930326>
45. Sheard, M. (2013). Mental toughness: the mindset behind sporting achievement. (2nd Ed.). Routledge.
46. Siyahtaş, A. Tükenmez, A. Avcı, S. Yalçınkaya, B. ve Çavuşoğlu, S. B. (2020). Bireysel ve takım sporu yapan sporcuların spor bağlılık düzeylerinin incelenmesi. *International Social Mentality and Researcher Thinkers Journal*, 6(34), 1310-1317. <http://dx.doi.org/10.31576/smryj.581>
47. Skinner, E., Furrer, C., Marchand, G. & Kinderman, T. (2008). Engagement and disaffection in the classroom: Part of a larger motivational dynamic? *Journal of Educational Psychology*, 100(4), 765-781.
48. Stephens, D. E. & Bredemeier B. J. L. (1995). Moral atmosphere and judgements about aggression in girls' soccer: relationship among moral and motivation variables. *Journal Sport Exercise Psychology*, 18(2), 158-173. <https://doi.org/10.1123/jsep.18.2.158>
49. Tongo, G. Ç. (2021). Sporda değerler, hedef yönelimleri ve ahlaki karar alma tutumlarının incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Akdeniz Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hareket ve Antrenman Anabilim Dalı, Antalya.
50. Uluç, E. A. ve Akçakoyun, F. (2021). Bocce sporcularının hedef yönelimlerinin spora bağlılıkları üzerindeki rolü: Çanakkale ili örneği. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 4(3), 424-437. <https://doi.org/10.38021/asbid.1034025>
51. Türkyılmaz, H. B. (2019). Futbolcuların zihinsel dayanıklılık düzeyleri ile sporda mücadele ve tehdit algılarının belirlenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Başkent

Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Bilimleri Bölümü,
Ankara.

52. Uzgur, K., Pekel, H. A. ve Aydos, L. (2021). Rekreasyonel koşucuların spora bağlılık düzeylerinin incelenmesi. Aksaray University Journal of Sport and Health Researches, 2(1), 62-82.
53. Weiss, M. R., & Ferrer-Caja, E. (2002). Motivational orientations and sport behavior. In T. S. Horn (Ed.), Advances in sport psychology (pp. 101-170). Human Kinetics.

Yamaner, F., Uzunlar, H. ve Efdal, A. (2019, Ekim, 28-30). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin spora bağlılık düzeyi ile sporun yaşam becerilerine olan etkileri arasındaki ilişki düzeyinin belirlenmesi [Sözlü sunum]. 11. Uluslararası Spor Camiası Sempozyumu, Antalya, Türkiye



DÜZCE UNIVERSITY
FACULTY OF SPORT SCIENCES

Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin İş Bulma Kaygı Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi

Meltem BAYRAM^{1A} Özkan YANKIN^{1B} Ali Fahri HAFIZOĞLU^{2C}

Ali BÜYÜK^{3D} Nil Sevil AYDIN^{4E} Meliha GÖÇMEN^{5F}

¹ İhsan Zakiroğlu Ortaokulu KARAMAN

² T. Emlak Bankası Ataşehir Ortaokulu İSTANBUL

³ Hüseyin Saim Ekim Ortaokulu İSTANBUL

⁴ Kartal Anadolu Lisesi İSTANBUL

⁵ Karaman İmam Hatip Lisesi KARAMAN

Address Correspondence to Meltem BAYRAM: e-mail: meltembayram@hotmail.com

A:Orcid ID:0009-0003-2021--2203 B:Orcid ID: 0009-0000-3772-8650 C:Orcid ID: 0009-0009-7405-6588

D:Orcid ID: 00009-0000-5383-156X E:Orcid ID: 0009-0004-8852-7188 F:Orcid ID: 00009-0004-7467-0274

Özet

Badminton, iki veya dört kişinin oynadığı tüy topu yere düşürmeme ve karşılıklı vuruş esaslı file üzerinde oynanan olimpiik bir spordur. Bu çalışmada elit seviye katılım açısından badminton sporundaki antrenör-sporcu ilişkisi incelenmesi amaçlanmaktadır. Bu çalışmaya 79 milli takım sporcusu (40 kadın ve 39 erkek) ve 2 erkek milli takım antrenörü gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmada antrenör-sporcu ilişkisi envanteri (CART-Q), (Jowett ve Ntoumanis, 2004) veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Envanterin Türk kültürüne uyarlanması Altıntaş, Çetinkalp ve Aşçı (2012) tarafından yapılmıştır. Bulgulara göre elit seviye badminton sporcuları antrenör-sporcu ilişkisi envanterinin üç alt boyutunda da yüksek değerlere sahip oldukları belirlenmiştir. Antrenörlük bakış açısında ise, antrenörler kendi sporcularının ona güvendiği kadar antrenör sporcularına güvenmediği belirlendi. Sonuç olarak, Elit seviye badminton antrenör-sporcu ilişkisi çoğunlukla antrenör odaklı ve sporcular antrenörleriyle antrenmanın sadece bazı bölümlerinde konuşma fırsatı bulabilmektedirler.

Anahtar Kelimeler: Badminton, Antrenör-sporcu ilişkisi, Elit spor ortamı

Coach-Athlete Relationship on Elite Level Badminton Context

Abstract

Badminton is the olympic sport that two or four person play mutual with shuttlecock which should not fall into place and play over the net. The purpose of this study was to examine coach-athlete relationship on elite level badminton context. Participants were 79 (40 female and 39 male) elite level badminton athletes. Data were collected with coach-athlete relationship questionnaire (CART-Q) developed by Jowett and Ntoumanis (2004). This questionnaire is translated to Turkish context by Altıntaş, Çetinkalp and Aşçı (2012). Results showed that elite level badminton athletes had very high score on three sub-domains of CART-Q. Coaches, by the way, stated not rely on their athletes while athletes stated they did. As a conclusion, elite level badminton coach-athlete relationship mostly coach-oriented and athletes can sometimes speak freely with their coaches during training period.

Keywords: Badminton, Coach-Athlete Relationship, Elite Level Sport Context

GİRİŞ

Badminton 421 km/s ile dünyanın en hızlı sporu olarak Kabul edilmektedir (Huynh ve Bedford, 2011). Hızlı değişimler, teknolojik gelişmelerden dolayı badminton da teknik ile ilgili gereksinimler artmakta ve badminton hızlı bir değişim göstermektedir. Bazı değişimlere yeni skor sistemi olarak setlerin 21 sayı üzerinden oynanması, değiştirilen sıralama sistemi, daha fazla sayıda uluslararası düzeyde yarışmaların olması (örneğin süper seriler), yarışmacı sporcuların gereksinimi olan hızda artış ve daha karmaşık yarışma kuralları örnek olarak verilebilir (Gülmez, 2007). Rekreatyonel ve gelişimsel açıdan badminton sporunun öğretimi dünya genelinde popülerliği artmıştır (Huynh ve Bedford, 2011). Diğer sporlar gibi badminton da elit seviyedeki sporcular için önceki yıllara göre daha fazla fiziksel ve mental gereksinim bulunmaktadır. Badminton en hızlı raket spordur ve elit seviyede performans gösterebilmek için daha hızlı olabilmek, tekniklerin uygulanmasında daha hızlı olmak ve sporcuların fiziksel kondisyonlarını sürekli olarak yüksek seviyede tutmak gerekmektedir (Gülmez, 2007). Bu arada badminton sporuna eğitsel açıdan bakıldığında araştırmacılar ve antrenörler için ilgi çekicidir. Sadece çocukların temel motorik becerilerinin geliştiriyor olması değil, ayrıca engelli çocukların badminton sporuyla eğitilebilir ve tedavi edilebilir olması nedeniyle araştırmalarda sıklıkla tercih edilen bir spordur (Huynh ve Bedford, 2011).

Antrenörlük, çevresel faktörlerin değiştiği ve etkilediği dinamik bir yapıdadır (Jowett ve Carter, 2006). Antrenörlük yeterliği, antrenörlüğün çevresel durumlarını anlaması için kolay bir durum değildir. Bu durumu anlaşılır hale getirebilmek için alan yazında farklı şemalar oluşturulmuştur (Cote ve Gilbert, 2009; Lyle, 2002; Trudel ve Gilbert, 2006). Örneğin, Trudel ve Gilbert (2006) yaptığı çalışmada sınıflama sistemi önermişlerdir. Antrenör ve sporcuları anlayabilmek için antrenörlük ortamı rekreatyonel antrenörlük, gelişimsel antrenörlük ve performans (elit) antrenörlük olmak üzere 3 alt boyuttan oluşan şema oluşturulmuştur. Lyle (2002) antrenörlüğü ikiye ayırmıştır, a) katılım antrenörlüğü, antrenörlük sürecinde yarışma vurgusunun yapılmadığı antrenörlük, ve b) performans antrenörlüğü: yarışma vurgusunun çok fazla yapıldığı antrenörlüktür. Cote ve Gilbert (2009) ise alan yazındaki Lyle (2002)'nin antrenörlük ortamı tavsiyesini kullanarak antrenörlük ortamını katılım ve performans antrenörlüğü olarak iki bölümde incelemiştir. Ayrıca çalışmalarında sporun performans gereksinimi ve sporcuların gelişim

seviyesi iki önemli değişken olması nedeniyle Lyle (2002)'in kategorizasyonunu 4'e çıkarmıştır. Bu kategoriler: a) Çocuklar için katılım antrenörlüğü (seçim yılları), b) Genç yetişkin ve yetişkinler için katılım antrenörlüğü (rekreatyon yılları), c) Genç yetişkinler için performans antrenörlüğü (özelleşme yılları), ve d) Daha ileri yaştaki genç yetişkin ve yetişkinler için performans antrenörlüğü (yatırım yılları) olarak sınıflandırılmıştır (Cote ve Gilbert, 2009).

Spor kavramındaki kişiler arası ilişkiler önemlidir ve bu ilişkilerin başında antrenör ve sporcu arasında ilişki gelmektedir. Antrenör- sporcu ilişkisi antrenörler ve sporcular arasındaki duyguların, düşüncelerin ve davranışların karşılıklı ve amaçlı olması anlamını taşımaktadır (Jowett ve Carter, 2006). Yapılan çalışmalar antrenör-sporcu ilişkisinin kişilerarası doyum ve başarılı performans açılarından başarılı olmak için hayati öneme sahip olduğunu vurgulamaktadır (Butler, 1997; Salminen ve Liukkonen, 1996; Smith ve Smoll, 1996).

Her antrenör ve sporcu arasında onlara özgü özel bir iliki vardır. İlişki, iki insanın duyguları, düşünceleri ve davranışlarının karşılıklı ve amaçlı kişilerarası bağlılık durumları olarak tanımlanmaktadır. İlişkinin bu kapsamı, ilişkinin önemli bileşenlerini açıklar ve antrenör ve sporcu arasındaki ilişkinin boyutunu tasvir eder. Bu karşılıklı özel oluşturulan yapı, antrenör-sporcu ilişkisinin araştırılmasını kolaylaştırmak için kavramsal bir model ile detaylı açıklanabilir (Jowett ve Carter, 2006; Smith ve Smoll, 1996).

Spor branşları takım ya da bireysel olmak üzere iki farklı bölüme ayrılmaktadır. Bu çalışma özelinde bireysel sporlar detaylı incelenmektedir. Masa tenisi, tenis, cimnastik, atletizm ve tenis gibi bireysel sporlarda ilişki bire bir temelinde olacak şekilde planlanır. Bu doğrultuda antrenör her sporcusuyla ayrı ayrı ilgilenir. Aslında, bireysel sporların antrenörleri, sporcularının tüm açılardan yani her yönleriyle bire bir ilgilendiği görülmektedir. Bireysel sporlardaki dinamikler takım sporlarındaki dinamiklerden oldukça fazladır (Bloom vd., 1998).

Alan yazın incelendiğinde farklı alanlarda antrenör-sporcu ilişkisi (Keskin vd., 2018; Taşgın, Çabıtcı ve Konar, 2022; Tolukan ve Akyel, 2019) incelenmiş olsa da bireysel sporlarda elit seviyede antrenör-sporcu ilişkisi inceleyen çalışma sayısı yeterli değildir. Bu çalışmanın amacı elit seviyede antrenör-sporcu ilişkisinin incelenmesidir. Çalışmanın araştırma soruları: a) Badminton sporundaki elit seviyede antrenör-sporcu ilişkisi

hangi düzeydedir?, b) Bu spordaki etkileşim nasıl meydana gelmektedir?

YÖNTEM

Katılımcılar

Bu çalışmaya 79 milli takım sporcusu (40 kadın ve 39 erkek) gönüllü olarak katılmıştır. Katılan sporcuların yaş ortalaması 15-25 (\bar{X} =17.30, S_s = 2.18) yıl olarak belirlenmiştir. Sporcuların badminton sporundaki deneyimleri 7-14 (\bar{X} =10.22, S_s = 3.46) olarak tespit edilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Antrenör- Sporcu İlişkisi Envanteri: Antrenör-sporcu ilişkisi envanteri (CART-Q), Jowett ve arkadaşları tarafından geliştirilmiş ve bu çalışma için tercih edilmiştir (Jowett ve Ntoumanis, 2004). Bu envanter, antrenör-sporcu ilişkisinin niteliğini meta algılama ve doğrudan inceleme açısından değerlendirmektedir. Bu envanter 11 maddeden oluşmaktadır. Envanter 1'den 7'ye doğru yani kesinlikle katılmıyorumdan kesinlikle katılıyorumda doğru likert tipi bir envanterdir. Bu envanter, yakınlık alt boyutunda 4 madde (madde 3, 5, 8 ve 9), bağlılık alt boyutunda 3 madde (madde 1, 2 ve 6) ve tamamlayıcılık alt boyutunda 4 madde (madde 4, 7, 10 ve 11), toplamda 11 maddeden oluşmaktadır. Belirtilen envanter maddelerinin içerik geçerliği için kanıt olarak antrenörler, spor psikologları ve akademisyenlerden oluşan uzman grubun oturumu gösterilebilir. Ölçüt geçerliliği için envanterin alt boyutları olan yakınlık, bağlılık ve tamamlayıcılık alt boyutları arasındaki güçlü ilişki ve algılanan performans ve doyum gösterilebilir. Envanterin bulgularına göre envanterin 3+1 C kavramsallaştırılması açısından iyi bir model indeksine sahip olduğu söylenebilir. Bulgulara göre RCFI (doğrudan = .95 and meta = .97), NNFI (doğrudan = .94 and meta = .96) ve RMSEA (doğrudan = .07 and meta = .07) olarak belirlenmiş ve tüm değerlerin iyi bir model için gerekli kriterleri sağladığı görülmüştür (Jowett, 2009). Envanterin Türk kültürüne uyarlanması çalışması Altıntaş vd. (2012) tarafından yapılmıştır. Altıntaş vd. (2012), Türk kültürüne uyarlanan Antrenör-sporcu ilişkisi envanterinin (CART-Q) geçerli ve güvenilir bir envanter olduğunu göstermişlerdir. Bu çalışmada ayrıca antrenör-sporcu ilişkisinin antrenör algısı boyutunu ölçmek için antrenör-sporcu ilişkisi envanteri antrenör versiyonu da kullanılmıştır.

Veri Toplama Süreci

Çalışma verileri pandemi süreci öncesinde yapılan 2022-2023 sezonu Türkiye'de düzenlenen elit sporcuların yer aldığı iki turnuvadan veriler toplanmıştır. Çalışma öncesi antrenör ve sporculardan gerekli izinler alınmıştır. Çalışmaya katılanlara envanterin herhangi bir aşamasında çalışmadan ayrılacakları ayrıntılarıyla açıklanmıştır. Verilerin tamamı toplandıktan sonra önce Excel programına girilmiş, daha sonra da SPSS 26.0 istatistik programına veriler aktarılmıştır.

Veri Analizi

Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistik ve tek yönlü ANOVA analizleri kullanılmıştır. ANOVA analizi öncesinde normal dağılım kontrol edilmiştir. Verilerin normal dağılım aralığı olan +2.0 ile -2.0 aralığında olduğu belirlenmiştir (Tabachnick ve Fidell, 2007). İkinci varsayım olarak homojen dağılım varsayımı kontrol edilmiştir. Varsayımın sağlanabilmesi için değerlerin anlamlı çıkmaması gerekmektedir. Bu doğrultuda alt boyutların tamamı anlamlılık değerine sahip değildir ve homojenlik varsayımı sağlanmıştır (Tabachnick ve Fidell, 2007). Varsayımlar kontrol edildikten sonra parametrik testlerden olan ANOVA analizinin yapılması uygun bulunmuştur.

BULGULAR

Tanımlayıcı Bulgular

Tablo 1. Sporcuların ortalama antrenör-sporcu ilişkisi alt boyutları ortalaması ve standart

Yakınlık	Bağlılık		Tamamlayıcılık		
	Ss	\bar{X}	Ss	\bar{X}	Ss
6.65	.91	6.17	.69	6.24	1.28

Çalışmaya katılan sporcuların antrenörleri ile ilişkisi alt boyutlarının oldukça yüksek olduğu görülmektedir. Elde edilen bulgular çalışmaya katılan sporcuların kendilerini antrenörlerine bağlı, yakın ve antrenörlerinin onları tamamladığını düşünmektedirler.

Tablo 2. Katılımcıların Cinsiyete göre ANOVA Tablosu

	sd	X2	F	p	
Yakınlık	Gruplar arası	1	2.43	1.61	.21
	Grup içi	74	1.50		
	Toplam	75			
Bağlılık	Gruplar arası	1	17.05	21.47	.00
	Grup içi	74	.80		
	Toplam	75			
Tamamlayıcılık	Gruplar arası	1	1.60	1.14	.29
	Grup içi	74	1.40		
	Toplam	75			

ANOVA bulgularına göre katılımcıların bağlılık düzeyi cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılaşmıştır ($F(1, 74)=21.47, p<.05$). Bonferonni takip testine göre kadın sporcuların antrenörlerine bağlılıkları erkek sporculara göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Tablo 2'ye göre antrenör-sporcu ilişkisi alt boyutlarından yakınlık ($(1, 74)=1.61, p>.05$) ve tamamlayıcılık ($(1, 74)=1.14, p>.05$) ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı farklılık belirlenmemiştir ($p>.05$).

TARTIŞMA

Elit seviyede badminton ortamında antrenör-sporcu ilişkisinin incelenmesini amaçlayan bu çalışmada, sporcuların antrenörleri ile olan ilişkilerini yüksek olarak tanımladıkları görülmüştür. Çalışmada veri toplanan antrenörlerin her ikisi de sporcularıyla ilişkilerinin üst düzeyde olduğunu belirtmiştir. Ancak çalışmaya katılan sadece bir antrenörün antrenör-sporcu ilişkisi envanterinde (CART-Q) yanıtladığı ve görüşmede belirttiği konuları gerçek antrenman ortamında uyguladığı görülmüştür.

Spor ortamında antrenör-sporcu ilişkisi inceleyen çalışmalarda sporcuların bu ilişkiyi yüksek olarak tanımladığı alan yazında benzer çalışmalar mevcuttur (Avcı vd., 2018; Jowett & Ntoumanis, 2004; Keskin, vd., 2018; Selağzı & Çepikkurt, 2015). Keskin ve arkadaşları (2018) yaptıkları çalışmada lise spor takımlarında antrenör-sporcu ilişkisini incelemişlerdir. Çalışmaya göre sporcular antrenörleri ile ilişkilerini yüksek olarak tanımlamışlardır. Bir diğer çalışmada Avcı ve arkadaşları (2018), voleybol antrenman ortamında antrenör-sporcu ilişkisini incelemiştir. Çalışmaya göre antrenör-sporcu ilişkisini yüksek olması aralarındaki iletişimin güçlü olmasından kaynaklandığı belirlenmiştir. Benzer yüksek antrenör ve sporcu ilişkisi yakın zamanda Taşğın vd. (2022)

tarafından da tespit edilmiştir. Çalışmada Elit Muay-Thai sporunda antrenör-sporcu ilişkisi incelenmiş ve alan yazındaki bulgularla paralellik elde edilmiştir.

Alan yazın incelendiğinde cinsiyet değişkeni antrenör-sporcu ilişkisi için önemli bir değişken olarak görülmektedir (Molinero vd., 2006; Ramazanoğlu, 2018). Çalışmamızda Elit badmintoncularda cinsiyet değişkenine göre farklılık incelenmiş ve bağlılık alt boyutunda anlamlı farklılık belirlenmiştir. Bulgulara göre kadın sporcuların antrenörlerine bağlılıkları erkek sporculara göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Benzer sonuçlar alan yazında görülmektedir (Keskin vd., 2018; Merdan ve Aşçı, 2021; Ramazanoğlu, 2018; Yücel, 2010). Örneğin, Keskin ve arkadaşları (2018) yaptıkları çalışmada lise spor takımlarında spor yapan öğrenci ve antrenörlerin antrenör-sporcu ilişkisinin incelenmesi amaçlamışlardır. Araştırma sonucunda cinsiyet açısından istatistiksel farklılık belirlenmiştir. Diğer bir örnek olarak Yücel (2010), 232 güreş sporcusu ile antrenör-sporcu ilişkisini incelemiştir. Çalışma sonucunda güreş branşında antrenör-sporcu ilişkisinden cinsiyet kavramının önemli bir değişken olduğu belirlenmiştir.

Antrenör-sporcu ilişkisinin farklı spor ortamlarında inceleyen bazı çalışmalarda cinsiyet değişkeni farklılık göstermemektedir (Çoban, 2019; Karademir ve Türkçapar, 2016; Savcı ve Abakay, 2017; Selağzı ve Çepikkurt, 2015; Taşğın vd., 2022). Örneğin, Selağzı ve Çepikkurt, (2015), üniversitede spor ile ilgilenen 75 öğrencilerde antrenör-sporcu ilişkisini incelemişlerdir. Çalışma sonucunda üniversitede spor ile ilgilenen öğrencilerde antrenör-sporcu ilişkisinde cinsiyet değişkeninin etkili olmadığı tespit edilmiştir. Diğer çalışmada, Çoban (2019), hentbol 1. liginde antrenör-sporcu ilişkisini incelemiştir. Çalışmaya 378 (171 kadın ve 207 erkek) hentbol sporcusu katılmıştır. Çalışma sonucunda cinsiyet açısından hentbol 1. lig sporcularından cinsiyet değişkeninin farklılaşmadığı belirlenmiştir. Çalışmamız ile farklı sonuçların elde edilmiş olmasının nedenleri; a) Farklı spor ortamlarında antrenör-sporcu ilişkisinin değişkenlik göstermesi, b) Farklı örneklem sayılarına sahip olmak, ve c) Farklı yaş gruplarından veri toplanmış olması, gösterilebilir.

Sonuç olarak, Elit Badminton sporunda antrenör-sporcu ilişkisinin yüksek olduğu belirlenmiştir. Sporcuların antrenörlerine karşı güvenlerinin, saygılarının ve bağlılıklarının yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca Elit Badminton'da cinsiyetin antrenör-sporcu ilişkisinde önemli bir değişken olduğu görülmektedir. Kadın

sporcuların antrenörlerine erkek sporculara göre daha fazla bağlı oldukları belirlenmiştir.

Gelecek çalışmalarda antrenör-sporcu ilişkisinin farklı spor ortamlarında incelenmesi önerilmektedir. Ayrıca farklı bağımsız değişkenlerin antrenör-sporcu ilişkisi üzerine etkisinin incelenmesi alan yazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

1. Altıntaş, A., Çetinkalp, Z., & Aşçı, H. (2012). Antrenör-sporcu ilişkisinin değerlendirilmesi: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 23(3), 119-128.
2. Avcı, K.S., Çepikkurt, F., & Kale, E.K. (2018). Examination of the relationship between coach-athlete communication levels and perceived motivational climate for volleyball players. *Universal Journal of Educational Research*, 6(2), 346-353.
3. Bloom, G. A., Durand-Bush, N., Schinke, R. J., & Salmela, J. H. (1998). The importance of mentoring in the development of coaches and athletes. *International Journal of Sport Psychology*, 29, 267-281.
4. Butler, J. (1997). *The psychic life of power: Theories in subjection*. Stanford University Press.
5. Côté, J., & Gilbert, W. (2009). An integrative definition of coaching effectiveness and expertise. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 4(3), 307-323.
6. Çoban, M. S. (2019). Antrenör-sporcu ilişkisini etkileyen faktörler (Türkiye hentbol 1. lig örneği) (Master's thesis, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
7. Gülmez, İ. (2007). *Badminton öğretimi*. Ankara: Badminton Federasyonu Yayınları.
8. Huynh, M. V., & Bedford, A. (2011). Evaluating a computer based skills acquisition trainer to classify badminton players. *Journal of sports science & medicine*, 10(3), 528-533.
9. Jowett, S., (2009). Validating Coach-Athlete Relationship Measures with the Nomological Network, *Measurement in Physical Education and Exercise Science*
10. Jowett, S. & Carter D. C.,(2006). Perceptions of empathic accuracy and assumed similarity in the coach-athlete relationship. *British Journal of Social Psychology*
11. Jowett,S., and Ntoumanis, N., (2004). The Coach - Athlete Relationship Questionnaire (CART - Q): Development and Initial Validation, *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 14, 245-257.
12. Karademir, T., & Türkçapar, Ü. (2016). Bireysel ve takım sporcularında iletişim becerilerinin incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 18(4), 67-80.
13. Keskin, A., Özdemir, A., Tunç, A. A., & Devrilmez, E. (2018). Lise spor takımlarında antrenör-sporcu ilişkisinin incelenmesi. *Sportive*, 1(1), 1-11.
14. Lyle, J. (2002). *Sports coaching concepts: A framework for coaches' behaviour*. London: Routledge.
15. Merdan, H. E., & Aşçı, F. H. (2021). Optimal performans duygu durumu, zihinsel dayanıklılık, takım sargınlığı ve antrenör sporcu ilişkisinin yordayıcısı olarak mizah tarzı: Adolesan sporcular üzerine çalışma. *Spor Bilimleri Dergisi*, 32(1), 20-37.
16. Molinero, O., Salguero, A., Tuero, C., Alvarez, E., & Márquez, S. (2006). Dropout reasons in young spanish athletes: relationship to gender, type of sport and level of competition. *Journal of sport behavior*, 29(3).
17. Ramazanoglu, F. (2018). Investigation of relationship between coach and athlete in terms of different variables. *Universal Journal of Educational Research*, 6(7), 1431-1436.
18. Salminen, S., & Liukkonen, J. (1996). Coach-athlete relationship and coaching behavior in training sessions. *International Journal of Sport Psychology*, 27(1), 59-67.
19. Savcı, D.Ü., & Abakay, U. (2017). Examination of trainer communication skills perceived by athletes according to sport fields. *European journal of education studies*, 11(3), 581-591.
20. Selağzı, S., & Çepikkurt, F. (2015). Antrenör ve sporcu iletişim düzeylerinin belirlenmesi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 9(1), 11-18.
21. Smith, R. E., & Smoll, F. L. (1996). Psychosocial interventions in youth sport.
22. Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2007). *Experimental designs using ANOVA*. Belmont, CA: Thomson/Brooks/Cole.
23. Taşkın, Ö., Çabıtcı, M., Konar, N. (2022) Elit seviye Muay Thai sporunda antrenör-sporcu ilişkisinin incelenmesi. *Sportive*, 5(2), 48-54 52
24. Tolukan, E., & Akyel, Y. (2019). Futbolda antrenör-sporcu ilişkisi ve sürekli sportif kendine güven üzerine bir araştırma. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 17(1), 103-112.
25. Trudel, P., & Gilbert, W. (2006). Coaching and coach education. *Handbook of physical education*, 516-539.
26. Yücel, M. G. (2010). Antrenör-sporcu ilişkisini etkileyen faktörler (Güreş Örneği) (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Rekreasyona Katılım Engellerinin İncelenmesi

Müjdat ZİVAROĞLU^{1A}, Mustafa Can KOÇ^{2B}, İncinur HANİK^{2C}

Ayşe Demet KARADAĞ^{2D}, Harun AYAR^{2E}, Abdullah CUHADAR^{3F}

¹ Halis Kutmangil Ortaokulu, Meb., Arnavutköy/İstanbul

² İstanbul Gelişim Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Avcılar/İstanbul

Address Correspondence to Mustafa Can KOÇ: e-mail: mckoc@gelisim.edu.tr

A:Orcid ID: 0009-0008-2318-8882 B:Orcid ID: 0000-0002-3007-5367 C:Orcid ID: 0000-0003-4270-9854

D:Orcid ID: 0000-0001-9882-6238 E:Orcid ID: 0000-0002-7123-8695 F:Orcid ID: 0000-0001-6942-4475

Özet

Bu çalışmanın amacı, beden eğitimi öğretmenlerinin serbest zamanlarını değerlendirmek için rekreatif etkinliklere katılmalarının önündeki engellerin neler olduğunu araştırmaktır. Araştırmanın çalışma grubu; İstanbul İlinde görev yapan ortaokul ve lise öğretmenleri arasından kolayda örnekleme yöntemi ile seçilmiş 112 erkek, 73 kadın toplam 185 beden eğitimi ve spor öğretmeninden oluşmaktadır. Veriler anket tekniği uygulanarak online ortamda toplanmıştır. Veri toplama aracı olarak demografik bilgilere ek olarak Gümüş ve Alay (2017) tarafından geliştirilen "Rekreasyon alanı kullanımına ilişkin katılım engelleri ve tercih etkenleri ölçekleri" kullanılmıştır. Çalışma verilerinin normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek adına normallik testi yapılmış ve normal dağılım göstermemesi nedeniyle istatistiksel analiz olarak non-parametrik testlerden yararlanılmıştır. Bu bağlamda çalışmada Mann Whitney-U, Kruskal Wallis ve PostHoc testleri kullanılmıştır. Elde edilen bulgulara göre "Yaş değişkeninde Rekreasyon alanı katılım engelleri 'nde istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Rekreasyon alanı katılım engelleri'nin "Cinsiyet" değişkeninin "Güvenlik ve Zaman engeli", "Medeni Durum" değişkeninin "Bireysel engel", "Yeteri kadar boş zamanınız var mı?" değişkeninin "Bireysel, Güvenlik ve Zaman engeli" ve "Haftada kaç gün boş zaman aktivitesine katılırsınız?" değişkeninin "Bireysel, Arkadaş ve Zaman engeli" alt boyutlarında anlamlı farklılığa rastlanılmasına rağmen diğer alt boyutlarda anlamlı farklılığa rastlanmamıştır. Sonuç olarak; beden eğitimi öğretmenlerinin rekreasyon faaliyetlerine yönelik katılımını "bireysel "güvenlik ve "zaman engeli olduğu görülmektedir. Beden eğitimi öğretmenlerine yönelik zaman yönetimi, bireysel ve güvenlikten kaynaklanan olumsuzlukları gidermek için eğitimler düzenlenebilir. Ayrıca beden eğitimi öğretmenlerine yönelik rekreasyon programlarının düzenlenmesi, bireysel engelleri ortadan kaldıracakı düşünülmektedir. Tesis kullanımı ve güvenliği, ulaşım sorunlarının çözülmesi rekreasyonel faaliyetlere katılım engellerine katılımı arttıracakı düşünülmektedir.

Anahtar kelimeler: Beden eğitimi öğretmeni, rekreasyon alanı, katılım engeli

Examination of Physical Education Teachers' Barriers to Participation in Recreation

Abstract

The aim of this study is to investigate what are the barriers for physical education teachers to participate in recreational activities in order to evaluate their leisure. The study group of the research; It consists of a total of 185 physical education and sports teachers, 112 male and 73 female, selected by convenience sampling method among secondary and high school teachers working in Istanbul. The data were collected online by applying the survey technique. In addition to demographic information, "Participation barriers and preference factors scales for recreation area use" developed by Gümüş and Alay (2017) were used as a data collection tool. Normality test was performed to determine whether the study data showed normal distribution and non-parametric tests were used as statistical analysis since they did not show normal distribution. In this context, Mann Whitney-U, Kruskal Wallis

and PostHoc tests were used in the study. According to the findings, no statistically significant difference was found in the "Age variable" in the barriers to participation in the recreation area. "Security and Time Barrier" for the "Gender" variable of the recreation area participation barriers, "Individual disability" for the "Marital Status" variable, "Do you have enough leisure?" variable "Individual, Safety and Time barrier" and "How many days per week do you participate in leisure activities?" Although there was a significant difference in the sub-dimensions of "Individual, Friend and Time Barrier" of the variable, no significant difference was found in the other sub-dimensions. In conclusion; It is seen that physical education teachers' participation in recreational activities is an "individual" safety and "time barrier". Trainings can be organized for physical education teachers in order to eliminate the negativities arising from time management, individual and security. In addition, it is thought that organizing recreation programs for physical education teachers will eliminate individual barriers. It is thought that facility use and safety, solving transportation problems will increase participation in the barriers to participation in recreational activities.

Keywords:: Physical education teacher, recreation area, participation barrier

GİRİŞ

Günümüz koşullarında her yaş grubu için farklı açılardan önemli olan zaman kavramının iyi değerlendirilmesi diğer bir ifadeyle verimli kullanılması son derece önemlidir. Bireylerin zamanlarını olumlu, etkin ve verimli kullanabilmeleri hayat seyirlerini olumlu hale getiren bir durumdur. Sosyal ve çalışma hayatlarında zaman düzeneğini iyi kurması gereken bireylerde bu hayatlar arasındaki denge bozukluğu fiziksel ve psikolojik sonuçlar oluşturabilir. Bu doğrultuda bireylerin özellikle sosyal ve çalışma hayatlarındaki boş zamanlarını iyi değerlendirmeleri gerekmektedir.

Kavramsal açıdan zaman, elle tutulup gözler görülmemesine karşın hayatımızın devamlılığını sağlayan önemli bir planlama kaynağıdır (Demiral, 2018).

Boş zaman kavramı, bireyin ne yapacağı konusunda takdir yetkisinin kendisinde olduğu vakit, rekreasyon kavramı da bireyin boş zamanlarında yaptığı etkinlikler olarak ifade edilmektedir (Tribe, 2011). Rekreasyon, bireylerin çalışma hayatları ve ihtiyaçlarını karşıladıkları sürelerin dışında kalan boş zamanları içerisinde özellikle iş yüklerini azaltıcı, kişisel haz almaya yönelik ve sağlıklarını iyileştirici faaliyetlerdir. Bireyin oluşturduğu boş zaman çerçevesinde rekreasyon faaliyetlerini gerçekleştirebilmesine mâni olan birtakım unsurların da oluşabilmesi mümkündür. Boş zaman faaliyetlerine katılım sağlamanın bireylerin birçok yönüne katkı sağlayacağı bilinmektedir. Fiziksel, psikolojik ve ruhsal sağlığına katkı sağlaması adına bireyin boş zamanlarını nitelikli, etkin ve verimli geçirmesi gerekmektedir (Lakot ve ark., 2013; Maltby ve Day, 2001).

Türk Dil Kurumu'na (2020) göre 'bireylerin boş vakitlerinde, gönüllü bir biçimde katıldıkları eğlence ve spor amaçlı etkinlikler' şeklinde tanımlanan rekreasyon kavramı, ulusal ve uluslararası literatürde genel anlamda 'boş zamanlarda gerçekleştirilen faaliyet, keyif ve eğlence amaçlı hayatı zenginleştiren aktiviteler' şeklinde ifade edilmektedir (Öztürk ve Aydoğdu, 2012).

'Bir davranışın gerçekleşmesini önleyen sebep veya sebeplerin bir araya gelmesi neticesinde meydana gelen somut veya soyut yapı' (Lapa ve Tercan, 2013) olarak ifade edilen engel, özellikle rekreasyon çalışmalarında araştırma konusu olarak belirlenen bir kavramdır. Bireylerin rekreasyon faaliyetlerine katılmalarını, rekreatif aktivite hizmetlerini kullanımlarını ve faaliyetlerden keyif almalarını sınırlayıcı etkenler rekreasyon etkinliklerine katılım engelleri olarak belirtilmektedir (Çetinkaya ve ark., 2016).

Beden eğitimi öğretmenlerinin amacı öğrencilerin beden ve ruhsal anlamda sağlıklı kalmalarını, fiziksel ve psikolojik olarak güçlü ve mutlu olmalarını, ölçülü bir kişiliğe sahip olmalarını, sosyalleşmelerini ve iyi bir yurttaş olmalarını sağlamaktır. Bu amacı gerçekleştirebilmek için beden eğitimi öğretmenleri önce kendi ruh ve beden sağlığını korumalı, kendi kişiliklerini en üst noktaya getirecek faaliyetler içinde sürekli olarak bulunmalıdır. Bu da araştırmanın hedeflendiği önemi açıkça ifade etmektedir.

Bu bağlamda bu çalışmanın amacı beden eğitimi öğretmenlerinin kendilerini geliştirmelerini sağlarken beden ve ruh sağlıklarına da iyi gelecek rekreasyon faaliyetlerine katılmalarının önündeki engelleri araştırmaktır.

YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada genel tarama yöntemi kullanılmıştır. Bu model betimsel araştırma yöntemlerinden biri olarak bilinmektedir. Uygulanan bu model geçmişte veya bulunduğumuz zamanda var olan bir durumu, olduğu şekli ile anlatmayı esas alan yöntemdir (Karasar, 1994).

Çalışma Grubu

Araştırmada çalışma grubunu; İstanbul İli, Arnavutköy ilçesinde görev yapan ortaokul ve lise öğretmenleri arasından kolayda örnekleme yöntemi ile seçilmiş 112 erkek, 73 kadın toplam 185 beden eğitimi ve spor öğretmeni oluşmaktadır.

Gruplar	Frekans(n)	Yüzde (%)
Yaş		
20-25 yaş	26	14,1
26-30 yaş	37	20,0
31-35 yaş	43	23,2
36-40 yaş	40	21,6
41 ve üzeri yaş	39	21,1
Toplam	185	100,0
Cinsiyet		
Erkek	112	60,5
Kadın	73	39,5
Toplam	185	100,0
Medeni Durum		
Evli	105	56,8
Bekâr	80	43,2
Toplam	185	100,0
Yeteri kadar boş zamanınız var mı?		
Evet	82	44,3
Hayır	103	55,7
Toplam	185	100,0
Haftada kaç gün boş zaman aktivitesine katılırsınız?		
1-2 gün	148	80,0
3-4 gün	37	20,0
Toplam	185	100,0

Tablo 1 incelendiğinde en fazla katılımcının % 23,2 ile 31-35 yaş arasındakiler olduğu, bunları sırası ile %21,6 ile 36-40 yaş, %21,1 ile 41 ve üzeri yaş, %20,0 ile 26-30 yaş takip ederken, en az katılımcının ise %14,1 ile 20-25 yaşında olduğu görülmektedir. Katılımcıların %60,5'i Erkek, %39,5'i ise kadındır. %56,8'i evli iken %43,2'si bekârdır. Katılımcıların %55,7'sinin yeteri kadar boş zamanı yokken, %44,3'ünün yeteri kadar boş zamanı olduğu görülmektedir. Çoğunlukla katılımcıların spor yapma sıklığı %81,1 ile 1-2 gün iken %18,9 oranında 3-4 gün olduğu tespit edilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Veri toplama aracı olarak demografik bilgilere ek olarak Gümüş ve Alay (2017) tarafından geliştirilen "Rekreasyon alanı katılım engelleri ölçeği" kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu: Yaş, cinsiyet, medeni durum, yeteri kadar boş zamanınız var mı?, haftada kaç gün boş zaman aktivitesine katılırsınız?

Rekreasyon alanı katılım engelleri ölçeği: Araştırmada beden eğitimi öğretmenlerinin rekreasyon faaliyetlerine katılımı önündeki engelleri tespit etmek amacıyla, Gümüş ve Alay (2017) tarafından geliştirilen "Rekreasyon alanı katılım engelleri ölçeği" kullanılmıştır. Ölçek "güvenlik engelleri", "zaman engeli", "arkadaş engeli", "spor alanı engeli", "bireysel engel" olmak üzere toplam 5 alt boyut ve 17 maddeden oluşmaktadır. 5'li likert tipinde olan bu ölçek, her bir madde için '1-Kesinlikle katılmıyorum', '2-Katılmıyorum', '3- Kararsızım', '4-Katılıyorum', '5- Kesinlikle katılıyorum' şeklinde ölçeklendirilmiştir. Cronbach alfa katsayısı 0.70 ve üzeridir.

Verilerin Toplanması

Veriler online olarak elde edilmiştir. Araştırmacılar tarafından hazırlanan form için Google form kullanılmıştır.

Verilerin Analizi

Veriler, IBM SPSS istatistik paket programında değerlendirilmiştir. Çalışma verilerinin normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek adına normallik testi yapılmış ve normal dağılım göstermemesi nedeniyle istatistiksel analiz olarak non-parametrik testlerden yararlanılmıştır. Bu bağlamda çalışmamızda Mann Whitney-U, Kruskal Wallis ve PostHoc testleri kullanılmıştır.

BULGULAR

Bu araştırmada, beden eğitimi retmenlerinin rekreasyona katılım incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaçla elde edilen veriler neticesinde uygun analizlerle aşağıdaki gibi sonuçlar ortaya çıkmıştır.

Tablo 2. RAKE Puanlarının Yaş değişkenine göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

RAKE	Yaş	n	Sıra ortalamaları	Sd	X ²	p
Güvenlik Engeli	20-25 yaş	26	85,29	4	3,515	,476
	26-30 yaş	37	98,69			
	31-35 yaş	43	102,73			
	36-40 yaş	40	84,38			
	41 ve üzeri yaş	39	90,86			
	Total	185				
Zaman Engeli	20-25 yaş	26	80,71	4	3,015	,555
	26-30 yaş	37	95,80			
	31-35 yaş	43	93,97			
	36-40 yaş	40	101,95			
	41 ve üzeri yaş	39	88,29			
	Total	185				
Arkadaş Engeli	20-25 yaş	26	107,12	4	7,256	,123
	26-30 yaş	37	105,19			
	31-35 yaş	43	93,98			
	36-40 yaş	40	80,26			
	41 ve üzeri yaş	39	84,01			
	Total	185				
Spor Alanı Engeli	20-25 yaş	26	95,81	4	2,267	,687
	26-30 yaş	37	102,27			
	31-35 yaş	43	86,63			
	36-40 yaş	40	94,73			
	41 ve üzeri yaş	39	87,59			
	Total	185				
Bireysel Engel	20-25 yaş	26	76,42	4	4,457	,348
	26-30 yaş	37	86,77			
	31-35 yaş	43	97,55			
	36-40 yaş	40	96,64			
	41 ve üzeri yaş	39	101,22			
	Total	185				

Tablo 2 incelendiğinde, yaş değişkenine göre RAKE'de istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. ($p>0,05$).

Tablo 3. RAKE puanının Cinsiyet'e göre Mann-Whitney U Testi sonuçları						
RAKE	Cinsiyet	n	Sıra Ortalaması	Sıralar toplamı	U	p
Bireysel Engel	Erkek	112	88,08	9864,50	3536,500	,119
	Kadın	73	100,55	7340,50		
	Toplam	185				
Arkadaş Engeli	Erkek	112	93,20	10438,00	4066,000	,950
	Kadın	73	92,70	6767,00		
	Toplam	185				
Güvenlik Engeli	Erkek	112	86,63	9703,00	3375,000	,044
	Kadın	73	102,77	7502,00		
	Toplam	185				
Zaman Engeli	Erkek	112	85,90	9620,50	3292,500	,023
	Kadın	73	103,90	7584,50		
	Toplam	185				
Spor Alanı Engeli	Erkek	112	93,72	10496,50	4007,500	,820
	Kadın	73	91,90	6708,50		
	Toplam	185				

Tablo 3 incelendiğinde, RAKE'nin cinsiyet değişkenine göre Güvenlik ve Zaman engeli alt boyutlarında anlamlı farklılığa (U=3375,000; 3292,500 p<0.05) rastlanırken, diğer alt boyutlarda (U=3536,500; 4066,000; 4007,500 p>0.05) anlamlı yönde farklılaşmaya rastlanmamıştır.

Tablo 4. RAKE puanının "Medeni Durum"a göre Mann-Whitney U Testi sonuçları						
RAKE	Medeni Durum	n	Sıra Ortalaması	Sıralar toplamı	U	p
Bireysel Engel	Evli	105	104,46	10968,50	2996,500	,001
	Bekar	80	77,96	6236,50		
	Total	185				
Arkadaş Engeli	Evli	105	87,59	9197,00	3632,000	,112
	Bekar	80	100,10	8008,00		
	Total	185				
Güvenlik Engeli	Evli	105	95,64	10042,00	3923,000	,440
	Bekar	80	89,54	7163,00		
	Total	185				
Zaman Engeli	Evli	105	98,75	10369,00	3596,000	,088
	Bekar	80	85,45	6836,00		
	Total	185				
Spor Alanı Engeli	Evli	105	92,38	9700,00	4135,000	,856
	Bekar	80	93,81	7505,00		
	Total	185				

Tablo 4 incelendiğinde, RAKE'nin Medeni Durum değişkenine göre Bireysel engel alt boyutunda anlamlı farklılığa (U=2996,500 p<0.05) rastlanırken, diğer alt boyutlarda (U=3632,000; 3923,000; 3596,000; 4135,000 p>0.05) anlamlı yönde farklılaşmaya rastlanmamıştır.

Tablo 5. RAKE puanının “Yeteri kadar boş zamanınız var mı?” Sorusuna göre Mann-Whitney U Testi sonuçları

RAKE	Yeteri kadar boş zamanınız var mı?	N	Sıra Ortalaması	Sıralar toplamı	U	P
Bireysel Engel	Evet	82	76,20	6248,50	2845,500	,000
	Hayır	103	106,37	10956,50		
	Toplam	185				
Arkadaş Engeli	Evet	82	94,32	7734,50	4114,500	,762
	Hayır	103	91,95	9470,50		
	Toplam	185				
Güvenlik Engeli	Evet	82	83,16	6819,50	3416,500	,025
	Hayır	103	100,83	10385,50		
	Toplam	185				
Zaman Engeli	Evet	82	54,09	4435,50	1032,500	,000
	Hayır	103	123,98	12769,50		
	Toplam	185				
Spor Alanı Engeli	Evet	82	88,54	7260,50	3857,500	,308
	Hayır	103	96,55	9944,50		
	Toplam	185				

Tablo 5 incelendiğinde, RAKE'nin Yeteri kadar boş zamanınız var mı? değişkenine göre Bireysel, Güvenlik ve Zaman engeli alt boyutlarında anlamlı farklılığa ($U=2845,500$; $3416,500$; $1032,500$ $p<0.05$) rastlanırken, diğer alt boyutlarda ($U=4114,500$; $3857,500$ $p>0.05$) anlamlı yönde farklılaşmaya rastlanmamıştır.

Tablo 6. RAKE puanının “Haftada kaç gün boş zaman aktivitesine katılırsınız?” sorusuna göre Mann-Whitney U Testi Sonuçları

RAKE	Haftada kaç gün boş zaman aktivitesine katılırsınız?	N	Sıra Ortalaması	Sıralar toplamı	U	P
Bireysel Engel	1-2 gün	148	97,49	14428,00	2074,000	,022
	3-4 gün	37	75,05	2777,00		
	Toplam	185				
Arkadaş Engeli	1-2 gün	148	88,66	13122,00	2096,000	,026
	3-4 gün	37	110,35	4083,00		
	Toplam	185				
Güvenlik Engeli	1-2 gün	148	94,59	13999,00	2503,000	,417
	3-4 gün	37	86,65	3206,00		
	Toplam	185				
Zaman Engeli	1-2 gün	148	102,10	15111,00	1391,000	,000
	3-4 gün	37	56,59	2094,00		
	Toplam	185				
Spor Alanı Engeli	1-2 gün	148	92,62	13707,50	2681,500	,845
	3-4 gün	37	94,53	3497,50		
	Toplam	185				

Tablo 6 incelendiğinde, RAKE'nin Haftada kaç gün boş zaman aktivitesine katılırsınız? değişkenine göre Bireysel, Arkadaş ve Zaman engeli alt boyutlarında anlamlı farklılığa ($U=2074,000$; $2096,000$; $1391,000$ $p<0.05$) rastlanırken, diğer alt boyutlarda ($U=2503,000$; $2681,500$ $p>0.05$) anlamlı yönde farklılaşmaya rastlanmamıştır.

TARTIŞMA

Bu araştırmada beden eğitimi öğretmenlerinin serbest zamanlarını değerlendirmek için rekreatif etkinliklere katılmalarının önündeki engeller, Rekreasyon alanı kullanımına ilişkin katılım engelleri ve tercih etkenleri ölçeği alt boyutları açısından güvenlik, zaman, arkadaş, spor alanı ve bireysel engeller araştırılmıştır. Araştırma grubundan elde edilen veriler doğrultusunda gerekli analizler yapılmış ve tablolaştırılmıştır.

Yapılan analiz sonuçlarına göre: Araştırmada katılımcıların % 23,2 ile 31-35 yaş arasındakiler olduğu, bunları sırası ile %21,6 ile 36-40 yaş, %21,1 ile 41 ve üzeri yaş, %20,0 ile 26-30 yaş takip ederken, en az katılımcının ise %14,1 ile 20-25 yaşında olduğu görülmektedir. Katılımcıların %60,5'i Erkek, %39,5'i ise kadındır. %56,8'i evli iken %43,2'si bekârdır. Katılımcıların %55,7'sinin yeteri kadar boş zamanı yokken, %44,3'ünün yeteri kadar boş zamanı olduğu görülmektedir. Çoğunlukla katılımcıların spor yapma sıklığı %81,1 ile 1-2 gün iken %18,9 oranında 3-4 gün olduğu tespit edilmiştir. Yaş değişkenine göre RAKE'de istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. ($p>0,05$). Bunun nedeni olarak her yaş grubuna hitap eden ve bir zorunluluk teşkil etmeyen sadece mutluluk ve haz almak için katılım sağlanan rekreatif etkinliklerin bir engel teşkil etmediği şeklinde yorumlanabilir. Güler (2017)'in üniversite öğrencileri üzerinde yapmış olduğu çalışmalar incelendiğinde ise yaş değişkeni üzerinde anlamlı farklılıklar olduğu görülmektedir. 38 Araştırmaya katılan bireylerin yaş değişkenine göre boş zaman etkinlikleri açısından anlamlı farkın olduğu belirlenmiştir. Bu farkın; 21-24 yaş grubu bireylerin boş zaman değerlendirme alışkanlıklarının 17-20 ile 25 ve üstü yaş grupları olan bireylerden anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir. Aynı şekilde Tolukan (2010)'ın öğrenciler üzerinde yapmış olduğu çalışma incelendiğinde sınıf düzeyleri (yaş farklılığı) fikirleri açısından anlamlı bir farklılığın olmadığı gözlenmiştir. Bütün yaş düzeylerinde öğretmenler bireysel durumu, arkadaş engeli, spor alanı engeli, zaman ve güvenlik engeli aynı oranda öneme sahip olduğu bir farklılık yaratmadığı sonucuna ulaşılmaktadır. Yaşın boş zaman engellerin de anlamlı bir etkisinin olmadığı tespit edilmiştir. Bunun nedeni öğretmen yaş gruplarının genç yetişkin ve yetişkin dönemde olması olabilir. RAKE'nin cinsiyet değişkenine göre Güvenlik ve Zaman engeli alt boyutlarında anlamlı farklılığa ($U=3375,000$; $3292,500$ $p<0,05$) rastlanırken, diğer alt boyutlarda ($U=3536,500$; $4066,000$; $4007,500$ $p>0,05$) anlamlı yönde farklılaşmaya rastlanmamıştır. Bunun

sebebi olarak rekreatif etkinlik alanlarının güvenlik açısından iyileştirilmesi ve kişilerin rahat bir şekilde katılım sağlayacakları ortamların yaratılması elzemdir. Ayrıca öğretmenlerin hafta içi okula gitmeleri ve sadece hafta sonlarının kendilerine kaldığı ancak hafta sonlarının da diğer işler ile geçirilebileceği ya da çok kısıtlı zamanlarının olmasından kaynaklı olarak zaman engeli yaşadıkları söylenebilir. Literatüre bakıldığında, Alexandris ve Carroll'un (1999), bilimsel çalışmasında cinsiyetin rekreasyonel faaliyette bulunmada artı yönde bir etkisi olduğunu belirtmiştir. Culp (1998) cinsiyetin toplumsal açıdan mühim bir yapı taşı olduğunu ve kişilerin boş vakit etkinliklerini kısıtlayan önemli bir durum olduğunu söylemiştir. Başka çalışmada ise Pulu'ın (2003) yapmış olduğu araştırmada ise yurtlarda kalan kız öğrencilerin sportif etkinliklere aktif olarak katılma arzularının (%84) erkek öğrencilerden (%72) daha fazla olduğu görülmüştür. Bir başka çalışmada ise Moccia (2000), cinsiyet, boş zaman aktivitelerini seçmede mühim bir paya sahiptir. Yapılan birçok bilimsel çalışma bu araştırma sonuçlarını destekler niteliktedir.

RAKE'nin Medeni Durum değişkenine göre Bireysel engel alt boyutunda anlamlı farklılığa ($U=2996,500$ $p<0,05$) rastlanırken, diğer alt boyutlarda ($U=3632,000$; $3923,000$; $3596,000$; $4135,000$ $p>0,05$) anlamlı yönde farklılaşmaya rastlanmamıştır. Öztürk'ün (2016) yapmış olduğu sanayi çalışanların medeni durumlarına bakıldığında bekâr olanlar evli olanlara göre daha fazla rekreatif etkinliklere katıldıkları sonucuna varılmıştır. Kılıç'ın (2006) yapmış olduğu Harcanabilir Gelirin Artmasının Sportif Rekreasyona Katılma Olan Etkisinin Araştırılması İstanbul Örneği sonucuna göre bekârların daha fazla sportif rekreatif faaliyetlere katılarak daha fazla mutlu oldukları sonucuna varıldığı gözlenmiştir. Tanpınar'ın (2012) yapmış olduğu İstanbul İl Emniyet Teşkilatındaki 4 Farklı Departmanda Görevli Polislerin Sportif ve Rekreatif Aktivite Sıklıklarının Yaşam Kalitesi Üzerine etkisi adlı çalışma sonucunda araştırmaya katılan bekâr polis memurlarının evli polis memurlarına göre sportif aktivite sıklık puanları daha yüksek çıktığı görülmüştür. Yoon ve arkadaşları (2004) tarafından yapılan çalışma sonucuna göre evli bireylerin serbest zaman etkinliklerine katılım için daha az zamana sahip oldukları görülmektedir. Araştırmaya katılan beden eğitimi öğretmenlerinin medeni durumuna göre serbest zaman engelleri düzeyi arasında bireysel engel alt boyutunda anlamlı farklılık vardır. Bu anlamlı farklılık ile birlikte evli öğretmenlerin rekreasyonel aktivitelere katılımına ilişkin boş zaman engelleri önem düzeylerinin, bekâr öğretmenlerin

boş zaman engelleri önem düzeylerine göre daha çok etkilendiği sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuç beklenen bir sonuç olmuştur. Bunun sebebi ise bekâr öğretilerinin sorumluluklarının daha az olduğu için rekreasyonel faaliyetlere katılmalarının daha çok olmasıdır. Evli öğretilerinin evlilik sebebi ile kendilerine ayırdığı vaktin kısıtlı olması da bu sonucun sebebi olarak açıklanabilir.

RAKE'nin katılımcıların yeteri kadar boş zamanınız var mı sorusuna vermiş olduğu cevaplara göre Bireysel, Güvenlik ve Zaman engeli alt boyutlarında anlamlı farklılığa ($U=2845,500$; $3416,500$; $1032,500$ $p<0.05$) rastlanırken, diğer alt boyutlarda ($U=4114,500$; $3857,500$ $p>0.05$) anlamlı yönde farklılaşmaya rastlanmamıştır. Gönen ve ark (2022) yılında spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin rekreasyon alanı kullanımına yönelik engelleri inceledikleri araştırmada benzerlikler olduğu görülmektedir. Katılımcıların zaman engeline yönelik bir farklılıklarının olmadığını tespit etmişlerdir. RAKE'nin Haftada kaç gün boş zaman aktivitesine katılırsınız? değişkenine göre Bireysel, Arkadaş ve Zaman engeli alt boyutlarında anlamlı farklılığa ($U=2074,000$; $2096,000$; $1391,000$ $p<0.05$) rastlanırken, diğer alt boyutlarda ($U=2503,000$; $2681,500$ $p>0.05$) anlamlı yönde farklılaşmaya rastlanmamıştır. Gönen ve ark (2022) yılında spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin rekreasyon alanı kullanım engellerine yönelik gerçekleştirdikleri araştırmada haftalık düzenli spor yapma durumu değişkenine göre güvenlik ve zaman engeli arasında anlamlı farklılıklar olduğunu tespit etmişlerdir. Diğer boyutlarda ise herhangi bir anlamlı farklılık görülmemiştir. Bu açıdan değerlendirildiğinde mevcut çalışma ile zaman ve spor alanı engeli boyutunda benzerlik göstermektedir. Sabancı (2016), akademisyenlerin boş zaman engellerini incelediği araştırmada katılımcıların fiziksel aktivitelere katılma durumlarına göre zaman, tesis ve arkadaş eksiliğinden dolayı farklılaşmanın olduğu görülmektedir.

Katılımcıların zaman, tesis ve arkadaş eksikliği nedeniyle fiziksel aktivitelere katılamadıkları görülmüştür. Mevcut çalışmamız ile arkadaş ve zaman eksikliği benzerlik göstermektedir. Beden Eğitimi Öğretmenlerinin rekreasyon faaliyetlerine yönelik engellerini araştırdığımız bu çalışmada katılımcılar yarısından fazlasının yeteri kadar boş zamanının olmadığını belirtmişlerdir. Boş zaman aktivitelerine katılan bireylerin büyük bir kısmı haftada 1-2 gün katılım sağladıkları görülmektedir. Öğretmenlerin yeteri kadar boş zamanı olmadığı ve bundan kaynaklı olarak faaliyetlere yönelik katılımın

da 1-2 gün ile sınırlandırıldığı görülmektedir. Rekreasyona Katılım Engelleri ölçeğine göre katılımcıların, yaş değişkenine göre bir fark olmadığı yani yaş rekreasyona katılım için bir engel oluşturmadığı görülmüştür. Katılımcıların cinsiyetlerine göre rekreasyona katılım engellerinden güvenlik ve zaman engeli arasında fark olduğu, bu farklılığın ise güvenlik boyutunda kadınların erkeklere oranla daha fazla engel yaşadığı görülmüştür. Zaman engelinde ise yine kadınların daha fazla bir katılım engeli yaşadığı görülmüştür. Bunların sebebi, genel olarak kadınların toplum içerisinde yaşamış olduğu şiddet, istismar gibi durumlar güvenlik engeli yaratırken, ev içi sorumlulukları ve çalışma hayatından dolayı kadınların erkeklere oranla zaman engelini arttırmaktadır.

Beden eğitimi öğretmenlerinin medeni durumlarına bakıldığında rekreasyonel faaliyetlerine katılımlarında bireysel engel boyutunda bir farklılık olduğu tespit edilmiştir. Bunun sebebi evli bireylerin bekar bireylere oranla boş zamanlarında aile sorumluluklarının daha fazla olmasından dolayı rekreasyon faaliyetlerine katılımları engellenmiş olmaktadır.

Beden eğitimi öğretmenlerinin yeteri kadar boş zamanı olup olmadığı ile ilgili soruya vermiş oldukları cevaplar doğrultusunda bireysel, güvenlik ve zaman açısından farklılıkların olduğu, spor alanı ve arkadaş engeli açısından fark olmadığı görülmüştür. Yeteri kadar boş zamanı olmayan bireylerin, bireysel, güvenlik ve zaman engellerinin daha fazla olduğu görülmüştür. Bireylerin günlük yaşam rutinleri, ailevi zorunlulukları, güvenlik kaygıları ve zaman yönetiminde engeli olan bireylerin yeteri kadar boş zamanlarının da olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Katılımcıların "haftada kaç gün boş zaman aktivitelerine katılırsınız" değişkenine göre bireysel, arkadaş ve zaman engeli bakımından farklılıkların olduğu, bu farklılıkların, 1-2 gün aktiviteye katılanlarda daha fazla bireysel engel yaşadığı, arkadaş engelinde haftada 3-4 gün aktiviteye katılanlarda daha fazla yaşadığı ve zaman engeli olarak 1-2 gün aktiviteye katılanların daha fazla engel yaşadığı görülmüştür.

Bireysel ve zaman engellerinden kaynaklı katılımcılar çoğunlukla haftada 1-2 gün boş zaman aktivitelerine katılabilmektedir. Arkadaş engelinde ise katılımcıların haftada 3-4 gün boş zaman faaliyetlerine katılmaları, bireylerin zaman olarak önemli ölçüde etkilemediğini ortaya çıkarmıştır.

Sonuç olarak; beden eğitimi öğretmenlerinin rekreasyon faaliyetlerine yönelik katılımını “bireysel “güvenlik ve “zaman engeli olduğu görülmektedir. Beden eğitimi öğretmenlerine yönelik zaman yönetimi, bireysel ve güvenlikten kaynaklanan olumsuzlukları gidermek için eğitimler düzenlenebilir. Ayrıca beden eğitimi öğretmenlerine yönelik rekreasyon programlarının düzenlenmesi, bireysel engelleri ortadan kaldıracığı düşünülmektedir. Tesis kullanımı ve güvenliği, ulaşım sorunlarının çözülmesi rekreasyonel faaliyetlere katılım engellerine katılımı arttıracığı düşünülmektedir.

ÖNERİLER

Bu araştırma beden eğitimi öğretmenleri ile sınırlandırılmıştır. Farklı kategorilerde ve meslek gruplarında da yapılabilir.

Araştırma farklı değişkenler açısından da incelenebilir.

KAYNAKLAR

- Alexandris, K., Carroll, B. (1999). Constrains On Recreational Sport Porticipation In Adults In Greece: Implications For Providing And Managing Sport Services, *Journal Of Sport management*, 13 (4), 317-332.
- Amin, T. T., Suleman, W. Ali, A., Gamal, A., Al, W.A. (2011). “Pattern, Prevalence, and Perceived Personal Barriers Toward Physical Activity Among Adult Saudis In Al-Hassa, KSA”, *Journal of Physical Activity and Health*, 8(6), 775-84.
- Bulut, M. & Koçak, F. (2016). Hazırlık Öğrenimi Gören Kadın Üniversite Öğrencilerin Rekreatif Etkinliklere Katılmalarını Engelleyen Faktörlerin Belirlenmesi. *Spor Ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 7 (2) , 61-71. Doi: 10.17155/Spd.85530.
- Cerin, Ester, Lesli, E. (2010). Perceived Barriers to Leisure-Time Physical Activity In Adults: An Ecological Perspective, *Journal of Physical Activity and Health*, 7(4), 451-459.
- Crawford, D. W., Jackson, E. L., and Godbey, G. (1991). A hierarchical model of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 13(4), 309-320.
- Culp, R. H. (1998). Adolescent girls and outdoor recreation: A case study examining constraints and effective programming. *Journal of Leisure Research*, 30(3), 356.
- Çetinkaya, G., Yıldız, M. ve Özçelik, M., A. (2016). Açık hava rekreasyon kapsamında milli park kullanım engelleri. *Mediterranean Journal of Humanities*, 6(1), 99-114.
- Demiral, S. (2018) Açık alan rekreasyonuna katılan bireylerin serbest zaman tatmin düzeylerinin incelenmesi: Şavşat-Karagöl örneği. MS thesis. Batman Üniversitesi.
- Gönen, M., Ceyhan, M. A., Çakır, Z., Zorba, E. & Coşkuntürk, O. S. (2022). Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Rekreasyon Alanı Kullanımlarına İlişkin Engel Ve Tercihleri. *The Online Journal of Recreation and Sports*, 11 (4) , 59-76. DOI: 10.22282/ojrs.2022.109
- Güler, B.Ü. (2017) Beden eğitimi ve spor yüksekokullarında öğrenim gören öğrencilerin boş zaman engellerinin boş zaman motivasyonlarına etkisi araştırılması. Yüksek Lisans Tezi, Bartın Üniversitesi Eğitim Bilimler Enstitüsü, Bartın
- Gümüş, H. ve Özgül, S. A. (2017). Rekreasyon alanı kullanımına ilişkin katılım engelleri ve tercih etkenleri ölçeklerinin geliştirilmesi. *Journal of Human Sciences*, 14(1), 865-882.
- Kandaz G. N. ve Hergüner, G. (2007). Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin Serbest Zamanlarını Değerlendirme Biçimlerin İncelenmesi (Sakarya İli Örneği), *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 4 (1), 1-9.
- Karaküçük, S. ve Gürbüz, B. (2007). Rekreasyon ve Kent(l)leşme. Ankara: Gazi Kitabevi.
- Karasar, N. (1994). Bilimsel Araştırma Yöntemleri, Nobel Yayın Dağıtım; Ankara.
- Kılıç, K. (2006). Harcanabilir Gelirin Artmasının Sportif Rekreasyona Katılma Olan Etkisinin Araştırılması, İstanbul Örneği. Yüksek Lisans Tezi. Kütahya: Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Lakoç, K., Korur, E., N., Öncü, E. ve Gürbüz, K. (2013). Bireyler rekreatif aktivitelere neden katılmazlar? Akademisyenler örneği. II. Rekreasyon araştırmaları kongresi bildiri kitabı, Aydın, Türkiye.
- Lapa, T., Y. Ve Tercan, E. (2013). Üniversite öğrencilerinin serbest zaman engelleri ile baş etme stratejilerinin rekreatif aktivitelere katılmalarına göre analizi. II. Rekreasyon araştırmaları kongresi bildiri kitabı, Aydın, Türkiye.
- Maltby, J. ve Day, L. (2001). The relationship between exercise motives and psychological well-being. *Journal of Psychology*, 135(6), 651-660.
- Mocca, F.D. (2000). Plannig Time: An Emergent European Practice. *European Plannig Studies*, 8(3), 367-376.
- Öztürk, H. (2016). The Obstacles Affecting Shopping Center Employees’ Participation in Recreational Activities, *J Soc Sci*, 47(1), 41-48.
- Öztürk, S. ve Aydoğdu, A. (2012). Ilgaz Dağı Milli Parkı’nın rekreasyonel olanakları. I. Rekreasyon araştırmaları kongresi bildiri kitabı, Kemer, Antalya, Türkiye.
- Pulur, A. (2003). Üniversitede görev yapan öğretim elemanları ve idari personellerin boş zamanlarını sporla değerlendirme eğilimlerinin araştırılması (Kırkkale Örneği). *Beden Eğitimi ve Sporda Sosyal Alanlar Kongresi*, Ankara, 10-11 Ekim 2003.
- Sabancı, G. (2016). Öğretim Elemanlarının Rekreasyonel Faaliyetlere Katılmalarını Engelleyen Faktörlerin Belirlenmesi. Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Konya.
- Tanpınar, S. (2012). İstanbul İl Emniyet Teşkilatındaki 4 Farklı Departmanda Görevli Polislerin Sportif ve Rekreatif Aktivite Sıklıklarının Yaşam Kalitesi Üzerine etkisi. Yüksek Lisans Tezi. Kayseri: Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Tolukan E. (2010), Niğde özel yetenekle ilgili bölümlerde okuyan üniversite öğrencilerinin rekreasyonel aktivitelere katılmalarına engel olabilecek unsurların belirlenmesi. (Yüksel Lisans Tezi), Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Niğde.
- Tribe, J. (2011). The economics of recreation, leisure and tourism (4. Baskı). Oxford: Butterworth-Heinemann.
- Türk Dil Kurumu (TDK). (2020). Güncel türkçe sözlük. Erişim adresi: <https://sozluk.gov.tr/>.
- Yoon, Ş., Lee Y.G. and Bhargava, V. (2004). Leisure Time: Do Married and Single Individuals Spend It Differently *Utah State University Family and Consumer Sciences Research Journal*, 32(3), 254-274.

Spor Organizasyonlarında Örgütsel Adalet Algısı: Derleme Çalışması

Ali Naci ARIKAN^{1A}

¹ Balıkesir Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Balıkesir/Türkiye.

Address Correspondence to Ali Naci ARIKAN: e-mail: anarikan@balikesir.edu.tr

A:Orcid ID: 0000-0001-7956-6696

Özet

Bireylerin insan hayatının en önemli parçalarından birini oluşturan işyerlerindeki ücret, ödül, ceza ve yönetici davranışları gibi yaşam unsurlarına ilişkin bir karşılaştırma ve yargılama geliştirmeleri beklenebilir bir durumdur. Bu durum onların işyerlerine yönelik bazı düşünce ve davranış kalıpları oluşturmalarına yol açmaktadır. İşte tam bu evrede örgütsel adaletin önemi vurgulanmaktadır. Örgütsel adalet, bir örgüt içindeki prosedür ve sonuçların algılanan adaletini ifade eder. Spor bağlamında bu kavram, rekabetçi spor ortamlarının benzersiz dinamikleri nedeniyle özellikle önem kazanmaktadır. Spor endüstrisindeki sporcular, antrenörler ve diğer paydaşlar çeşitli kurumsal uygulamaların ve kararların adilliğini değerlendirir ve bu adalet algısı onların tutumlarını, davranışlarını ve genel refahını etkileyebilir. Sporda örgütsel adalet alanında yapılan araştırmalar kavramın sporcu motivasyonu, memnuniyeti ve genel takım dinamikleri üzerindeki etkilerini vurgulamıştır. Sporcular örgütsel ortamda yüksek düzeyde adalet algıladıklarında daha motive, kararlı ve katılımlarından memnun olma eğilimindedirler. Aksine, algılanan adaletsizlik çabanın azalması, işten ayrılma niyetinin artması ve ekip uyumunun azalması gibi olumsuz sonuçlara yol açabilmektedir. Bu noktada örgütsel adaletin sağlanmasının ve geliştirilmesinin önemi bir kez daha vurgulanmaktadır: özellikle ekip çalışmalarında astların demokratik ortamları tercih edebildikleri bilinmektedir. Bir başka ifade ile ekip yöneticilerinin her zaman çalışanların sesine kulak vermesi ve süreçte onların aktif ve adaletli rol almalarını sağlamaları önemlidir. Sonuç olarak, sportif organizasyonlar başta olmak üzere sporun tüm paydaşları açısından ortak fikir, bireylerin adalet algılarının yüksek düzeylerde olması ile performanslarında artış olma eğilimleri olasıdır.

Anahtar Kelimeler: Spor, Organizasyon, Örgütsel Adalet

Organizational Justice Perception in Sport Organizations: A Review Study

Abstract

It can be expected that individuals will develop a comparison and judgment regarding life elements such as wages, rewards, punishments and managerial behaviors in workplaces, which constitute one of the most important parts of human life. This situation causes them to form some thought and behavior patterns towards their workplaces. It is at this stage that the importance of organizational justice is emphasized. Organizational justice refers to the perceived fairness of procedures and outcomes within an organization. In the context of sports, this concept is particularly important due to the unique dynamics of competitive sports environments. Athletes, coaches and other stakeholders in the sports industry evaluate the fairness of various corporate practices and decisions, and this perception of fairness can affect their attitudes, behavior and general well-being. Research in the field of organizational justice in sports has emphasized the effects of the concept on athlete motivation, satisfaction and overall team dynamics. When athletes perceive a high level of fairness in the organizational environment, they tend to be more motivated, determined, and satisfied with their participation. On the contrary, perceived injustice can lead to negative consequences such as decreased effort, increased intention to leave, and decreased team cohesion. At this point, the importance of ensuring and developing organizational justice is emphasized once more: it is known that subordinates can prefer democratic environments, especially in teamwork. In other words, it is important that team managers always listen to the voice of the employees and ensure that they take an active and fair role in the process. As a result, it is possible for all stakeholders of sports, especially sportive organizations, to have a common idea, individuals' high levels of justice perceptions, and an increase in their performance.

Keywords: Sports, Organization, Organizational Justice

GİRİŞ

Hayatın, toplum içinde yaşayan bireyler için olduğu her zaman kabul edilmiştir. Bu açıdan bakıldığında bireyler, insan yaşamının en önemli parçalarından birini oluşturan işyerlerindeki ücret, ödül ve ceza ve yönetici davranışları gibi yaşam unsurlarına ilişkin bir karşılaştırma ve yargılama geliştirirler. Bu durum onların işyerlerine yönelik bazı düşünce ve davranış kalıpları oluşturmalarına yol açmaktadır (Irak, 2004). İşte tam bu evrede örgütsel adaletin önemi vurgulanmaktadır. Örgütsel adalet, bir örgüt içindeki prosedür ve sonuçların algılanan adaletini ifade eder. Spor bağlamında bu kavram, rekabetçi spor ortamlarının benzersiz dinamikleri nedeniyle özellikle önem kazanmaktadır. Spor endüstrisindeki sporcular, antrenörler ve diğer paydaşlar, çeşitli kurumsal uygulamaların ve kararların adilliklerini değerlendirir ve bu adalet algısı onların tutumlarını, davranışlarını ve genel refahını etkileyebilir (Colquitt vd., 2001). Sporda örgütsel adalet alanında yapılan araştırmalar, bunun sporcu motivasyonu, memnuniyeti ve genel takım dinamikleri üzerindeki etkilerini vurgulamıştır. Sporcular örgütsel ortamda yüksek düzeyde adalet algıladıklarında daha motive, kararlı ve katılımlarından memnun olma eğilimindedirler. Aksine, algılanan adaletsizlik çabanın azalması, işten ayrılma niyetinin artması ve ekip uyumunun azalması gibi olumsuz sonuçlara yol açabilir (Cunningham, vd., 2016). Bu kapsamda bu araştırmanın amacı, geleneksel derleme yöntemi kapsamında; Google Scholar, Web of Science, Sport Discuss ve Dergipark veri tabanlarındaki örgütsel adalet ve spor, sporda organizasyon ve örgütsel adalet anahtar kelimeleri kullanılarak spor organizasyonları ile örgütsel adalet ilişkisi literatürde yapılan çalışmalara bağlı olarak inceleyip değerlendirmektir.

Spor Organizasyonlarında Örgütsel Adalet

Çağımızda özellikle serbest piyasa ekonomisinin getirdiği aşırı ve yıkıcı rekabet koşulları, zamanın gereklerine ayak uyduramayan kuruluşları hızla yıpratmış, hatta bu kuruluşları sahadan çekilmek zorunda bırakmıştır. Mevcut organizasyon yapısı, yatay konumlandırmayı ön planda tutan, kontrol mekanizmaları oluşturarak çalışanlar arasındaki iletişimi artıran ve organizasyon içi ağ yapısının önemini artıran daha esnek bir yapıya dönüşmüştür (Akyel, 2014).

Bir organizasyondaki bireylerin başarıları, dolayısıyla bağlı olduğu kurumun başarısı büyük ölçüde birbirleriyle ve yönetimle aralarındaki etkileşime bağlı olarak değişebilmektedir (Deci vd.,

1989). Yönetim kalitesinin artırılmasında ve sürekliliğinin sağlanmasında iş görenlerin kurumdaki olayları algılayışı ve bu olaylar karşısında kendini nasıl hissettiği çok önemlidir. Bununla bağlantılı olarak sosyal bilimciler, örgütlerin amaçlarını gerçekleştirmedeki başarısı için, adaletle ilişkin olumlu kanaatin temel bir gereklilik olduğunu belirtmektedirler (Greenberg, 1990). Yine benzer şekilde son yıllarda örgüt bilimcileri adaletin, insan davranışları yönetimi için incelenmesi gerektiğini vurgulamıştır (Li ve Wang, 2009).

Her ne kadar çeşitli disiplinler farklı anlamlar yüklemiş olsa da genel olarak adalet kavramı insan haklarına saygı göstermeyi ve eşit hakların sağlanmasını ifade etmektedir. Bu bağlamda adalet, bir topluluk içinde kişilerarası ilişkilerin ve diğer topluluklarla ilişkilerin kurulmasının temelini oluşturur (Özen, 2002). Son yıllarda geliştirilen yönetim teorilerinin bireyler arasındaki etkileşim ve bu etkileşimden kaynaklanan sorunlara odaklandığı görülmektedir. Bu bağlamda 'sosyal adalet' kavramının örgütlere de uyarlandığı ve örgüt içi ilişkiler sonucu ortaya çıkan başarıların adil dağılımını ifade eden 'örgütsel adalet' kavramının geliştirildiği görülmektedir (İşbaşı, 2000). Bu bağlamda örgütsel adalet, çalışanların örgütün davranışlarının doğruluğuna ilişkin algıları olarak tanımlanabilir (Campbell ve Finch, 2004).

Örgütsel adalet, işyerinde adaletin rolünü ve özellikle adalet algısını inceler; dağıtımsal, prosedürel, bilgilendirici ve kişilerarası adaleti içerir (Greenberg,1990). Dağıtımsal adalette insanların endişe duyduğu durum, elde edilen çıktılardan seviyesinden daha çok bu çıktılardan adil olup olmamasıyla ilgilidir (Colquitt vd., 2001). Çalışanların elde ettikleri sonucun adil olduğu algısı olarak ifade edilmekte ve ücret artışları, terfiler ve zorlu iş atamaları örnek verilebilir (Scandura, 1999). Prosedürel adalet, örgüt içindeki süreçlerin ve prosedürlerin yürütülmesi ve uygulanmasıyla alakalı çalışanların algıladıkları adalet olarak tanımlanmaktadır (Erturhan Işkın, 2018). Bir prosedürün adil olup olmadığına karar vermede ise kullanılan genel altı kriter vardır: süreç bütün taraflara tutarlı davranmalı, ön yargısız olmak (Moon vd., 2008), karar vermede doğru bilgileri kullanmak, herkesin görüşlerini dikkate almak, hata durumunda düzeltilebilir olmak ve geçerli etik normlara karşı tutarlı kalmaktır (Cropanzano ve Molina, 2015). Son olarak etkileşim adaleti prosedürler uygulandığında bireyin karşılaştığı bireylerarası davranışların doğruluğu ve kalitesini (Hubbell ve Chory-Assad, 2005) ya da karar vericinin etkilediği bireylerarası

davranışların niteliğini ifade eder (Aryee vd., 2002). Etkileşim adaleti örgütsel pratiklerin gerektirdiği iletişimin doğru algılanmasını gerektirir. Bies ve Moag gösterilen davranışların doğruluğu, uygunluğu ve saygınlığı etkileşim adaleti algılaması ile ilgilidir. Bireyler duyarlı ve saygılı biçimde iletişim kurduklarını algıladıklarında ve örgütsel prosedürlerin gerçekleştirilmesinde saygılı ve uygun davranışlar gördüklerinde iletişimin doğruluğuna ilişkin daha fazla görüşe sahip olacaktırlar (Hubbell vd., 2005).

Örgüt içerisindeki bireyler davranışlarını, var olan bir durumu algılama veya olaylar karşısında verilen tepki biçimlerine göre tutumlarını şekillendirdikleri için örgütün adil olup olmadığına ilişkin algıları örgütsel adalet konusunun önemini artırmakta ve her örgüt yönetimi için dikkat edilmesi gereken bir konu olmuştur (Beugre ve Baron, 2001).

Bütün örgütsel yapılanmaların başarılı olabilmesi için gerekli görülen adaletli yaklaşım sergileme, sporda ve sporun yönetsel yapısı içerisinde de gereklidir (Karademir ve Çoban, 2010). Spor örgütünde resmileştirilmiş politikalar, düzenlemeler ve davranış kuralları aynı zamanda spor organizasyonundaki adalet algılarıyla da ilişkilidir (Hums ve Chelladurai, 1994a, 1994b). Örgütsel adalet olarak adlandırılan işyeri adaletinin incelenmesi, örgütsel personelin deneyimlediği adalet algılarını ölçer (Greenberg, 1990). Yapılan araştırmalar incelendiğinde örgütsel adalet kavramının spor organizasyonu alanında önemli bir etkisi olduğu görülmüştür. Kerwin, Doherty ve Harman (2011) politika ve prosedürlerin, spor organizasyonlarında grup içi çatışmanın algılanan yoğunluğunu etkilediğini buldu. Daha spesifik olarak, politika ve prosedürler mevcut olduğunda spor kurulu üyeleri, görevler ve süreçler hakkında daha az yoğun anlaşmazlıklar algıladılar; bu da olumlu (yani memnuniyet, motivasyon) artış ve olumsuz (örneğin stres, geri çekilme) bireysel sonuçların azalmasıyla sonuçlanır. Bu bağlamda pek çok bilim insanı, uzun süredir adaletin önemini, örgütlerin işlevlerini etkili bir şekilde yerine getirebilmeleri ve çalışanların kişisel tatminlerini sağlayabilmeleri için gereken temel bir sorun olarak kabul etmektedir (Greenberg, 1987).

Spor organizasyonu, belirli bir amacı gerçekleştirmek için oluşturulan bir hedefin varlığıdır. Tüm spor organizasyonu yöneticileri, organizasyon amaçlarının gereğine göre organizasyonun işleyişini ve çalışanların eylemlerini etkileyen kararlar alacaktır. Amaca ulaşma sürecinde üyelere ücret, refah, terfi, değerlendirme,

bilgilendirme ve saygı konularında adil davranılıp davranılmayacağı örgütün adaletinin incelenmesinde önemli bir temeldir (Li ve Wang, 2009).

Literatür Taraması

Spor ortamlarında çalışanların çoğu zaman birbirleriyle yoğun etkileşim içerisinde olmaları nedeniyle diğer çalışanların örgütsel adalet algılarından kaynaklanan davranışlardan etkilenme olasılıkları daha yüksektir (Kerwin vd., 2015). Adalet algısının davranış üzerindeki etkisini kavramak, örgütlerin örgütsel performansı olumsuz yönde etkileyecek kararlar almaktan kaçınmalarını sağlayabilir (Mahony vd., 2010). Bu nedenle spor organizasyonu çalışanlarının örgütsel adalet algılarının diğer üyelere yönelik davranışsal sonuçları ile ilişkisinin belirlenmesi teorik ve pratik olarak önemlidir.

Spor ortamlarında örgütsel adalet üzerine yapılan çalışmanın başlangıcı, 29 yıl öncesine, Hums ve Chelladurai (1994a;1994b) spor kurumu çalışanlarının dağıtımcı adalet algısına neden olan bütçe tahsisi ilkelerini ortaya koymalarına dayanmaktadır. O zamandan bu yana örgütsel adalet, spor organizasyonu alanında önemli bir konu olmaya devam etti ve grup içinde çalışanların adalet algısının çeşitli sonuçların kritik bir öncülü olduğuna dair önemli ampirik kanıtlar biriktirdi (Kerwin vd., 2015; Whisenant ve Jordan, 2008).

Spor yönetimi alanında örgütsel adalet üzerine yapılan ilk çalışmalar öncelikle üniversiteler arası atletizm bağlamında dağıtım adaleti boyutunu araştırdı. Hums ve Chelladurai (1994a, 1994b) organizasyon araştırmacıları tarafından kavramsallaştırılan tahsis ilkelerine dayanarak, üniversiteler arası atletizm bağlamında dağıtımcı adaletin unsurlarını aydınlatarak bu araştırma akışını başlattı. Sonraki çalışmalar, yönetim kurulu başkanları, yöneticiler, antrenörler ve sporcular dahil olmak üzere çeşitli kuruluşların algılarına odaklanarak, kaynak tahsis stratejilerinin dağıtım adaletiyle ilişkisini incelemeye devam etti (Mahony, 2005; Patrick vd. 2008). Her ne kadar bu çalışmalar dağıtımcı adaletin kavramsallaştırılmasına katkıda bulunsa da, prensipte bu algıların sonuçlarını ortaya koymakta başarısız olmuşlardır (Mahony vd., 2006). Ardından gelen araştırmacılar çok boyutlu örgütsel adaletin aşağı yönlü sonuçlarını araştırdılar. Araştırmalar, bireysel düzeyde yapılan spor organizasyonlarında örgütsel adaletin birçok boyutunun sporcular ve antrenörlerin spora katılımını sürdürme niyetleri ile algılanan örgütsel adalet desteğiyle ilişkisini bulmuştur. (Whisenant,

2005; Whisenant ve Smucker, 2007; Jordan vd., 2009). Takım düzeyinde prosedür adaletinin, okullar arası atletizmde takımları kazanmaya yönlendirdiği tespit edilmiştir (Whisenant ve Jordan, 2006). Kerwin vd., (2015) ayrıca örgütsel adaletin çoğu boyutunun kar amacı gütmeyen kuruluşlarda grup içi çatışma düzeyini bile azaltabildiğini göstermiştir. Genel olarak bu çalışmalar, bireysel ve takım sonuçlarının farklı bağlamlarda adalet algısından etkilendiğini doğrulayarak spor ortamında örgütsel adaleti çalışmanın önemini vurguladı.

Literatürde yapılan araştırmalar, spor organizasyonlarında ve yönetiminde uygulanan örgütsel adalet birçok başarının yanında olumsuzlukları da beraberinde getireceğini göstermiştir. Nitekim araştırmacılar spor organizasyonlarında örgütsel adaletin çok dikkat edilmesi gerektiği konusunda görüş bildirmişlerdir. Whisenant (2005), farklı okulları araştırarak örgütsel adaletin lise sporcularının örgütsel bağlılığı üzerindeki etkisini araştırmıştır. Bu sonuçlar, genel örgütsel davranış araştırma sonuçlarını desteklemektedir ve öğrencinin antrenörden saygı görmesi durumunda öğrencinin antrenmana ve maça devam edeceğini, ancak antrenörün davranışlarının öğrenciyi etkilemediğini; öğrenci taahhüdünü yerine getirecek ve eğer öğrenciler antrenörün adaletli olduğuna inanırlarsa ve antrenörlerine saygı duyarlıysa grup giderek daha güçlü hale gelecektir.

Aynı spor müsabakasındaki ve aynı kulüpteki sporcular arasında büyük maaş farkı olması durumunda, profesyonel sporcuların adalet duygusundan yoksun kalacaklarını ve ardından ödeme teşvikini zayıflatacaklarını veya kaybedeceklerini ileri sürmektedir. Bu durum sporcuların şevkini azaltacaktır (Li ve Wang, 2009). Chen (2008) tenis sporu ile uğraşan bireylere uygulamış olduğu araştırmasında örgütsel bağlılığın prosedür adaleti ve dağıtım adaleti ile ilişkili olduğunu belirtmiştir. Aynı zamanda güçlü sorumluluk duygusuna sahip tenis kulübü üyelerinin prosedür adaletine çok dikkat ettiklerini vurgulamıştır. Yine yapılan benzer bir araştırmada Williams vd., (2002) örgütsel adaletin örgütsel vatandaşlık davranışını etkileyip etkilemediğini incelemek için 114 spor kulübü çalışanını analiz etmiştir. Dağıtım adaleti, prosedür adaleti ve etkileşim adaletinin çalışanların vatandaşlık davranışını yerine getirme niyetlerini etkilediğini gösterdi.

Bazı araştırmacılar ise spor organizasyonlarında örgütsel adaletin cinsiyet, yaş ve kişilik ile ilişkisini ortaya koymaya çalışmıştır. Sporda örgütsel adalet

üzerinde yapılan araştırmalar örgütsel adalet sonucunun bireylerin cinsiyetine bağlı olarak değişebileceğini ortaya koymuştur (Mahony vd., 2006; Patrick vd., 2008; Whisenant, 2005).

Kadın sporcuların ayrımcılık altında bile daha yüksek adalet duygusuna sahip olacakları belirtilmektedir. Çünkü kadınların öz değerlendirmesi ve ödül beklentisi her zaman daha düşük olduğunu ileri sürülmüştür (Li ve Wang, 2009). Daniel F. ve Mahony (2006) antrenörlerin ve idari yöneticilerin, kaynakların adalet tahsis edilmesi durumunda dağıtım adaleti konusundaki bilişlerinin güçlenebileceğine inandıklarını belirtmektedir.

Bir araştırmada kadınların dağıtım adaletine erkeklerin ise prosedür adaletine odaklandıkları bulunmuştur. Yine yaşlı sporcuların barışçıl bir zihne sahip oldukları ve adil olmayan olaylara karşı daha duyarlı oldukları belirtilmiştir (Li ve Wang, 2009). Spor kulübü personelinin kişiliğinin prosedür adaleti açısından çok önemli olduğunu savunuldu. Personel ruh hallerini kontrol edebilselerdi prosedürel adalet duygusu daha yüksek olurdu. Aksi takdirde, olumsuz bir ruh halinde olduklarında, baskılarla anlaşamadıklarında, işten doyum alamadıklarında haksızlık duygusuna kapılıp ve aşırı tepkiyi kolayca verebileceklerini görmüştür (Li ve Wang, 2009).

Spor organizasyonlarında örgütsel adalet ve güçlendirme arasındaki ilişkiyi ortaya koyan bir çalışmada Kim ve Jeong (2021) örgütsel adaletin spor örgütsel davranışında güçlendirmenin geliştirilmesinde önemli bir rol oynadığını göstermiştir. Bu nedenle, çalışanlar adil bir sonuç dağılımı (örneğin, ücret ve geri bildirim), karar alma süreçlerinin adilliği ve bir kuruluş içindeki karar verme muamelesi ve iletişimini algıladığında güçlendirme artar. Ücret konusunda, eğer bir kuruluş adil bir ücret farklılaştırma politikası (yani çalışanlar arasında becerilerine göre ücret farkı) uygulamaya koyar ve izlerse, çalışanların daha yüksek maaş beklentisiyle çok çalışmaları muhtemeldir. Başka bir deyişle, çalışanların organizasyonel çalışmalara her zaman yüksek oranda katılmaları muhtemeldir. Benzer şekilde, diğer çalışmalar da bu argümanı desteklemektedir (Kuokkanen vd., 2014; Choo, vd., 2016; Lee vd., 2016; Hong, 2009; Kirkman, 1996). Bu nedenle, çalışanların yetkilendirilmesini geliştirmek için organizasyon içinde adaleti korumak oldukça önemlidir.

Sonuç ve Öneriler

Araştırmacılar yaklaşık yirmi dokuz yıl öncesinden bu yana adalet ile spor organizasyonu

sonuçlarının değişkenleri arasındaki ilişkiyi araştırmaktadırlar. Bu araştırmalarda spor organizasyonları için örgütsel davranış veya insan kaynakları yönetiminin önemli etkilere sahip olduğu görülmüştür. Dağıtım adaleti yani personele terfi ve adil ücret verilmesi özellikle önemlidir [Charles, 2011; Temnitskii, 2007]. Ücretlerde adaletin sağlanmasında maaş farklılaşması kavramı önemlidir. Maaşın adil olması ile maaşın farklılaştırılması önemli ölçüde farklıdır. Maaş adaletinin çalışanların maaşa olan ilgisini azalttığı ve bunun yerine performans artırmaya odaklandığı iddia edilebilirken, maaş farklılaştırması çalışanların maaşa dikkat etmesini ve daha yüksek maaş için çalışmasını teşvik etmek için kullanılıyor (Birnbaum, 1983; Rees, 1993). Maaşın adaleti ve maaşın farklılaştırılmasının amaçları farklı olduğundan, bunları uygulama yöntemleri de farklı olmalıdır. Maaş farklılaştırması durumunda maaşın işletme düzeyinde kararlaştırılması avantajlıdır çünkü mümkün olduğunca karşılaştırma hedefi yapılmalı ve fark hissedilmelidir. Öte yandan, maaş adaleti söz konusu olduğunda, üyelerin birbirleriyle kıyaslanması değil, yönetimin belirlediği çerçeve içerisinde bireye adalet mesajının etkili bir şekilde iletilmesi önemlidir. Bu nedenle yöneticinin derecelendirme notundan ziyade maaş kararına ilişkin görüş belirtmesi önemli hale gelmektedir. Yöneticiler ve çalışanlar arasındaki etkili örgütsel iletişimin artırılması, örgütsel adaletin geliştirilmesi açısından önemlidir. İşverenler veya yöneticiler etkili iletişim kullandığında çalışanların örgüte olan güveni ve örgütsel adalet algısı artabilir. Örneğin, işverenlerin veya yöneticilerin, çalışanların performanslarına göre teşvik ve terfi sistemi standartlarını en ince ayrıntısına kadar açıkladıklarını varsayalım. Çalışanların bu standartları kabul edebilmesi örgütsel adalet algısının oluşmasına neden olabilmektedir.

Son olarak, örgütsel adaletin bir diğer yordayıcısı çalışanların katılımıdır. Örgütsel prosedürlerle ilgili karar alma süreçlerine aktif olarak katılmaya teşvik edildiğinde çalışanlar, sonuç çalışanların lehine olmasa bile adalet algılarını artırabilirler (Bies ve Shapiro, 1988). Kernan ve Hanges (2002) göre, çalışanlara örgütsel karar alma sürecinde söz hakkı verildiğinde prosedür adaletini ve etkileşim adaletini algırlar. Bu nedenle örgütsel adaleti geliştirmek için ekip yöneticilerinin her zaman çalışanların sesine kulak verilmesi gerektiği unutulmamalıdır.

Bu çalışma kapsamında öneriler şu şekildedir: Spor organizasyonlarında çalışanların adalet

algılarının artırılmasına yönelik yönetsel stratejiler geliştirilmeli ve hayata geçirilmelidir. Spor organizasyonları, çalışanlarının adalet algısını artırmak için iki olası yolu destekleyebilir. İlk olarak, mevcut sonuç dağıtım prosedürü, kişilerarası muamele ve kişilerarası iletişim sistemlerinin uygunluğunu gözden geçirip denetleyerek idari sistemlerini revize edebilirler. Özellikle, kişisel danışmanlık programları ve düzenli seminer oturumları, yönetim ekibinin, çalışanların mevcut organizasyonel sistemleri ne ölçüde eşit ve adil algıladığını etkili bir şekilde kavramasına yardımcı olabilir. İkincisi, yönetim düzeyindeki çalışanları, daha düşük rütbeli çalışanlarla daha fazla adalet ve eşitliği teşvik edecek şekilde etkileşimde bulunmalarını sağlayacak şekilde eğitebilirler.

KAYNAKLAR

1. Akyel, Y., Şahin, M. Y., ve Günay, Mehmet (2014). Spor Genel Müdürlüğü Personel Genel Müdürlüğü Personelinin Örgütsel Adaletle İlişkin Algıları. Kastamonu Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, 5(3), 55-65.
2. Aryee, S., Budwar, P.S., ve Chen, Z. X. (2002). "Trust as a Mediator of Relationship Between Organizational Justice and Work Outcomes: Test of a Social Exchange Model". Journal of Organizational Behavior. 23. 267-285.
3. Beugre, C. D., & Baron, R. A. (2001). Perceptions of systemic justice: The effects of distributive, procedural, and interactional justice. Journal of Applied Social Psychology, 31(2), 324-339.
4. Bies, R. J., & Shapiro, D. L. (1988). Voice and justification: Their influence on procedural fairness judgments. Academy of management journal, 31(3), 676-685.
5. Birnbaum, M. H. (1983). Perceived equity of salary policies. Journal of Applied Psychology, 68(1), 49.
6. Campbell, L., & Finch, E. (2004). Customer satisfaction and organisational justice. Facilities, 22(7/8), 178-189.
7. Charles, A. (2011). Fairness and wages in Mexico's maquiladora industry: An empirical analysis of labor demand and the gender wage gap. Review of Social Economy, 69(1), 1-28.
8. Chen, Y. J., Lin, C. C., Tung, Y. C., & Ko, Y. T. (2008). Associations of organizational justice and ingratiation with organizational citizenship behavior: The beneficiary perspective. Social Behavior and Personality: an international journal, 36(3), 289-302.
9. Choo, J. Y., & Bae, J. H. (2016). An Analysis of the Structure Relationship of Organizational Culture, Organizational Justice, Empowerment and Organizational Effectiveness Using Structural Equation Models. 12(9), 39-55.
10. Colquitt, J. A. (2001). On the dimensionality of organizational justice: a construct validation of a measure. Journal of applied psychology, 86(3), 386.
11. Colquitt, J. A., Conlon, D. E., Wesson, M. J., Porter, C. O., & Ng, K. Y. (2001). Justice at the millennium: a meta-analytic review of 25 years of organizational justice research. Journal of applied psychology, 86(3), 425.
12. Cunningham, G. B., Melton, E. N., & Sosik, J. J. (2016). Organizational justice in sport management. In Research Methods and Design in Sport Management (pp. 223-235). Routledge.
13. Deci, E. L., Connell, J. P.; ve Ryan, R. M (1989). Bir iş organizasyonunda kendi kaderini tayin etme. J. Başvuru.Psikol.,74, 580-590.

14. Erturhan Işkın, H. (2018). Örgütsel Adaletin Örgütsel Vatandaşlık, Örgütsel Sinizm ve Örgütsel İntikam Üzerine Etkisi: Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Uygulama ve Araştırma Hastanesinde Bir Araştırma. Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, Sivas.
15. Greenberg, J. (1987). A taxonomy of organizational justice theories. *Academy of Management review*, 12(1), 9-22.
16. Greenberg, J., (1990). "Organizational Justice: Yesterday, Today and Tomorrow, *Journal of Management*", 16: 399-432
17. Hong, S. B. (2009). Influence of organizational fairness perceived by revenue officers on empowerment and employee efforts. *The Journal of the Korea Contents Association*, 9(3), 288-295.
18. Hubbell, A.P., Chory-Assad. R.M. (2005). "Motivating Factors: Perceptions of Justice and Their Relationship with Managerial and Organizational Trust". *Communication Studies*. 56.1. 47-70.
19. Hums, M. A., & Chelladurai, P. (1994a). Distributive justice in intercollegiate athletics: Development of an instrument. *Journal of Sport Management*, 8(3), 190-199. <https://doi.org/10.1123/jsm.8.3.190>
20. Hums, M. A., & Chelladurai, P. (1994b). Distributive justice in intercollegiate athletics: The views of NCAA coaches and administrators. *Journal of Sport Management*, 8(3), 200-217. <https://doi.org/10.1123/jsm.8.3.200>
21. Irak, D. U. (2004). Örgütsel Adalet: Ortaya Çıkışı, Kuramsal Yaklaşımlar ve Bugünkü Durumu. *Türk Psikoloji Yazıları*.
22. İşbaşı, J. Ö. (2000). Çalışanların yöneticilerine duydukları güvenin ve örgütsel adalete ilişkin algılamalarının örgütsel vatandaşlık davranışının oluşumundaki rolü: Bir turizm örgütünde uygulama (Master's thesis, Akdeniz Üniversitesi).
23. Jordan, J. S., Turner, B. A., & Pack, S. M. (2009). The influence of organisational justice on perceived organisational support in a university recreational sports setting. *International Journal of Sport Management and Marketing*, 6(1), 106-123. <https://doi.org/10.1504/IJSM.2009.026759>
24. Karademir, T., & Çoban, B. (2010). Sporun Yönetel Yapısında Örgütsel Adalet Kuramına Bakış. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 48-62.
25. Kernan, M. C., & Hanges, P. J. (2002). Survivor reactions to reorganization: Antecedents and consequences of procedural, interpersonal, and informational justice. *Journal of applied psychology*, 87(5), 916.
26. Kerwin, S., Doherty, A., & Harman, A. (2011). "It's Not Conflict, It's Differences of Opinion" An In-Depth Examination of Conflict in Nonprofit Boards. *Small Group Research*, 42(5), 562-594.
27. Kerwin, S., Jordan, J. S., & Turner, B. A. (2015). Organizational justice and conflict: Do perceptions of fairness influence disagreement?. *Sport Management Review*, 18(3), 384-395.
28. Kim, J. W., Cho, H. M., & Sagas, M. (2013). The influence of organizational justice on satisfaction and loyalty within a collegiate coaching context. *Journal of Sport Management*, 27(5), 395-408.
29. Kim, S. K., & Jeong, Y. (2021). Developing the healthy and competitive organization in the sports environment: Focused on the relationships between organizational justice, empowerment and job performance. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(17), 9142.
30. Kirkman, B. L., Shapiro, D. L., Novelli, L., & Brett, J. M. (1996). Employee concerns regarding self-managing work teams: A multidimensional justice perspective. *Social Justice Research*, 9, 47-67.
31. Kuokkanen, L., Leino-Kilpi, H., Katajisto, J., Heponiemi, T., Sinervo, T., & Elovainio, M. (2014). Does organizational justice predict empowerment? Nurses assess their work environment. *Journal of Nursing Scholarship*, 46(5), 349-356.
32. Lee, K. E., Kim, J. H., & Kim, M. J. (2016). Influence of perceived organizational justice on empowerment, organizational commitment and turnover intention in the hospital nurses. *Indian Journal of Science and Technology*, 9(20), 1-8.
33. Leydesdorff, L., Milojević, S., & Wright, J. D. (2015). *International encyclopedia of the social & behavioral sciences*.
34. Li, X., & Wang, B. (2009, August). The research overview on forming mechanism and effect of the sports organizational justice. In 2009 ISECS International Colloquium on Computing, Communication, Control, and Management (Vol. 1, pp. 471-474). IEEE.
35. Mahony, D. F., Riemer, H. A., Breeding, J. L., & Hums, M. A. (2006). Organizational justice in sport organizations: Perceptions of college athletes and other college students. *Journal of Sport Management*, 20(2), 159-188.
36. Mahony, D. F., Hums, M. A., & Riemer, H. A. (2005). Bases for determining need: Perspectives of intercollegiate athletic directors and athletic board chairs. *Journal of Sport Management*, 19(2), 170-192. <https://doi.org/10.1123/jsm.19.2.170>
37. Moon, H., Kamdar, D., Mayer, D. M., & Takeuchi, R. (2008). Me or we? The role of personality and justice as other-centered antecedents to innovative citizenship behaviors within organizations. *Journal of applied psychology*, 93(1), 84.
38. Özen, J. (2002). Adalet kuramlarının gelişimi ve örgütsel adalet türleri. *Hukuk Felsefesi ve Sosyolojisi Arşivi*, 5(1), 107-117.
39. Patrick, I. S., Mahony, D. F., & Petrosko, J. M. (2008). Distributive justice in intercollegiate athletics: An examination of equality, revenue production, and need. *Journal of Sport Management*, 22(2), 165-183.
40. Rees, A. (1993). The role of fairness in wage determination. *Journal of Labor Economics*, 11(1, Part 1), 243-252.
41. Scandura, T. A. (1999). Rethinking leader-member exchange: An organizational justice perspective. *The leadership quarterly*, 10(1), 25-40.
42. Temnitskii, A. L. (2007). Fairness in wages and salaries as a value orientation and a factor of motivation to work. *Sociological research*, 46(1), 36-50.
43. Whisenant, W. (2005). Organizational justice and commitment in interscholastic sports. *Sport, Education and Society*, 10(3), 343-357.
44. Whisenant, W., & Smucker, M. (2007). Organizational justice and job satisfaction: Perceptions among coaches of girls' teams. *International Council for Health, Physical Education, Recreation, Sport, and Dance Journal of Research*, 2(2), 47-53.
45. Whisenant, W., & Jordan, J. (2006). Organizational justice and team performance in interscholastic athletics. *Applied Research in Coaching and Athletics Annual*, 21, 51-82.
46. Whisenant, W., & Jordan, J. S. (2008). Fairness and enjoyment in school sponsored youth sports. *International Review for the Sociology of Sport*, 43(1), 91-100.
47. Williams, S., Pitre, R., & Zainuba, M. (2002). Justice and organizational citizenship behavior intentions: Fair rewards versus fair treatment. *The journal of social psychology*, 142(1), 33-44.

Sporcuların Yaralanma Kaygılarının Spora Bağlılıklarına Etkisi

Mustafa Barış SOMOĞLU^{1A}, Ahmet Yılmaz ALBAYRAK^{1B}

Mehmet ÖZTAŞ^{2C}, Serdar TAŞKIN^{1D}, Sevim Taşkın^{1E}

¹Gümüşhane Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü,

²Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Address Correspondence to Mustafa Barış SOMOĞLU: e-mail:barissomoglu@gmail.com

A: Orcid ID: 0000-0001-5811-384X B: Orcid ID: 0000-0002-3345-6579 C:0000-0003-0104-0007

D: Orcid ID: 0000-0002-4668-6453 E: Orcid ID: 0009-0004-9805-5823

Not: Bu çalışma, "9th International Congress on Humanities and Social Sciences in a Changing World" kongresinde özet bildirisi olarak sunulmuştur.

Özet

İnsanların yaptıkları işe karşı geliştirdiği tutum, davranış ve duygular, o işe karşı bağlılıklarının göstergesidir. Fakat birey, yaptıkları iş ile ilgili her zaman yaralanma ve kötü bir şey yaşama hissi, kaygısı yaşamaktadır. Dolayısıyla bu çalışmanın amacı sporcuların yaralanma kaygılarının spora bağlılıklarına etkisini ortaya koymak, belirlenen değişkenler açısından incelemektir. Mevcut araştırmada kesitsel-tarama yöntemi uygulanması öngörülmüştür. Araştırmanın örnekleme kolay örneklem belirleme yöntemiyle, 2022-2023 yılları arasında aktif olarak spor yapan 85 (%32)'si kadın ve 181 (%68)'i erkek olmak üzere toplam 266 sporcu oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak "Spora Bağlılık Ölçeği" ve "Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizi için betimsel istatistik, T-Testi, ANOVA ve Korelasyon testi kullanılmıştır. Analizlerin uygulanabilirliğine basınlık ve çarpıklık değerleri göz önünde bulundurularak karar verilmiştir. Araştırma katılım sağlayan sporcuların spora bağlılıklarının yüksek, yaralanma kaygılarının ise ortalamanın altında olduğu saptanmıştır. Katılımcıların spora bağlılıklarında spor branşı, spor yapma yılı, haftalık antrenman günü, günlük antrenman saatlerine ve gelir durumuna göre anlamlı farklılıkları tespit edilirken ($p<0,05$); cinsiyet ve yaşa bağlı olarak spora bağlılıklarında anlamlı fark tespit edilmemiştir ($p>0,05$). Diğer taraftan sporcuların yaralanma kaygıları incelendiğinde cinsiyet (hayal kırıklığına uğrama kaygısı ve sosyal desteği kaybetme kaygısı), yaş (zayıf algılama kaygısı), spor yapma yılı (zayıf algılama kaygısı) ve günlük antrenman saati (hayal kırıklığına uğrama kaygısı) değişkenlerinde alt boyutlarda anlamlı farklılık tespit edilirken ($p<0,05$); spor branşı, haftalık antrenman günü ve gelir durumu değişkenlerine bağlı olarak anlamlı farklılaşma tespit edilememiştir ($p>0,05$). Diğer önemli bir bulgu ise, spora bağlılık ile spor yaralanma kaygısı arasında negatif yönlü ($-0,073$) düşük düzeyde anlamlı ilişki olmasıdır. Sonuç olarak, yaralanma kaygısı arttıkça spora bağlılıklarının azaldığı, yaralanma kaygısı azaldıkça da spora bağlılık arttığıdır. Kısaca, sporcuların yaralanma kaygılarının spora bağlılıkları üzerinde etkili olduğu söylenebilir.

Anahtar kelimeler: Bağlılık, Yaralanma, Kaygı, Sporcu.

The Effect of Athletes' Injury Concerns on Sports Commitment

Abstract

The attitudes, behaviors and emotions that people develop towards the work they do are indicators of their commitment to that work. However, the individual always experiences the feeling and anxiety of being injured and experiencing something bad about the work they do. Therefore, the aim of this study is to reveal the effect of the injury anxiety of the athletes on their commitment to sports and to examine them in terms of the determined variables. In the present study, it is envisaged to apply the cross-sectional-screening method. The sample of the

study consisted of 266 athletes, 85 (32%) women and 181 (68%) men, who were actively doing sports between 2022 and 2023, using the easy sampling method. In the research, "Sport Attachment Scale" and "Sport Injury Anxiety Scale" were used as data collection tools. Descriptive statistics, T-Test, ANOVA and Correlation test were used for data analysis. The applicability of the analyzes was decided by considering the kurtosis and skewness values. It was determined that the athletes who participated in the research had a high level of commitment to sports, and their injury anxiety was below the average. While there were significant differences in the sports commitment of the participants according to the sports branch, the year of doing sports, the weekly training day, the daily training hours and the income status ($p<0.05$); No significant difference was found in their commitment to sports depending on gender and age ($p>0.05$). On the other hand, when the injury anxiety of the athletes was examined, a significant difference was found in the sub-dimensions of gender (anxiety of being disappointed and anxiety of losing social support), age (anxiety of perceiving weakness), years of doing sports (anxiety of perceiving weakness) and daily training time (anxiety of being disappointed). while ($p<0.05$); No significant difference was found depending on the variables of sports branch, weekly training day and income status ($p>0.05$). Another important finding is that there is a negative (-0.073) low-level significant relationship between sports commitment and sports injury anxiety. In short, it can be said that the injury concerns of the athletes have an effect on their commitment to sports.

Keywords: Commitment, Injury, Anxiety, Athlete.

GİRİŞ

Sporun insan sağlığı açısından bireyler üzerinde önemli çıktıları bulunmaktadır. Çünkü spor veya fiziksel aktiviteler kişinin sadece fiziksel ve motor gelişim boyutunda ilerlemesine yardımcı olmakla kalmaz, bununla birlikte bireyin psiko-sosyal açıdan da gelişimine yön verebilmektedir. Diğer bir ifadeyle gelişimin bütünlük ilkesi göz önünde bulundurulduğunda spor, bireyin hem yapısal hem de fonksiyonel gelişimine yön vermektedir (Türker, 2022). Aynı zamanda düzenli egzersiz, her yaşta bireylerin bağışıklık tepkisini güçlendirmektedir ve fiziksel olarak aktif bir yaşam tarzının oluşmasına sebebiyet vermektedir (Dokuzoğlu ve ark, 2022). Spora katılımın sağlığı korumanın yanında psikolojik, fiziksel ve sosyal yönlerinin de göz ardı edilmemesi gerekir. Bütün bu faydalar göz önüne alındığında her bireyin spora katılım sağlamanın sağlıklı nesiller oluşturmaya katkı sağlayacaktır. Fakat sporun bütün bu faydalarının yanı sıra performans sporcuları açısından önemli riskleri bulunmaktadır. Spora inşa ederken sakatlanma yaşama riskleri hem sağlığını hem spor geleceğini hem de psikolojik ve sosyal süreçlerini de etkileyecektir. Sıklıkla sporcuları etkileyen ve istenmeyen bir durum olan spor sakatlıkları (Williams ve Andersen, 2007), sporcuların spor hayatlarını kalıcı veya geçici olarak etkileyebilecek, fiziksel özelliklerini kullanmasını engelleyecek bir durumdur (Türkeri-Bozkurt, 2015). Bu durum bireylerde kaygıya neden olmaktadır. Literatürde, yaralanmanın getireceği olumsuz psikolojik durum yaralanma kaygısı olarak yer bulmaktadır.

Yaralanma kaygısı taşıyan sporcuların daha çok yaralanma yaşadıkları (Ivarsson ve Johnson, 2010), yaralanma yaşayan sporcular sakatlıkların geçmesini beklerken duygusal (spordan uzak kalma, bir daha

aktif spor yaşantısına dönememe, yeniden sakatlanma gibi) travmalara düştükleri görülmektedir (Mankad, Gordon ve Wallman, 2009). Sporcuların yaralanma kaygıları spor yapma amacına bağlı farklılık gösterebilmektedir. Performans sporcularında oluşan kaygı eski performansına ulaşma korkusu iken sağlıklı yaşam arzusu güden sporcular için ise önceki spor yaşamından geri kalma düşüncesi vardır (Ergün, 2008). Kısaca sporcular, yaralanma kaygısı ve spor yaşamlarından uzaklaşma korkusu taşımaktadırlar. Spor sakatlığı yaşayan veya yaralanma kaygısı taşıyan sporcu, bu durumla ilişkili olduğu düşünülen spora bağlılıklarını da olumsuz etkileyeceği düşünülmektedir.

Araştırmaya konu olan diğer bir kavram olan "Spora bağlılık"; sporcuların haz alma, yaşamına mutluluk ve doyum katma, performansında üst düzeye ulaşmak adına gönüllü, arzulu, kararlı ve tutkulu bir şekilde spora katılım sağlamanı sağlayan içsel bir türüttür (Lonsdale vd., 2007). Sporcularda bağlılık duygusunun oluşmasında yaptığı işe duyduğu saygı, oluşturduğu tutum, sergilediği davranışlar önemli etkenlerdir (Tutar, 2016). Bağlılık duygusu güçlü bir duygudur ve güçlü olmayı, yüksek performans göstermeyi, zinde olmayı, ayakta kalmayı gerektirir (Guillén ve Alvarado, 2014). Fakat her spor dalında ve düzeyinde sporcuların sakatlanma riskleri bulunmaktadır. Mutlaka sporcular küçükte olsa sakatlanma yaşamaktadır (Koşar, vd., 2006). Sakatlıkların sporcuların spor yapmalarında uzun bekleyiş veya spor hayatlarının bitmesine neden olabilmektedir. Bu durum spora bağlılıklarını da olumsuz etkileyebilmektedir.

Bağlılıklarını kaybeden sporcu spordan uzaklaşmaya meyilli olacağı düşünülmektedir.

Dolayısıyla sporcuda kaygıya sebep olabilmektedir. Buradan hareketli okul ve üniversite sporlarına katılım sağlayan sporcuların yaralanma kaygıları taşınması, spor ve okul yaşantısını negatif etkileyeceği düşüncesi araştırmaya yön vermiştir. Ayrıca spora bağlılık ve yaralanma kaygıları literatürde farklı çalışmalara konu olmuş, ama ikisinin bir arada yer aldığı çalışmaya rastlanılmamıştır. Katılımcıların yaralanma kaygılarının spora bağlılıklarının nasıl etkilediğini ortaya koymak alanyazında önemli bir boşluğu kapatacağı düşünülmektedir. Bu düşüncelerden hareketle araştırmada, yaralanma kaygılarının spora bağlılıklarını nasıl etkilediğini belirlemek ve farklı değişkenler ile ulaşılan sonuçları ortaya koymak amaçlanmaktadır.

YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Mevcut çalışma, nicel yaklaşım çerçevesinde, evren veya evrenin bir parçası ile tüm evren hakkında bir görüşe varmak için kullanılan kesitsel-tarama yöntemi ile yürütülmüştür (Karasar, 2009).

Evren ve Örneklem / Çalışma Grubu

Araştırmanın örneklemini 2022-2023 eğitim öğretim yılında Gümüşhane ilinde aktif spor yapan lisanslı sporculardan oluşan toplam 266 katılımcıdan oluşturmaktadır. "Kolay Örneklem Yöntemi" ile örneklem seçilmiştir. Bu yöntemle ile zaman, kolay ulaşılabilirlik ve maddi açıdan tasarruf yapılmıştır (Yıldırım ve Şimşek, 2014). Aşağıdaki tabloda bu araştırmaya katılım sağlayan bireylerle ilgili demografik bilgileri oluşturan değişkenlere ait yüzdelik ve kişi sayısına yer verilmiştir (Tablo 1).

Tablo 1. Araştırmanın Grubuna Ait Demografik Bilgilerin Dağılımı

DEĞİŞKENLER		n	%
Cinsiyet	Kadın	85	32,0
	Erkek	181	68,0
Yaş	14-17	107	40,2
	18-21	74	27,8
	22-25	54	20,3
	26 +	31	11,7
Spor yapma yılı	1-3	103	38,7
	4-6	72	27,1
	7-9	43	16,2
	10 +	48	18,0
Spor Branşı	Bireysel	103	38,7
	Takım	163	61,3
Gelir Düzeyi	Düşük	65	24,4
	Orta	159	59,8
	Yüksek	42	15,8
Haftalık Antrenman Günü	1	51	19,2
	2	56	21,1
Günlük Antrenman saati	3 +	159	59,8
	1	74	27,8
	2	129	48,5
	3 +	63	23,7

Veri Toplama Araçları

Spora bağlılık ölçeği (SBÖ): Guillen ve Martinez-Alvarado, (2014) tarafından geliştirilen ölçek Kayhan, Bardakçı ve Caz (2020) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Toplam 10 madde ve iki alt boyuttan (Dinç olma/Odaklanma) oluşmaktadır. 7'li likert ölçek olup maddelerden alınan yüksek puan spora bağlılığın yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin güvenilirliği (Cronbach α) toplam boyutta 0,92 olup güvenilir bir ölçme aracı olduğu belirtilmiştir.

Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği (SYKÖ): Caz, Kayhan ve Bardakçı (2019) tarafından geliştirilen "Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği (SYKÖ)" ve kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Ölçek, altı alt boyut ve 19 maddeden oluşmaktadır. Beşli likert tipinde puanlanan ölçekte olumsuz (ters) madde bulunmamaktadır. Ölçeğin alınan puanların yüksek veya düşüklüğüne göre değerlendirme yapılmaktadır. Ölçeğin güvenilirliği (Cronbach α) alt boyutlardan en düşük 0,65 ve üstü olup güvenilir bir ölçme aracı olduğu vurgulanmıştır.

Verilerin Analizi

SPSS 25.0 ile analize tutulan verilerde öncelikle verilerin analizine uygunluğu test edilmiştir. Bu doğrultuda Kolmogorov-Smirnov testleri uygulanmış fakat verilerin uygunluğu test edilememiştir. Diğer bir uygunluk parametresi olan

basıklık ve çarpıklık değerleri incelenmiş analize uygun (-1.5 ile +1.5 arasında) olduğuna karar verilmiştir (Büyüköztürk, 2010; Tabachnick ve Fidell, 2013). Normallik varsayımı sonucu diğer parametrik testler (betimsel istatistikler, t testi, tek yönlü varyans analizi) uygulanmıştır.

Araştırmanın Etiği

Araştırma veri toplama prosedürünü başlatmak amacıyla ilk olarak “Gümüşhane Üniversitesi

Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu” kurulundan etik kurulu onay raporu (05/03/2023 tarih ve 2023/2 sayılı toplantısında görüşülmüş E-95674917-108.99-169171 sayılı yazı) alınmıştır. Mevcut araştırma süresince “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” çerçevesinde hareket edilmiştir. Katılımcılar araştırma yapılmadan önce bilgilendirilip, araştırmacıların onayı alınmıştır.

BULGULAR

Tablo 2’de SYKÖ toplam ve Yeteneğini Kaybetme Kaygısı (YKK), Zayıf Algılanma Kaygısı (ZAK), Acı Çekme Kaygısı (AÇK), Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı (HKUK), Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı (SDKK) ve Yeniden Yaralanma Kaygısı (YYK) ile SBÖ toplam ve Dinç Olma (DO) ve Odaklanma (O) alt faktörlerinden elde ettikleri puanlar gösterilmiştir. Tablo 2 incelendiğinde katılımcıların SYKÖ ve SBÖ genel toplam ve alt boyutlarından -1,5 ve +1,5 arasında basıklık ve çarpıklık değeri alması

araştırma verilerinin analize uygun olduğunu göstermektedir. SYKÖ alt faktörlere ait en yüksek yaralanma kaygısı acı çekme kaygısı boyutunda iken ($\bar{x} = 4,59 \pm 1,00$) en düşük yaralanma kaygısı ise zayıf algılama boyutunda ($\bar{x} = 1,98 \pm 1,01$) olduğu saptanmıştır. SBÖ alt faktörlere ait en yüksek bağlılık puanı odaklanma boyutunda ($\bar{x} = 6,21 \pm 1,06$), en düşük bağlılık dinç olma boyutunda ($\bar{x} = 6,00 \pm 1,31$) görülmüştür. Ayrıca katılımcıların SYKÖ puanlarının ortalamasının altında, SBÖ puanlarının ortalamasının üzerinde olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 2. SYKÖ ve SBÖ Puanları ile İlgili Betimsel İstatistikler

SYKÖ	Madde sayısı	n	Art. Ortalama	Ss	Çarpıklık	Basıklık	Min.	Mak.
Yeteneğini Kaybetme Kaygısı	3	266	2,29	1,01	,595	-,051	1	5
Zayıf Algılanma Kaygısı	3	266	1,98	1,04	1,115	,635	1	5
Acı Çekme Kaygısı	3	266	3,04	1,00	-,307	-,561	1	5
Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı	3	266	2,50	1,17	,460	-,722	1	5
Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı	3	266	2,02	1,00	,832	-,038	1	5
Yeniden Yaralanma Kaygısı	4	266	2,94	1,01	-,151	-,440	1	5
Genel Toplam	19	266	2,49	0,75	,200	,240	1	5
SBÖ	Madde sayısı	n	Art. Ortalama	Ss	Çarpıklık	Basıklık	Min.	Mak.
Dinç Olma	7	266	6,00	1,031	-1,272	1,008	1	7
Odaklanma	3	266	6,21	1,062	-1,627	1,399	1	7
Genel Toplam	10	266	6,06	1,01	-1,474	1,096	1	7

Katılımcıların “cinsiyet” değişkenine göre SYKÖ ve SBÖ toplam ile alt faktörlerinden elde edilen puanlara göre t-testi sonuçları sunulmuştur (Tablo 3). Aşağıdaki tabloda görüldüğü üzere katılımcıların SYKÖ düzeyleri HKUK [$t(264) = -2,546$, $p < 0,05$] ve SDKK [$t(264) = -2,025$, $p < 0,05$] boyutlarında cinsiyete bağlı olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir.

SYKÖ toplam ve diğer boyutları ile SBÖ toplam ve alt boyutlarında cinsiyete bağlı olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Anlamlı farklılık tespit edilen HKUK ve SDKK boyutlarında erkek katılımcıların daha çok hayal kırıklığına uğratma ve sosyal desteği kaybetme kaygısı taşımaktadır.

Tablo 3. SYKÖ ve SBÖ Puanları Cinsiyet Değişkenine Göre t-testi Sonuçları

SYKÖ	Cinsiyet	n	\bar{x}	Ss	sd	t	p
Yeteneğini Kaybetme Kaygısı	Kadın	85	2,16	0,95	264	-1,445	0,15
	Erkek	181	2,35	1,04			
Zayıf Algılanma Kaygısı	Kadın	85	1,80	0,97	264	-1,915	0,05
	Erkek	181	2,07	1,07			
Acı Çekme Kaygısı	Kadın	85	3,14	0,94	264	1,065	0,28
	Erkek	181	3,00	1,03			
Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı	Kadın	85	2,23	1,04	264	-2,546	0,01*
	Erkek	181	2,62	1,21			
Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı	Kadın	85	1,84	0,89	264	-2,025	0,04*
	Erkek	181	2,11	1,04			
Yeniden Yaralanma Kaygısı	Kadın	85	2,90	1,04	264	-,393	0,69
	Erkek	181	2,95	1,00			
Genel Toplam	Kadın	85	2,37	0,66	264	-1,654	0,09
	Erkek	181	2,54	0,79			
SBÖ	Cinsiyet	n	\bar{x}	Ss	sd	t	p
Dinç Olma	Kadın	85	6,03	0,95	264	,353	0,72
	Erkek	181	5,98	1,06			
Odaklanma	Kadın	85	6,29	0,85	264	,916	0,36
	Erkek	181	6,16	1,15			
Genel Toplam	Kadın	85	6,11	0,90	264	,541	0,58
	Erkek	181	6,04	1,06			

*p<0,05

Araştırmaya katılım sağlayan sporcuların yaşa bağlı uygulanan ANAVO sonuçları katılımcıların yaşa bağlı SYKÖ alt boyutlarından ZAK [F(3.262)=3,841, p<0.05] boyutu dışında diğer boyutlarda ve SBÖ puanlarını etkilememiştir. Hangi yaş aralığındaki gruplar arasında zayıf algılama

kaygısı yaşandığını tespit etmek amacıyla yapılan Tukey HSD çoklu karşılaştırma analiz sonucunda 14-17 yaş aralığındaki sporcuların 26 ve üzeri olanlardan daha çok zayıf algılanma yaralanma kaygısı taşıdıkları tespit edilmiştir (Tablo 4).

Tablo 4. SYKÖ ve SBÖ Yaş Değişkeni ANOVA Sonuçları								
SYKÖ	Yaş	n	\bar{x}	Ss	Sd	F	p	Fark
Yeteneğini Kaybetm Kaygısı	14-17	107	2,38	1,03	3-262	1,626	0,18	Yok
	18-21	74	2,17	1,05				Yok
	22-25	54	2,41	1,02				Yok
	26 +	31	2,03	0,76				Yok
Zayıf Algılanma Kaygısı	14-17	107	2,22	1,17	3-262	3,841	0,01*	14-17/26+
	18-21	74	1,91	1,03				Yok
	22-25	54	1,80	0,88				Yok
	26 +	31	1,63	0,63				Yok
Acı Çekme Kaygısı	14-17	107	3,06	1,02	3-262	,550	0,64	Yok
	18-21	74	3,13	1,02				Yok
	22-25	54	2,90	0,98				Yok
	26 +	31	3,00	0,98				Yok
Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı	14-17	107	2,63	1,24	3-262	1,222	0,30	Yok
	18-21	74	2,45	1,17				Yok
	22-25	54	2,48	1,10				Yok
	26 +	31	2,19	1,00				Yok
Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı	14-17	107	2,05	1,03	3-262	,468	0,70	Yok
	18-21	74	1,95	1,09				Yok
	22-25	54	2,13	0,96				Yok
	26 +	31	1,92	0,81				Yok
Yeniden Yaralanma Kaygısı	14-17	107	2,97	1,04	3-262	,084	0,96	Yok
	18-21	74	2,92	1,03				Yok
	22-25	54	2,90	0,98				Yok
	26 +	31	2,91	0,99				Yok
Genel Toplam	14-17	107	2,58	0,79	3-262	1,129	0,33	Yok
	18-21	74	2,45	0,77				Yok
	22-25	54	2,46	0,75				Yok
	26 +	31	2,31	0,52				Yok
SBÖ	Yaş	n	\bar{x}	Ss	Sd	F	p	Fark
Dinç Olma	14-17	107	6,15	0,76	3-262	1,854	0,13	Yok
	18-21	74	6,00	1,14				Yok
	22-25	54	5,82	1,04				Yok
	26 +	31	5,77	1,39				Yok
Odaklanma	14-17	107	6,32	0,82	3-262	,932	0,42	Yok
	18-21	74	6,15	1,22				Yok
	22-25	54	6,19	0,97				Yok
	26 +	31	5,97	1,48				Yok
Genel Toplam	14-17	107	6,20	0,74	3-262	1,529	0,20	Yok
	18-21	74	6,04	1,14				Yok
	22-25	54	5,93	1,00				Yok
	26 +	31	5,83	1,41				Yok

Katılımcıların “spor branşı (bireysel/takım)” değişkenine göre SYKÖ ve SBÖ toplam ile alt faktörlerinden elde edilen puanlara göre t-testi sonuçları sunulmuştur (Tablo 5). Aşağıdaki tabloda görüldüğü üzere katılımcıların SYKÖ düzeyleri spor branşına bağlı değişim göstermezken; spora

bağlılıkları toplam boyutta [t(264)=-2.546, p<0.05], DO [t(264)=-2.546, p<0.05] ve O [t(264)=-2.025, p<0.05] boyutlarında spor branşına bağlı olarak değişmektedir. Bu değişimin takım sporları ile ilgilenen katılımcıların lehine anlamlı fark gösterdiği tespit edilmiştir (Tablo 5).

Tablo 5. SYKÖ ve SBÖ Puanları Spor Branşı Değişkenine Göre t-testi Sonuçları							
SYKÖ	Spor Branşı	n	\bar{x}	Ss	sd	t	p
Yeteneğini Kaybetme Kaygısı	Bireysel	103	2,34	1,12	264	0,650	0,51
	Takım	163	2,25	0,94			
Zayıf Algılanma Kaygısı	Bireysel	103	2,08	1,10	264	1,255	0,21
	Takım	163	1,92	1,00			
Acı Çekme Kaygısı	Bireysel	103	3,09	1,04	264	,668	0,50
	Takım	163	3,01	0,98			
Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı	Bireysel	103	2,51	1,15	264	,155	0,87
	Takım	163	2,49	1,18			
Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı	Bireysel	103	2,03	1,09	264	,087	0,93
	Takım	163	2,02	0,95			
Yeniden Yaralanma Kaygısı	Bireysel	103	2,94	1,08	264	,031	0,97
	Takım	163	2,94	0,97			
Genel Toplam	Bireysel	103	2,52	0,80	264	,616	0,53
	Takım	163	2,46	0,72			
SBÖ	Spor Branşı	n	\bar{x}	Ss	sd	t	p
Dinç Olma	Bireysel	103	5,83	1,29	264	-2,087	,03*
	Takım	163	6,10	0,81			
Odaklanma	Bireysel	103	6,05	1,32	264	-1,939	,04*
	Takım	163	6,31	0,85			
Genel Toplam	Bireysel	103	5,90	1,27	264	-2,103	,03*
	Takım	163	6,16	0,79			

*p<0,05

Sporcuların sporda geçirdikleri yıla bağlı ANAVO sonuçları SYKÖ alt boyutlarından ZAK [F(3.262)=3,841, p<0.05] boyutunda ve SBÖ toplam [F(3.262)=3,841, p<0.05], DO [F(3.262)=3,841, p<0.05] ve O [F(3.262)=3,841, p<0.05] boyutlarındaki puanlarını etkilemiştir. Ne kadar spor yapma yılına sahip katılımcılar arasında yaralanma kaygısı ve spora bağlılık gösterdiklerini tespit etmek amacıyla uygulanan Tukey HSD çoklu karşılaştırma analiz

sonucunda 4-6 yıl arası spor yapanların 10 ve üzeri spor yapanlardan daha yüksek zayıf algılanma yaralanma kaygısı yaşadığı; 4 ve üzeri spor yapanların ise 1-3 yıl arası spor yapanlardan daha yüksek spora bağlılık yaşadığı tespit edilmiştir (Tablo 6). Farklı bir açıdan bakılacak olursa spor yılı arttıkça spora katılımcıların spora bağlılıkları da artmaktadır.

Tablo 6. SBÖ ve SYKÖ Spor Yapma Yılı Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

SYKÖ	Spor Yılı	n	\bar{x}	Ss	Sd	F	p	Fark
Yeteneğini Kaybetme Kaygısı	1-3	103	2,35	1,01	3-262	1,792	0,14	Yok
	4-6	72	2,43	1,06				Yok
	7-9	43	2,20	1,05				Yok
	10 +	48	2,02	0,88				Yok
Zayıf Algılanma Kaygısı	1-3	103	2,00	1,00	3-262	3,770	0,01*	Yok
	4-6	72	2,24	1,07				4-6/10+
	7-9	43	1,95	1,20				Yok
	10 +	48	1,59	0,82				Yok
Acı Çekme Kaygısı	1-3	103	3,05	0,99	3-262	,577	0,63	Yok
	4-6	72	3,15	0,93				Yok
	7-9	43	2,93	1,09				Yok
	10 +	48	2,95	1,06				Yok
Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı	1-3	103	2,48	1,15	3-262	,440	0,72	Yok
	4-6	72	2,66	1,17				Yok
	7-9	43	2,45	1,20				Yok
	10 +	48	2,39	1,20				Yok
Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı	1-3	103	2,06	1,06	3-262	,234	0,87	Yok
	4-6	72	2,06	1,01				Yok
	7-9	43	2,01	0,89				Yok
	10 +	48	1,92	0,99				Yok
Yeniden Yaralanma Kaygısı	1-3	103	2,85	1,03	3-262	,731	0,53	Yok
	4-6	72	2,98	1,07				Yok
	7-9	43	3,11	0,95				Yok
	10 +	48	2,90	0,95				Yok
Genel Toplam	1-3	103	2,48	0,72	3-262	1,255	0,29	Yok
	4-6	72	2,60	0,80				Yok
	7-9	43	2,48	0,76				Yok
	10 +	48	2,33	0,73				Yok
SBÖ	Spor Yılı	n	\bar{x}	Ss	Sd	F	p	Fark
Dinç Olma	1-3	103	5,66	1,29	3-262	6,263	,00**	Yok
	4-6	72	6,20	0,77				4-6/1-3
	7-9	43	6,26	0,60				7-9/1-3
	10 +	48	6,18	0,86				10+/1-3
Odaklanma	1-3	103	5,86	1,35	3-262	6,175	,00**	Yok
	4-6	72	6,39	0,75				4-6/1-3
	7-9	43	6,46	0,64				7-9/1-3
	10 +	48	6,43	0,86				10+/1-3
Genel Toplam	1-3	103	5,72	1,27	3-262	6,616	,00**	Yok
	4-6	72	6,26	0,72				4-6/1-3
	7-9	43	6,32	0,57				7-9/1-3
	10 +	48	6,25	0,84				10+/1-3

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

Antrenmanlara haftalık katılım gününe bağlı ANAVO sonuçlarına göre SYKÖ ve alt boyutlarından anlamlı fark görülmezken; SBÖ toplam [F(2.263)= 21,758, p<0.01], DO [F(2.263)= 22,737, p<0.01] ve O [F(2.263)= 15,755, p<0.01] boyutlarındaki puanları haftalık katılım sağladığı antrenman gününe bağlı

değişmiştir. Kaç gün haftalık antrenman yapan katılımcıların spora bağlılıkları değiştiğini belirlemek için uygulanan Tukey HSD çoklu karşılaştırma analiz sonucunda 2 ve üzeri haftalık antrenmana katılım sağlayanların haftada 1 gün katılım sağlayanlardan anlamlı bir şekilde farklılaşmıştır (Tablo 8).

Tablo 8. SBÖ ve SYKÖ Haftalık Antrenman Günü Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

SYKÖ	Gün	n	\bar{x}	Ss	Sd	F	p	Fark
Yeteneğini Kaybetme Kaygısı	1 Gün	51	2,51	0,96	2-263	1,543	0,21	Yok
	2 Gün	56	2,23	0,97				Yok
	3 +	159	2,23	1,04				Yok
Zayıf Algılanma Kaygısı	1 Gün	51	2,05	0,93	2-263	1,032	0,35	Yok
	2 Gün	56	1,80	0,96				Yok
	3 +	159	2,02	1,10				Yok
Acı Çekme Kaygısı	1 Gün	51	3,07	0,91	2-263	,200	0,81	Yok
	2 Gün	56	2,97	0,99				Yok
	3 +	159	3,06	1,04				Yok
Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı	1 Gün	51	2,73	1,07	2-263	1,196	0,30	Yok
	2 Gün	56	2,45	1,20				Yok
	3 +	159	2,44	1,19				Yok
Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı	1 Gün	51	2,27	1,14	2-263	2,372	0,09	Yok
	2 Gün	56	1,85	0,83				Yok
	3 +	159	2,01	1,01				Yok
Yeniden Yaralanma Kaygısı	1 Gün	51	2,99	1,05	2-263	,165	0,84	Yok
	2 Gün	56	2,87	0,89				Yok
	3 +	159	2,94	1,04				Yok
Genel Toplam	1 Gün	51	2,62	0,76	2-263	1,308	0,27	Yok
	2 Gün	56	2,39	0,70				Yok
	3 +	159	2,48	0,77				Yok
SBÖ	Gün	n	\bar{x}	Ss	Sd	F	p	Fark
Dinç Olma	1 Gün	51	5,19	1,59	2-263	22,737	0,00**	Yok
	2 Gün	56	6,14	0,62				2/1
	3 +	159	6,21	0,76				3+/1
Odaklanma	1 Gün	51	5,49	1,71	2-263	15,755	0,00**	Yok
	2 Gün	56	6,42	0,55				2/1
	3 +	159	6,36	0,81				3+/1
Genel Toplam	1 Gün	51	5,28	1,59	2-263	21,758	0,00**	Yok
	2 Gün	56	6,22	0,57				2/1
	3 +	159	6,25	0,74				3+/1

Günlük katılım sağlanan antrenman saatine bağlı ANAVO sonuçlarına göre SYKÖ alt boyutlarından HKUK [F(2.263)= 4,707, p<0.05] ve SDKK [F(2.263)= 5,157, p<0.01] ile SBÖ toplam [F(2.263)= 15,719, p<0.01], DO [F(2.263)= 15,899, p<0.01] ve O [F(2.263)= 12,304, p<0.01] boyutlarındaki puanları günlük katılım sağladığı antrenman saatine bağlı değişmiştir. Kaç gün haftalık antrenman yapan katılımcıların yaralanma kaygısı ve spora bağlılıkları

değiştiğini belirlemek için uygulanan Tukey HSD çoklu karşılaştırma analiz sonucunda günde 1 saat antrenmana katılım sağlayanların günde 2 ve üzeri saat antrenmana katılım sağlayanlardan daha çok hayal kırıklığına uğratma ve sosyal desteği kaybetme kaygısı yaşadıkları; diğer taraftan günde 2 ve üzeri saat antrenmana katılım sağlayanların günde 1 saat katılım sağlayanlardan anlamlı bir şekilde farklılaşmıştır (Tablo 9).

Tablo 9. SBÖ ve SYKÖ Günlük Antrenman Saati Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

SYKÖ	Saat	n	\bar{x}	Ss	Sd	F	P	Fark
Yeteneğini Kaybetme Kaygısı	1 Saat	74	2,43	1,14				Yok
	2 Saat	129	2,24	0,94	2-263	,998	0,37	Yok
	3 +	63	2,21	1,00				Yok
Zayıf Algılanma Kaygısı	1 Saat	74	2,08	1,13				Yok
	2 Saat	129	1,96	0,94	2-263	,470	0,62	Yok
	3 +	63	1,91	1,14				Yok
Acı Çekme Kaygısı	1 Saat	74	3,05	1,05				Yok
	2 Saat	129	3,08	0,93	2-263	,451	0,63	Yok
	3 +	63	2,94	1,10				Yok
Hayal Kırıklığına Uğratma Kaygısı	1 Saat	74	2,80	1,21				1/2-3
	2 Saat	129	2,33	1,17	2-263	4,707	0,01*	Yok
	3 +	63	2,19	1,04				Yok
Sosyal Desteği Kaybetme Kaygısı	1 Saat	74	2,34	1,19				1/2-3
	2 Saat	129	1,89	0,84	2-263	5,157	0,01*	Yok
	3 +	63	1,85	1,00				Yok
Yeniden Yaralanma Kaygısı	1 Saat	74	2,97	1,09				Yok
	2 Saat	129	2,92	0,97	2-263	,071	0,93	Yok
	3 +	63	2,94	1,02				Yok
Genel Toplam	1 Saat	74	2,63	0,84				Yok
	2 Saat	129	2,45	0,68	2-263	2,018	0,13	Yok
	3 +	63	2,39	0,77				Yok
SBÖ	Saat	n	\bar{x}	Ss	Sd	F	p	Fark
Dinç Olma	1 Saat	74	5,46	1,50				Yok
	2 Saat	129	6,15	0,73	2-263	15,899	0,00**	2/1
	3 +	63	6,31	0,51				3+/1
Odaklanma	1 Saat	74	5,71	1,61				Yok
	2 Saat	129	6,37	0,70	2-263	12,304	0,00**	2/1
	3 +	63	6,46	0,58				3+/1
Genel Toplam	1 Saat	74	5,54	1,50				Yok
	2 Saat	129	6,22	0,69	2-263	15,719	0,00**	2/1
	3 +	63	6,35	0,49				3+/1

),01

Tablo 10'da SBÖ ve SYKÖ arasındaki ilişkinin düşük düzeyde, anlamlı ve negatif yönde olduğunu uygulanan "Pearson Korelasyon" testi göstermiştir [$r = -0,073$, $p = 0,00$].

Tablo 10. SBÖ ve SYKÖ Korelasyon Sonuçları

SBÖ			
	N	r	p
SYKÖ	266	-0.073	0.00**

** $p < 0,01$

TARTIŞMA

Bu bölümde SBÖ ve SYKÖ ile ilgili analiz sonuçlarından elde edilen bulgulara göre literatürde yer alan çalışmalarla karşılaştırılıp tartışılmıştır.

Sporcuların aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri göz önüne alındığında SBÖ puanlarının yüksek olduğu ve SYKÖ puanlarının ise ortalamasının altında olduğu görülmektedir. Bu

katılımcıların spora bağlılıklarının yüksek ve spora yaralanma kaygılarının düşük olduğunu göstermektedir. Sporun sporcu üzerinde fiziksel kazanımların yanında birçok olumlu ve olumsuz psikolojik süreçler (kaygı, endişe, saldırganlık, canlılık, özgüven, mutluluk, yaşam doyumu gibi) üzerinde etkili olduğu bilinmektedir. Bütün bunlar onların spora bağlılıklarına da etki ettiği düşünülmektedir. Diğer taraftan ele alındığında katılımcıların spora bağlılıklarının yüksek olması yaralanma kaygılarının düşük olmasını etkileyebilir. Bu durum yorumlandığında katılımcı her ne kadar sporda yaralanma yaşamışsa ve bu kaygıyı taşıyor olsa bile, bağlılık güçlü bir duygu olduğundan spora bağlılıkları yaralanma kaygılarını azaltmış olabilir.

Spora bağlılıkları ise cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermemiştir. Başka bir ifadeyle katılımcıların spora bağlılıkları benzeşmektedir. SBÖ puanlarının literatür ile karşılaştırıldığında benzer

sonuçlar ile karşılaşmıştır (Ekizoğlu, 2023; Fawver vd., 2020; Gülen, vd., 2021; Peke, 2020; Türker vd., 2021). Yamaner ve diğerlerinin (2019) spor bilimleri öğrencileri ile, Peke'nin (2020) oryantiring sporcuları ile, Yerlikaya'nın (2019) bisikletçi sporcular ile yaptıkları (adanmışlık boyutunda) çalışmalarda cinsiyete bağlı spora bağlılık düzeylerini farklılaşmadıklarını belirtmişlerdir. Fakat Yerlikaya (2019) erkek bisikletçi sporcuların kadın bisikletçi sporculara oranla zindelik puanlarının yüksek olduğunu belirtmiştir. Cinsiyete göre spor bağlılığında farklılık bulan ve araştırma sonucumuza ters düşen araştırmalar da literatürde yer almaktadır (Aykora ve Dinçer, 2022; Kayhan vd., 2020). Uzgur ve diğerlerin (2021) araştırmalarında spora bağlılıklarının (içselleştirme boyutunda), Kelecek ve Göktürk'ün (2017) çalışmalarında, Aykora ve Dinçer'in (2022) çalışmalarında, Sivrikaya ve Biricik'in (2019) elit kayakçılarla yaptığı çalışmada (adanmışlık ve coşku alt boyutunda) kadın sporcuların spora bağlılıklarının daha yüksek olduklarını belirtmişlerdir. Cinsiyet değişkeni açısından incelendiğinde SYKÖ puanlarının HKUK ve SDKK boyutlarında erkek katılımcıların daha çok hayal kırıklığına uğratma ve sosyal desteği kaybetme kaygısı taşıdıkları görülmüştür. Bu durum aslında erkelerin kadınlara oranla daha güçlü fiziksel yapı profili sergilediğinden bu gücünü kaybetmesinin çevresindeki antrenörü veya ailesi gibi kişiler karşısında mahcup olacağı ve onların gözündeki profili kaybetme korkusu düşüncesinden kaynaklanabilir. Ayrıca bu gücü kaybettiğinde çevresinden alacağı desteğinde (maddi/manevi) azalacağı düşüncesini kaygılarının sebebi olabilir. Mevcut araştırma sonuçlarını destekleyen Bayındır'ın (2021) elit güreşçi sporcularla yaptığı çalışmada YYK boyutunda, Arıkan ve Çimen'in (2020) özel yetenek sınavı için üniversiteye başvuran yapan adayların yaralanma kaygılarını AÇK, HKUK ve SDKK boyutlarında erkek katılımcıların daha çok yaralanma kaygısı bildirdiklerini belirtmiştir. Benzer sonuçların olduğu araştırmalar da görülmüştür (Zurita-Ortega vd., 2019; Tanyeri, 2019). Kaplan ve Andre'nin (2021) çalışmalarında da SDKK, ZAK, AÇK boyutlarında bayan katılımcıların erkek katılımcılara göre daha az yaralanma kaygıları taşıdıkları görülmüştür. Kabak ve Çelik'in (2022) çalışmasında erkek katılımcıların YKK, ZAK ve YYK boyutlarında daha yüksek yaralanma kaygısı göstermişlerdir. Ekizoğlu ve Sever (2023) ön çapraz bağ ameliyatı olan sporcularla yaptıkları çalışmalarında ön çapraz bağ yaralanması sonrası sporcuların çoğunluğu spor yaparken bazen endişelendiğini, dizini düşünmek sinirlerini

bozduğunu, yeniden yaralanma ve kazayla yaralanma korkularının olduğu belirlemişlerdir. Çankaya ve diğerlerinin (2019) çalışmalarında ZAK ve SDKK erkek sporcuların kaygısının daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Araştırma bulgularının aksine Güler'in (2022) hentbol sporcuları ile yaptığı çalışmada ise AÇK ve YYK kadınların daha çok yaralanma kaygısı duyduklarını, Brawman-Mintzer ve Lydiard (1996)'a göre ise kadınların daha yüksek kaygı taşıma eğiliminde olduklarını ifade etmiştir. Yabancı literatürde de kadınların yaralanma kaygılarının yüksek olduğunu, erkeklerin kaygılarını göstermeme eğiliminde olduklarını, belirten çalışmalar yer almaktadır (Brustad, 1993; Cassidy, 2006; Jennifer ve Sandra, 2005). Cinsiyete bağlı anlamlı fark olmadığını belirten çalışmalarda görülmüştür (Karayol ve Eroğlu, 2020). Genel anlamda yapılan çalışmalarda her iki cinse ait farklı sonuçlara ulaşılmıştır. Bu durumun çalışma grubunu oluşturan kişilerin özellikleri ile bağlantılı olabileceği düşünülmektedir.

Yaşa bağlı olarak katılımcıların SBÖ puanları farklılık göstermemiştir. Literatür de spora bağlılık üzerine yapılan çalışmalarda bu sonucu desteklenmektedir (Gülen vd., 2021; Peke, 2020; Yamaner, vd., 2019; Yerlikaya, 2019) Bu bulgu yaşın katılım sağlayan kişiler üzerinde etkisi olmadığı göstermektedir. Fakat literatürde yaşın küçülmesi ile spora bağlılıkların güçlendiğini belirten çalışmalar mevcuttur (Can ve Kızılet, 2021). Yaşa bağlı farklılıklar elde eden ve yaşın spora bağlılıkta belirleyici rolünün olduğunu vurgulayan çalışmalar yer almaktadır (Kayhan, Bardıkcı ve Caz, 2020; Kayhan, Kalkavan ve Terzi, 2021; Sivrikaya ve Biricik, 2019). SYKÖ puanları incelendiğinde ise 14-17 yaş aralığındaki sporcuların 26 ve üzeri olanlardan daha çok zayıf algılanma yaralanma kaygısı taşıdıkları tespit edilmiştir. Bu durum küçük aslında yaşı küçük olanların spora yeni başlaması, spor tecrübesinin azlığı, spor hayatının başında olası sakatlık yaşama korkusu spor hayatının sonlanmasına neden olabileceği düşüncesinden kaynaklanabilir. Literatüre bakıldığında Karabulut ve Var'a (2019) göre biyolojik yaş arttıkça durumluk kaygı seviyesinde düşüş görüldüğünü belirtmiştir. Arıkan ve Çimen'in (2020) çalışmalarında üniversite özel yetenek sınavına başvuran katılımcıların 23 ve üzeri spor yapanların 18-22 yaş aralığındaki katılımcılara göre yeteneğini kaybetme korkusu yaşadıklarını belirtmiştir. Güler'in (2022) çalışmasında yaşa bağlı anlamlı fark bulamamıştır. Kaygı ile ilgili olarak ise acı çekme, hayal kırıklığına uğratma alt boyutunda anlamlı fark olduğu görülmüştür. 41-45 yaş aralığındaki sporcuların

kaygı düzeyinin yüksek olduğu sonucuna varılmıştır (Çalışkan-Şerifoğlu, 2023). Armağan'ın (2021) kadın sporcular üzerinde yaptığı çalışmada da yaşa bağlı HKUK ve AÇK boyutlarında sonuçlara ulaşmıştır.

Spor yapma yılı değişkeni açısından analiz sonuçları 4 ve üzeri yıl spor yapan sporcuların spora bağlılıkları 1-3 yıl spor yapanlardan yüksek bulunmuştur. Aritmetik ortalamalar incelendiğinde spor yılı arttıkça spora bağlılıkları da artmaktadır. Çalışma ile benzer bulgulara sahip çalışmada uzun zaman spor ile zaman geçirmenin, sporcuların spora bağlılıklarını olumlu etkilediği belirtilmiştir (Can ve Kızılet, 2021). Farklı bir çalışmada da sporcu olma yaşı ilerledikçe bağlılığında ilerlediğini belirtilmiştir (Bavlı vd., 2011). Kalkavan ve diğerlerinin (2021) çalışmasında spor yılına bağlı egzersizlik bağımlılığının da arttığını belirtmiştir. Bisikletçilerle (Yerlikaya, 2019), alpin kayakçıları ile (Fawver vd., 2020), koşucularla (Uzgun vd., 2021), Bocce sporcuları (Uluç ve Akçakoyun, 2021) yapılan çalışmalarda benzer sonuçlara ulaşılmış, spora bağlılık ile sporda geçirilen zamanın pozitif yönde olduklarını belirtmişlerdir. Peke (2020) spor deneyimlerinin artması ile spora bağlılık düzeyinin ilişkili olduğunu belirtmiştir. Spor yarışmalarına katılım sıklığının spora bağlılıkları olumlu etkilemekte ve artırmaktadır (Ekizoğlu, 2023). Bu da müsabakalarda yarışma, kendini kanıtlama, çevresel motivasyon ve sosyal etkileşimde bulunma gibi güçlü arzuların spora bağlılığı arttırdığını gösterebilir (Weiss ve Weiss, 2006; Wilson vd., 2004). Literatür incelendiğinde genel yargı spora kendini adanmış, sporu meslek olarak gören, ulusu, vatani ve bayrağı için mücadele eden sporcuların spora bağlılıkları yüksektir (Cox, 2012; Kalkavan vd., 2021; Kayhan vd., 2021). SYKÖ puanları incelendiğinde ise 4-6 arası spor yapanların 10 ve üzeri yıl spor yapanlardan daha çok zayıf algılanma kaygısı yaşamaktadır. Bu yıllarda zayıf algılama kaygısı taşımalarının nedeni, daha önceki yıllarda yaşadığı yaralanmalarının bu yıllarda yaralanma kaygısına dönüşmesi ve kendini zayıf algılama hissine kapılmasına neden olabilir. Ancak bu durum spor yapma yılı ilerledikçe edindiği tecrübe ve yaşadığı deneyimlerle bu kaygılar azalabilir. Öner'e (2023) göre spor yapma yılı deneyimi arttıkça kaygıların azaldığını belirtmiştir (Öner, 2023). Farklı bir çalışmada spor yapma yılına bağlı AÇK, SDKK ve YYK boyutlarında spor yapma yılına bağlı anlamlı fark olduğu belirtilmiştir (Çalışkan-Şerifoğlu, 2023). Başaran (2008) ve Hacıcaferoğlu ve diğerlerinin (2015) yaptıkları çalışmalarda spor geçmişi ile durumluk kaygı düzeyi puan ortalamaları arasında anlamlı farklılıklar tespit etmişlerdir ve spor geçişinin

artması ile doğru orantılı bir şekilde kaygının da arttığını belirtmişlerdir.

Spor branşına (takım/bireysel) göre katılımcıların SBÖ puanları takım spor yapanların lehine farklılaşmaktadır. Bu sonuca göre takım sporu yapanların spora bağlılıklarını arttırdığı söylenebilir. Araştırma bulgularının aksine bireysel sporları yapan öğrencilerin, takım sporları yapan öğrencilere göre spora bağlılık düzeylerinin daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Aykora ve Dinçer, (2022)'e göre bireysel spor ile ilgilenenlerin sporcular performans ve başarıya yoğunlaşırken kendi sorumluluklarını üstlenebilir. Fakat takım sporcularının grup dinamiği açısından performans ve spora bakışları değişebildiğini belirtmektedir. Mevcut araştırmayla paralellik göstermeyen bireysel sporlarla ilgilenen sporcuların spora bağlılıklarının daha yüksek olduğunu belirten çalışmalar literatürde yer almaktadır (Siyahtaş vd., 2020). Mevcut araştırma da takım sporu ile ilgilenen katılımcıların yüksek çıkması takım birlikteliği, etkileşim, takım ruhu ve inancının, birlikte kazanma ve kaybetmeyi paylaşması gibi nedenler spora bağlılıklarında etkili olduğu düşünülmektedir. SYKÖ puanları göz önüne alındığında ise spor branşına göre farklılaşmaya rastlanılmamıştır. SYKÖ puanlarının spor branşına bağlı benzeşmesinin nedeninin bütün sporlarda yaralanma riskinin olmasından kaynaklanabilir. Bu yüzden katılımcıların eşit düzeyde yaralanma kaygısı taşımalarının doğal bir sonuç olduğu düşünülmektedir. Literatürde çalışma ile aynı yönde olan Kaplan ve Andre'nin (2021) çalışmasında spor branşına bağlı fark bulunamamışlardır. Benzer sonuçlarda farklı çalışmalarda elde edilmiştir (Namlı ve Buzdağlı, 2020; Singh ve Conroy, 2017; Tanyeri, 2019). Takım sporları yapanların lehine SDKK boyutunda anlamlı fark bulan çalışmalar da mevcuttur (Arıkan ve Çimen, 2020). AÇK kaygısı boyutunda takım sporları ile ilgilenenlerin yaralanma kaygısı yaşadığını belirten çalışmalarda yer almaktadır (Kabak ve Çelik, 2022). Bu durumu Karayol ve Eroğlu (2020) sporcuların kendilerini takım arkadaşlarına kanıtlama ve mevcut konumunu koruma duygusundan olabileceğini ifade etmiştir. Bireysel sporlar lehine kadınların YKK boyutunda anlamlı sonuç elde eden çalışmalar da yer almaktadır (Kayhan vd., 2019). Ünver vd., (2020) çalışmalarında ise muaythai sporcularının ZAK, hentbolcu sporcuların HKUK, atletizm sporu yapanların SDKK ve futbolcuların ise YKK alt boyutunda yüksek kaygı algılarına sahip olduğu ifade edilmiştir (Ünver vd., 2020). Literatürde incelendiğinde spor branşına bağlı yaralanma kaygısı alt boyutlarında farklı sonuçlar elde etmiş birçok çalışma yer almaktadır (Çankaya

vd., 2019; Kayhan vd.,2019; Karayol ve Eroğlu, 2020; Tanyeri, 2019; Jennifer ve Sandra, 2005).

Gelir durumuna göre katılımcıların SBÖ puanları gelir düzeyleri orta olanların düşük olanlardan daha çok spora bağlılık gösterdiği yönündedir. Türk toplumları incelendiğinde genellikle spora katılım sağlayan bireylerin orta ve düşük gelirli gruptan oluştuğu görülmektedir. Yüksek gelire sahip bireylerin çocuklarını ya aile şirketinde devam ettirme düşüncesinde ya da herhangi bir meslekte yükselmesi konusunda tercih yapmaktadır. Bu durum göz önüne alındığında orta gelirli bireylerin spora bağlılık göstermeleri, spor imkanlarından yararlanma konusunda düşük gelirli bireylerden avantajlı durumda olmasına neden olabilir. Literatüre bakıldığında (Gülen vd., 2021; Uzgur, vd., 2021; Yerlikaya, 2019) çalışmalarda sosyo-ekonomik durumun spora bağlılıklarını değiştirmede ifade edilmektedir. Cvetković ve diğerleri (2014) ise gelirin artmasının spora katılımı olumlu desteklediğini belirtmiştir. SYKÖ puanları incelendiğinde ise gelir durumuna bağlı anlamlı fark tespit edilememiştir. Bu sonuç aslında gelirle yaralanma duygusu yaşama arasında bir ilişki olmasından kaynaklanabilir. Literatürde bu değişkeni destekleyen çalışmaya rastlanılmamıştır.

Haftalık antrenman günü değişkeni açısından katılımcıların SBÖ'den aldıkları puanlara bakıldığında 2 ve 3 gün üzeri haftalık antrenmana katılım sağlayanların spora bağlılıkları 1 gün katılım sağlayanlardan farklılaştığı tespit edilmiştir. Araştırma bulgusunun antrenman günü arttıkça spora bağlılıklarının artmasının spor ile geçirilen zamanın etkisinden kaynaklanabileceği düşünülmektedir. SYKÖ puanları incelendiğinde haftalık antrenman yaptığı gün sayısının katılımcıların yaralanma kaygısı üzerinde etkisi olmadığını ortaya koymuştur. Literatür incelendiğinde araştırma bulgularının aksine haftada 1-2 gün fiziksel antrenman yapanlar ile 3-4 gün ve üstü antrenman yapanlardan YKK taşıdıkları belirtilmiştir (Arıkan ve Çimen, 2020). Literatür çalışmamalarının bu değişken açısından yetersiz olması bu değişkenle ilgili daha çok araştırma yapılması gerektiğini ortaya koymaktadır.

Günlük antrenman saati açısından SBÖ puanlarına bakıldığında günlük 2 saat ve üzeri antrenman yapanların 1 saat yapanlardan daha anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Literatürde SBÖ puanları ile ilgili antrenman saatine göre araştırma bulgularının destekleyen çalışmaya rastlanılmamıştır. Ama sonucun spor yapma süresi arttıkça spora bağlılıklarının artması beklenen bir

sonuç olduğu söylenebilir. SYKÖ puanları incelendiğinde günde 1 saat antrenmana katılım sağlayanların günde 2 ve üzeri saat antrenmana katılım sağlayanlardan daha çok hayal kırıklığına uğratma ve sosyal desteği kaybetme kaygısı yaşadıkları tespit edilmiştir. Ulaşılan bu sonucun antrenman saati az olanların kendilerine fiziksel olarak yetersiz hissetmesine neden olabileceği, istenilen performansı sergileyemeyeceği hissine kapılmalarına ve bundan dolayı da çevresindekileri hayal kırıklığına uğratacağı aynı zamanda onlardan aldığı sosyal desteği kaybedeceği kaygısına düşmüş olabilirler.

SBÖ ve SYKÖ arasındaki ilişki incelendiğinde düşük düzeyde negatif ilişki söz konusudur. Yani spor yaralanma kaygıları ile spora bağlılık arasında ters orantı vardır. Yaralanma kaygısı artarken spora bağlılık azalmakta, spora bağlılık artarken yaralanma kaygısı azalmaktadır. Bu durum aslında bağlılığın güçlü bir duygu olması, sporcunun her ne yaşamış olsa bile (yaralanma, engellenme vb.) spordan vazgeçmeyeceğini ifade etmektedir. Spora bağlı olan sporcu, yaralanma ve sakatlanma durumunu da göze almış demektir. Spora bağlılığı yüksek olan mevcut katılımcı grubunun yaralanma kaygılarının düşük olması beklenen sonucu ifade etmiştir.

SONUÇ

Sonuç olarak, katılımcıların spora bağlılık yüksek, yaralanma kaygılarının düşük olduğu ortaya konulmuştur. Bağımsız değişkenler açısından incelendiğinde, katılımcıların spora bağlılıklarında takım sporu yapanların spora bağlılıklarının daha yüksek olduğu, spor yapma yılı, haftalık antrenman ve günlük antrenman saatleri arttıkça spora bağlılıklarının da arttığı görülmüştür. Ayrıca orta düzeyde gelire sahip olan sporcuların spora bağlılıkları daha güçlü olduğu görülmüştür. Sporcuların yaralanma kaygıları sonuçlarına bakıldığında erkek katılımcıların yaralanma kaygılarının hayal kırıklığına uğratma ve sosyal desteği kaybetme kaygısı boyutlarında farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Yaşa bağlı 14-17 yaş aralığındaki sporcuların 26 yaş ve üzeri olanlardan daha çok zayıf algılama kaygısı taşıdıkları, 4-6 yıl arası spor yapanların 10 ve üzeri yapanlardan zayıf algılama kaygısı hissine kapıldıkları, daha az saat antrenman yapanların hayal kırıklığına uğrama algısında oldukları görülmüştür. Spor branşı, haftalık antrenman günü ve gelir durumu değişkenleri ise yaralanma kaygılarını değiştirmemiştir.

Gençleri spora yönlendirmek ve onların spora bağlılıklarını artırmak adına her türlü görsel, işitsel, yazınsal yayına ve aynı zamanda sosyal medyaya

büyük sorumluluklar düşmektedir. Aynı zamanda spor eğitmenlerinin, sporun faydalarını genç yaşlarda bireylere aşılayabilirse küçük yaşlarda oluşturulan spora bağlılık yaşam boyu devam sürdürülmesine katkı sağlayabilir. Diğer taraftan sporcuların psikolojik yönden kendilerini iyi hissetmesi sporcu performansı açısından önemli bir durumdur. Bu yüzden sporcunun taşıdığı bu olumsuz durum antrenör, spor psikolog tarafından ciddiye alınmalı ve gerekli kaygı ve endişe yaratan durumlar bu durumu azaltacak psikolojik eğitimlere yer verilmelidir. Sporcuların yaralanma geçmişleri iyi takip edilmeli yaşanması olası olumsuz durumlar için tedbirli davranılmalıdır. Ayrıca antrenörlerde yapılan akademik yayınları takip etmeli, psikolojik süreçler alanında kendini eğitmeli ve geliştirmelidir. Ayrıca bu alanda yaralanma kaygısı taşıyan kişilerin yaşadığı hayat hikayeleri ile yapılacak nitel çalışma alana katkı sağlayabilir.

KAYNAKLAR

1. Arıkan, G., ve Çimen, E. (2020). Üniversite adaylarının spor yaralanma kaygı düzeylerinin İncelenmesi. *Eurasian Research in Sport Science*, 5 (2), 118-127. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/eriss/issue/58978/849886>. DOI: 10.35333/ERISS.2020.274.
2. Armağan, P. (2021). Kadın Sporcularda Yaralanma Kaygı Düzeyinin ve Başa Çıkma Stratejilerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Trakya Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Trakya.
3. Aykora, A. F., ve Dinçer, U. (2022). Spor bilimlerinde öğrenim gören lisans öğrencilerinin spora bağlılık düzeyleri ve akademik başarılarının incelenmesi. *Uluslararası Dağcılık ve Tırmanış Dergisi*, 5(1), 1- 8.
4. Başaran, M. H., (2008). Sporcularda durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimler Enstitüsü: Yüksek lisans tezi, Konya.
5. Bavlı, Ö., Kozanoğlu, M.E., Doğanay, A. (2011). Düzenli egzersize katılımın egzersiz bağımlılığı üzerine etkisi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(2), 150-153.
6. Bayındır, O. (2021). Elit Genç Güreşçilerin Spor Yaralanması Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Hiti Üniversitesi, Lisansüstü eğitim enstitüsü, Çorum.
7. Brawman-Mintzer O., Lydiard RB. (1996). Generalized anxiety disorder: issues in epidemiology. *The Journal of Clinical Psychiatry*. 57(Suppl 7), 3-8.
8. Brustad RJ. (1993). Youth in sport: Psychological considerations. In the *Handbook on research in sport psychology*. İçinde: Singer RN., Tennat LK., Murphey M. (Editör). Macmillan. New York 695-717.
9. Büyüköztürk, Ş. (2010). Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı. Ankara: Pegem Yayıncılık.
10. Çalışkan-Şerifoğlu, N.(2023). Karate ve yüzme branşındaki elit sporcuların yaralanmaya yönelik kaygı düzeylerinin yaratıcılıkları üzerindeki etkisi. Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Rekreasyon Yönetimi Ana Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Trakya.
11. Can, E., ve Kızılet, A. (2021). Düzenli olarak antrenman yapan bireylerin spor salonlarına yönelik hizmet kalitesi algılarının spora bağlılığı etkisi. *Spor Eğitim Dergisi*, 5(3), 87-97.
12. Çankaya S., Çakıcı HA., İslamoğlu İ., Demirci AK., Bıyık K. (2019). Farklı branşlardaki sporcuların bazı sosyo-demografik özellikler açısından yaralanma kaygısı düzeyleri. 17. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi. 13-16 Kasım, Antalya.
13. Cassidy CM. (2006). Development of a measure of sport injury anxiety: The sport injury appraisal scale. Doctoral Dissertation, University of Tennessee, Knoxville.
14. Caz, Ç., Kayhan, R.F. ve Bardakçı, S. (2019). Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği'nin Türkçeye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Spor Hekimliği Dergisi*, 54(1): 52-63. DOI: 10.5152/tjism.2019.116
15. Cox, R. H. (2012) Goal perspective theory. *sport psychology. Concepts and applications*. (7th ed.) New York: McGraw-Hill.
16. Cvetković, N., Nikolic, D., Pavlovic, L., Djordjevic, N., Golubovic, M., Stamenkovic, S., Velickovic, M. (2014). Socio-economic status of parents and their children sports engagement. *Facta Universitatis, Series: Physical Education and Sport*, 12(2),179-190.
17. Dokuzoğlu, G., Çevik, A., Özmeden, M., Yıldız, Y., & Tezcan, E. (2022). Gençlere Yönelik Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği (GYEB): Bir Ölçek Uyarlama Çalışması. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 11(2), 644-653.
18. Ekizoğlu, Ö. (2023). Açık Su Yüzme Sporcularının Spora Bağlılıklarının Yaşam Doyumuna Etkisi [The Effect of Open Water Swimming Athletes's Commitment to Sports on Life Satisfaction], *Spor Eğitim Dergisi*, 7 (1), 68-76.
19. Ekizoğlu, Ö., ve Sever, M. O. (2023). Ön Çapraz Bağ Ameliyatı Olan Sporcuların Spora Dönüşlerindeki Duyguları, Performansta Kendine Güvenleri ve Risk Değerlendirmeleri. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 12(1), 227-232.
20. Ergün, M. (2008). Spor yaralanmalarının önlenmesi. <http://forum.alyans.org.tr/index.php/topic,128.0.html>. [Erişim Tarihi: 10.05.2020].
21. Fawver, B, Cowan, RI, Decouto, Bs, Lohse, Kr, Podlog, L, Williams, Am. (2020). Psychological Characteristics, Sport Engagement, And Performance In Alpine Skiers. *Psychology Of Sport And Exercise*, 47, 101616.
22. Guillén, F. ve Martínez-Alvarado, J. R. (2014). The Sport Engagement Scale: An Adaptation of the Utrecht Work Engagement Scale (UWES) for the Sports Environment. *Universitas Psychologica*. 13(3), 975-984. . <http://dx.doi.org/10.11144/Javeriana. UPSY13'3. sesa>
23. Gülen, Ö., Madak, E., Kumartaşlı, M., ve Sönmez, H. O. (2021). Taekwondo sporcularının spora bağlılık düzeylerinin milli sporculuk durumları ve çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *The Online Journal of Recreation and Sports*, 10 (3) , 1-17 . Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/tojras/issue/64152/935809>.
24. Güler, Y. E. (2022). Hentbolcularda Yaralanma Kaygısı Düzeyinin Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi . *Spor Eğitim Dergisi* , 6 (2) , 99-108 . DOI:
25. Hacicaferoğlu, S., Hacicaferoğlu, B., ve Seçer, M. (2015). Halk oyunları branşına katılan sporcuların yarışma öncesi kaygı düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *International Journal of Sport Culture and Science*, 3(Special Issue 4), 288-297.
26. Ivarsson A., Johnson U. (2010). Psychological factors a predictors of injuries among senior soccer players: A prospective study. *Journal of Sports Science ve Medicine*. 9(2), 347-52.
27. Jennifer MR., Sandra ES. (2005). The relationships among three components of perceived risk of injury, previous injuries and gender in non-contact/limited contact sport athletes. *The Online Journal of Sport Psychology*. 7(1), 20-42.
28. Kabak, S. ve Çelik, A. (2022). Spor Alanı İle İlgili Özel Yetenek Sınavına Girecek Olan Bireylerin Branşlarına Göre Spor Yaralanma Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi . *Akdeniz Spor*

- Bilimleri Dergisi , 6. Akademik Spor Araştırmaları Kongresi Özel Sayısı, 444-455 . DOI: 10.38021/asbid.1206245.
29. Kalkavan, A., Terzi, E., ve Kayhan, R. F. (2021). Türkiye olimpiik hazırlık merkezlerinde çalışma yapan sporcuların egzersiz bağımlılığı düzeylerinin araştırılması. Spor Eğitim Dergisi, 5(2), 25-35
30. Kaplan, E. ve Andre, H. (2021). Investigation of the Relationship Between Mental Training and Sports Injury Anxiety . Turkish Journal of Sport and Exercise , 23 (1) , 1-8 . Retrieved from <https://dergipark.org.tr/en/pub/tsed/issue/62305/692936>. DOI: 10.15314/tsed.692936.
31. Karabulut, E. O. ve Mavi-var, S. (2019). Taekwondocuların Durumluk ve Sürekli Kaygılarının Müsabaka Performansı ve Yaralanma Durumu ile İlişkisi . Türk Spor Bilimleri Dergisi , 2 (1) , 47-54 . Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/tsbd/issue/44025/536907>.
32. Karasar, N. (2012). Bilimsel araştırma yöntemi. Ankara: Nobel Yayıncılık.
33. Karayol M., Eroğlu SY. (2020). Takım ve bireysel sporlarla ilgilenen sporcuların spor yaralanması kaygı durumlarının incelenmesi. Spor Eğitim Dergisi. 4(1), 137-144.
34. Kayhan RF., Yapıcı A., Üstün ÜD. (2019). Kadın sporcuların yaralanma kaygılarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi, 6(1), 276-287.
35. Kayhan, R. F., Bardakçı, S., ve Caz, Ç. (2020). Spora bağıllık ölçeği'nin Türkçe'ye uyarılama çalışması. İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi, 9(3), 2905-2922.
36. Kayhan, R. F., Kalkavan, A., ve Terzi, E. (2021). Fitness salonlarında spor yapan bireylerin egzersiz bağımlılığı düzeyleri ve ilişkili değişkenler. Bağımlılık Dergisi, 22(3), 248-256.
37. Kelecek, S., Göktürk, E. (2017). Kadın futbolcularda sporcu bağıllığının sporcu tükenmişliğini belirlemedeki rolü. Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi BÜSBİD, 2(2).
38. Koşar, NŞ., Demirel, HA., Aydoğ, TS., Doral, MN. (2006). Adolesanlarda sporcu sağlığı. Türkiye Klinikleri Journal of Pediatric Sciences. 2(7), 25-33.
39. Lonsdale, C., Hodge, K., ve Jackson, S.A. (2007). Athlete Engagement: II. Development and Initial Validation of The Athlete Engagement Questionnaire. International Journal of Sport Psychology, 38, 471-492.
40. Mankad A., Gordon S., Wallman K. (2009). Perceptions of emotional climate among injured athletes. Journal of Clinical Sport Psychology. 3, 1-14.
41. Namlı, S. ve Buzdağlı, Y. (2020). Aktif Sporcuların Yaralanma Sonrası Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi . Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi , 25 (4) , 469-480 . Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/gbesbd/issue/57046/768877>.
42. Öner, Ç. (2023). Mükemmeliyetçilik, Psikolojik-Taktiksel Beceriler, Yarışma Yönelimleri Ve Spor Yaralanma Kaygısı Arasındaki İlişkiler. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Psikoloji Bilim Dalı, İstanbul.
43. Peke, K. (2021). Oryantiring Katılımcılarının Spora Bağıllıkları ve Zihinsel Dayanıklılıklarının İncelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı, Spor Yönetimi Bilim Dalı, İstanbul.
44. Singh H, Conroy DE. Systematic review of stress-related injury vulnerability in athletic and occupational contexts. Psychology of Sport and Exercise, 2017; 33, 37-44.
45. Sivrikaya, M., ve H., Biricika, Y. S. (2019). Milli Takım Düzeyindeki Elit Kayakçıların Sporcu Bağıllık Düzeylerinin İncelenmesi. 2. Uluslararası Rekreasyon ve Spor Yönetimi Kongresi, 26.
46. Siyahtaş, A., Tükenmez, A.; Avcı, S., Yalçınkaya, B. ve Çavuşoğlu, S.B. (2020). Bireysel ve Takım Spor Yapan Sporcuların Spor Bağıllık Düzeylerinin İncelenmesi, International Social Mentality and Researcher Thinkers Journal, 6(34),1310-1317.
47. Tabachnick, B. G., ve Fidell, L. S. (2013). Using multivariate statistics (6th ed.). Boston: Allyn and Bacon.
48. Tanyeri L. (2019). Farklı branş sporcularında yaralanma kaygısının incelenmesi. OPUS-Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi, 13(19), 577-591.
49. Türker, Ü., Yılmaz, A. K., Bostancı, Ö. & Şebin, K. (2021). COVID-19 pandemisinde spor bilimleri alanlarındaki yükseköğretim öğrencilerinin anksiyete düzeyleri ve egzersiz bağımlılığı. Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 23 (4), 1-20. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/en/pub/ataunibesyo/issue/67477/1020863>
50. Türker, Ü. (2022). Temel Okçuluk Eğitiminin Dikkat ve Konsantrasyon Yetisine Etkisi. Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 11(4), 1491-1506. DOI: 10.37989/gumussagbil.1200010.
51. Türkeri Bozkurt H. (2015). Spor ve egzersiz psikolojisinin temelleri. Spor Sakatlıkları ve Psikolojisi. İçinde: Şahin M., Koruç M. (Editör). Nobel Akademik. Ankara, 457-458.
52. Tutar, H. (2016). Örgütsel davranış (örgüt teorileri ve çağdaş yaklaşımlar açısından). Ankara: Detay Yayıncılık, 224-232.
53. Uluç, E. A. ve Akçakoyun, F. (2021). Bocce Sporcularının Hedef Yönelimlerinin Spora Bağıllıkları Üzerindeki Rolü: Çanakkale İli Örneği . Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi , 4 (3) , 424-437 . DOI: 10.38021/asbid.1034025.
54. Ünver Ş., Şimşek E., İslamoğlu İ., Arslan H. (2020). Üniversite Takımlarında Yer Alan Sporcuların Yaralanma Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi. Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi. 14(3), 400-410.
55. Uzgur, K., Pekel, H.A., ve Aydos, L. (2021). Rekreasyonel Koşucuların Spora Bağıllık Düzeylerinin İncelenmesi. Investigation Of The Sports Engagement Levels Of Recreational Runners. 2(1) 62-82.
56. Weiss, W. M. ve Weiss, M. R. (2006). A longitudinal analysis of commitment among competitive female gymnasts. Psychology of Sport and Exercise, 7(3), 309-323. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2005.08.010>
57. Williams JM., Andersen MB. (2007). Psychosocial antecedents of sport injury and interventions for risk reduction. İçinde: Tenenbaum G., Eklund RC. (Editör). Handbook of sport psychology. John Wiley ve Sons Inc. 379-403.
58. Wilson, P. M., Rodgers, W. M., Carpenter, P. J., Hall, C. Hardy, J. ve Fraser, S. N. (2004). The relationship between commitment and exercise behavior. Psychology of Sport and Exercise 5 (4). [https://doi.org/10.1016/S1469-0292\(03\)00035-9](https://doi.org/10.1016/S1469-0292(03)00035-9).
59. Yamaner, F. ve Baskın, S. (2019). 11. Uluslararası Spor Camiası Sempozyumu Tam Metinleri. Elektronik Kitap.
60. Yerlikaya, G. (2019). Bisikletçilerin Sporcu Bağıllıklarının İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bolu.
61. Yıldırım, A., ve Şimşek H. (2013). Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri (9. Baskı). Ankara: Seçkin Yayıncılık.
62. Zurita-Ortega F, Chacón-Cuberos R, Cofre-Bolados C, Knox E, Muros JJ (2019). Correction: Relationship of resilience, anxiety and injuries in footballers: Structural equations analysis. PLoS ONE 14(2): e0212083. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0212083>.

Ortaöğretim Öğrencilerinin Beden Eğitimi ve Spor Dersi Fair Play Davranışlarının İncelenmesi

Eyüp ACAR^{1A}, Ufuk DİLEKÇİ^{2B}, İbrahim DALBUDAK^{3C}, Evrim BÖYÜKELHAN^{4E}

¹Uşak Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, UŞAK

²Milli Eğitim Bakanlığı, ANKARA

³Uşak Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, UŞAK

⁴Milli Eğitim Bakanlığı, KÜTAHYA

Address Correspondence to Eyüp ACAR e-mail: eyupacar800@gmail.com

A: Ocid ID:0000-0002-1855-2028 B: Orcid ID:0000-0001-7859-0301 C: Orcid ID:0000-0003-2380-803X D: Orcid ID:0000-0002-5289-6625

Özet

Bu çalışmanın amacı ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersi etkinliklerindeki fair play davranışlarının farklı değişkenler açısından incelenmesidir. Araştırma grubunu 2022-2023 eğitim öğretim yılında İstanbul merkez ve ilçelerinde eğitim gören 1815 ortaöğretim öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmada kolayda örnekleme kullanılmıştır. Veri toplama araçları olarak kişisel bilgiler formu ile beden eğitimi dersi sportmen davranış ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 26 paket program kullanılmıştır. Verilerin analizinde betimsel istatistik, iki bağımsız değişken için bağımsız örneklem t testi, üç ve daha fazla bağımsız değişkenler için tek yönlü varyans analizi uygulanmıştır. Sonuç olarak öğrencilerin fair play davranışlarında okul türüne göre anlamlı bir farklılık görülmezken, yaşı küçük olanlar ve 9. Sınıf öğrencileri diğer yaş grupları ve sınıflara göre negatif davranışlardan daha fazla kaçınmaktadır. Kadınlar erkeklere göre, lisanlı olmayanlar lisanslı olan öğrencilere göre daha fazla fair play davranışları sergilemektedir. Öğrencilerin fair play davranışları ise genel puan ortalamasına göre oldukça iyi düzeyde görülmüştür. Dolayısıyla bu sonuçlar okul düzeyinde fair play davranışlarının iyi düzeyde olduğunu ancak amatör müsabakalarda mücadele içerisinde giren sporcularda bir düşüş olduğunu göstermektedir. Eğitim ortamında kazanılan ahlaki davranışlar farklı sosyal ortamlardan etkilenmektedir.

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi, Fair Play, Ortaöğretim

Ortaöğretim Öğrencilerinin Beden Eğitimi ve Spor Dersi Etkinliklerindeki Fair Play Davranışları

Abstract

The aim of this study is to examine the fair play behaviors of secondary school students in physical education and sports lesson activities in terms of different variables. The research group consists of 1815 secondary school students studying in the center and districts of Istanbul in the 2022-2023 academic year. Convenience sampling was used in the study. As data collection tools, personal information form and physical education course sportsman behavior scale were used. SPSS 26 package program was used in the analysis of the data. In the analysis of the data, descriptive statistics, independent sample t test for two independent variables, one-way analysis of variance for three or more independent variables were applied. As a result, while there was no significant difference in the fair play behaviors of the students according to the type of school, those who were younger and 9. Grade students avoid negative behaviors more than other age groups and grades. Women exhibit more fair play behaviors than men, while unlicensed students exhibit more fair play behaviors than licensed students. The fair play behaviors of the students were seen at a very good level compared to the average of the overall score. Therefore, these results show that fair play behaviors at the school level are at a good level, but there is a decrease in athletes who compete in amateur competitions. Moral behaviors acquired in the educational environment are influenced by different social environments.

Keywords: Physical Education, Fair Play, Secondary Education

GİRİŞ

Dünyada ve ülkemizde spor organizasyonlarının geliri ve popülerliği, medya, reklam, tanıtım ve iletişim kanalları aracılığıyla giderek artış göstermektedir. Bir sektör olarak büyük bütçelerin ve maliyetlerin olduğu spor organizasyonlarında kulüpler ayakta kalabilmek ve varlığını koruyabilmek için kazanmak mecburiyetindedir. Sadece kazanmanın ön plana çıkması spor ruhunun barış, rekabet, adil oyun ve centilmenlik gibi insanları birleştirici rollerinin önüne geçebilmekte, başarılı olmak veya ödül kazanmak için, sporcular, antrenörler ve yöneticiler üzerindeki psikolojik baskının da etkisiyle spor organizasyonlarında etik dışı davranışlara yönelik eğilimler de artmaktadır (Gümüş vd., 2006). Bu noktada etik ve ahlaki ilkeleri savunan spor da genel anlamda dürüst, adil oyun, dürüst davranış olarak ifade edilen fair play davranışı önem kazanmaktadır.

Fair play davranışı, adil ve dürüst bir oyuna vurgu yaptığı gibi, sağlıklı bir toplumu oluşturan sağlıklı ve ahlaklı bireylerden beklentilerdir. 20. yüzyılda sporda artan ticari ve politik beklentiler, ahlaki beklentileri ikinci plana atmış, amatörlüğün profesyonellik karşısında değer kaybetmesine neden olmuştur (Gümüş vd., 2016). Sporda erdemli davranışların artması, fair play anlayışının kazanılmasının öncelikle sistemli ve uzun soluklu bir eğitim sürecini gerektirdiğini göstermektedir. Bu nedenle araştırmaların çıkış noktası olarak ilköğretim ve ortaöğretim öğrencileri ile fair play kültürü oluşturma düşüncesi ağırlık kazanmaya başlamıştır (Yıldıran, 2005). Fair play kültürü oluşturma sürecinin erken yaşlardan itibaren eğitim kademelerinde beden eğitimi ve spor derslerinde kazandırılmaya başlanması, geleceğin sporcu, hakem, antrenör, spor yazarı, taraftar gibi sporun doğrudan ve dolaylı aktörlerinin bu kitle içinden çıkacak olması açısından önemlidir (Yıldıran, 2002).

Beden eğitimi ve spor dersi ahlaki değerlerin işlenmesi için teorik ve uygulamada öğretmenlere önemli fırsatlar sunmaktadır. Ders içeriğinde yapılan etkinliklerde ve rekabet içeren oyunlarda, adil oyun ve spor ahlakı gibi fair play davranışlarının kazandırılması daha mümkündür. Öğretmenler için hazırlanan öğretim programlarında da fair play konularına yer verilmiştir. MEB (2018) öğretim

programları incelendiğinde beden eğitimi ve spor dersi öğretim programlarında 5.6.7 ve 8. Sınıf için;

“BE.5.1.2.7. Oyun ve etkinliklerde kaybetmeye ve kazanmaya ilişkin uygun davranışlar sergiler.

BE.7.1.2.6. Sporlara hazırlayıcı oyun ve etkinliklerde adil oyun anlayışına uygun davranır.

BE.8.1.2.8. Adil oyun anlayışına uygun davranmayı alışkanlık hâline getirir.”

Adil oyun kazanımları yer alırken öğretim programında 9.10.11 ve 12. Sınıflarda her sınıf düzeyinde olmak üzere “Spor Ahlakı” başlığı altında konu ve buna bağlı kazanımlar yer almaktadır. Buradan da anlaşılacağı gibi eğitim kademelerinde ortaokuldan itibaren adil oyun ve spor ahlakı konu ve kazanımları önemsenmektedir. Programdaki bu konu ve kazanımların sağlanması ise beden eğitimi ve spor öğretmenlerine düşmektedir. Bu konu kazanımlar yeterince işlenmemiş, uygulamalar ile öğrencilere benimsetilmemiş olabilir. Dolayısıyla adil oyun ve spor ahlakı kazanımlarını öğrencilerin yeterince kazanıp kazanmadıklarını görmenin önemli olduğu düşünülmektedir. Bu çalışma ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersi etkinliklerindeki fair play davranışlarını incelemek amacıyla gerçekleştirilmiştir.

YÖNTEM

Ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersi fair play davranışlarını belirlemek amacıyla yapılan bu çalışma, nicel araştırma yöntemlerine göre tarama modellerinden genel tarama modelinde gerçekleştirilmiştir (Karasar, 2020).

Evren ve Örneklem

Araştırma evrenini 2022-2023 eğitim öğretim yılında İstanbul merkez ve ilçelerinde eğitim veren ortaöğretim kurumları oluşturmaktadır. Örneklem gurubunu ise İstanbul merkez ve ilçelerindeki ortaöğretim kurumlarında öğrenim gören 1815 öğrenci oluşturmaktadır. Verilerin toplanmasında kolayda örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Kolayda örneklemede veriler, ana küleden en kolay, hızlı ve ekonomik şekilde toplanır (Malhotra, 2004: 321). Okul türü ve öğrenci sayıları Tablo 1’de sunulmuştur.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama araçları olarak kişisel bilgiler formu ile beden eğitimi dersi sportmen davranış ölçeği kullanılmıştır. Kişisel bilgiler formu; cinsiyet, yaş, sınıf, okul türü, lisanslı sporcu sorularından oluşmaktadır.

Beden Eğitimi Dersi Sportmen Davranış Ölçeği; Koç (2013) tarafından ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersi sportmen davranışlarını belirlemek için geliştirilmiştir. Ölçek 2017 yılında Ortaöğretim öğrencileri üzerinde yapılan çalışmada geçerlik ve güvenilirlikleri tekrar test edilerek Ortaöğretim öğrencilerine uygun olduğu

belirlenmiştir (2017). Yapılan uyarlamalar sonucu ölçek "Pozitif Davranışları Sergileme", "Negatif Davranışlardan Kaçınma" olmak üzere iki alt boyut ve "Toplam Sportmenlik" puanlarından oluşmaktadır. Ölçekte her alt boyutta 11 soru ve toplamda 22 soru bulunmaktadır. Ölçeğe ait yapılan geçerlik ve güvenilirlik çalışmasında ölçeğin madde toplam korelasyon değerinin ,25 ile ,60 arasında değiştiği, iç tutarlığı için Cronbach Alfa değerlerinin PDS, ,80 NDK ,85 TS, ,86 olarak bulunmuştur. Yapılan bu çalışmada ölçeğe ait değerlerde benzer sonuçlar olduğu görülmüştür. Ölçeğe ait Cronbach Alfa katsayıları aşağıda Tablo 2' de sunulmuştur.

Tablo 2. Cronbach Alfa Değerleri

Ölçek Boyutları	Cronbach's Alpha
Pozitif Davranışlar Sergileme	,783
Negatif Davranışlardan Kaçınma	,775
Toplam Sportmenlik	,835

Verilerin Analizi

Verilerin analizi IBMSPSS 26 vs paket program ile yapılmıştır. Verilerin analiz sürecinde iç değerler tespit edilerek çıkarılmış olup verilerin normallik varsayımına ilişkin ölçütler kontrol edildiğinde verilerin normal dağılımdan önemli bir sapma göstermediği tespit edilmiştir. Ölçeklere ait basıklık ve çarpıklık değerleri Tablo 3'de sunulmuştur.

Tablo 3. Basıklık ve Çarpıklık Değerleri

	N	Çarpıklık		Basıklık	
		Statistic	S.H.	Statistic	S.H.
Pozitif Davranışları Sergileme	1815	-,328	,057	-,550	,115
Negatif Davranışlardan Kaçınma	1815	-,894	,057	,357	,115
Toplam Skor	1815	-,414	,057	-,311	,115

Kullanılan ölçeklere ait basıklık ve çarpıklık değerleri ± 1 değer aralığında olduğu görülmektedir. Bu değerler verilerin normallikten önemli bir sapma göstermediğine işaret etmektedir (Büyüköztürk, 2020). Verilerin analizinde betimsel istatistik, iki bağımsız değişken için bağımsız örneklem t testi, üç ve daha fazla bağımsız değişkenler için tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Çoklu bağımsız değişkenlerde farklılığın hangi grup lehine olduğunu tespit etmek için Tukey HSD testi kullanılmıştır.

Yayın Etiği

Bu araştırma İstanbul Rumeli Üniversitesi Etik Kurulu Başkanlığı tarafından E-53938333-050-26525

sayı 24.05.2023 tarih 2023-05 sayılı karar ile etik kurul izni almıştır.

BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde Ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersi fair play davranışlarını belirlemek amacıyla "Beden Eğitimi Dersi Sportmen Davranış Ölçeği" ile toplanan verilere ait analiz çıktılarına yer verilmiştir.

Tablo 4. Kullanılan ölçeğe ait tanımlayıcı istatistik

Ölçekler	N	Min.	Mak.	\bar{X}	SS
Pozitif Davranışları Sergileme	1815	2,00	5,00	3,95	,642
Negatif Davranışlardan Kaçınma	1815	2,45	5,00	4,25	,561
Toplam Skor	1815	2,50	5,00	4,10	,511

Tablo 4' de ölçekten elde edilen puanların minimum 2.00 maksimum 5.00 olduğu, ortalama değerlerin pozitif davranışları sergileme (PDS) $\bar{X}=3.95\pm.642$, negatif davranışlardan kaçınma (NDK) $\bar{X}=4.25\pm.561$, toplam skor (TS) $\bar{X}=4.10\pm.511$ olduğu tespit edilmiştir. PDS puanlarında ölçek puanlamasına göre "Çok Sık" boyutunda iken NDK "Her Zaman" boyutunda olduğu tespit edilmiştir. Toplam skor incelendiğinde ise öğrencilerin fair play davranışlarını "Çok Sık" sergiledikleri tespit edilmiştir.

Tablo 5. Katılımcıların fair play davranışlarının okul türüne göre karşılaştırılması

Ölçekler	Okul Türü	N	\bar{X}	SS	F	p
Pozitif Davranışları Sergileme	Anadolu Lisesi	596	3,97	,648	,590	,670
	Meslek Lisesi	307	3,97	,645		
	İmam-Hatip Lisesi	328	3,95	,650		
	Spor Lisesi	309	3,93	,614		
	Fen Lisesi	275	3,91	,647		
	Toplam	1815	3,95	,642		
Negatif Davranışlardan Kaçınma	Anadolu Lisesi	596	4,27	,573	,360	,837
	Meslek Lisesi	307	4,26	,519		
	İmam-Hatip Lisesi	328	4,24	,574		
	Spor Lisesi	309	4,25	,556		
	Fen Lisesi	275	4,23	,575		
	Toplam	1815	4,25	,561		
Toplam Skor	Anadolu Lisesi	596	4,12	,514	,594	,667
	Meslek Lisesi	307	4,12	,491		
	İmam-Hatip Lisesi	328	4,09	,527		
	Spor Lisesi	309	4,09	,494		
	Fen Lisesi	275	4,07	,528		
	Toplam	1815	4,10	,511		

Tablo 5' de katılımcıların fair play davranışlarında okul türüne göre pozitif davranışlar sergileme, negatif davranışlardan kaçınma ve toplam skor boyutlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0.05$).

Tablo 6. Katılımcıların fair play davranışlarının yaşlarına göre karşılaştırılması

Ölçekler	Yaş	N	\bar{X}	SS	F	p
Pozitif Davranışları Sergileme	14,00	345	3,93	,663	,121	,975
	15,00	464	3,96	,636		
	16,00	479	3,94	,642		
	17,00	403	3,96	,610		
	18,00	124	3,95	,707		
	Toplam	1815	3,95	,642		
Negatif Davranışlardan Kaçınma	14,00	345	4,34	,510	3,256	,011*
	15,00	464	4,23	,590		
	16,00	479	4,24	,551		
	17,00	403	4,21	,577		
	18,00	124	4,26	,558		
	Toplam	1815	4,25	,561		
Toplam Skor	14,00	345	4,14	,481	,686	,602
	15,00	464	4,10	,525		
	16,00	479	4,09	,504		
	17,00	403	4,08	,515		
	18,00	124	4,10	,554		
	Toplam	1815	4,10	,511		

Tablo 6' da katılımcıların fair play davranışlarında yaş değişkenine göre pozitif davranışlar sergileme ve toplam skor puanlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmezken, negatif davranışlardan kaçınma boyutunda anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p<0.05$). Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu

belirlemek için yapılan alt testler (Tukey HSD) sonucunda farkın 14 yaşında olan bireyler lehine anlamlı olduğu tespit edilmiştir. 14 yaşındaki bireylerin diğer yaş gruplarına göre negatif davranışlardan daha fazla kaçındıkları söylenebilir.

Tablo 7. Katılımcıların fair play davranışlarının sınıflarına göre karşılaştırılması

Ölçekler	Sınıf	N	\bar{X}	SS	F	p
Pozitif Davranışları Sergileme	9. Sınıf	516	3,97	,641	1,082	,355
	10. Sınıf	418	3,90	,645		
	11. Sınıf	603	3,95	,635		
	12. Sınıf	278	3,97	,652		
	Toplam	1815	3,95	,642		
Negatif Davranışlardan Kaçınma	9. Sınıf	516	4,32	,521	3,890	,009*
	10. Sınıf	418	4,22	,571		
	11. Sınıf	603	4,23	,580		
	12. Sınıf	278	4,22	,570		
	Toplam	1815	4,25	,561		
Toplam Skor	9. Sınıf	516	4,15	,478	2,333	,072
	10. Sınıf	418	4,06	,520		
	11. Sınıf	603	4,09	,520		
	12. Sınıf	278	4,10	,535		
	Toplam	1815	4,10	,511		

Tablo 7’ de katılımcıların fair play davranışlarında sınıf değişkenine göre pozitif davranışlar sergileme ve toplam skor puanlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmezken, negatif davranışlardan kaçınma puanlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p<0.05$). Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için yapılan alt testler (Tukey HSD)

sonucunda farkın 9. Sınıfta okuyan bireyler lehine anlamlı olduğu tespit edilmiştir. 9. Sınıfta okuyan bireylerin diğer sınıfta okuyanlara göre negatif davranışlardan daha fazla kaçındıkları söylenebilir.

Tablo 8. Katılımcıların fair play davranışlarının cinsiyete göre karşılaştırılması

Ölçekler	Cinsiyet	N	\bar{X}	SS	T	p
Pozitif Davranışları Sergileme	Erkek	701	3,83	,627	-6,308	,000*
	Kadın	1114	4,02	,640		
Negatif Davranışlardan Kaçınma	Erkek	701	4,01	,607	-15,547	,000*
	Kadın	1114	4,41	,471		
Toplam Skor	Erkek	701	3,92	,526	-12,434	,000*
	Kadın	1114	4,21	,467		

Tablo 8’de katılımcıların fair play davranışlarında cinsiyete göre pozitif davranışlar sergileme, negatif davranışlardan kaçınma ve toplam skor puanlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p<0.05$).

Ortalama değerler incelendiğinde tüm boyutlarda kadınların puanlarının erkeklere göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Kadın katılımcıların fair play davranışları erkeklere göre daha yüksektir.

Tablo 9. Katılımcıların fair play davranışlarının lisans değişkenine göre karşılaştırılması

	Lisans Sporcu mu?	N	\bar{X}	SS	T	p
Pozitif Davranışları Sergileme	Evet	624	3,95	,641	-,227	,820
	Hayır	1191	3,95	,642		
Negatif Davranışlardan Kaçınma	Evet	624	4,16	,576	-4,947	,000*
	Hayır	1191	4,30	,548		
Toplam Skor	Evet	624	4,06	,533	-2,560	,011*
	Hayır	1191	4,12	,498		

Tablo 9’da katılımcıların fair play davranışlarında lisanslı sporcu olup/olmama durumlarına göre pozitif davranışlar sergileme puanlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmezken, negatif davranışlardan kaçınma ve toplam skor puanlarında anlamlı farklılık

tespit edilmiştir ($p<0.05$). Ortalama değerler incelendiğinde her iki boyutta da lisanslı olarak spor yapmayan bireylerin lisanslı olarak spor yapan bireylere göre puanları yüksek bulunmuştur.

TARTIŞMA

Ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersi fair play davranışlarını belirlemek amacıyla yapılan bu çalışmanın sonuçlarına göre pozitif davranışları sergileme (PDS) ve toplam skor (TS) puanlarında ölçek puanlamasına göre “Çok Sık” boyutunda iken negatif davranışlardan kaçınma (NDK) boyutunda “Her Zaman” olduğu tespit edilmiştir. Ortaöğretim öğrencilerinin genel olarak fair play anlayışını benimsedikleri beden eğitimi ve spor dersinde yapılan etkinlik ve müsabakalarda bunu sağladıkları söylenebilir. Yapılan benzer çalışmalarda da araştırma sonuçlarına göre Altun ve Güvendi (2019) ortaokul öğrencilerini sportmen davranışlarını genel ortalama değerlerinin çok sık boyutta olduğunu bulmuştur. Küçükkatçeken (2019) amatör futbol oynayan sporcuların yüksek düzeyde fair play anlayışına sahip oldukları sonucuna ulaşırken, Hacıcaferoğlu vd. (2015) ise ortaokul öğrencilerinde beden eğitimi ve spor dersi sportmen davranışlarının orta düzeyde bir ortalama değer gösterdiği sonucuna ulaşmıştır.

Ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersi fair play davranışlarında okul türüne göre önemli bir farklılık görülmemiştir. Genç ve diğ. (2019) lise öğrencilerinde beden eğitimi ve spor dersi sportmenlik davranışlarını incelediği çalışmasında liseler arası farklılık tespit etmemiştir. Turan (2020) ise okul sporlarına katılan ortaöğretim öğrencilerinde sporda ahlaktan uzaklaşma durumlarını araştırdığı çalışmasında meslek lisesi öğrencilerinin Anadolu lisesi ve imam hatip lisesi öğrencilerine göre daha fazla sporda ahlaktan uzaklaşma gösterdiğini tespit etmiştir. Literatürde farklı okul türlerine göre kıyaslamalı bir çalışma görülmezken bu konuda beklentiler meslek lisesinde daha düşüktür. Sonuçlar bunun aksi yönde olduğu göstermiştir. Bütün ortaöğretim kurumlarında yakın sonuçlar görülmesi olumlu bir sonuç olarak değerlendirilmektedir.

Ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersi fair play davranışlarında öğrencilerin yaşlarına göre NDK boyutunda anlamlı bir farklılık görülmüştür. 14 yaşındaki öğrencilerin NDK puanları diğer yaşlara göre daha yüksektir.

Sınıf düzeylerine göre fair play davranışlarında yaş ile benzer sonuçlar görülmektedir. 9. Sınıf olan öğrenciler NDK puanları diğerlerinden daha yüksektir. Bu sonuçta yaş ile örtüşmektedir. Literatürde Türkmen ve Varol (2015) sınıf düzeyi düştükçe sportmenlik davranışının da arttığı, Esentürk, İlhan ve Çelik, (2017) ise öğrencilerin sportmenlik davranışlarının sınıf seviyesi arttıkça azaldığı sonuçlarına ulaşmıştır. Gök ve Sarıkol (2013)

spor lisesi öğrencilerinin fair play davranışlarını incelediği çalışmada, sınıf düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmamasına rağmen en yüksek ortalamanın 1.sınıf en düşük ortalamasının ise 4.sınıflarda olmasının dikkat çekici olduğunu ifade etmiştir. Çalışmadaki bulgularla bu sonuçlar ile benzerlik göstermektedir. Bunun sebebi olarak yeni bir eğitim kademesine geçen öğrenciler üst yaş ve sınıflara göre bir çekimserlik ve adaptasyon süreci yaşamalarından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersi fair play davranışlarında cinsiyete göre PDS, NDK ve TS puanlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Tüm boyutlarda kadınlar erkeklere göre daha fazla fair play davranışı sergilemektedir. Gümüş vd. (2016) yaptığı çalışmada benzer sonuçlar elde etmiş ve bu durumun ataerkil bir toplum yapısının etkili olmasından kaynaklanabileceğini ifade etmiştir. Certel, Bahadır ve Çelik (2020) ortaokul öğrencilerinin sportmenlik davranışlarını incelediği çalışmasında kız öğrencilerde erkek öğrencilere göre sportmenlik davranışlarının daha yüksek olduğunu tespit etmiştir. Turan (2020) ise okul sporlarına katılan ortaöğretim öğrencilerinin sporda ahlaktan uzaklaşma durumlarını incelediği çalışmada, erkek öğrencilerin kız öğrencilerden daha fazla sporda ahlaktan uzaklaşma gösterdiğini tespit etmiştir. Literatürdeki diğer çalışmalarda ise kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha fazla sportmenlik (fair play) tutumlarının olduğu görülmektedir (Koç ve Güllü, 2017; Tekeli, 2017; Keskin, 2015; Kafalı ve diğ., 2017; Akbuğa, 2018; Turan, 2020). Ökten (2009) kadınlar ile erkekler arasındaki farklılıkların sadece biyolojik bir farklılık olmadığını vurgularken, kadınların daha çok topluma uygun davranışlar sergilediğini de ifade etmektedir. Dolayısıyla Ataerkil bir toplum özelliği göstermemiz, kadınların topluma daha uyumlu davranışlar sergilemesi, bu sonuçlarda etkili olmuş olabilir.

Ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersi fair play davranışlarında lisanslı sporcu olup/olmama durumlarına göre PDS puanlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmezken, NDK ve TS puanlarında lisanslı sporcu olmayanlar lehine anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Bu sonuçlar bize lisanslı sporcuların fair play davranışlarından uzaklaştığını göstermektedir. Okul düzeyinde fair play davranışları iyi bir şekilde görülürken amatör müsabakalardaki lisanslı sporcuların fair play davranışlarının diğerlerine göre düşük olması, amatörlük ruhu ve fair play kavramının, kazanma hırsının önüne geçememesinden kaynaklanabilir.

Nitekim benzer bir sonuç olarak Gümüş vd. (2016) Ortaöğretim öğrencilerinde fair play davranışlarını araştırdığı çalışmada lisanslı sporcuların lisanslı olmayanlara göre aldatici ve yanıltıcı davranışları onayladıkları, takım çıkarları söz konusu olduğunda fair play kavramına daha az önem verdikleri sonucuna ulaşmıştır. Lisanslı sporcuların lisanslı olmayanlara göre fair play anlayışından uzaklaşması spor endüstrisinin içinde bulunduğu duruma bağlanmıştır.

Yabancı literatür incelendiğinde beden eğitimi derslerinin yanında uygulanan spor eğitim programının beden eğitimi ve spor etkinliklerine benzerlik gösterdiği, spor eğitim programlarının ise öğrencilerde fair play davranışlarının gelişiminde önemli etkilerinin olduğu çalışma sonuçlarına rastlanmıştır. Burgueño & Casaubón (2020) İspanya'da bir grup lise öğrencisinin sportmenlik yönelimlerinde, spor eğitiminin etkilerini incelediği çalışmada, uygulanan spor eğitim programı (16 haftalık basketbol eğitimi) sonucunda, spor eğitimi alan grupta (deney grubu) sportmenlik yönelimlerinde anlamlı bir artış tespit etmiştir. Bu etki sosyal geleneklere saygı, rakiplere ve hakemlere saygı, kurallara tam bağlılık ve saygı düzeyinde bir artış göstermektedir. Uygulanan spor eğitim programlarında öğrencilerin fair play davranışlarında bir artış olduğu sonucuna ulaşan benzer çalışma sonuçları da literatürde mevcuttur (Ang & Penny, 2013; Calderon, vd., 2016; Clarke & Quill, 2003; Sinelnikov & Hastie, 2008). Bunların yanı sıra García-López, Gutiérrez, González-Villora & Valero-Valenzuela (2012) spor eğitiminin ilkokul öğrencilerinde antisosyal ve görev dışı davranışların sayısını azalttığını gözlemledi. Méndez-Giménez, Fernández-Rio & Méndez-Alonso (2015) çalışmada spor eğitiminin ortaokul öğrencilerinin saygı düzeyini önemli ölçüde artırdığını, öğrencilerde sosyal gelenekler, kurallara ve hakemlere saygı ve rakiplere saygıda önemli ölçüde artış sağladığı sonucuna ulaşmıştır. Okullarda tüm eğitim kademelerinde uygulanan spor eğitim programlarının insani ahlaki ve vicdani değerlerin gelişiminde önemli olduğu görülmüştür.

Sonuç olarak araştırmada öne çıkan bulgular okul ortamlarında beden eğitimi ve spor dersi etkinliklerinde fair play davranışlarının oldukça iyi bir seviyede olduğu görülürken, yaşı 14 ve sınıfı 9 olanlarda daha fazla negatif davranışlardan kaçınma mevcuttur. Bayanlarda erkeklere göre fair play davranışları daha yüksektir. Lisanslı spor yapmayan bireylerde lisanslı spor yapanlara göre fair play davranışları daha yüksektir. Dolayısıyla bu sonuçlar

okul düzeyinde fair play davranışlarının iyi düzeyde olduğunu ancak amatör müsabakalarda mücadele içerisine giren sporcularda bir düşüş olduğunu göstermektedir. Eğitim ortamında kazanılan ahlaki davranışlar farklı sosyal ortamlardan etkilenmektedir. Alt yaş gruplarındaki amatör sporcuları çalıştıran antrenör ve takım yöneticilerinin sporda ahlak, etik ve fair play gibi ahlaki değerlerin kazandırılmasında önemli bir yerinin olduğu düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

1. Acar, H., Genç, S., Tutkun, E., ve Genç, A. (2019). Lise öğrencilerinde beden eğitimi ve spor dersinin sportmenlik davranışlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. (Muş İli Örneği). *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 21(1-A), 23-29.
2. Akbuğa, T. (2018). Ortaöğretimde okul takımlarında oynayan öğrencilerin ahlaki karar alma tutumlarının araştırılması. Yüksek lisans tezi. İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya.
3. Altun, M., & Güvendi, B. (2019). Ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersi sportmenlik davranışlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *OPUS International Journal of Society Researches*, 11(18), 2224-2240.
4. Ang, S. C., & Penney, D. (2013). Promoting social and emotional learning outcomes in physical education: Insights from a school-based research project in Singapore. *Asia-Pacific Journal of Health, Sport and Physical Education*, 4(3), 267-286.
5. Burgueño R, Medina-Casaubón J. (2020). Sport education and sportsmanship orientations: An intervention in high school students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(3), 837. <https://doi.org/10.3390/ijerph17030837>
6. Büyükoztürk, Ş. (2020). Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı (28.Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
7. Calderon, A., Martínez de Ojeda, D., Valverde, J. J., & Méndez-Gimenez, A. (2016). "Now we help ourselves more": team-teaching and social classroom climate. Experience with Sport Education. *RICYDE: Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 12(44), 121-136.
8. Certel, Z. Bahadır, Z., ve Çelik, B. (2020). Ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersi sportmenlik davranışları. *Spor ve performans araştırmaları dergisi*, 11(3), 221-230.
9. Clarke, G., & Quill, M. (2003). Researching sport education in action: a case study. *European physical education review*, 9(3), 253-266.
10. Esentürk, O. K., İlhan, E. L., ve Celik, 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.
11. Gök, O., ve Sarıkol, E. (2023). Spor lisesi öğrencilerinin fair-play davranışlarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Yalova Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 70-86.
12. Gümüş, H., Saraçlı, S., Karakullukçu, Ö. F., Doğanay, G., & Kurtipek, S. (2016). Ortaöğretim öğrencilerinde fair play kavramı. *International Journal of Sport Culture and Science*, 4(Special Issue 2), 430-438.
13. Hacıcaferoğlu, S., Selçuk, M., Hacıcaferoğlu, B., & Karataş, Ö. (2015). Ortaokullarda işlenen beden eğitimi ve spor derslerinin, sportmenlik davranışlarına katkısının bazı

- değişkenler açısından incelenmesi. *International Journal of Sport Culture and Science*, 3(Special Issue 4), 557-566.
14. Kafalı, S., Hünkar, İ., Keçeci, O. ve Demiray, E. (2017). Bireysel spor ve takım sporu yapan sporcuların saldırganlık düzeylerinin araştırılması. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10(50): 386-390.
 15. Karasar, N. (2020). Bilimsel araştırma yöntemi (36.Baskı). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
 16. Keskin, C. (2015). Liseler arası müsabakalara katılan sporcu öğrencilerin saldırganlık durumlarının araştırılması (Zonguldak -Kozlu Örneği), Yüksek Lisans Tezi. Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
 17. Koç, Y., ve Güllü, M. (2017). Lise öğrencilerinin beden eğitimi dersi sportmenlik davranışlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *SPORMETRE, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 15(1), 19-30.
 18. Küçükkatçeken, V. (2019). Amatör kulüplerde futbol oynayan sporcuların fair play anlayışlarının incelenmesi, Yüksek Lisans Tezi. Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Karaman.
 19. Malhotra, N. K. (2004). *Marketing Research an Applied Orientation*, 4. Edition, Pearson Prentice Hall, New Jersey.
 20. MEB,(2018).<http://mufredat.meb.gov.tr/Dosyalar/2018120201950145BEDEN%20EGITIMI%20VE%20SPOR%20OGRETIM%20PROGRAM%202018.pdf>.
 21. MEB,(2018).[http://mufredat.meb.gov.tr/Dosyalar/2018120203530835Beden%20Egitimi%20ve%20Spor%20Dersi%20Ogretim%20Program%C4%B1%20\(ORTOGRT\)%2020.01.2018.pdf](http://mufredat.meb.gov.tr/Dosyalar/2018120203530835Beden%20Egitimi%20ve%20Spor%20Dersi%20Ogretim%20Program%C4%B1%20(ORTOGRT)%2020.01.2018.pdf).
 22. Méndez-Giménez, A., Fernández-Río, J., & Méndez-Alonso, D. (2015). Sport education model versus traditional model: effects on motivation and sportsmanship. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Fisica y del Deporte*, 15(59).
 23. Miguel Garcia-Lopez, L., Gutierrez Diaz del Campo, D., Gonzalez-Villora, S., & Valero Valenzuela, A. (2012). Changes in empathy, assertiveness and social relations due to the implementation of the Sport Education Model. *Revista de Psicología del Deporte*, 21(2), 321-330.
 24. Ökten, Ş. (2009). Toplumsal cinsiyet ve iktidar: Güneydoğu anadolu bölgesi'nin toplumsal cinsiyet düzeni. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 2(8), 302-3012.
 25. Sinelnikov, O., & Hastie, P. (2008). Teaching sport education to Russian students: An ecological analysis. *European Physical Education Review*, 14(2), 203-222.
 26. Tekeli, H. (2017). Ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi dersinde sportmenlik davranışlar sergileme düzeylerinin bazı demografik değişkenlere göre incelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Burdur.
 27. Türkmen, M., ve Varol, S. (2015). Beden eğitimi ve spor dersinin ortaokul öğrencileri üzerinde sportmenlik davranışı oluşturma etkisinin belirlenmesi:(Bartın İl Örneği). *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 42-64.
 28. Yıldırım, İ. (2002). Fair play: kapsamı, Türkiye'deki görünümü ve geliştirme perspektifleri, 7. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi'ne (27-29 Ekim 2002, Antalya) sunulan bildiri.
 29. Yıldırım, İ. (2005). Fair play eğitiminde beden eğitiminin rolü. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 10 (1), 3 - 16.



DÜZCE UNIVERSITY
FACULTY OF SPORT SCIENCES

Serbest Zaman Engelleri ve Kolaylaştırıcılar: Üniversite Öğrencileri Örneği

Zülbiye KAÇAY^{1A}, Fikret SOYER^{2B}, Cihan AYHAN^{3C}

¹ Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

² Balıkesir Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

³ Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Address Correspondence to Zülbiye KAÇAY: e-mail: zzkacay@gmail.com

* Bu makale, 16-19 Aralık 2019 tarihleri arasında International Euroasia Congress on Scientific Researches and Recent Trends-V Bakü 'de sözlü bildiri olarak sunulmuştur

A:Orcid ID: 0000-0002-9794-0888 B:Orcid: 0000-0002-9910-8198 C:Orcid: 0000-0002-7633-1389

Özet

Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinin serbest zaman etkinliklerine katılım engelleri ve kolaylaştırıcılarına yönelik farklılıkların incelenmesi ve serbest zaman engelleri ile kolaylaştırıcılar arasındaki ilişkinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Çalışmada, bireylerin rekreasyonel etkinliklere katılımının önündeki engelleri belirlemek amacı ile Alexandris ve Carroll (1997) tarafından geliştirilen, Karaküçük ve Gürbüz (2007) tarafından Türkçe'ye uyarlanan, Gürbüz, Öncü ve Emir (2012) tarafından doğrulayıcı faktör analizi ile faktör yapısı yeniden test edilen "Serbest Zaman Engelleri Ölçeği" kullanılmıştır. Ek olarak, bireylerin serbest zaman etkinliklere katılımını kolaylaştıran faktörleri belirlemek amacı ile Kim ve ark. (2011) tarafından geliştirilen, Gürbüz, Öncü ve Emir (2015) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Serbest Zaman Kolaylaştırıcıları Ölçeği" kullanılmıştır. Örneklem seçiminde kolayda örnekleme yöntemi, verilerin toplanmasında ise yüz yüze anket yöntemi tercih edilmiştir. Elde edilen verilerin analizinde SPSS paket programı aracılığıyla Tanımlayıcı İstatistikler, Independent Sample t-test, One-way ANOVA ve Pearson Korelasyon Analizi kullanılmıştır. Araştırmanın örneklem grubunu, 569 Kadın (%53,4) 497 Erkek (%46,6) olmak üzere toplam 1066 gönüllü katılımcı oluşturmaktadır. Araştırma bulguları incelendiğinde, serbest zaman engelleri ve serbest zaman kolaylaştırıcıları alt boyutlarının çeşitli değişkenlere göre farklılık gösterdiği ve serbest zaman engelleri ile kolaylaştırıcıları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Sonuç olarak, üniversite öğrencilerinin aktivitelere katılım sırasında karşılaştıkları engel düzeyi arttıkça serbest zaman kolaylaştırıcılarının artış gösterdiği tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Serbest Zaman, Serbest Zaman Engelleri, Serbest Zaman Kolaylaştırıcıları, Üniversite Öğrencileri

Leisure Constraints and Facilitators: The Example of University Students

Abstract

This study aimed to examine the differences in the constraints and facilitators of university students' participation in leisure activities and to determine the relationship between leisure constraints and facilitators. The "Leisure Constraints Scale" developed by Alexandris and Carroll (1997) and adapted to Turkish by Gürbüz, Öncü, and Emir (2012) was used to determine the factors that might prevent individuals from participating in leisure activities. In order to determine the leisure constraint on individuals' participation in recreational activities, the "Leisure Constraint Scale" was developed by Alexandris and Carroll (1997), adapted into the Turkish language by Karaküçük and Gürbüz (2007), and its factor structure was retested with confirmatory factor analysis by Gürbüz, Öncü, and Emir (2012) was used. Additionally, in order to determine the factors that facilitate individuals' participation in leisure activities, the "Leisure Facilitators Scale", developed by Kim et al. (2011) and adapted into Turkish by Gürbüz, Öncü, and Emir (2015), was used in this study. The convenience sampling method was preferred in sample selection, and the face-to-face survey method was preferred in data collection. Descriptive Statistics, Independent Sample t-test, One-way ANOVA, and Pearson Correlation Analysis were used in the analysis of the data obtained using the SPSS package program. The study samples consist of a total of 1066 volunteer participants, including 569 women (53.4%) and 497 men (46.6%). When the research findings were examined, it was determined that the sub-dimensions of leisure constraints and leisure facilitators differed according to various variables and that there was a positive significant relationship between leisure constraints and facilitators. As a result, it was determined that as the level of leisure constraints encountered by university students while participating in leisure activities increases, the number of leisure facilitators increases.

Key Words: Leisure, Leisure constraint, Leisure facilitator, University Students

GİRİŞ

Modern hayatın yoğun temposunda önemli bir etkiye sahip olan serbest zaman kavramı iş ve günlük sorumlulukları arasında, insanların rahatlamak, ilgi alanlarını takip etmek ve genel yaşam kalitesini artırmak için kendilerine ayırdıkları zaman dilimi olarak ifade edilebilir. Başka bir ifadeyle serbest zaman; bireyin kendisi ve başkaları için bütün zorunluluklardan veya bağlantılardan kurtulduğu çalışma, uyku, yemek yeme ve diğer zorunlu işlerden arda kalan zaman dilimi olarak tanımlanmaktadır (Kemp & Pearson, 1997; Howe & Carpenter, 1985; Parker & Downie, 1981). Serbest zaman olgusu günümüzde giderek önem kazanmakta ve hemen hemen her kesimden insanın hayatının odağına yerleşmektedir. Toplumsal refah düzeyinin artmasıyla birlikte daha iyi yaşam koşullarına ulaşılması toplumdaki bireylerin sahip olduğu serbest zaman süresini artırmaktadır (Kurar & Baltacı, 2014). Rekreatif etkinliklere katılım için kişinin özgürce kullanabileceği bu zaman diliminin tamamen çalışma ve zorunlu ihtiyaçlar için ayrılan zaman dışında olması gerekmektedir (Demirel & Harmandar, 2009). Bu zaman dilimi bireylerin ihtiyaçları doğrultusunda şekillenebilir (Barker, 2012). Rekreatif etkinliklere duyulan ihtiyaç bireyin ihtiyaçları arasında önemli bir yere sahiptir.

Rekreasyon ile ilgili alan yazında çalışmalar yapan birçok araştırmacı, her bireyin fiziksel ve zihinsel olarak günlük yaşamın stresinden uzak bir serbest zaman deneyimi yaşaması gerektiğini ve her bireyin özgürce bir rekreatif etkinlik seçme hakkına sahip olduğunu savunmaktadır (Gürbüz ve Henderson, 2014; Iso-Ahola, 2019; Kim, Brown & Yang, 2017).

Serbest zaman değerlendirme toplumun her kesimi için ciddi bir öneme sahiptir (Demir ve Demir, 2007). Kenioua ve Boumasjed (2016)'e göre öğrencilerin rekreatif etkinliklere katılması, davranış ve kişiliklerinin yanısıra mental sağlıklarının da gelişimini, öğrencilerin kaliteli bir yaşam biçimine (Leifa ve Zheleznyak, 2017) ve pozitif sosyal davranışlara sahip olmalarını ayrıca da, genç nüfusun zararlı alışkanlıklardan korunmasını sağlamaktadır (Richmond ve ark., 2018; Tuncay, 2000). Bu araştırmalar doğrultusunda, rekreasyonel etkinliklere katılan bireylerin olumlu faydalar elde ettikleri görülmektedir. Ancak rekreasyonel etkinliklerin sağlamış olduğu olumlu katılara rağmen bireylerin bu etkinliklere katılırken bireysel, çevresel ve ekonomik yönden bazı engellerle karşılaştığı görülmektedir.

“Engel” kavramı, serbest zaman literatüründe “bireyin serbest zamanlarında rekreatif etkinliklere katılımını engelleyen veya kısıtlayan ve birey tarafından karşılaşılan nedenleri ifade etmektedir (Karaküçük & Gürbüz, 2008).

Bireyin boş zaman faaliyetlerine katılmasını önleyen, tekrar sayısını azaltan, katılım arzusunu kıran, aktivite hizmetlerinin avantajını ortadan kaldıran faktörler (Jackson ve Henderson, 1995) olarak tanımlanan serbest zaman engelleri, 1980'lerden itibaren serbest zaman literatüründe önemli bir yere sahip olmaya başlamıştır (Jackson, 1983). Serbest zaman literatürüne “engeller” olarak giren bu faktörler aslında serbest zaman aktivitelerine katılımı durdurmakta, aktiviteye katılımı “kısıtlayıcı” faktörler olarak karşımıza çıkarmaktadır. Bireylerin serbest zaman aktivitelerine katılımında birtakım engellere sahip olması, aktiviteye katılmayacağı anlamına gelmemektedir. Bireyler karşılaştıkları engellerle baş etmek için bazı stratejiler geliştirebilir ve serbest zaman aktivitelerine katılım gerçekleştirebilir. Bireyin strateji tercihlerinin arka planında yatan ise serbest zaman aktivitelerine katılımı kolaylaştıran faktörlerdir (Hubbard ve Mannel, 2001; Kim ve ark., 2011).

Engeller yaklaşımı, ihtiyaçlar hiyerarşisinden yola çıkarak insanın temelde bir aktiviteye katılım arzusu veya ihtiyacı olduğunu varsaymaktadır. Bu yaklaşımı anlamak için bireylerin serbest zaman aktivitelerine katılma ve/veya katılmama sebeplerinin altında yatan faktörleri bilmek gerekmektedir (Jackson, 1997). Eğer birey bir aktiviteye katılmıyorsa arka planında mutlaka engelleyici faktörler vardır, ancak aktiviteye katılım sağlıyorsa mutlaka kolaylaştırıcı birtakım faktörlere sahiptir (Raymore, 2002). Engel yaklaşımının temelinden yola çıkılarak oluşturulan kolaylaştırıcılar modelinde bireylerin aktivitelere katılıp katılmama durumlarının altında yatan faktörler incelenmiştir.

Bu doğrultuda, araştırmada üniversite öğrencilerinin serbest zaman etkinliklerine katılım engelleri ve kolaylaştırıcılarına yönelik farklılıkların incelenmesi ve serbest zaman engelleri ile kolaylaştırıcılar arasındaki ilişkinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Araştırma, nicel araştırma deseni esas alınarak gerçekleştirilmiştir. Çok sayıda elemandan oluşan bir evrende, evren hakkında genel bir yargıya varmak amacıyla evrenin tümü ya da ondan alınacak bir örneklem üzerinde taramanın yapıldığı genel tarama modeli uygulanmıştır (Karasar, 2012)

Araştırma Grubu

Araştırmaya, 569 Erkek (%53,4) 497 Kadın (%46,6) olmak üzere toplam 1066 üniversite öğrencisi gönüllü olarak katılım göstermiştir. Araştırmada üniversite öğrencilerinin belirli bir kısma ulaşmak amaçlanmış olup yüz yüze anket yöntemiyle toplam 1200 anket uygulanmış, eksik ve hatalı olanlar çıkarıldığında toplam 1066 katılımcıya ulaşılmıştır.

Cinsiyet	Sıklık	%
Erkek	569	53,4
Kadın	497	46,6
Yaş	Sıklık	%
19 Yaş ve altı	298	28,0
20 yaş	272	25,5
21 yaş	200	18,8
22 yaş ve üzeri	296	27,8
Sınıf	Sıklık	%
1	271	25,4
2	392	36,8
3	239	22,4
4	164	15,4

Veri Toplama Araçları

Çalışmada veri toplama aracı olarak kullanılan form üç bölümden oluşmaktadır. Birinci bölüm olan "Kişisel Bilgi Formu", katılımcıların; cinsiyet, yaş ve gelir gibi demografik ve katılıma yönelik bilgilerini tespit etmek için kullanılmıştır. İkinci bölümde, bireylerin rekreasyonel etkinliklere katılımının önündeki engelleri belirlemek amacı ile Alexandris ve Carroll (1997) tarafından geliştirilen, Karaküçük ve Gürbüz (2007) tarafından Türk kültürüne uyarlanan, Gürbüz, Öncü ve Emir (2012) tarafından doğrulayıcı faktör analizi ile faktör yapısı yeniden test edilen 'Boş Zaman Engelleri Ölçeği-BZEÖ' dir. Ölçek, 6 alt faktör (Birey Psikolojisi, Bilgi Eksikliği, Tesis, Arkadaş Eksikliği, Zaman, İlgi Eksikliği) ve 18

maddeden oluşmaktadır. Ölçek maddeleri (1) 'Kesinlikle Önemsiz', (2) 'Önemsiz', (3) 'Önemli' ve (4) 'Çok Önemli' biçiminde puanlanmaktadır. Bu çalışma kapsamında güvenilirlik katsayısı toplam ölçek için 0.86 olarak hesaplanmıştır.

Çalışmada kullanılan bir diğer veri toplama aracı ise bireylerin serbest zaman etkinliklere katılımını kolaylaştıran faktörleri belirlemek amacı ile Kim ve ark. (2011) tarafından geliştirilen, Gürbüz, Öncü ve Emir (2015) tarafından Türkçeye uyarlanan 'Serbest Zaman Kolaylaştırıcıları Ölçeği (SZKÖ)' kullanılmıştır. 3 faktörlü (Kişisel Kolaylaştırıcılar, Kişilerarası Kolaylaştırıcılar, Yapısal Kolaylaştırıcılar) bir yapıya sahip olan ölçek, 16 maddeden oluşmaktadır. Ölçek maddeleri (1) 'Hiç Önemli Değil', (2) 'Az Önemli', (3) 'Orta Derecede Önemli', (4) 'Önemli' ve (5) 'Çok Önemli' biçiminde puanlanmaktadır. Ölçeğin bu çalışma kapsamında hesaplanan güvenilirlik katsayısı toplam ölçek için 0.86'dır.

Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen verilerin analizinde SPSS paket programı kullanılmıştır. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek için çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri kontrol edilmiştir. Bu değerler +2 ve -2 arasında kontrol edilip değerlendirmeye alınmıştır (George & Mallery, 2003). Bu değerlendirme sonucunda verilerin normal dağılım gösterdiği görülmüştür. Bu doğrultuda tanımlayıcı istatistik yöntemi, Independent Sample t-test, One-way ANOVA ve Pearson Korelasyon analizlerinden yararlanılmıştır.

BULGULAR

Tablo 2. Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Serbest Zaman Engelleri ve Kolaylaştırıcılara İlişkin Farklılık

Değişkenler	Cinsiyet	N	Ort.	S.S.	t	p	
Serbest Zaman Engelleri	Birey Psikolojisi	Erkek	569	2,60	,70	-2,320	,021
		Kadın	497	2,70	,70		
	Bilgi Eksikliği	Erkek	569	2,71	,77	-1,678	,094
		Kadın	497	2,79	,77		
	Tesis	Erkek	569	2,97	,71	1,323	,186
		Kadın	497	2,91	,73		
	Arkadaş Eksikliği	Erkek	569	2,41	,70	-,796	,426
		Kadın	497	2,45	,78		
	Zaman	Erkek	569	2,71	,62	-1,010	,313
		Kadın	497	2,75	,63		
	İlgi Eksikliği	Erkek	569	2,58	,68	,467	,641
		Kadın	497	2,56	,74		
Kolaylaştırıcılar	Kişisel Kolaylaştırıcılar	Erkek	569	3,71	,78	-1,655	,098
		Kadın	497	3,79	,80		
	Kişilerarası Kolaylaştırıcılar	Erkek	569	3,06	,86	-,928	,354
		Kadın	497	3,10	,84		
	Yapısal Kolaylaştırıcılar	Erkek	569	3,54	,72	-1,706	,088
		Kadın	497	3,62	,69		

p<,05*

Analiz sonuçları incelendiğinde, cinsiyete göre serbest zaman engellerinin birey psikolojisi alt boyutunda istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir (p<,05). Öte yandan, serbest zaman engellerinin diğer tüm alt boyutları ve serbest zaman kolaylaştırıcılarının tüm alt boyutlarında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir (p>,05).

Tablo 3. Katılımcıların Yaşlarına Göre Serbest Zaman Engelleri ve Kolaylaştırıcılara İlişkin Farklılık Analizi Sonuçları

Değişkenler	Yaş	N	Ort.	S.S.	F	P	Farkın Kaynağı	
Serbest Zaman Engelleri	Birey Psikolojisi	19 yaş ve altı ^a	298	2,53	,68	3,690	,012	a-d
		20 Yaş ^b	272	2,67	,66			
		21 Yaş ^c	200	2,69	,73			
		22 Yaş ve üzeri ^d	296	2,70	,73			
		Toplam	1066	2,64	,70			
	Bilgi Eksikliği	19 yaş ve altı ^a	298	2,64	,81	2,731	,043	a-b,c,d
		20 Yaş ^b	272	2,79	,74			
		21 Yaş ^c	200	2,78	,71			
		22 Yaş ve üzeri ^d	296	2,80	,80			
		Toplam	1066	2,75	,77			
	Tesis	19 yaş ve altı ^a	298	2,92	,73	,251	,861	-
		20 Yaş ^b	272	2,93	,71			
		21 Yaş ^c	200	2,96	,68			
		22 Yaş ve üzeri ^d	296	2,97	,75			
		Toplam	1066	2,95	,72			
	Arkadaş Eksikliği	19 yaş ve altı ^a	298	2,42	,72	3,165	,024	b-c
		20 Yaş ^b	272	2,33	,76			
		21 Yaş ^c	200	2,55	,76			
		22 Yaş ve üzeri ^d	296	2,44	,74			
		Toplam	1066	2,43	,74			
Zaman	19 yaş ve altı ^a	298	2,65	,65	2,164	,091	-	
	20 Yaş ^b	272	2,72	,62				
	21 Yaş ^c	200	2,78	,57				
	22 Yaş ve üzeri ^d	296	2,76	,63				
	Toplam	1066	2,73	,63				
İlgi Eksikliği	19 yaş ve altı ^a	298	2,53	,70	,560	,641	-	
	20 Yaş ^b	272	2,59	,72				
	21 Yaş ^c	200	2,56	,71				
	22 Yaş ve üzeri ^d	296	2,60	,69				
	Toplam	1066	2,57	,71				
Kolaylaştırıcılar	Kişisel Kolaylaştırıcılar	19 yaş ve altı ^a	298	3,69	,77	3,215	,022	c-d
		20 Yaş ^b	272	3,81	,76			
		21 Yaş ^c	200	3,86	,74			
		22 Yaş ve üzeri ^d	296	3,67	,85			
		Toplam	1066	3,75	,79			
	Kişilerarası Kolaylaştırıcılar	19 yaş ve altı ^a	298	3,06	,78	2,212	,097	-
		20 Yaş ^b	272	3,06	,87			
		21 Yaş ^c	200	3,21	,78			
		22 Yaş ve üzeri ^d	296	3,02	,93			
		Toplam	1066	3,08	,85			
	Yapısal Kolaylaştırıcılar	19 yaş ve altı ^a	298	3,48	,71	3,702	,011	a-b,c
		20 Yaş ^b	272	3,64	,68			
		21 Yaş ^c	200	3,66	,67			
		22 Yaş ve üzeri ^d	296	3,55	,73			
		Toplam	1066	3,58	,71			

p<,05*

Analiz sonuçları incelendiğinde, serbest zaman engellerinin tesis, zaman, ilgi eksikliği ve serbest zaman kolaylaştırıcılarının kişilerarası kolaylaştırıcılar alt boyutlarında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir ($p > ,05$). Öte yandan, serbest zaman engellerinin birey psikolojisi, bilgi eksikliği ve arkadaş eksikliği alt boyutlarında, serbest zaman kolaylaştırıcılarının kişisel kolaylaştırıcılar ve yapısal kolaylaştırıcılar alt boyutlarında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir ($p < ,05$).

Tablo 4. Serbest Zaman Engelleri ve Kolaylaştırıcılar Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Serbest Zaman Engelleri	Birey Psikolojisi (1)	r 1							
		p							
	Bilgi Eksikliği (2)	r ,393**	1						
		p ,000							
	Tesis (3)	r ,217**	,414**	1					
		p ,000	,000						
Arkadaş Eksikliği (4)	r ,207**	,182**	,185**	1					
	p ,000	,000	,000						
Zaman (5)	r ,286**	,310**	,256**	,268**	1				
	p ,000	,000	,000	,000					
İlgi Eksikliği (6)	r ,361**	,348**	,269**	,220**	,394**	1			
	p ,000	,000	,000	,000	,000				
Kolaylaştırıcılar	Kişisel	r ,112**	,182**	,251**	,049**	,232**	,101**	1	
	Kolaylaştırıcılar (7)	p ,000	,000	,000	,094	,000	,001		
	Kişilerarası	r ,089**	,109**	,103**	,349**	,096**	,093**	,284**	1
	Kolaylaştırıcılar (8)	p ,004	,000	,001	,000	,002	,002	,000	
	Yapısal	r ,126**	,231**	,223**	,156**	,298**	,134**	,593**	,380**
Kolaylaştırıcılar (9)	p ,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	

p< ,01**

Analiz sonuçları incelendiğinde, serbest zaman engelleri ölçeğinin tüm alt boyutlarıyla kolaylaştırıcıların tüm alt boyutları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir (p< ,001).

TARTIŞMA

Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere katılımları sırasında karşılaştıkları engeller ve kolaylaştırıcılar arasındaki ilişkinin tespit edilmesi ve bu parametrelerin çeşitli değişkenlere göre farklılık gösterip göstermediğinin araştırılması amaçlanmıştır.

Analiz sonuçları incelendiğinde, katılımcıların cinsiyetlerine göre serbest zaman engellerinin birey psikolojisi alt boyutunda istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuca göre; kadın katılımcıların erkek katılımcılardan daha fazla engelle karşılaştığı görülmüştür. İlgili alanda yapılan bazı çalışmalarda bu çalışmanın sonucuna benzer sonuçlar elde edilmiş olup, cinsiyetin boş zaman engelleri üzerinde anlamlı bir farklılık gösterdiği ve kadınların erkeklerden daha çok engelle karşılaştığı sonucuna ulaşılmıştır (Shaw, 1994; Jackson & Henderson, 1995; Alexandris & Carroll, 1997; Misra & McKean, 2000; Han, 2004; Jackson, 2005; Santos & diğ., 2010; Dias, Loch ve Ronque, 2015). Bu çalışmayı destekler nitelikteki sonuçlara ilişkin, kadınların erkeklere göre daha fazla engelle karşılaşması bu çalışmada çıkan sonuçlar doğrultusunda günümüzde halen devam eden bir durum olduğu görülmüştür. Ailelerin kız çocuklarına; rekreatif

etkinliklere katılımları konusunda yeterince destek vermemeleri, toplumun kız çocukları üzerinde aşırı baskısı, özgürce katılabilecekleri etkinliklere fırsat verilmemesinden kaynaklanabileceği düşünülmektedir (Ayhan, Eskiler ve Soyer, 2017; Raymore, Godbey & Crawford, 1994; Harrington & Dawson, 1995; Jackson & Henderson, 1995).

Yine katılımcıların yaş gruplarına göre serbest zaman engellerinin tesis, zaman, ilgi eksikliği ve serbest zaman kolaylaştırıcılarının kişilerarası kolaylaştırıcılar alt boyutlarında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir (p> ,05). Öte yandan, serbest zaman engellerinin birey psikolojisi, bilgi eksikliği ve arkadaş eksikliği alt boyutlarında, serbest zaman kolaylaştırıcılarının kişisel kolaylaştırıcılar ve yapısal kolaylaştırıcılar alt boyutlarında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir (p< ,05). Bu sonuç, serbest zaman engellerinin birey psikolojisi alt boyutunda, 19 yaş ve altı katılımcıların puan ortalamaları ile 22 yaş ve üzeri katılımcıların puan ortalamaları arasında, bilgi eksikliği alt boyutunda 19 yaş ve altı katılımcıların puan ortalamaları ile 20, 21 ve 22 yaş ve üzeri katılımcıların puan ortalamaları arasında, arkadaş eksikliği alt boyutunda 20 yaşındaki katılımcıların puan ortalamaları ile 21 yaşındaki katılımcıların puan ortalamaları arasında farklılık olduğu görülmüştür. Ek olarak, serbest zaman kolaylaştırıcılarının kişisel kolaylaştırıcılar alt boyutunda, 21 yaş ve 22 yaş ve üzeri katılımcıların puan ortalamaları arasında, yapısal kolaylaştırıcılar alt boyutunda 19 yaş ve altı katılımcılar ile 20 ve 21

yaş grupları arasındaki katılımcıların puan ortalamaları arasında farklılık olduğu tespit edilmiştir. Bu araştırmada bulunan sonucu destekler nitelikte ilgili alan yazında çalışmalar yer almaktadır (Amin ve diğ., 2011; Ekinci ve diğ., 2014; Alexandris ve Carrol, 1997).

Araştırma bulgularına göre rekreasyonel engeller ile kolaylaştırıcılar arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Literatürde bu sonuçları destekler nitelikte çalışmalar yer almaktadır (Koçak, 2017; Alvarado ve diğ., 2015; Shields ve diğ., 2011). Nitekim, katılımcıların rekreasyonel engel puanları arttıkça kolaylaştırıcılar da artış göstermektedir. Bireyler rekreasyonel etkinliklere katılım esnasında ne kadar çok engelle karşılaşırsa başa çıkmak için daha fazla kolaylaştırıcıya ihtiyaç duyacaktır. Dolayısıyla engel puanı arttıkça kolaylaştırıcı puanlarının artış göstermesi beklenen bir durumdur. Serbest zaman kolaylaştırıcıları, serbest zamanı daha verimli ve tatmin edici bir şekilde değerlendirmek için kullanabilecek araçlar ve stratejilerdir. Bu kolaylaştırıcılar, rekreasyonel engelleri azaltarak rekreasyonel etkinliklere katılımı artırmaya katkıda bulunacaktır. Bu durum bireylerin daha fazla deneyim yaşamasına ve fiziksel, ruhsal, sosyal açıdan faydalar elde etmesine katkıda bulunacaktır.

Sonuç olarak, kadın katılımcıların boş zamanlarında önemli oranda engelle karşılaştığı görülmektedir. Dolayısıyla bu engellerin ortadan kaldırılması amacıyla; kadın katılımcılara boş zaman aktiviteleri hakkında yeterince bilgi verilmesi, aktivitelere düzenli olarak katılmalarını sağlamak amaçlı çeşitli kurumlar tarafından gerekli imkânların (güvenlik vb.) sağlanması ve ailelerin bu aktivitelere katılmaları için kadın katılımcılara fırsat vermesi katılımcıların karşılaştıkları engelleri önemli oranda azaltabileceği düşünülmektedir. Ek olarak, katılımcıların karşılaştıkları engeller arttıkça daha fazla kolaylaştırıcı arayışına yöneldiği görülmektedir. Bu çalışmada serbest zaman engelleri ve kolaylaştırıcılar arasındaki ilişki araştırıldı. Gelecek çalışmalarda engeller ve kolaylaştırıcılarla birlikte motivasyon, serbest zaman ilgilenimi, rekreasyonel uzmanlaşma gibi değişkenlerle yapısal eşitlik modellemesi gerçekleştirilebilir. Ayrıca bu araştırmada Türkiye'deki üniversite öğrencileri araştırma grubu olarak belirlendi. Gelecek çalışmalarda kültürler arası farklılıklara bakmak amacıyla diğer ülkeler dahil edilerek karşılaştırmalı çalışmalar gerçekleştirilebilir.

KAYNAKLAR

1. Alexandris, K. & Carroll, B. (1997). Demographic differences in the perception of constraints on recreational sport participation: Results from a study in Greece. *Leisure Studies*, (16), 107-125.
2. Alvarado, M., Murphy, M. M., & Guell, C. (2015). Barriers and facilitators to physical activity amongst overweight and obese women in an Afro-Caribbean population: A qualitative study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 12(1), 97.
3. Amin, T. T., Suleman, W., Ali, A., Gamal, A., & Al Wehedy, A. (2011). Pattern, Prevalence, and Perceived Personal Barriers Toward Physical Activity Among Adult Saudis in Al-Hassa, KSA. *Journal Of Physical Activity & Health*, 8(6), 775-784.
4. Ayhan, C., Eskiler, E. & Soyer, F. (2017). Aktif sporcuların rekreatif etkinliklere katılmalarına engel oluşturabilecek faktörlerin yaşam tatmini ve yaşam kalitesi üzerine etkisi. *ERPA International Congresses on Education, Hungary*, 164-175, Budapest/Hungary.
5. Barker, T.S. (2012). Time and the digital: Connecting technology, aesthetics, and a process philosophy of time. Dartmouth College Press, Hanover/Germany.
6. Demir, C. & Demir, N. (2007). Bireylerin boş zaman faaliyetlerine katılmalarını etkileyen faktörler ile cinsiyet arasındaki ilişki: Lisans öğrencilerine yönelik bir uygulama. *Ege Akademik Bakış Dergisi*, 6(1), 36-48.
7. Demirel, M. & Harmandar, D. (2009). Üniversite öğrencilerinin rekreasyonel etkinliklere katılmalarında engel oluşturabilecek faktörlerin belirlenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(1), 839-846.
8. Dias, D.F., Loch, M.R., & Ronque, E. V. (2015). Perceived barriers to leisure-time physical activity and associated factors in adolescents. *Ciencia & Saude Coletiva*, (11), 3339. DOI:10.1590/1413-812320152011.00592014
9. Ekinci, N.E., Kalkavan A., Üstün Ü.D. & Gündüz B. (2014). Üniversite öğrencilerinin sportif ve sportif olmayan rekreatif etkinliklere katılmalarına engel olabilecek unsurların incelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 1(1),1-13.
10. George, D. & Mallery, M.P. (2001). Using SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference. Boston, MA: Allyn & Bacon.
11. Gürbüz, B. & Karaküçük, S. (2008). Boş zaman engelleri ölçeği-28: ölçek geliştirme, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. Cilt: XII, Sayı: 1 3-10.
12. Gürbüz, B., Öncü, E. & Emir, E. (2015). Adaptation of leisure facilitator scale to Turkish: A validity and reliability study. 3rd Recreation Research Congress, Eskişehir, Turkey.
13. Gürbüz, B., & Henderson, K. A. (2014). Leisure activity preferences and constraints: Perspectives from Turkey. *World Leisure Journal*, 56(4), 300-316.
14. Han, W. J. (2005). Leisure participation and constraints: The case of Korean Americans. Doctoral dissertation. The Pennsylvania State University, USA.
15. Harrington, M. & Dawson, D. (1995). Who has it best? Women's labour force participation, perceptions of leisure and constraints to enjoyment of leisure. *Journal of Leisure Research*, 27(1): 4-24.
16. Howe, C. Z. & Carpenter, G. M. (1985). Programming leisure experiences: A cyclical approach. Prentice-Hall Inc.
17. Hubbard, J., & Mannell, R. C. (2001). Testing competing models of the leisure constraint negotiation process in a corporate employee recreation setting. *Leisure Sciences*, 23(3), 145-163.
18. Iso-Ahola, S. E. (1980). Toward a dialectical social psychology of leisure and recreation. *Toward a dialectical social psychology of leisure and recreation.*, 19-37.
19. Jackson, E. L. (1983). Activity specific barriers to recreation participation. *Leisure Sciences*, 6(1), 47-60.

20. Jackson, E. L. (1997). In the Eye of the Beholder: 1 A Comment on Samdahl & Jekubovich (1997), "A critique of leisure constraints: comparative analyses and understandings". *Journal of Leisure Research*, 29(4), 458-468.
21. Jackson, E. L., & Henderson, K. A. (1995). Gender-based analysis of leisure constraints. *Leisure sciences*, 17(1), 31-51.
22. Jackson, E.L. (2005). *Constraints to leisure*. State College, PA: Venture Pub., Inc.
23. Jackson, E.L. & Henderson, K. (1995). Gender-based analysis of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 17: 31-51.
24. Karaküçük, S. & Gürbüz, B. (2007). *Rekreasyon ve kent(lî)leşme*. Gazi Kitabevi, Ankara.
25. Karasar, N. (2012). *Bilimsel Araştırma yöntemi*. Nobel Yayın Dağıtım, 21.Baskı, Ankara.
26. Kemp, K. & Pearson, S. (1997). *Leisure and tourism*. Longman Press, 2. Great Britain.
27. Kenioua, M., & Boumasjed, A.E. (2016). Sport and mental health level among university students. *Physical Education Of Students*, 20(3), 39-42. DOI:10.15561/20755279.2016.0305
28. Kim, B., Heo, J., Chun, S. & Lee, Y. (2011). Construction and initial validation of the leisure facilitator scale. *Leisure/Loisir*, 35(4): 391-405.
29. Kim, J. H., Brown, S., & Yang, H. (2017). Types of Leisure, Leisure Motivation, and Well-being in University Students With an Emphasis on Physical Activity: *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 49(5S), 555.
30. Koçak, F. (2017). Leisure constraints and facilitators: Perspectives from Turkey. *European Journal of Physical Education and Sport Science*.
31. Kurar, İ. & Baltacı, F. (2014). People's leisure habits review: case of Alanya. *International Journal of Science Culture and Sport*, 2(6), 39-52.
32. Leifa, A.V. & Zheleznyak, Y.D. (2017). Influence of physical activity on students' life quality. *Physical Education Of Students*, 21(5), 244-248. DOI:10.15561/20755279.2017.0507
33. Misra, R. & McKean, M. (2000). College students' academic stress and its relation to their anxiety, time management and leisure satisfaction. *American Journal of Health Studies*, (16), 41-52.
34. Parker R. & Downie G.R. (1981). *Recreational therapy: A model for consideration*. *Therapeutic Recreation Journal*, 54(3) 22-27.
35. Raymore, L. A. (2002). Facilitators of leisure. *Journal of Leisure Research*, 34(1): 37-51.
36. Raymore, L. Godbey, G. & Crawford, D. (1994). Self-esteem, gender, and socioeconomic status: Their relation to perception of constraint on leisure among adolescents. *Journal of Leisure Research*. (26), 99-118.
37. Richmond, D., Sibthorp, J., Gookin, J., Annarella, S. & Ferri, S. (2018). Complementing classroom learning through outdoor adventure education: Out-of-school-time experiences that make a difference. *Journal of Adventure Education and Outdoor Learning*, 18(1), 36-52.
38. Santos, M.S., Hino, A.A., Reis, R.S. & Rodriguez-Anez, C.R. (2010). Prevalence of barriers for physical activity in adolescents. *Rev Bras Epidemiol*, 13(1), 94-104.
39. Shaw, S. (1994). Gender, leisure and constraints: Towards a framework for the analysis of women's leisure. *Journal of Leisure Research*. 26(1), 8-22.
40. Shields, N., Synnot, A. J., & Barr, M. (2011). Perceived barriers and facilitators to physical activity for children with disability: a systematic review. *Br J Sports Med*, bjsports-2011.
41. Tuncay, S. (2000). Türkiye'de gençlik sorunlarının psikolojik boyutu. *Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(1), 244 -251.

Obezite ve Mutluluk

Ekrem AKBUGA^{1A}, Eda BİLEN^{2B}

¹ Giresun Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

² Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi

Address Correspondence to Eda BİLEN: e-mail: eda.bilen@omu.edu.tr

A:Orcid ID: 0000-0003-0242-6921 B:Orcid: 0000-0001-8020-3825

Özet

Bu araştırmada sporcu ve sedanterlerin beden kitle indeksi değerleri ile mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymak amaçlanmıştır. Araştırmada veri toplama araçları olarak Mutluluk Ölçeği Kısa Formu ile kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Araştırmaya 63 sedanter, 93 sporcu olmak üzere toplam 156 gönüllü katılımcı dahil edilmiştir. Gelir durumuna göre en yüksek mutluluk düzeyine sahip olan kişilerin 15000 TL ve üzeri gelir durumuna sahip oldukları belirlenmiştir ($p<0,05$). Yaş değerindeki artışların mutluluk düzeyini de pozitif yönde etkilediği tespit edilmiştir. Sonuç olarak; beden kitle indeksi değerlerindeki olumlu ya da olumsuz değişimlerin mutluluk üzerinde doğrudan bir etkisinin olmadığı saptanmıştır. Bu çalışmada elde edilen bulguların daha geniş ve kapsamlı araştırmalarla tekrarlanması önerilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Beden kitle indeksi, Gelir, Mutluluk, Spor, Yaş.

Obesity And Happiness

Abstract

In this study, it was aimed to reveal the relationship between body mass index values and happiness levels of athletes and sedentary people. This study was used to Happiness Scale Short Form and personal information form by data collection tools. A total of 156 volunteer participants, 63 sedentary and 93 athletes, were included in the study. According to income status, it was determined that the people with the highest level of happiness had an income of 15000 TL and above ($p<0.05$). It was also found that increases in age positively affected the level of happiness. As a result, it was found that positive or negative changes in body mass index values did not have a direct effect on happiness. It is suggested that the findings obtained in this study be replicated with larger and more comprehensive studies.

Keywords: Body mass index, Income, Happiness, Sport, Age.

GİRİŞ

Kişinin kendisini ruhen ve bedenen daha iyi hissetmesine sebep olan fiziksel aktivite, sağlıklı bir yaşam sürebilmek adına oldukça önemlidir. Sağlık açısından hareket halinde olmanın fiziki getirilerinin yanında psikolojik olarak da olumlu etkilere sahip olduğu bilinmektedir (Sarıkan, 2021). Fiziksel aktivitenin yaratmış olduğu bu olumlu etkilerin egzersiz sırasında salgılanan hormonlara bağlı olduğu ve bu hormonlarında kişide mutluluk duygusunun uyanmasına

sebebiyet verdiği tespit edilmiştir (Kagan ve Squires, 1985; Veale, 1987; Konuş, 2019).

Mutluluk, kişiden kişiye değişen bireyin olumsuz yaşamışlıkları ve duyguları bir kenara bırakıp kendisini olumlu duygu ve düşüncelere adanması sonucunda yaşamdan almış olduğu keyif, zevk ve neşe durumuna denilmektedir (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000). Bir diğer adıyla öznel iyi oluş olarak adlandırılan mutluluk, davranış bilimcilerin dikkatini çeken ve subjektif olarak değerlendirilmesini ön gördükleri bir

kavramdır (Diener, 1994). Lyubomirsky vd. (2005), mutluluğun yaşam şartları, genetik özellikler ve amaçlı etkinlikler olmak üzere üç grupta incelenebileceğini ifade etmişlerdir. Yaşam şartları, kişinin demografik bilgilerinin ön planda olduğu ve mutluluğu %10 oranında etkilediği bilinen değişken olarak tanımlanmıştır. Genetik özelliklerde, kişinin genotipine bağlı olarak mutluluğu %50 oranında etkileyen değişken olarak ifade edilirken, amaçlı etkinlikler ise mutluluğu elde edebilmek adına çaba sarfetmek olarak gösterilmiş ve mutluluğu %10 oranında etkilediği belirlenmiştir. Yaşam şartları, genetik özellikler ve amaçlı etkinliklerin ortak özelliklerinin ise öğrenilebilir ve geliştirilebilir olduğu görülmüştür. Kişide mutluluk duygusunu uyandıran nedenlerin farklılık gösterdiği ve bu nedenlerden etkilenme düzeyinin de bireysel olarak değişkenlik gösterebileceği bilinmektedir. Akıncı ve Satıcı (2011), bazı insanların mutlu olabilmek adına çok spesifik nedenlere sahip olduğu fakat yine de mutlu olamadıkları, bazılarının ise daha genel geçer sebeplere sahip olup mutlu olduklarını ifade etmişlerdir. Mutluluğun sebeplerine bakıldığında ise; ekonomik güç, aile, bireysel başarı, iş ve çalışma hayatı, medeni durum, sağlık koşulları, dostluk ve arkadaşlık ilişkileri, kişinin fiziki ve mental açıdan kendisini iyi hissetmesi ve genetik gibi birçok faktörün mutluluk üzerinde etkileyici olduğu görülmektedir (Easterlin, 2003; Demir vd., 2019). Bu sebeplerden hangilerinin kendilerine en uygun mutluluk kaynağı olduğu cevabı ise kişiden kişiye değişebilmekte ve aranan bu nitelik doğrultusunda insanlar mutluluk duygusunu tadabilmektedir. İyi bir beden algısı ve fiziki görünüm, hareketli ve sağlıklı yaşam şartlarının beraberinde getirmiş olduğu olumlu hissiyatlar gibi durumlarında mutluluk düzeylerini etkilediği hatta bu yaşam şartlarına sahip olabilmek ve daha fazla mutlu olabilmek adına insanların gayret ettikleri görülmektedir (Tunç, 2020; Sarıkan, 2021).

Mutluluk, sağlık ve fiziki görünüm arasında doğrudan bir ilişki olduğu tespit edilmiştir (Mahon vd., 2005). Kişilerin fiziki görünümünün ve beden kitle indeksi değerlerinin özsaygı ve mutlulukla ilişkili olduğu ifade edilmektedir (Creese vd., 2023). Obeziteden uzak ve iyi bir beden algısına sahip olmanın mutluluk üzerinde önemli bir faktör olduğu bilinmektedir (Tunç,

2020). Mutluluğun iyi bir fiziki görünümle ilişki olduğunu gösteren çalışmalar olmakla beraber obez bireylerin kalıtsal olarak mutluluğa daha yatkın olduklarını belirten çalışmalarda bulunmaktadır (Blum vd., 2009; Başar ve Sarı, 2018). Buna göre, beden kitle indeksi değerlerinin mutluluk üzerinde ne derece etkili olduğu, kişilerin kendilerini ne kadar iyi hissettikleri ile bağlantılı olarak değişebilmektedir.

Bu araştırmanın amacı, sporcu ve sedanterlerin beden kitle indeksi değerleri ile mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır.

YÖNTEM

Çalışma grubu

Bu araştırmaya 63 sedanter, 93 sporcu olmak üzere toplam 156 gönüllü katılımcı dahil edilmiştir.

Veri toplama araçları

Çalışmanın gerçekleştirilmesi için kullanılan veri toplama araçları aşağıda sıralanmıştır.

Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacılar tarafından hazırlanan ve içerik olarak bireylere ait; yaş, cinsiyet, boy, kilo, gelir düzeyi, düzenli spor yapma durumu (haftada 3 gün), günlük düzenli yemek yeme (3 öğün) ve kahvaltı yapma durumu, herhangi bir sağlık sorunu olup olmadığı, düzenli uyku alışkanlığı (8 saat uyku) ile ilgili bilgi edinimini sağlayan kişisel bilgi formu oluşturulmuştur.

Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu (OMÖ-K)

Bu ölçek kişilerin mutluluk düzeylerini değerlendirmek amacıyla geliştirilmiştir. OMÖ-K, 7 maddelik beşli likert tipi bir ölçektir. Ölçekte 1 ve 7. maddeler ters puanlanmaktadır. Ölçekte elde edilen yüksek puanlar mutluluk düzeyinin de yükseldiğini ifade etmektedir. Ölçeğin Türkçe formu beşli likert tipine (1-Hiç Katılmıyorum, 2-Katılmıyorum, 3-Biraz Katılıyorum, 4-Katılıyorum, 5-Tamamen Katılıyorum) göre hazırlanmıştır (Doğan ve Çötök, 2011).

İstatistiksel Analiz

Toplanan veriler SPSS 22 paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Katılımcıların yaş, boy, vücut ağırlıkları gibi değişkenlere ait veriler

betimsel olarak analiz edilmiştir. Verilerden alınan değerlerin normallik testleri için örneklem grubu 50'den büyük olduğu için Kolmogorov-Smirnov testi kullanılmıştır. Veriler normal dağılım gösterdiği için İndependet t testi kullanılmıştır. Araştırmaya katılan bireylerin yaş, boy, kilo ve beden kitle indeksi gibi parametrelerin arasındaki ilişkiyi belirlemek için Pearson Korelasyon testi kullanılmıştır.

İstatistiksel değerler %95 güven aralığında ve $p < 0,05$ anlamlılık düzeylerinde değerlendirilmeye alınmıştır.

Onam ve İzinler

Araştırma için Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'ndan 20.06.2023 tarihli ve 2023/551 karar sayısı ile etik kurul izni alınmıştır.

BULGULAR

Sedanter ve sporcuların mutluluk düzeylerinin karşılaştırılması amacıyla toplanan verilerin istatistiksel analiz sonuçları tablolar halinde açıklamaları ile birlikte aşağıda sunulmuştur. Çalışmaya katılanların yaş ortalaması $24,55 \pm 5,93$ yıl, boy ortalaması $172,09 \pm 13,14$ cm olarak ve vücut ağırlığı $69,24 \pm 13,21$ kilogram olarak bulunmuştur.

Değişken		n	Ort±Sd	t	p
Cinsiyet	Erkek	84	2,95±0,59	-0,182	0,856
	Kadın	72	2,97±0,52		
Spor yapma durumu	Sedanter	63	2,95±0,5	-0,201	0,841
	Sporcu	93	2,97±0,6		
Düzenli antrenman yapma durumu	Evet	82	2,95±0,57	-0,243	0,808
	Hayır	74	2,97±0,56		
Düzenli yemek yeme alışkanlığı	Evet	72	3,01±0,59	1,000	0,319
	Hayır	84	2,92±0,53		
Düzenli kahvaltı yapma alışkanlığı	Evet	92	3,03±0,52	1,862	0,065
	Hayır	64	2,86±0,61		
Sağlık durumu	Evet	23	2,83±0,61	-1,215	0,226
	Hayır	133	2,99±0,55		
Düzenli uyku durumu	Evet	75	3,05±0,58	1,901	0,059
	Hayır	81	2,88±0,54		

Tablo 1' de katılımcıların cinsiyetleri, spor yapma durumları, düzenli antrenman yapma, düzenli yemek yeme, düzenli kahvaltı yapma, sağlık ve düzenli uyku durumları gibi değişkenler ile mutluluk düzeyleri arasında istatistiksel anlamda bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir ($p > 0,05$).

	n	Ort±Sd	t	p	Post-Hoc (Scheffe)
Gelir yok (A)	31	2,87±0,64	3,556	0,005	F>C
1-500 TL (B)	51	2,96±0,54			
5000-8500 TL (C)	16	2,59±0,5			
8501-10000 TL (D)	18	2,9±0,52			
10000-15000 TL (E)	15	3,23±0,51			
15001 ve üzeri (F)	25	3,21±0,46			

Tablo 2'de Katılımcıların gelir düzeyleri ile mutluluk düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklıdır ($p < 0,05$).

BMI	n	Ort±Sd	t	p
18.50-24.99 (İdeal kilo)	31	2,94±0,54	-0,746	0,547
25-29.99 (ideal kilo üzeri)	51	3,02±0,63		

Beden kitle indeksi değerleri ile mutluluk düzeyleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

	Yaş		
	n	r	p
Mutluluk	156	0,205*	0,01
	Boy		
	n	r	p
	156	-0,129	0,108
	Kilo		
	n	r	p
	156	0,108	0,702
	BMI		
	n	r	p
	156	0,088	0,276

Tablo 4' te mutluluk, yaş, boy, kilo ve beden kitle indeksi (BMI) arasındaki ilişkiyi gösteren korelasyon değerleri verilmiştir. Mutluluk ile yaş, kilo ve BMI değerleri arasında pozitif yönde zayıf, boy ile ise negatif yönde çok zayıf bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

TARTIŞMA SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışmada, sedanter ve sporcuların beden kitle indeksi değerleri ile mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymak amaçlanmıştır.

Katılımcıların demografik değişkenleri ile mutluluk düzeyleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir (Tablo 1).

Gelir durumuna göre mutluluk değerleri incelendiğinde, 5000 TL ve üzeri gelir durumuna sahip olanların mutluluk seviyelerinin aşamalı olarak arttığı ancak en yüksek mutluluk düzeyine sahip olan kişilerin 15000 TL ve üzeri gelir durumuna sahip oldukları belirlenmiştir (Tablo 2). Mutluluğun, ideal gelir düzeyine sahip olmak gibi önemli faktörlerden etkilendiği bilinmektedir (Güzel, 2018; Özeren ve Özen, 2019). Milli gelirin istikrarlı bir şekilde artış göstermesi ya da yüksek olmasının bireylerin mutluluk düzeylerini doğrudan etkileyebileceği ifade edilmiştir (Kapçak, 2023). Gelir düzeyinin düşmesinin mutluluk seviyesini olumsuz etkilediği vurgulanmıştır (Karaçar, 2019). Veenhoven ve Dumludağ (2015), kişi başına düşen milli gelirin yüksek olduğu ülkelerde mutluluk seviyesi daha yüksek olarak tespit edilmişken, milli gelirin düşük

olduğu ülkelerde ise mutluluk düzeyinin daha düşük oranlarda olduğunu saptamışlardır. Güllü (2018), maaş artışının mutluluk düzeyini pozitif yönde etkilediği sonucuna ulaşmıştır. Bireysel refah düzeyinin iyi olmasının yaşamdan elde edilen mutluluk düzeyini de olumlu anlamda etkilediği bilinmektedir (Serdar, 2020). Atmaca ve Çeviker (2020), fitness merkezinde spor yapan kadınlarla yapmış oldukları çalışmalarında, katılımcıların gelir durumlarının artış göstermesiyle beraber mutluluk düzeylerinin de arttığını tespit etmişlerdir. Ekonomik gelişimin, mutluluğa katkı sağlayan bir yanı olduğunu gösteren çalışmalar mevcuttur (Biswas-Diener ve Diener, 2001; Blanchflower ve Oswald, 2004; Tan vd., 2006). Gelir seviyesinin artış göstermesiyle birlikte insanların kendi ideal yaşam koşullarına sahip olmaları, ekonomik yönden sıkıntı çekmemeleri, kendilerini tatmin edebilecek satın alma güçlerine sahip olmaları, maddi gücün vermiş olduğu rahatlıkla olumsuz duygu ve düşüncelere sahip olmamaları yaşamdan almış oldukları mutluluk düzeyini de pozitif anlamda etkileyebilir.

Beden kitle indeksi değerleri ve mutluluk düzeyleri karşılaştırıldığında, istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir (Tablo 3). İnsanların kendi ideal kilolarına sahip olmaları, mental sağlıkları ve mutlulukları açısından oldukça önemlidir (Creese vd., 2023). Tunç (2020), aktif yaşam tarzının benimsenmesi ve ideal kilo oranının korunmasının mutluluk üzerinde olumlu etkilere sahip olduğu görülmüştür. Kişilerin obezite gibi

sorunlardan uzak oluşlarının kendilerini daha iyi hissetmelerine sebep olabileceği ve doğrudan mutluluk düzeylerini etkileyebileceği ifade edilmiştir. Fazla kilosu olan kişilerde mutluluk düzeyinin azaldığı gözlemlenmiştir (Oswald ve Powdthavee, 2007; Böckerman vd., 2014). Creese vd. (2023), beden kitle indeksi skorundaki her artışın, dış görünüşten daha az mutlu olmayı sağladığı ve bu nedenle daha düşük benlik saygısına neden olduğu bilinmektedir. Obezite yada fazla kilonun, mental sağlığı ve duygu durumunu olumsuz etkileyen bir faktör olarak görüldüğü çalışmalar mevcuttur (Kahraman vd., 2014; Şengönül vd., 2019). Bununla birlikte, obez kişilerin normal kilolu bireylere göre daha yüksek yaşam kalitesine sahip oldukları ve psikolojik sorunlara daha az eğilimli oldukları saptanmıştır (Magallares ve Pais-Ribeiro, 2013). Obez ve obez olma olasılığı yüksek kişilerin, daha pozitif ve mutlu oldukları bulunmuştur (Jansen vd., 2008; Green vd., 2016; Godoy-Izquierdo vd., 2020). Atmaca ve Çeviker'de (2020) bu araştırmanın bulgularına paralel olarak, vücut tipinin mutluluk düzeylerinde farklılığa neden olmadığını tespit etmişlerdir. Bu araştırmadaki katılımcıların, beden kitle indeksi değerlerindeki artış ya da azalışın mutluluk üzerinde etkili olmadığı, insanların mutluluk düzeylerinin kendilerini nasıl hissettikleri veya gördükleriyle ilişkili olarak değişebileceği düşünülmektedir.

Tablo 4'teki verilere dayanarak, yaş ile mutluluk arasında pozitif bir ilişki olduğu görülmektedir. Diğer değişkenler (boy, kilo, BKİ) ile mutluluk arasındaki ilişkiler çok zayıf ve istatistiksel olarak anlamlı olmayan düzeydedir ($p>0,05$). Yaşça büyük insanların olumsuz duygu durumlarına daha az eğilimli oldukları ve hayatlarından daha memnun oldukları ifade edilmiştir (Blum vd., 2009). Mutluluğun yaş ile birlikte artış gösterdiği bilinmektedir (Güllü, 2018; Kapçak, 2023). Yaşça küçük insanların mutluluk düzeyinin daha düşük düzeylerde olduğu vurgulanmaktadır (Karaçar, 2019). Olgun yaştaki insanların daha mutlu ve yaşamdan doyum sağlayan kişiler oldukları bilinmektedir (Başaran vd, 2019; Doğanay vd., 2019). Denizli ve Dündar (2020), araştırmalarında 41 yaş ve üzerindeki katılımcıların mutluluk düzeylerinin 40 ve altındaki yaş gruplarına göre daha yüksek düzeyde olduklarını tespit etmişlerdir. Özseri ve Çetin (2022), 41 yaş ve üzerindeki kişilerin spora ilgi duyma ve sporla yaşama düzeylerinin daha yüksek ortalamalara sahip olduklarını, bu yaş grubunun spora olan yaklaşımlarının mutluluk düzeylerini olumlu anlamda etkilediği sonucuna varmışlardır. Tunç (2020), 18-25 yaş aralığındaki üniversite öğrencilerinin istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde

mutluluk korkusuna sahip olduklarını bulmuşlardır. Yaşça büyük insanların gençlere göre mutluluğa daha fazla eğilimli oldukları tespit edilmiştir (Roberts ve Chapman, 2000; Charles vd., 2001; Sheldon ve Kasser, 2001; Atmaca ve Çeviker, 2020; Turaç ve Güler, 2023). Bu çalışmada, yaş ile artan imkanların ve tecrübelerin, bilinçli düşünme ve muhakeme yeteneğinin gelişmesiyle birlikte olumsuz duygu ve durumlara karşı daha olgun ve iyimser karşı yaklaşabilmenin vermiş olduğu hissiyatta mutluluk düzeylerini olumlu anlamda etkilemiş olabilir. Ayrıca ilerleyen yaşlarda standart bir yaşam tarzının benimsenmiş olması ve gelecek kaygısı, işsizlik gibi olumsuz etmenlerin daha az yaşanabilme ihtimalinin de mutluluk düzeyini arttırdığı tahmin edilmektedir.

Sonuç olarak; beden kitle indeksi değerlerindeki olumlu ya da olumsuz değişimlerin mutluluk üzerinde doğrudan bir etkisinin olmadığı saptanmıştır. Yaş ve gelir durumu ortalamalarındaki artışların mutluluk düzeyini pozitif anlamda etkilediği tespit edilmiştir. Bu çalışmada elde edilen bulguların daha geniş ve kapsamlı araştırmalarla tekrarlanması önerilmektedir.

KAYNAKLAR

1. Atmaca, G, & Çeviker, A. (2020). Sosyo-demografik değişkenlerine göre spor merkezlerine üye kadınların mutluluk düzeylerinin incelenmesi. *Kilis 7 Aralık Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(2), 103-112.
2. Başar, S, & Sarı, İ. (2018). Düzenli egzersizin depresyon, mutluluk ve psikolojik iyi oluş üzerine etkisi. *İnönü Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi (İÜBESBD)*, 5(3), 25-34.
3. Başaran, Z, Doğanay, M, Çolak, S, & Erdal, R. (2019). Fitness merkezi üyelerinin egzersiz bağımlılığı, mutluluk ve yaşam doyumlarının kişisel özellikler açısından incelenmesi. 2. Uluslararası Herkes İçin Spor Ve Wellness Kongresi, (s. 476-484).
4. Bıswas-Diener, R, & Diener, E. (2001). Making the best of a bad situation: satisfaction in the slums of calcutta. *Social Indicators Research*, 55, 329-352.
5. Blanchflower, D.G, & Oswald, A.J. (2004). Well-being over time in Britain and the USA. *Journal of Public Economics*, 88, 1359 - 1386.
6. Blum, K, Chen, A.L, Chen, T.J, Bowirrat, A, Downs, B, Waite, R.L, . . . Comings, D. (2009). Genes and Happiness. *Gene Therapy and Molecular Biology*, 13, 91-129.
7. Böckerman, P, Johansson, E, Saarni, S, & Saarni, S. (2014). The negative association of obesity with subjective well-being: is it all about health? *J. Happiness Stud.*, 15, 857-867.
8. Charles, S, Reynolds, C, & Gatz, M. (2001). Age-related differences and change in positive and negative affect over 23 years. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 136-151.
9. Creese, H, Saxena, S, Nicholls, D, Sanchez, A, & Hargreaves, D. (2023). The role of dieting, happiness with appearance, self-esteem, and bullying in the relationship between mental health and body-mass index among UK adolescents: a longitudinal analysis of the Millennium Cohort Study. *eClinicalMedicine*, 60, 1-13.

10. Demir, E, Çimen, A, & Erbaş, O. (2019). Kalıtımın; mutluluk, zevk alma ve bağımlılık üzerine etkisi. *FNG & Demiroğlu Bilim Tıp Dergisi*, 5(1), 44-47.
11. Denizli, A.A, & Dündar, G.İ. (2020). Kariyer tatmininin mutluluk düzeyi üzerindeki etkisini belirlemeye yönelik bir araştırma. *İş'te Davranış Dergisi*, 5(1), 17-26.
12. Diener, E. (1994). Assessing subjective well-being: progress and opportunities. *Social Indicators Research*, 31(2), 103-157.
13. Doğan, T, & Çötök, N. A. (2011). Oxford mutluluk ölçeği kısa formunun türkçe uyarlaması: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(36), 165-172.
14. Easterlin, R.A. (2003). Explaining happiness. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 100(19), 11176-11183.
15. Godoy-Izquierdo, D, González-Hernández, J, Rodríguez-Tadeo, A, Lara, R, Ogallar, A, Navarrón, E, . . . Arbinaga, F. (2020). Body satisfaction, weight stigma, positivity, and happiness among spanish adults with overweight and obesity. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 17, 1-12.
16. Green, M, Strong, M, Razak, F, Subramanian, S, Relton, C, & Bissell, P. (2016). Who are the obese? A cluster analysis exploring subgroups of the obese. *J Public Health (Oxf)*, 38(2), 258-64.
17. Güllü, S. (2018). Spor işletmelerinde çalışan mutluluğu. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 4(3), 547-559.
18. Güzel, S. (2018). Gelir eşitsizliği, refah ve mutluluk. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(3), 389-394.
19. Jansen, A, Havermans, R, Nederkoorn, C, & Roefs, A. (2008). Jolly fat or sad fat? Subtyping non-eating disordered overweight and obesity along an affect dimension. *Appetite*, 51(3), 635-40.
20. Kagan, D. M, & Squires, R. L. (1985). Addictive aspects of physical exercise. *J Sports Med Phys Fitness*, 25(4), 227-237.
21. Kahraman, M.S, Güriz, S.O, & Özdel, K. (2014). Yetişkinlerde obezite: biyolojik ve psikolojik tedaviler için genel bir gözden geçirme. *Klinik Psikiyatri*, 17, 28-40.
22. Kapçak, S. (2023). Gelişmekte olan ülkelerde mutluluk ve ekonomik büyümenin ekolojik ayak izi üzerindeki etkisi. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi (ASEAD)*, 10(2), 136-146.
23. Karaçar, E. (2019). Spor fakültesinde okuyan öğrencilerin rekreatif faaliyetlere karşı ilgi ve mutluluk düzeyleri: sinop üniversitesi örneği. *Spor ve Rekreasyon Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 58-70.
24. Kırkbir, F. (2020). Sporcularda sağlıklı beslenme ile mutluluk arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 4(2), 125-130.
25. Konuş, N.D. (2019). Aktif sporcular ile spor yapmayı bırakmış bireylerin egzersiz bağımlılık düzeyleri ve spor kaynaklı etkilerinin incelenmesi (karma model). *Niğde Ömer HalisDemir Üniversitesi(Sosyal Bilimler Enstitüsü), Yüksek Lisans Tezi*.
26. Lyubomirsky, S, Sheldon, K.M, & Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: the architecture of sustainable change. *Review of General Psychology*, 9(2), 111-131.
27. Magallares, A, & Pais-Ribeiro, J. L. (2013). Mental health and obesity: a meta-analysis. *Appl Res Qual Life*, 9, 295-308.
28. Mahon, N. E, Yarcheski, A, & Yarcheski, T. J. (2005). Happiness as related to gender and health in early adolescents. *Clinical Nursing Research*, 14(2), 175-90.
29. Oswald, A.J, & Powdthavee, N. (2007). Obesity, unhappiness, and the challenge of affluence: theory and evidence. *Econ. J.*, 117, 1-19.
30. Özeren, S, & Özen, F. (2019). Mutluluğun iş verimliliği üzerine etkisi. *Uluslararası Sosyal Bilimlerde Yenilikçi Yaklaşımlar Dergisi*, 3(1), 20-35.
31. Özşarı, A, & Çetin, M.Ç. (2022). Spora yönelik tutum ve mutluluk ilişkisi (sağlık sektöründe bir araştırma). *Sportmetre The Journal of Physical Education and Sport Sciences*, 20(1), 36-47.
32. Roberts, B, & Chapman, C. (2000). Change in dispositional well-being and its relation to role quality: A 30-year longitudinal study. *Journal of Research in Personality*, 34, 26-41.
33. Sarıkan, Ü. (2021). Düzenli egzersiz yapan bireylerde ruh hali ve yaşam doyum düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi. *International Journal of Contemporary Educational Studies (IntJCES)*, 7(2), 511-518.
34. Seligman, M. E, & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology. *American Psychologist*, 55(1), 5-14.
35. Serdar, E. (2020). Serbest zaman fayda ile mutluluk arasındaki ilişki: spor bilimleri fakülteleri öğrencileri. *Turkish Studies - Social*, 15(5), 2711-2721.
36. Sheldon, K, & Kasser, T. (2001). Getting older, getting better?: Personal strivings and psychological maturity across the life span. *Developmental Psychology*, 37, 491-501.
37. Şahin, M, Baş, M, & Çelik, A. (2015). Öznel iyi oluş ve spor. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 22-31.
38. Şengönül, M, Arancioğlu, İ. Ö, Yıldırım Maviş, Ç, & Ergüden, B. (2019). Obezite ve psikoloji. *Haliç Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2(3), 1-12.
39. Tan, S. J, Tambyah, S. K, & Kau, A.K. (2006). The influence of value orientations and demographics on quality-of-life perceptions: evidence from a national survey of singaporeans. *Social Indicators Research*, 78, 33-59.
40. Tunç, A.Ç. (2020). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin yaşam doyumunu ile mutluluk korkusu düzeylerindeki ilişkinin incelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 5(1), 57-68.
41. Turaç, G, & Güler, C. (2023). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin dijital bağımlılık ve mutluluk düzeylerinin incelenmesi. *Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 6(1), 13-26.
42. Veale, D. (1987). Exercise Dependence. *British Journal of Addiction*, 82, 735-740.
43. Veenhoven, R, & Dumludağ, D. (2015). İktisat ve mutluluk: bugün daha mutlu muyuz? (economics of happiness: are we happy today?). *İktisatta Davranışsal Yaklaşımlar (s. 223-251). içinde İmge Kitabevi*.

Türklerde Geleneksel Düğün Güreşleri ve Günümüzdeki Önemi

Abdulkerim ÇEVİKER ^{1A}, Çisem ÜNLÜ ^{1B}

¹Hitit Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Address Correspondence to Abdulkerim ÇEVİKER: e-mail: kerimceviker@gmail.com

A: Orcid ID: 0000-0002-6566-1251 B: Orcid: 0000-0003-0212-2872

Özet

Güreş insanlık tarihine kadar geçmişi olan köklü bir uğraş olmasının yanı sıra sosyo- kültürel anlamda toplumların neşeli ve hüzünlü zamanlarına da eşlik eden bir spor dalı olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu araştırma; ilk Türk uygarlıklarından günümüze kadar geçen süreçte geleneksel düğün güreşlerini inceleyip toplumsal hayatta yerini belirlemek amacıyla yapılmıştır. Araştırmamızda nitel araştırma yöntemlerinden betimsel içerik analizi kullanılmıştır. Veri toplama aracı olarak doküman analizi yöntemi kullanılmıştır. Geleneksel düğün güreşleri ilk Türk uygarlıklarından günümüze kadar hemen hemen her Türk uygarlığında eğlence- spor aktivitesi olarak yer edinmiştir. Düğün güreşlerini kazanan pehlivanlara çeşitli unvanlar ve ödüller verilmiş, kazanan pehlivanlar toplumsal hayatta kabul görmüş kişiler olmuşlardır. Düğün güreşleri Osmanlılarda saray dışında halk tarafından benimsenen ve yapılan en önemli sporlardan birisi olmuştur. Cumhuriyetin ilk yıllarında önemini eskiye oranla kaybetmiş olsa da günümüzde Anadolu'nun belirli bölgelerinde düğün güreşlerinin yapıldığı görülmektedir. Türk milletinin çağlar boyu birçok örf adet ve geleneğini koruyup günümüze taşıdığı gerçeği geleneksel düğün güreşleriyle bir kez daha doğrulandığı söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Düğün, Gelenek, Güreş.

Abstract

Traditional Wedding Wrestling in Turks and Its Importance Today

Wrestling is a deep-rooted occupation dating back to the history of mankind, as well as an occupation that accompanies the joyful and sad times of societies in the socio-cultural sense. This research was conducted to examine traditional wedding wrestling from the first Turkish civilisations to the present day and to determine the place of wedding wrestling in social life. Descriptive qualitative study was used in our research and document analysis for data collection. Data collected by using document analysis method. Traditional wedding wrestling has taken place as an entertainment-sports activity in almost every Turkish civilisation from the first Turkish civilisations to the present day. Various titles and awards were given to the wrestlers who won the wedding wrestling, and the winning wrestlers were recognised in social life. Wedding wrestling was one of the most important sports adopted and practised by the people outside the palace in the Ottoman Empire. Although it lost its importance in the first years of the Republic compared to the past, it is seen that wedding wrestling is held in many parts of Anatolia today. It can be said that the Turkish nation has preserved many customs and traditions throughout the ages and carried them to the present day is once again confirmed by traditional wedding wrestling.

Key Words: Wedding, Traditional, Wrestling

GİRİŞ

Türk Dil Kurumuna (2023)' göre güreş; "Belli kurallar içinde, güç kullanarak iki kişinin türlü oyunlarla birbirinin sırtını yere getirmeye çalışması" olarak tanımlanmaktadır.

Türk kültür ve geleneklerinde güreş sporu oldukça önemli bir yere ve öneme sahiptir. İlk Türk uygarlıklarından günümüze kadar geçen süre de Türkler güreş sporunu ileri taşımaya çalışmışlar toplumsal hayatın bir gerçeği olarak güreşi kabul etmişlerdir.

Güreş, Sümer uygarlığı belgelerinde ilk kez yaklaşık 5000 yıl önce bahsedilen eski bir geleneksel spordur (United World Wrestling, 2021). Güreş bir dövüş sanatıdır; iki kişi arasında, her birinin diğerini yenmeye çalıştığı, göğüs göğse mücadele ederek kazanmaya çalıştığı bir mücadele sporudur (Abdukahharovich,2022). Güreş, Olimpia dan Asurlulara, Babil den Hindistan'a Japonya ve Çin'e kadar antik dünyanın büyük bölümünde son derece yaygın bir uğraş olarak karşımıza çıkmaktadır (Balci, 2003).

Millet olmanın gereklerinden birisi de toplu biçimde yaşama, acılara ve sevinçlere beraber iştirak etmektir. İşte bu sebepten dünyanın en köklü halklarının başında gelen Türklerin gelenek ve görenekleri incelendiğinde her vesileyle toplandıkları, birtakım hadiselerde ortak tavrı sergiledikleri anlaşılır (Gömeç,2021).

Türklerde Güreş

Türk topluluklarında göğüs göğse savaşımı andıran güreş, at sırtında cirit, mızrak, okçuluk, çöğen, kılıç gibi uğraşlar tarih boyunca ön planda tutulmuştur (Sunay,2009).

Türk kültür ve Tür spor tarihi içinde önemli yeri olan güreşler ata sporumuz olarak nitelenmektedir. Türklerle ilgili en eski bilgilere rastlanan Çin Han Çağı kaynakları (M.Ö. II. yy) da Türklerde güreşlerin "toslama" işareti ile gösterildiğini göstermektedir (Eberhard, 1940). Güreş sanatı eski çağlardan beri birçok milletçe yaygın olarak benimsenen bir spor olarak ta karşımıza çıkmaktadır. Türkler de diğer milletler gibi güreş sporuna oldukça fazla önem ve değer veren bir topluluk olarak bilinmektedir (Bahodirovich, 2022).

Her Türk gencinin farklı yetenekleri vardır. Bu yeteneklerinden birisi de güreşteki beceri ve kabiliyetidir (Kaya, 2016). Türkler büyük göçten çok önce tabiata kuvvete tutun hareketleri nedeniyle ferdi bir kuvvet gösterisi olan güreşe büyük önem vermişlerdir. Güreşi baş tacı yapmışlar, düğünler de

ve ölen yiğit kişilerin ardından güreş müsabakaları düzenlemişlerdir. Güreşi bütün sporların üstünde adeta bir ibadet gibi kabul etmişlerdir (Eryiğit, 1997). Türkler güreşi bir ibadet, güreş alanını ise bir ibadet yeri olarak görmüşler, güreş meydanlarında yer alan güreşçileri asker olarak nitelendirmişlerdir (Demirli, 2022).

Güreş, Osmanlılarda en popüler sporlardan birisi olarak karşımıza çıkmaktadır. Padişahlar güreşe çok fazla önem vermektedir. Osmanlılar döneminde güreş kurumsallaştırılmak üzere bölgenin büyüklüğüne göre güreş tekkeleri kurulmuştur. Güreş tekkeleri güçlü bireyleri yetiştirme, kültürel ve sosyal işbirliği uyumunun iyileştirilmesi ve insanların eğlenmesine fırsat sunulması gibi birçok görevi yerine getirmiştir (Şener ve İmamoğlu, 2018).

Türklerde Düğün Güreşleri

Türkler yaşadıkları duyguları bazı spor uğraşlarıyla toplumsal olarak paylaşmışlardır. Mutluluklarını, acılarını, sevinç ve üzüntülerini dile getirmede güreşin de önemli bir noktada olduğu görülmektedir. Yapılan bu güreşler sayesinde sevinçlerin çoğalması adına yapılan kutlamalar olduğu, aynı zamanda hüznün paylaşarak azaldığı ve acıların bu şekilde yaşandığı etkinlikler olarak görülmektedir.

Türk Dil Kurumuna (2023) göre düğün; " Evlenme veya sünnet dolayısıyla yapılan tören, eğlence; toy (II), cemiyet:" şeklinde tanımlanmıştır.

Türklük gelenekleri, İslamî kurallar, pir, hiyerarşi, ritüeller, sosyal dayanışma, spor ahlâkı prensibi ve bilgi birikiminin aktarılması ve süreklilik boyutunda incelendiğinde Güreş Türklerin sosyal yaşantısında oldukça önemli yeri olan sporlardan birisi olarak karşımıza çıkmaktadır (Güven, 2013).

Kırım Tatar Türklerinin geleneksel düğünlerinde, düğün âdetlerinin bir parçası olarak çeşitli güreş müsabakaları düzenlenirdi. Kırım Tatar Türklerinin yerleştiği bir köyde düğün yapılacağı haberi o bölgedeki diğer Tatar Türk'ü köylerine ulaştırılırdı. Diğer köylerin hevesli gençleri ve pehlivanları düğün güreşlerine hazırlanmaya başlardı. Düğün gününden birkaç gün önce köyün harman yerinde, varsa köydeki usta pehlivanların nezaretinde, güreş antrenmanları yaparlardı devamında müsabakalara geçilirdi. (Güven ve Sağım, 2023)

Kırgız Türkleri kültüründe; "1-Küröşü jok toy, toy emes (Düğünde güreş yoksa, o düğün sayılmaz); 2-Küröş oyun bölbösö, Kırgız toydu toy debeyt

(Şenlik oyunlarında güreş yoksa, Kırgızlar o şenliğe şenlik demez; 3-Kırgız köröşsüz toy berbeyt (Kırgız güreşsiz toy yapmaz); 4-Küroşsüz toy bolboyt (Güreşsiz toy olmaz)" ibarettir (Saraliev vd. 1995), (Akt, Türkmen ve Arstanbekov,2020).

Güreş, Osmanlılarda en popüler sporlardan birisi olarak bilinmekteydi. Padişahlar güreşe çok fazla önem vermişlerdir (Özdemir ve Çalışkan, 2018). Osmanlılarda güreş genel olarak, Osmanlı saraylarında güreş ve saray dışında yapılan güreşler olarak ikiye ayrılabilir. Osmanlı saraylarındaki güreşe 'huzur güreşleri adı verilirken saray dışında yapılan güreşler ise kendi arasında panayır güreşleri, düğün güreşleri, Ramazan güreşleri ve hayır kurumları yararına yapılan güreşler olarak isimlendirilmiştir (Kahraman, 1995). Buradan hareketle Osmanlılar da düğün güreşleri saray dışında yapılan halk tarafından benimsenmiş ve toplumsal hayatta yer edinmiş bir uğraş olarak karşımıza çıkmaktadır.

Günümüzde Düğün Güreşleri

Türk kültüründe birçok gelenek ve göreneğin kuşaktan kuşağa aktarımı düğün güreşlerinde de görülmektedir. Orta Asya göçebe yaşantısından günümüze kadar geçen sürede Anadolu coğrafyasında hemen hemen her kesiminde düğün güreşlerinin yapıldığı görülmektedir.

Geleneksel sporlar içerisinde önemli bir yere sahip olan düğün güreşlerinin tarihi süreç içerisinde kuşaktan kuşağa aktarılmıştır Malatya da Düğün güreşleri, 20. yüzyılın sonlarına kadar Darende ilçesinde ayak, orta, başaltı ve baş olmak üzere toplamda dört sıklıkta yapılmıştır. Malatya'nın diğer ilçelerinde ise tek sıklık olarak hemen hemen her düğünde yapılmıştır. Kültürel değişimin etkisiyle bu süreçten sonra düğün güreşlerine rastlanmamıştır (Doğan vd, 2021).

Tokat Reşadiye'de de damat hamamı diye tabir edilen gelenek yapıldıktan sonra, düğün güreşleri düzenlenirdi. Düğünlerin vazgeçilmez gelenekleri arasında güreşler yer alırdı. Kiminde de gelin almadan önce düzenlenir. Bazı zamanlar güreşler akşama kadar sürerdi. Çoğu zaman güreşler bitmeden gelin alınmazdı. Gelin, eğer uzak bir yerden alınıyorsa, gelin alındıktan sonra güreşler yapılırdı. Gelin alınıp alay geri dönerken gelin alayı önüne bazen pehlivanlar çıkar: "ya hasım, ya tosun" diyerek meydan okurlardı. Bu sözle, pehlivanlar, düğün sahibinden güreş istediklerini, güreş yaptırmayacaksa, yerine bahşiş vermesi gerektiğini bildirmiş olurlardı (Akt, Dervişoğlu, 2012).

Çankırı iline bağlı Ünür köyünde yaklaşık 200 yıldır mevsim şartlarına bağlı kalmaksızın düğünlerde güreş yapılıyor. Düğün evinin bahçesine serilen samanın üzerine kispetlerini giyerek çıkan gençler, yağmur, kar ve soğuğa aldırmadan mücadele ediyor. İki gün süren güreşlerde dereceye girenlere, düğün sahipleri tarafından çeşitli hediyeler verilip başarıları kutlanmaktadır. (Trt Haber, 2016).

Muğla'nın Milas ilçesine bağlı 500 yıllık geçmişi olan Çomakdağ köyünde yaşatılan düğün güreşi geleneği yerli ve yabancı turist tarafından takip ediliyor. Çomakdağ'da kadınlar ile kız çocuklarının rengârenk ipekten giysileri, altın takıları ve başlarını süsleyen çiçeklerle gelenekleri halen yaşatılmaya çalışılmaktadır. Köyde yapılan geleneksel düğünler ve düğün güreşleri de ilgi görüyor. 4-5 gün süren düğünleri ve güreşler çok fazla ilgi çekmektedir (Haber 7, 2019).

Amasya Taşova da bölge de tanınmış ailelerden birisinin düğününden önce düğün güreşleri düzenlendi. Yerel yöneticilerin ve halkın geniş katılımıyla gerçekleşen düğün güreşlerinde başarılı olan pehlivanlara çeşitli para ödülleri verilerek düğüne etkinliğine geçildi (Taşova Gazetesi, 2022).

Samsun ili Kavak ilçesinde halkı birçok sebeple ile çeşitli güreş müsabakaları düzenlemektedir. Özellikle düğün ve bayramlarda tertiplenen güreşler büyük çekişmelere zorlu mücadelelere sebep olmaktadır. 5 - 6 yaşından başlamak üzere 15 - 16 yaş delikanlılık çağına gelmiş bireyler arasında iddialı güreşler yapılır ve alt alta üste üst boğuşulurdu. Bu güreşler günümüzde çok fazla etkisini göstermese geçmiş süreçte bu bölgede birinin kızı veya oğlu evleneceği zaman birkaç ay evvelinden hazırlığa başlanır ve bu münasebetle bir de güreş tertip edilirdi. Yine bir ay öncesinden civar köylerdeki tanınmış pehlivanlara ve keza düğün sahibinin hısım ve ahablarına haber gönderilir ve kendileri düğüne davet edilirdi. Sıra güreşlere gelince köyün pehlivanları ile dışarıdan gelen pehlivanlar mücadele ederlerdi (Kavak Belediyesi, 2023).

Denizli Acıpayam da 'Acıpayam'da Düğünlerde Güreş Geleneği 40 Yıl Sonra Geri Geldi'' başlıklı yerel gazete ve internet tabanlı video gösterim sitelerine yansıyan haberlerde düğün öncesi güreşlerin yapıldığı katılanların çok fazla eğlendiği ve bölgeden çok fazla kişinin düğün güreşlerini izlemiştir (Akis Haber, 2023).

SONUÇ

Anadolu kültürü kuşaklar arası aktarımın en belirgin hissedildiği coğrafyalardan birisi olmuştur. Türklerin Anadolu ya göç etmesi ile birlikte sahip olduğu değerleri, geleneklerini, göreneklerini ve spor uğraşlarını Anadolu'ya taşımışlardır. Güreş orta Asya Türk topluluklarında önemli olduğu kadar Türklerin Anadolu ya göç etmesiyle birlikte Anadolu'daki önem ve değerini korumayı başarmıştır. Güreş, Selçuklular devamında Anadolu Türk beylikleri ve Osmanlılarda önem ve değerini korumuş gerek devlet yöneticilerinde gerekse de halk tarafından kabul görmüş ve baş tacı yapılmış bir spor olarak karşımıza çıkmaktadır. Geleneksel düğün güreşleri de bu unsurlardan birisi olarak bilinmektedir. Orta Asya Türk uygarlıklarından günümüze kadar hemen hemen her süreç ve dönemde eğlencenin bir parçası olmuştur. Düğün güreşleri düğün başlamadan hemen önce, düğün sırasında veya düğün bitiminde olmak üzere farklı süreçlerde Türk düğünlerinde kendine yer edinmiştir. Günümüzde özellikle son yıllarda Anadolu da geleneklerine bağlı kalan insanlar tarafından Anadolu'nun farklı şehirlerinde düğün törenlerinde yapılan bir eğlence - spor uğraşı olarak karşımıza çıkmaktadır. Geleneksel düğün güreşlerinin de tıpkı tarihsel süreçte olduğu gibi günümüzde de kazananlara çeşitli ödüller ve unvanlar verildiği görülmektedir. Bu durum kuşaklararası aktarımın geleneksel düğün güreşlerinde aynen devam ettiği ve özüne bağlı kaldığının bir göstergesi olarak ifade edilebilir. Sonuç olarak; Türk kültür ve geleneklerinden birisi olarak geleneksel düğün güreşlerinin bilinirliği ve düğünlerde müsabakaların yapılışı günümüzde geçmişe oranla daha düşük düzeyde olsa halen Anadolu'nun büyük bir kesiminde uygulandığı görülmektedir. Bununla ilgili özellikle yerel yönetim birimlerinin geleneksel düğün güreşlerini teşvik ettiği ve yerel medyanın bu uygulamanın devamına yönelik haberlere yer verdiği görülmektedir.

KAYNAKLAR

1. Abdulkahharovich, S. H. (2022). The Significance Of Wrestling Sports For Society And The History Of Its Formation. *Spectrum Journal of Innovation, Reforms and Development*, 10, 312-316.
2. Akishaber, (2023) <https://www.akishaber.com.tr/40-yil-sonrageri-gelen-gelenek-113751h.htm> Erişim Tarihi: 26.02.2023
3. Kahraman, A. (1995). Osmanlı Devleti'nde spor. Kültür Bakanlığı Yayınları.
4. Bahodirovich, F. S. (2022). History of wrestling sports. *Texas Journal of Multidisciplinary Studies*, 7, 219-223.
5. Balcı, C.(2003). Antikiteden Moderniteye Olimpiyat Oyunları, Boyut Yayıncılık, İstanbul
6. Demirli, A.(2022). Turkish Competitive Culture and Wrestling. *Journal of Social Science and Humanities*, 4 (2), 73-76.
7. Dervişoğlu, M. (2012). Kırkpınar Güreşleri'nin halk bilimsel açıdan incelenmesi (Master's thesis, Trakya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
8. Doğan, A., Gül, M, Böke, H. (2021). Malatya'da düğün güreşleri ve ritüelleri. *Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 1-9.
9. Eberhard, W. (1940). Çin Kaynaklarına Göre Türkler ve Komşularında Spor, *Ülkü Dergisi*
10. Eryiğit, G. (1997). Türk ve Dünya Güreşi (1896-1996). Türk Güreş Vakfı Yayını.
11. Gömeç, SY. (2021) Türklerde Eğlence ve Oyun Kültürü, X. Uluslararası Türk Halkları Geleneksel Spor Oyunları Sempozyumu, 05 Kasım 2017 - 07 Kasım 2017, Bişkek, Kırgızistan
12. Güven, Ö. (2013). Geleneksel okçuluk ve güreş sporunda ahiliğin etkileri. *Türk Kültürü ve Hacı Bektaş Veli Araştırma Dergisi*.
13. Güven, Ö., & Sağım, O. (2023). Kuşak Güreşinin Terimleri ve Deyimleri. *Spor Bilimlerinde Çok Boyutlu Araştırmalar* 19.
14. Haber 7 (2019). <https://www.haber7.com/foto-galeri/58779-muglada-500-yillik-dugun-guresi-gelenegi> Erişim Tarihi: 15.03.2023
15. Kavak Belediyesi, (2023). <https://www.samsunkavak.bel.tr/s/gures> Erişim Tarihi: 02.03.2023
16. Kaya, Y. (2016). Nasıl Şampiyon Oldular? Selçuk Üniversitesi Basımevi, Konya
17. Özdemir, G., & Çalışkan, V. (2018). Geleneksel Bir Sporun Coğrafyası: Türkiye'de Yağlı Güreşler (Kırkpınar-Edirne ve Çardak-Çanakkale Güreşleri). In *International Geography Symposium on the 30th Anniversary of TUCAUM Proceedings* (3-6).
18. Saralaev, M. K., Bukuyev, M., & Mambetkaliyev, S. (1995). Manas' tan Kalgan Oyundar. Bişkek. Schippers, M.(2007). Recovering the feminine other: Masculinity, femininity, and gender hegemony. *Theor Soc*, 36, 85-102.
19. Sunay, H. (2009). Spor yönetimi. Ankara: Gazi Kitabevi.
20. Şener, O. A., & İmamoğlu, G. (2018). Osmanlı İmparatorluğunda Güreş Faaliyetleri ve Yansımaları. *Electronic Turkish Studies*, 13 (26).
21. Taşova Gazetesi, (2022) <https://tasova.gen.tr/yukari-baraklida-dugun-guresleri-yapildi/> Erişim Tarihi: 01.03.2023
22. TDK (2023), <https://sozluk.gov.tr/> Erişim Tarihi: 20.03.2023
23. TDK (2023), <https://sozluk.gov.tr/> Erişim Tarihi: 24.03.2023
24. Trt Haber (2017). <https://www.trthaber.com/haber/yasam/dugunlerde-gures-yapma-geleneginden-vazgecmiyorlar-234751.html> Erişim Tarihi: 22.02.2023
25. Türkmen, M. & Arstanbekov, S. (2020) Sporda Bilimsellik ve Akademik Yaklaşımlar-1, Ed: Dr. Öğr. Üyesi Şükrü BİNGÖL Dr. Abdullah Sencer TEMEL, Gece Kitaplığı, Ankara
26. United World Wrestling, History of Wrestling (2021). History of Wrestling & UWW | United World Wrestling

Farklı bölgelerde çalışan beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin Rekreatyoneel Faaliyetlere Katılımlarına Engel Olan Faktörlerin incelenmesi

İhsan YAĞCI^{1A}, Cüneyt SEYDİOĞLU^{2B}, Mustafa Zahit SERARSLAN^{3C}

¹ Milli Eğitim Bakanlığı, Afyon Lisesi

² İstanbul Topkapı Üniversitesi

³ İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi,

Address Correspondence to İhsan YAĞCI: e-mail: ihsanyagci@hotmail.com

A:Orcid ID: 0000-0002-3607-8585 B:Orcid: 0000-0002-4595-0574 C:Orcid: 0000-0001-7181-9118

Özet

Bu çalışmanın farklı bölgelerde çalışan beden eğitimi öğretmenlerinin rekreatyoneel etkinliklere katılımını etkileyen faktörlerin tespit edilmesi amacıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırma; nicel araştırma modeline göre tasarlanmış olup, betimsel ve ilişkisel taramaya yönelik bir yöntem tercih edilmiştir. Veri toplama yöntemi olarak anket (survey) tekniği uygulanarak gönüllülük esasına dayalı online ve yüz yüze veri toplanmıştır. Araştırmaya İstanbul, Kocaeli, Afyon ve Rize illerinde, 2022-2023 eğitim öğretim yılında devlet okullarda görev yapan (n=485) beden eğitimi öğretmenleri katılmıştır. Beden eğitimi öğretmenlerinin demografik özelliklerine (cinsiyet, yaş, medeni durum, mesleki tecrübe, çalışılan il ve çalışılan okul türü) ilişkin bilgiler "kişisel bilgi formu" ile elde edilmiştir. Beden eğitimi öğretmenlerinin boş zaman engellerini ölçmek amacıyla Alexandris ve Carroll tarafından 1997 senesinde geliştirilmiş olup, Karaküçük ve Gürbüz (2007) Türkçe'ye uyarlanmış ve Gürbüz, Öncü ve Emir (2012) tarafından Türkçe'ye kısa formu çevrilen "Boş Zaman Engelleri Ölçeği-18" veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Ölçek 18 madde 6 alt boyuttan oluşmaktadır. Elde edilen veriler SPSS 25.0 paket programına girilmiş ve analizler bu program aracılığı ile yapılmıştır. İstatistiksel analiz olarak Bağımsız Örneklem T testi ve Oneway ANOVA analizi uygulanmıştır. İstatistiksel olarak $p<0,05$ istatistiksel olarak anlamlı kabul edilmiştir. Araştırmada yapılan istatistiksel analizler neticesinde katılan beden eğitimi öğretmenlerinin cinsiyet değişkenine göre boş zaman engelleri alt boyutlarında puanlarında istatistiksel olarak farklılık bulunmamıştır ($p>,05$). Bir diğer sonuca göre öğretmenlerin yaşadıkları şehir değişkeni ile boş zaman engellerine ait bulgulara göre Tesis Eksikliği ve Arkadaş Eksikliği alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$). Rize'de çalışan öğretmenlerin, İstanbul'da çalışan öğretmenlere göre Tesis Eksikliği ve Arkadaş Eksikliği alt boyutlarında daha yüksek puan ortalamasının olduğu tespit edilmiştir. Bu sonucun İstanbul şehrinin diğer illere göre aktivite imkanlarının daha fazla olduğu, sosyal hayatın daha yoğun olduğundan dolayı olduğu düşünülmektedir.

Anahtar Sözcükler: Rekreatyon, boş zaman, zaman, beden eğitimi ve spor öğretmeni.

GİRİŞ

Pek çok filozof, sanatçı ve bilim insanı zaman kavramını kendi faaliyet gösterdiği alanda ve kendi yöntemleri ile değerlendirmektedir. Zaman pek çok toplumun inanç sistemi dahilinde çok farklı konulara sahip olsa da tüm insanlık için son derece önemli olmaktadır. Zaman yalnızca kültürlerin bir ölçütü olarak değerlendirilmemektedir aynı zamanda toplumların sahip olduğu kültürlerin yapısal bileşenlerini meydana getirmektedir. Zaman meydana gelen iletişimin en önemli öğelerinden biri olmaktadır. Zaman kavramları temel olarak bir toplumun sahip olduğu kültürün kimliğini ve temelini oluşturan değerler ve inançlar çekirdeğine ait olmaktadır (Topakkaya, 2012). Platon, zaman kavramını insanlığın var olanları idrak edememesi ile birlikte ortaya çıkan bir çeşit taklit olarak tanımlamaktadır. Aristoteles ise zamanı farklı sorular ekseninde değerlendirmektedir. Ona göre zaman var mıdır ve varsa bu zamanın doğası nasıldır gibi sorular oldukça büyük bir önem taşımaktadır (Aristoteles, 1996: 21-29).

Gürbüz ve Henderson (2013) boş zaman kavramının literatürde 'leisure' olarak kullanıldığını Türkçe 'de ise boş zaman, serbest zaman olarak kullanıldığını ifade etmişlerdir. Boş zaman kavramı üzerine literatürde birçok çalışmaya ulaşmak mümkündür. Boş zaman değişken bir kavram olup, tek bir tanımı bulunmamakla birlikte kültürden kültüre toplumdan topluma değişiklik göstermektedir (Çuhadar, 2020). Modern insanlık tarihinin başlangıcından bu yana boş zaman kapsamının ne olduğuna ilişkin cevaplar aranmaktadır. Boş zaman, günlük zorunlu ihtiyaçların karşılandıktan sonra arta kalan bir zaman bölümü olarak tanımlanmaktadır (Karaküçük, 2008). Boş zaman tanımı yapılırken genellikle bu etkinliklerin insanlara çeşitli faydalar sağladığı belirtilse de boş zaman kavramına ilişkin genel geçer standart bir tanımın olmadığı görülmektedir (Shores ve West, 2010).

Boş zaman faaliyetlerine aktif katılım yoluyla, sosyal, fiziksel, psikolojik, zihinsel ve toplumsal açıdan bir dizi faydalı sonuç veri elde edilebilmektedir. Bazen katılım sağlamak için bazı engellerin üstesinden gelmek gerekebilmektedir. Bu durum kişisel çaba ve sabır gerektirmekte ve farklı zamanlarda zihinsel veya fiziksel mücadelelerin sonucu olabilmektedir. Boş zaman faaliyetlerine katılmadaki zorluklar ve imkânsızlıklar, bireylerden veya kendileri dışındaki nedenlerden kaynaklanmakta ve boş zamanlarda faaliyetlere katılmada engel olarak adlandırılmaktadır

(Crompton ve diğerleri, 2005). Boş zaman engelleri, tarihsel gelişim açısından 1970'lerde araştırılmaya başlanan bir kavram olmasına rağmen, alana olan ilgi 1980'lerde artmış ve bu ilgi 1990'larda hızla gelişmiştir. 1980'lerde ilgili kavramlar üzerine yapılan araştırmalar, engellerin boş zamanlara katılım üzerindeki etkisiyle ilgili olmasına rağmen, boş zaman engelleri teorisi 1990'larda ortaya çıkmaya başladığı görülmektedir. Boş zaman engelleriyle ilgili araştırmalar, özellikle son 10-15 yılda giderek artmıştır ve boş zaman literatüründe kendine bir yer bulmuştur. Bu kavram, bireylerin boş zaman etkinliklerine katılmasını, katıldıkları etkinliklerden keyif almasını ve boş zaman hizmetlerinden yararlanmasını engelleyen ve etkileyen bir dizi faktör olarak tanımlanmaktadır (Jenkins ve Picram, 2003).

Boş zamanların değerlendirilmesi insanlar için önemli bir ihtiyaçtır. Oluşturduğu toplum ve yaşadığı çevresi ile çift yönlü ilişki içerisinde yaşayan kişi, boş zamanlarını değerlendirirken, kendini tanıma, ifade etme, olumsuz düşüncelerden kurtulma ve bu şekilde tatmin olmaya çalışırken aynı zamanda kişiliğini de geliştirme imkânı bulur (Kır, 2007). Alexandris'e (1997) göre, rekreasyon faaliyetlerinin birçok ülkede büyük reklam kampanyaları ile çok ilerleme kaydettiğini ve fiziksel, psikolojik ve sosyal yararların rekreasyona duyulan ihtiyacın potansiyelini artırmaktadır. Rekreasyonel ihtiyaçlar, insan davranışlarına temel olabilecek tek bir neden veya faktöre bağlı kalmaksızın birçok nedenden dolayı analiz gerektirmektedir. Rekreasyona duyulan ihtiyaç, rekreasyon faaliyetlerinin kişisel ve toplumsal olarak sağladığı faydalardan ileri gelmektedir (Karaküçük, 2005). Bireylerin veya toplumun rekreasyonel etkinliklere katılabilmesi ya da katıldıkları rekreasyon etkinliklerini daha iyi koşullarda yapabilmesi için birçok kriterin oluşması gerekmektedir. Bu kriterlerden öncelikli olanlar ise zaman, yeterli maddi güç ve rekreasyon faaliyetlerinin yapılabileceği alanların varlığıdır (Sevil, Şimşek vd. 2012).

Araştırmamızın amacı doğrultusunda Beden eğitimi öğretmenlerinin fiziksel ve zihinsel sağlıklarını korumaları ve geliştirmeleri önemlidir. Rekreasyon aktiviteleri, düzenli egzersiz yapmalarını sağlar, fiziksel kondisyonlarını artırır ve sağlıklı bir yaşam tarzını teşvik eder (Tuna, 2023). Öğrencilere örnek olmak, beden eğitimi öğretmenlerinin görevlerinden biridir. Kendi boş zamanlarında aktif bir yaşam tarzını sürdürerek, öğrencilere fiziksel aktivitenin önemini gösterirler. Bu sayede öğrencilerin daha sağlıklı alışkanlıklar

geliştirmelerine yardımcı olabilirler. Rekreasyon aktiviteleri, beden eğitimi öğretmenlerinin stresini azaltmalarına yardımcı olabilir. Öğretmenlik yoğun ve zorlu bir meslek olabilir, bu nedenle düzenli olarak rekreasyon aktivitelerine katılarak zihinsel rahatlama sağlayabilirler. Farklı rekreasyon aktiviteleri, beden eğitimi öğretmenlerinin yaratıcılıklarını artırabilir. Farklı sporlar veya aktiviteler deneyimlemek, ders içi ve dışında öğrencilere çeşitli yaklaşımlar sunmalarını sağlayabilir. Rekreasyon aktivitelerine katılarak öğretmenler, farklı insanlarla tanışma ve sosyal ilişkilerini geliştirme fırsatı bulabilirler. Bu da hem kişisel hem de mesleki gelişimlerine olumlu katkı sağlayabilir. Beden eğitimi öğretmenleri, rekreasyon aktiviteleri sırasında liderlik, iletişim, takım çalışması gibi becerilerini geliştirebilirler. Bu becerileri daha sonra sınıf içi etkileşimlerinde ve spor etkinliklerinde daha etkili bir şekilde kullanabilirler. Kendi rekreasyon hedefleri belirlemek ve bu hedeflere ulaşmak, beden eğitimi öğretmenlerinin motivasyonunu artırabilir. Bu motivasyon, öğrencilere ilham vermek ve onları kendi hedeflerine yönlendirmek için kullanılabilir.

YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Araştırmada betimsel tarama modelinde tasarlanmıştır. Betimsel tarama modeli bireyleri simgeleyen kategoriler arasında ilişkileri belirlemek amacıyla kullanılan bilgi toplama yöntemidir. Farklı bölgelerde çalışan beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin Rekreasyonel Faaliyetlere Katılımlarına Engel Olan Faktörlerin belirlenmesi amacıyla tarama modeli ile tasarlanmıştır.

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini, Türkiye’de görev yapan beden eğitimi ve spor öğretmenleri oluştururken, araştırmanın örneklemini İstanbul, Kocaeli, Afyon ve Rize illerinde, 2022-2023 eğitim öğretim yılında, devlet okullarında görev yapan (n=485) beden eğitimi öğretmenleri oluşturmaktadır.

Verilerin Toplanması

Demografik bilgi formu: Araştırmacı tarafından hazırlanmış bu formda katılımcıların cinsiyet, yaş, medeni durum, mesleki tecrübe, çalışılan il ve çalışılan okul türü gibi sorulara yer verilmiştir. Bu sorular çalışmaya katılan beden eğitimi öğretmenlerinin kişisel özellikleri hakkında bilgi toplamak ve araştırmanın bağımsız değişkenlerini oluşturmak amacıyla hazırlanmıştır.

Boş zaman engelleri ölçeği: Bu ölçek 1997 senesinde Alexandris ve Carroll tarafından geliştirilmiştir. Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Gürbüz Öncü ve Emir (2012) tarafından yapılmıştır. Ölçek toplam 18 maddeden ve 6 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğe verilecek cevaplar; 1- Kesinlikle Önemsiz, 2- Önemsiz, 3-Önemli, 4- Çok Önemli şeklindedir. Ölçeğin alt boyutları; birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesis eksikliği, arkadaş eksikliği, zaman ve ilgi eksikliği şeklindedir.

Verilerin Analizi

Verilerin istatistiksel analizinde SPSS 25.0 paket programı kullanılmış ve hata payı 0.05 olarak kabul edilmiştir. Verilerin değerlendirilme aşamasında tanımlayıcı istatistiksel yöntemleri olarak yüzde, sayı, standart ve sapma ortalama uygulanmıştır. Normallik varsayımı için çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerlerinin -1,5 ile +1,5 aralığında olduğu saptanmış ve bu bağlamda veriler normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. (Tabachnick ve Fidell, 2013). İkili bağımsız grup karşılaştırılmasında, independent sample t-test, ikiden fazla bağımsız grup karşılaştırılmasında ise one way ANOVA testi kullanılmıştır. One way ANOVA analizi sonucunda, farkın kaynağını belirlemek üzere tamamlayıcı post-hoc analizi olan Tukey testi kullanılmıştır.

Araştırmanın Etiği

Mevcut araştırma süresince “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” çerçevesinde hareket edilmiş olup ilgili araştırma İstanbul Topkapı Üniversitesi, Akademik Araştırma ve Yayın Etiği Komisyonu, E-49846378-050.01.04-2300010580 sayılı etik kurul kararı ile onaylanmıştır.

BULGULAR

Bulgular kapsamında ilk olarak araştırmaya katılan beden eğitimi öğretmenlerinin demografik dağılımları incelenmiş, daha sonra ise katılımcıların boş zaman engellerini belirlemek amacıyla demografik özelliklerine göre analizler gerçekleştirilmiştir.

Çalışmaya katılan beden eğitimi öğretmenlerinin demografik değişkenlere göre cinsiyet, yaş, medeni durum, mesleki tecrübe, çalışılan il ve çalışılan okul türü değişkenlerine ilişkin elde edilen verilerin dağılımı Tablo 1’de sunulmaktadır.

Tablo 1. Araştırmaya Katılan Sporculara İlişkin Demografik Bulgular			
Değişken		Frekans (n)	Yüzde (%)
Cinsiyet			
	Kadın	214	44,1
	Erkek	271	55,9
Medeni Durum			
	Evli	197	40,6
	Bekar	288	59,4
Yaş			
	22-25	134	27,6
	26-29	141	29,0
	30 ve üstü	210	43,4
Çalışılan il			
	İstanbul	173	35,6
	Afyon	94	19,4
	Kocaeli	136	28,1
	Rize	82	16,9
Çalışılan okul türü			
	Ortaokul	191	39,3
	Lise	294	60,7
Mesleki Tecrübe			
	2 yıl ve altı	123	25,3
	3-6 yıl	217	44,7
	7 yıl ve üstü	145	30,0
	Toplam	485	100

Demografik özelliklere baktığımız zaman çalışmaya katılan Beden Eğitimi Öğretmenlerinin 214'ü kadın, 271'i erkektir. 197 öğretmen evliyken 288 öğretmen bekarıdır. 134 beden eğitimi öğretmeni 22-25 yaş aralığında iken 141'i 26-29 yaş ve 210 öğretmen 30 ve üstü yaş aralığındadır. Çalışmamıza katılan öğretmenlerin 173'ü İstanbul, 136'sı Kocaeli, 94'ü Afyon ve 82 öğretmende Rize ilinde çalışmaktadır.

Çalışmamıza en çok İstanbul ilinden öğretmen katıldığı görülmektedir. Öğretmenlerin 191'i ortaokullarda çalışırken 294'ü Lisede çalışmaktadır. Katılımcıların meslekte çalışma sürelerine bakıldığında 123'ü 2 yıl ve altı süre, 217'si 3-6 yıl arası ve 145 öğretmende 7 yıl ve üstünde görev yaptığı belirlenmiştir.

Tablo 2. Katılımcıların ölçek puanlarının çarpıklık-basıklık ve kolmogorov-smirnov testi anlamlılık düzeyi sonuçları

Boyutlar	n	Çarpıklık	Basıklık	p
Boş Zaman Engelleri Ölçeği Toplam	542	.295	.568	.000
Birey Psikolojisi	542	.185	-.126	.000
Bilgi Eksikliği	542	.298	.345	.000
Tesis Eksikliği	542	-.096	-.212	.000
Arkadaş Eksikliği	542	-.182	-.126	.000
Zaman	542	.153	.569	.000
İlgi Eksikliği	542	.436	.352	.000

Tablo 2'de Kolmogorov-Smirnov Testi sonuçlarına bakıldığında, beden eğitimi öğretmenlerinin Boş Zaman Engelleri Ölçeği toplam ve alt başlıklarından aldıkları puanların normal dağılım göstermediği gözlemlenmiştir. Ancak, normal dağılım eğrilerine bakıldığında sapmaların aşırı olmadığı ve değerlerin ± 1 aralığında olduğu görülmüştür. Literatürde; bu değerlerin ± 1 aralığında yer almasının normallikten aşırı sapmalar olmaması

şeklinde ifade eden çalışmaların varlığı mevcuttur (Büyüköztürk, 2007). Bu bilgiler doğrultusunda normal dağılım testlerinin uygulanmasına karar verilmiştir. Değişkenler ortalama \pm standart sapma, yüzde ve frekans değerleri kullanılarak ifade edilmiştir.

Tablo 3. Katılımcıların Cinsiyet Değişkenine Göre Yapılan t Testi Sonuçları

	Cinsiyet	N	X	S.s.	t	p
Birey	Kadın	214	3,52	,97	-,942	,347
Psikolojisi	Erkek	271	3,67	,93		
Bilgi	Kadın	214	4,22	,86	-,218	,827
Eksikliği	Erkek	271	4,25	,87		
Tesis	Kadın	214	4,09	,57	-,148	,883
Eksikliği	Erkek	271	4,11	,53		
Arkadaş	Kadın	214	2,99	,87	-,236	,814
Eksikliği	Erkek	271	3,03	,97		
Zaman	Kadın	214	3,75	,65	-,733	,464
İlgi	Erkek	271	3,83	,60		
Eksikliği	Kadın	214	3,55	,93	,159	,873
	Erkek	271	3,53	1,04		

Tablo 3 incelendiğinde, çalışmaya katılan beden eğitimi öğretmenlerinin cinsiyet değişkenine göre boş zaman engelleri alt boyutlarında puanlarında istatistiksel olarak farklılık bulunmamıştır ($p > ,05$).

Tablo 4. Katılımcıların Medeni Durum Değişkenine Göre Yapılan t Testi Sonuçları

	Medeni Durum	N	X	S.s.	t	p
Birey	Evli	197	3,38	,98	-2,62	,009*
Psikolojisi	Bekar	288	3,69	,93		
Bilgi	Evli	197	4,17	,89	-,927	,355
Eksikliği	Bekar	288	4,27	,84		
Tesis	Evli	197	4,11	,59	,495	,621
Eksikliği	Bekar	288	4,08	,53		
Arkadaş	Evli	197	2,97	,95	-,438	,662
Eksikliği	Bekar	288	3,02	,83		
Zaman	Evli	197	3,68	,98	-2,02	,044*
	Bekar	288	3,84	,93		
İlgi	Evli	197	3,63	,95	2,193	,029*
Eksikliği	Bekar	288	3,34	,98		

Tablo 4’de araştırmaya katılan beden eğitimi öğretmenlerinin medeni durum değişkeni ile boş zaman engellerine ait bulgulara göre Birey Psikolojisi, Zaman ve İlgi Eksikliği alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p < ,05$). Bilgi Eksikliği, Tesis Eksikliği ve Arkadaş Eksikliği alt boyutlarında istatistiksel olarak bir farklılık tespit edilememiştir ($p > ,05$).

Tablo 5. Katılımcıların Medeni Durum Değişkenine Göre Farklılığı İçin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

	Şehir	N	X	S.S.	f	p	Fark
Birey Psikolojisi	İstanbul	115	3,40	,81	,551	,577	
	Afyon	91	3,36	,91			
	Kocaeli	87	3,59	,58			
	Rize	137	3,39	,85			
Bilgi Eksikliği	İstanbul	115	3,13	,93	,483	,618	
	Afyon	91	2,98	1,12			
	Kocaeli	87	3,09	,49			
	Rize	137	3,08	1,08			
Tesis Eksikliği	İstanbul	173	2,83	,88	4,035	,004	4-1
	Afyon	94	3,12	1,07			
	Kocaeli	136	3,00	,96			
	Rize	82	3,92	1,00			
Arkadaş Eksikliği	İstanbul	173	3,10	,58	2,361	,019	4-1
	Afyon	94	3,90	,70			
	Kocaeli	136	3,82	,55			
	Rize	82	4,20	,64			
Zaman	İstanbul	173	3,34	,50	0,558	0,64	
	Afyon	94	3,51	,52			
	Kocaeli	136	3,38	,46			
	Rize	82	3,58	,11			
İlgi Eksikliği	İstanbul	115	3,65	,83	1,075	,343	
	Afyon	91	3,45	,90			
	Kocaeli	87	3,49	,85			
	Rize	137	3,52	,86			

Tablo 5’de araştırmaya katılan beden eğitimi retmenlerinin yaşadıkları Şehir değişkeni ile boş zaman engellerine ait bulgulara göre Tesis Eksikliği ve Arkadaş Eksikliği alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir (p<0,05). Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek amacıyla yapılan tukey analizi sonucunda, Rize’de çalışan retmenlerin, İstanbul’da çalışan retmenlere göre Tesis Eksikliği ve Arkadaş Eksikliği alt boyutlarında daha yüksek puan ortalamasının olduğu tespit edilmiştir. Bu sonucun İstanbul Şehrinin diğer illere göre aktivite imkanlarının daha fazla olduğu, sosyal hayatın daha yoğun olduğundan dolayı olduğu düşünülmektedir.

TARTIŞMA SONUÇ

Bu alıŐma farklı bölgelerde çalışan beden eğitimi retmenlerinin rekreasyonel etkilere katılımını etkileyen faktörlerin araştırılması amacı ile yapılmıştır. Elde edilen bulgulara göre sonucunda çalışmaya katılan beden eğitimi retmenlerinin cinsiyet değişkenine göre boş zaman engelleri alt boyutlarında puanlarında istatistiksel olarak farklılık bulunmamıştır (p> ,05). Bakay (2018), cinsiyet değişkeni ile boş zaman yönetimi arasında anlamlı farklar bulunmadığı sonucuna ulaŐmıŐlardır ve bu sonuÇ mevcut çalıŐmamızı destekler niteliktedir. Başka çalışmalarda ise KŐkeŐmen ve ark., (2020), Soyer ve ark., (2017), IŞıkgöz ve ark., (2021), Durhan ve ark., (2017), Arı (2017) ve Duran ve ark. (2020) araştırmalarında mevcut çalışmanın aksimize cinsiyet değişkeni ile ilgili anlamlı farklar olduğu sonucuna ulaŐmıŐlardır. Tolukan’ın (2010) yaptığı çalışmada da sadece “bilgi eksikliği” alt boyutunda “kadın” katılımcılar lehine farklılık çıkmasına rağmen; araştırma incelendiğinde tüm alt boyutlarda kadın katılımcıların erkek katılımcılara oranla daha fazla etkilendikleri görülmektedir. Kelly’in (1990) alıŐmasına göre, kadınların boş zamanlarında iki büyük engelle karşılaştıkları görülmektedir. Bunlardan ilki; kadınların ev dışında gerçekleşen etkilere katılımlarının az olmasıdır. Bunun nedeninin ise genellikle ocuk bakımına erkeklerden daha fazla zaman ayırmaları olduğu düşünülmektedir. İkinci fark ise kadınların fiziksel aktivitelere katılma alışkanlığını kazanmadan yetiŐtirildikleri için daha sonraki yıllarda etkilere katılmada zorluk yaŐamalarıdır.

Çalışmamıza katılan beden eğitimi retmenlerinin medeni durum değişkeni ile boş zaman engellerine ait bulgulara göre Birey Psikolojisi, Zaman ve İlgi Eksikliği alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir (p<0,05). Saruhan ve Göksoy’un (2013)

yaptığı araştırmaya göre, “Boş Zaman Engelleri lği’nin alt boyutlarının katılımcıların “tesisler/hizmet ulaşım” alt boyutunda medeni duruma göre anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. ıkan sonuŐtan, bekar katılımcıların evli katılımcılara oranla, etkilere katılırken bağımsız hareket edebilme seçeneğinin olduğu söylenbilir. Solak (2022) Boş Zaman Engelleri ve Fiziksel Aktivite z değeri İlişkisi: Ev hanımları zerine Bir Uygulama isimli çalıŐmasının sonuÇlarına göre boş zaman engelleri lği alt boyutu olan “zaman yetersizliği” medeni durumlarına göre anlamlı Şekilde farklılık tespit etmiştir. Boş zaman engelleri lği alt boyutları olan; birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesis yetersizliği, arkadaş eksikliği, ilgisizlik ve boş zaman engelleri toplam puanları medeni durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermemiştir sonucuna ulaşmıştır.

Araştırmaya katılan beden eğitimi retmenlerinin yaşadıkları Şehir değişkeni ile boş zaman engellerine ait bulgulara göre Tesis Eksikliği ve Arkadaş Eksikliği alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. KarakŐk ve diğerleri (2011) yaptıkları “Ankara İlindeki bireylerin rekreasyonel etkilere katılımındaki engellerin belirlenmesi” konulu çalışmada 2531 kişinin katıldığı araştırma yapmışlardır. Bireyleri rekreasyonel aktivitelere katılımlarını engelleyen 3 temel faktörün olduğunu belirtmişlerdir. Bunların sırasıyla “tesis/hizmet ve ulaşım”, “bilgi eksikliği ve “zaman yetersizliği” olduğunu vurgulamıŐlardır.

SonuÇ olarak farklı illerde çalışan beden eğitimi retmenlerinin rekreatif etkilere katılımını engelleyen faktörler, coğrafi, kültürel, ekonomik ve sosyal farklılıklardan dolayı değişebilir. İller arasındaki ekonomik ve iş koşulları farklılık gösterebilir. Örneğin, İstanbul gibi büyük Őehirlerde yaşam maliyeti daha yüksek olabilir ve bu da üretmenleri ek iş arayışına yönlendirebilir, bu da rekreatif etkilere ayırdıkları zamanı kısıtlayabilir. İŞ yükü, servis süreleri ve diğer taahhütler retmenlerin boş zamanlarını etkileyebilir. Yoğun ders programları, ek dersler veya okul sonrası etkilere, rekreatif etkilere katılımı sınırlayabilir. İller arası ulaşım farklılıkları, retmenlerin rekreatif etkilere katılma kabiliyetini etkileyebilir. UlaŐımın zorluğu veya maliyeti, katılımı olumsuz etkileyebilir. İller arasındaki kültürel farklılıklar, rekreatif etkilere olan ilgiyi etkileyebilir. Bir bölgede belirli bir etkilere verilen değer, diğer bölgelerde aynı derecede olmayabilir. İller arasındaki ekonomik

farklılıklar, öğretmenlerin ekonomik olarak rekreatif etkinliklere katılma yeteneğini etkileyebilir. Daha düşük gelir seviyeleri, katılımı sınırlayabilir. Okul yönetimi ve ilgili kurumlar, öğretmenlere rekreatif etkinliklere katılma fırsatları sağlama konusunda farklı yaklaşımlar sergileyebilir. İdari destek olmadan etkinlikler düzenlemek veya katılmak zor olabilir. Fiziksel olarak aktif bir işte çalışan beden eğitimi öğretmenleri, bazen iş sonrası ekstra etkinliklere katılmak yerine dinlenmeyi tercih edebilirler. Bireysel motivasyon, ilgi ve hobi faktörleri, öğretmenlerin rekreatif etkinliklere katılma isteğini etkiler. Kişisel ilgi alanlarına uygun etkinlikler daha cazip olabilir. Sosyal çevre ve destek, öğretmenlerin etkinliklere katılımını etkileyebilir. Arkadaşlar veya aile üyeleri ile katılma imkanı, etkinliklere katılımı artırabilir. Her ilde eğitim sistemi ve politikalar farklılık gösterebilir. Bu da öğretmenlerin zamanını ve enerjisini farklı şekillerde yönlendirmelerine neden olabilir.

Bu faktörler, iller arasında değişebilir ve her öğretmen için farklı bir deneyime yol açabilir. Etkinliklere katılımı anlamak ve desteklemek için bölgesel farklılıkları göz önünde bulundurmak önemlidir.

KAYNAKLAR

1. Alexandris, K., (1998). An Analysis of Leisure Constraints Based on Different Recreational Sport Participation Levels: Results from a Study in Greece. *Leisure Sciences*, Vol 19, No 1, 1-15.
2. Arı, Ç. (2017). Pedagojik Formasyonda Kayıtlı Öğretmen Adaylarının Boş Zaman Yönetimleri ve Yaşam Kaliteleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Ankara: Yüksek Lisans Tezi, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü
3. Aristoteles. (1996). Fizik. Zaman kavramı. (ss. 8-41). (S. Babür, Çev.) Ankara: İmge
4. Bakay, M. (2018). Ortaöğretim öğrencilerinin boş zaman faaliyetlerine yönelik tutumlarının belirlenmesi (Master's thesis, Batman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).
5. Büyükoztürk Ş. (2007). Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı, (7.baskı), Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
6. Crompton, J.L., Jackson, E.L. ve Witt, P. (2005). Integrating benefits to leisure with constraints to leisure. In E.L. Jackson (Ed.), *Constraints to Leisure*, State College. PA: Venture.
7. Çuhadar, A. (2020). Sosyal medya kullanımı ve boş zaman yönetimi ilişkisinin incelenmesi: Üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma (Master's thesis, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi).

8. Duran, Ü. B., Güler, C., & Çavuşoğlu, S. B. (2020). Tenis Oyuncularında Boş Zaman Yönetimi ve Yaşam Doyumu. *Turan: Stratejik Araştırmalar Merkezi*, 12(48), 302-313.
9. Durhan, T. A., Akgül, B. M., & Karaküçük, S. (2017). Rekreatif Amaçlı Yüzme Sporuyla Uğraşan Bireylerin Boş Zaman Yönetimleri Üzerine Bir Değerlendirme. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 19(4), 8-16
10. Gürbüz, B. ve Henderson, K. (2013). Exploring The Meanings Of Leisure Among Turkish University Students. *Croatian Journal Of Education: Hrvatski časopis za odgoj i obrazovanje*, 15(4), 927-957.
11. Gürbüz, B., Yenel, F., Özdemir, A. S., Akgül, B. M., & Karaküçük, S. (2011). Türk Toplumunun Boş Zaman Değerlendirme Profili: Ankara İli Örneği. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 16(4), 41-51.
12. Işıkgöz, M. E., Gürbüz, P. G., & Esentaş, M. (2021). Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Yönetimlerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 7(1), 413-429.
13. Jenkins, J. M. ve Pigram, J.J. (2003). *Encyclopedia of leisure and outdoor recreation*. London and New York: Routledge, Taylor & Francis Group.
14. Karaküçük, S. (2005). *Rekreasyon (Boş Zamanları Değerlendirme) "Kavram, Kapsam ve Bir Araştırma (5. Baskı)*, Ankara: Gazi Kitabevi.
15. Kır, İ. (2007). "Yüksek Öğretim Gençliğinin Boş Zaman Etkinlikleri: KSÜ Örneği", *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17/2, 307- 328.
16. Küçükmesmen, E., Şimşek, A., & Türkoğlu, M. E. (2020). Önlisans öğrencilerinin sosyodemografik özelliklerine göre boş zaman yönetimi. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (38), 202-231.
17. Saruhan, G. ve Göksoy, F. (2013). *Araştırma Görevlilerinin Sağlık Geliştirici Davranışları ve Boş Zamanlarını Değerlendirme Durumlarının İncelenmesi. III. Rekreasyon Araştırmaları Kongresi*, 5-7 Kasım, 11-17, Eskişehir, Türkiye.
18. Sevil, T., Şimşek vd. (2012). *Boş Zaman ve Rekreasyon Yönetimi*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayını
19. Tolukan, E. (2010). Özel Yetenekle İlgili Bölümlerde Okuyan Üniversite Öğrencilerinin Rekreasyonel Aktivitelere Katılımlarına Engel Olabilecek Unsurların Belirlenmesi. *Yüksek Lisans. Niğde Üniversitesi, Niğde*.
20. Topakkaya, A. (2012). Zaman Kavramı Bağlamında Platon ve Aristoteles Karşılaştırması. *FLSF Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi*, (13), 219-232.
21. Tuna, G. (2023). *Core Sistemi. Spor Bilimlerinde Akademik Değerlendirmeler-2*, 159.

Elit Snowboard Sporcularının Spor Yaralanma Bölgelerinin ve Türlerinin Değerlendirmesi

Emrah YILMAZ ^{1A}, Abdullah GEZER ^{1B}

¹ Süleyman Demirel Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Address Correspondence to Emrah YILMAZ: e-mail: emrahylimaz@sdu.edu.tr

A:Orcid ID: 0000-0002-3664-8509 B:Orcid: 0009-0003-1876-2580

Özet

Çalışmanın amacı snowboard sporcularının karşılaştıkları spor sakatlıklarının, yaralanma bölgeleri ve türlerine göre araştırılmasıdır. Bu çalışmaya 40 erkek, 62 kadın olmak üzere 102 elit snowboard sporcusu katılım sağlamıştır. Sporcuların yaş ortalaması erkek 23.18±3.13, kadın 22.42±3.93 yıl; boy ortalaması erkek 178.07±7.78, kadın 164.82±4.81 cm; kiloları ortalaması erkek 75.07±12.22, kadın 59.61±10.14 kg. olarak tespit edilmiştir. Çalışmada veri toplama yöntemi olarak snowboardçuların demografik bilgilerini içeren kişisel bilgi formu ve snowboardçuların karşılaştıkları sakatlıkları değerlendirmek için İskandinav Kas-İskelet Sistemi Anketi (The Nordic Musculoskeletal Questionnaire-NMQ) kullanılmıştır. Anket 15 çoktan seçmeli, 46 açılır menü ve 6 kısa yanıt olmak üzere 67 soru içermektedir. Anket Google form üzerinden oluşturulmuş ve sporcuların gönüllülük esasına göre doldurulmuştur. Çalışmamızda en fazla yaralanma sıklıkları sırasıyla 13 kadın (%12,7), 5 erkek (%4,9) ile el-el bileği bölgesinde; 17 kadın (%16,7), 1 erkek (%1), ile ayak-ayak bileği; 14 kadın (%13,7), 3 erkek (%2,9) snowboardçuda da diz bölgesinde tespit edilmiştir. Snowboardçuların cinsiyet değişkenlerine göre incelendiğinde vücut bölgelerinden bel ve ayak-ayak bileği yaralanma sıklıkları arasında istatistiksel anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir (p>0,05). Yaralanma türlerinin vücut bölgelerine göre sıklığı incelendiğinde; toplamda %17,7 ile el-el bileği, %17,7 ile ayak-ayak bileği, %16,7 ile diz bölgesinde olduğu tespit edilmiştir. Toplam yaralanma sıklıkları incelendiğinde ise en büyük oranın %29,5 ile kas ağrısı, %29,5 ile diğer, %28,5 ile zorlanmadan meydana geldiği görülmektedir. Sonuç olarak, Snowboard ile uğraşan elit sporcuların sakatlık bölgeleri genel olarak el-el bileği ve alt ekstremitte bölgelerinden ayak-ayak bileği, diz ve bel bölgesinde gerçekleştiğini görülmektedir. Bu yaralanmaların da genellikle zorlanma, kas ağrısı ve diğer yaralanmalar şeklinde olduğu görülmektedir. Kız sporcularının snowboard sporu sakatlıklarıyla karşılaşma olasılığının erkekler göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu sebepten dolayı kız sporcularının snowboard antrenmanlarında, el bileği ile alt ekstremitte eklem ve kas kuvveti çalışmalarına daha çok önem göstermeleri gerektiği önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Snowboard, Spor sakatlıkları, Yaralanmalar

Sports Injury of Elite Snowboard Athletes Evaluation of their Regions and Species

Abstract

The aim of the study is to investigate the sports injuries compared by snowboarders according to injury regions and types. 102 elite snowboarders, 40 men and 62 women, participated in this study. The mean age of the athletes was male 23.18±3.13 years, female 22.42±3.93 years; mean height male 178.07±7.78 cm, female 164.82±4.81 cm; mean weight of male 75.07±12.22, female 59.61±10.14 kg. was detected. In the study, a personal information form containing demographic information of snowboarders and Scandinavian Musculoskeletal Questionnaire (NMQ) were used to evaluate the injuries faced by snowboarders as data collection methods. The survey contains 67 questions, including 15 multiple choice, 46 drop-down menus, and 6 short answers. The questionnaire was created through the Google form and the athletes were filled in on a voluntary basis. In our study, the highest frequency of injury was in the hand-wrist region with 13 women (12.7%), 5 men (4.9%), respectively; 17 women (16.7%), 1 man (1%), with foot-ankle; It was detected in the knee region of 14 female (13.7%) and 3 male (2.9%) snowboarders. When the snowboarders were examined according to gender variables, statistically significant differences were found between the frequencies of waist and foot-ankle injuries from body parts (p>0.05). When the frequency of injury types according to body regions is examined; In total, it was determined that it occurred in the hand-wrist region with 17.7%, in the foot-ankle region with 17.7%, and in the knee region with 16.7%. When the total frequency of injuries is examined, it is seen that the highest rate is muscle pain with 29.5%, other with 29.5%, and without difficulty with 28.5%. As a result, it is seen that the disability areas of the elite athletes dealing with snowboarding are generally in the hand-wrist and lower extremity regions, in the foot-ankle, knee and waist regions. It is seen that these injuries usually occur in the form of strain, muscle pain and other injuries. It has been determined that the probability of encountering snowboard sports injuries of female athletes is higher than that of males. For this reason, it is suggested that female athletes should pay more attention to wrist and lower extremity joint and muscle strength exercises in snowboard training.

Keywords: Snowboard, Sports Disabilities, Injuries.

GİRİŞ

Yılın büyük bir bölümünde kar yağışının hâkim olduğu bir yerde insanlar ilk önce karla mücadele ederek yaşamaya alışmış, barınmak için kardan ya da buzdan evler inşa edip barınma ihtiyaçlarını gidermiş ve sonrasında da karı yaşantılarının neredeyse her alanında kullanmasını öğrenmişlerdir. Eski zamanlardaki insanların avlanırken avının peşinden daha hızlı takip edebilmek amacıyla ağaç ve buna benzer araç gereçlerle karın ya da buzun üzerinde uyguladıkları kayak hareketleri zamanla günümüze kış sporlarının doğmasına sebep olmuştur. Günümüzde gelişen teknoloji, zamanında hayatta kalma mücadelesi için geliştirilen ve kullanılan araç gereçler, ekipmanlar ve teknikler şimdilerde birer sosyal etkileşim aracı şeklinde de farklı spor branşlarını ortaya çıkarmıştır. Dolayısıyla teknolojideki bu gelişimlerle beraber sadece kış aylarında gerçekleştirilebilen kayak sporu, yılın tüm mevsimlerinde gerçekleştirilebilmekte ve gün geçtikçe daha çok kişiye hitap ederek popülaritesini güçlendirerek yükseltmektedir (Musabaşoğlu ve Kishalı, 2008).

Günümüzde oldukça popüler spor branşlarından olan kayak sporu, yapıldığı alanlar açısından alp disiplini ve snowboard şeklinde iki farklı şekilde ifade edilmektedir. Kayak sporundaki bu iki branşta, diğer spor branşlarında da olduğu gibi, öncelikle yapılan branşın özelliklerine ve o branşı yapan sporcularda bulunması gereken fiziksel, fizyolojik ve bazı biyomotorik özellikler açısından birbirlerinden ayrılmaktadır (Aktaş, 2009; Koçyiğit ve Pepe, 2022). İki branşın bu biyomotorik özellikler yönünden ayrılmasının yanında bu branşlardaki uygulanan farklı teknikler sebebiyle, sporcuların karşılaştıkları yaralanmalar ve sakatlanmalarda farklılık gösterebilmektedir.

Kayak branşı yaralanma ve sakatlama risklerini de içerisinde barındıran fazlasıyla popüler kış sporlarından birisidir. Kayak sporu gelişmelere çok hızlı uyum sağlamakta ve doğası hızla değişerek gelişmektedir. Günümüzde kayak sporu ile uğraşan sporcuların hızına ve teknik özelliklerine büyük önem verilen gelişmeler ve çalışmalara ilgi artmıştır. Bu popüler spor branşını yapan kişilerin sayısı fazlaştıkça yaralanma şikayetleri ile hastanelere başvuran kişi sayısında da artış görülmektedir. Günlük hayatımızda karşılaşılan yaralanma ve sakatlıklara göre kayak yaralanmaları ve sakatlıklarıyla insanlar genelde daha az karşılaşılmakta, insanların hayatlarını da daha az tehdit etmektedir. Epidemiyolojik araştırmalar gösteriyor ki, kayak sporcularının yeteneklerinin

kayaktaki yaralanmalarda en büyük faktör olduğunu bildirmektedir. Bu nedenle tecrübesi yüksek olan kayak sporcularının, kayakta yaralanma sıklıkları daha az fakat, daha ciddi yaralanmalar yaşamaktadırlar (Çevik vd., 2010).

Kayak yaralanmalarında; çevre koşulları, kullanılan malzeme ve kayakçının tecrübesi gibi etkenler rol oynar. Bu etkenlerden biri olan çevresel koşullar; karın kalitesi, hava koşulları, görüş mesafesi, kayma süresi ve kayma zamanıdır. Örneğin; buzlu zeminde üst ekstremitte ve kafa travmaları, yumuşak veya toz karda ise alt ekstremitte, özellikle tibia ve diz yaralanmaları sıklıkla oluşur. Kullanılan malzemelerde bağlantıların düşme sırasında atmaması yaralanma olasılığını arttırır. Kullanılan malzemelerde gerekli şartlar sağlandığında, özellikle alt ekstremitte yaralanmalarının büyük oranda azaldığını kanıtlanmıştır (Gedikoglu vd., 2006).

Kayak bir süredir yerleşik bir kış sporu iken, snowboard sadece 1960'larda ortaya çıkmıştır. Snowboardun popülaritesindeki büyük artış, 1998 Kış Olimpiyatları'na dahil edilmesiyle ateşlendi. Snowboard bir olimpik spor olarak yerleşmiş olsa da yeni disiplinler, daha zorlu kar kurulumları ve muhteşem numaralar ile hala gelişmekte olan bir spordur. Her iki spor da benzersiz ekipman ve hareket modelleriyle ilişkilendirilir ve sporcuları çeşitli karakteristik yaralanmalara karşı risk altına sokmaktadır. Snowboard kış faaliyetlerine artan katılımı birlikte, ekipman değişikliklerine ve güvenlik davranışının teşvik edilmesine rağmen yaralanmalarda muazzam bir artış olmuştur. Bu sporlara katılanlar birçok kişide ortak alt ekstremitte yaralanmaları görülse de kayak ve snowboard sporunun farklı özellikleri, yaralanma oranlarında, diz, ayak ve ayak bileğindeki birçok spesifik yaralanmanın mekanizmalarında belirgin farklılıklara yol açmaktadır (Mahmood ve Duggal, 2014; Telgheder ve Kistler, 2020; Torjussen ve Bahr, 2006).

Geçtiğimiz 10 yılda snowboard, gençler arasında popüler bir kış sporu haline geldi ve kaza sayısı da bu oranda arttığı belirtilmiştir. Snowboarddan kaynaklanan travma insidansı, yokuş aşağı kayakla benzer şekilde her 1000 tıbbi muayenede 4 ila 6 arasında gösterilmektedir (Pigozzi vd., 1997).

Norveç ulusal elit düzeyindeki konular üzerine yakın zamanda yapılan bir araştırma, yaralanma riskinin yüksek olduğunu ve rekabetçi snowboard sporcular arasındaki yaralanmaların, daha az bilek yaralanması ve daha fazla diz ve sırt yaralanması ile

eğlence amaçlı snowboard yapanlardan farklı olduğunu göstermektedir (Torjussen ve Bahr, 2006).

Bu bilgiler doğrultusunda, çalışmamızda elit snowboard sporcularının spor yaralanma bölgelerinin ve türlerinin değerlendirmesi amaçlanmaktadır.

YÖNTEM

Bu çalışma Türkiye`de bulunan elit snowboard sporcularının spor yaralanma bölgelerini ve türlerini değerlendirmek amacıyla yapılmıştır. Yapılan çalışmada katılımcıların sadece snowboard yaparken yaşadıkları yaralanmaları ele alınmıştır.

Çalışmanın evreni Türkiye`deki elit snowboard sporcularını kapsamaktadır. Bu çalışmaya 40 erkek, 62 kadın olmak üzere 102 elit snowboard sporcuları katılım sağlamıştır. Sporcuların yaş ortalaması erkek 23.18±3.13, kadın 22.42±3.93 yıl; boy ortalaması erkek 178.07±7.78, kadın 164.82±4.81 cm; vücut ağırlığı ortalaması erkek 75.07±12.22, kadın 59.61±10.14 kg. olarak tespit edilmiştir.

BULGULAR

Tablo 1. Snowboard Sporcularının Demografik Bilgileri

Cinsiyet	n	Yaş	Boy	Kilo
Erkek	40	23,18±3.13	178,07±7.78	75,07±12.22
Kadın	62	22,42±3.93	164,82±4.81	59,61±10.14
Total	102	22,72±3.64	170,01±8.92	65,67±13.31

Snowboardçuların karşılaştıkları sakatlıkları değerlendirmek için İskandinav Kas-İskelet Sistemi Anketi (The Nordic Musculoskeletal Questionnaire-NMQ) uygulanmıştır (Creswell, 2012; Fraenkel, Wallen ve Hyun, 2015). Katılımcıların demografik bilgilerini içeren kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Anket 15 çoktan seçmeli, 46 açılır menü ve 6 kısa yanıt olmak üzere 67 soru içermektedir. Araştırmanın verileri, örneklem grubunu oluşturan elit snowboard sporcularına anket formları Google form üzerinden hazırlanıp, snowboard sporcularının gönüllülük esası doğrultusunda doldurulmuştur.

Verilerin Analizi

Verilerin değerlendirilmesinde IBM SPSS 22.0 istatistik paket programı kullanılmıştır. Sonuçlar frekans, yüzde dağılımı ve ki-kare testleri ile değerlendirilmiştir. Anlamlılık düzeyi 'p>0,05' olarak kabul edilmiştir.

Tablo 2. Cinsiyetlere Göre Vücut Bölgelerinde Yaralanma Sıklıklarının Değerlendirmesi

Vücut Bölgeleri	Cinsiyet	Cinsiyetlere Göre Yaralanma Oranı		Toplam Yaralanma Oranı		df	p
		n	%	n	%		
Boyun	Erkek	1	1	7	6.9	1	,241
	Kadın	6	5.9				
Omuz	Erkek	3	2.9	15	14.8	3	,391
	Kadın	12	11.8				
Dirsek ve Üst Kol	Erkek	1	1	11	10.7	4	,222
	Kadın	10	9.8				
El-El Bileği	Erkek	5	4.9	18	17.7	2	,522
	Kadın	13	12.7				
Sırt	Erkek	3	2.9	16	15.7	1	,068
	Kadın	13	12.7				
Bel	Erkek	2	2	16	15.7	1	,017
	Kadın	14	13.7				
Kalça	Erkek	1	1	7	6.9	1	,241
	Kadın	6	5.9				
Diz	Erkek	3	2.9	17	16.7	1	,085
	Kadın	14	13.7				
Ayak-Ayak Bileği	Erkek	1	1	18	17.7	1	,003
	Kadın	17	16.7				

p>0,05

Tablo 1'e göre en çok yaralanma sıklıklarının 17 kadın (%16,7), 1 erkek (%1), toplam 18 sporcu (%17,7) ile ayak-ayak bileği bölgesinde ve 13 kadın (%12,7), 5 erkek (%4,9) toplam 18 sporcu (%17,7) ile el-el bileği bölgesinde olduğu görülmektedir.

Vücut bölgelerindeki yaralanmalar ile cinsiyet değişkeni arasındaki farklılıklar incelendiğinde ise, vücut bölgelerinden bel ve ayak-ayak bileği yaralanma sıklıkları ile cinsiyet değişkenleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar görülmektedir ($p>0,05$).

Tablo 3. Yaralanma Türlerinin Vücut Bölgelerine Göre Görülme Sıklıkları ve Toplam Yaralanma Sıklığına Göre Oranları

	Ezik-Bere		Zorlanma		Kas Krampı		Kas Ağrısı		Kas Yırtığı		Burkulma		Kırık		Diğer		Toplam	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Boyun	-	-	1	1	-	-	3	2.9	-	-	1	1	-	-	2	2	7	6.9
Omuz	-	-	3	2.9	-	-	7	6.9	1	1	-	-	1	1	3	2.9	15	14.8
Dirsek	2	2	1	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3	2.9
Üst Kol	-	-	3	2.9	-	-	2	2	-	-	-	-	-	-	3	2.9	8	7.8
El-El Bileği	1	1	2	2	1	1	3	2.9	-	-	3	2.9	2	2	6	5.9	18	17.7
Sırt	1	1	3	2.9	1	1	5	4.9	-	-	-	-	-	-	6	6.9	16	15.7
Bel	1	1	4	3.9	2	2	5	4.9	-	-	-	-	-	-	4	3.9	16	15.7
Kalça	-	-	2	2	2	2	1	1	-	-	-	-	-	-	2	2	7	6.9
Diz	1	1	8	7.8	-	-	1	1	1	1	-	-	3	2.9	3	2.9	17	16.7
Ayak-Ayak Bileği	1	1	2	2	1	1	3	2.9	-	-	9	8.8	1	1	1	1	18	17.7
Toplam	7	6.9	29	28.5	7	6.9	30	29.5	2	2	12	11.8	7	6.9	30	29.5		

Tablo 2'ye göre yaralanma türlerinin, vücut bölgelerine göre görülme sıklıkları en fazla, toplam %17,7 ile el-el bileği, %17,7 ile ayak-ayak bileğinde ve %16,7 ile diz bölgesinde olduğu görülmektedir.

Sporcuların yaralanma türlerinin toplam sıklıklarına göre en büyük oranın ise %29,5 ile kas ağrısı, %29,5 ile diğer yaralanmalar ve %28,5 ile zorlanmadan meydana geldiği görülmektedir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışma, snowboard sporcularının karşılaştıkları spor sakatlıklarının, yaralanma bölgeleri ve türlerine göre araştırılması amacıyla yapılmıştır. Araştırmaya yaşları 22,72±3.64, boyları 170,01±8.92 ve kiloları 65,67±13.31 olan 40 erkek ve 62 kadın snowboard sporcusu olmak üzere toplamda 102 sporcu katılmıştır.

Çalışmamızdaki bulgulara göre snowboard sporunda, genellikle alt ekstremitte bölgesinde çok fazla sakatlık meydana geldiği görülmektedir. Bu sakatlıklar alt ekstremitte bölgesinde ayak-ayak bileği ile diz bölgesinde oluşmaktadır ve alt ekstremitte haricinde de en fazla sakatlanma el-el bileği bölgesinde oluşmaktadır. Bu sakatlıkların oluşum şekli olarak incelendiğinde ise büyük oranda ayak ile el bileği bölgesinde burkulma ve diz bölgesinde de zorlanmadan kaynaklandığı görülmektedir.

Bu çalışmada, elit snowboardçuların en fazla yaralanma sıklığı 13 kadın (%12,7), 5 erkek (%4,9) ile el-el bileği bölgesinde; 17 kadın (%16,7), 1 erkek (%1), ile ayak-ayak bileği; 14 kadın (%13,7), 3 erkek (%2,9) ile diz bölgesinde tespit edilmiştir.

Cinsiyetlere göre vücut bölgelerinden bel ve ayak-ayak bileği yaralanma sıklıkları aralarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar görülmektedir ($p>0,05$). Snowboard sporunda yaralanma türlerinin bölgelere göre görülme sıklığı incelendiğinde ise, toplam %17,7 oranında el-el bileği ile %17,7 oranında ayak-ayak bileği ve %16,7 oranında da diz bölgesinde olduğu görülmektedir. Yaralanma türlerinin toplam yaralanma sıklıklarına göre en fazla oranın %29,5 ile kas ağrısı, %29,5 ile belirtilen yaralanma türlerinden farklı yaralanma türleri ve %28,5 ile zorlanmadan olduğu görülmektedir.

Çalışmamızda cinsiyetlere göre sakatlama bölgeleri incelendiğinde, kadın sporcuların bel bölgesi, diz bölgesi ve ayak-ayak bileği bölgelerinde, erkek sporculara göre çok daha fazla sakatlık sorunu ile karşılaştıkları tespit edilmiştir. Bunun sebebi olarak kadın sporcular ile erkek sporcuların alt ekstremitte kas ve eklem kuvveti farklılıklarından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Literatür incelendiğinde snowboard sporcularında meydana gelen bu sakatlıkların

bölgeleri ve yaralanma türleri ile ilgili çalışmalar bulunmaktadır (Alp, Suna ve Atay, 2019; McCall ve Safran, 2009; Moore, 2000; Owens vd., 2018; Sachtleben, 2011). Acar vd. (2016) Avrupa yaralanma veri tabanına dayalı yapmış oldukları tahminlere göre, Avrupa Birliği'nde toplam nüfusunda hastanede ayakta ve yatan hastalar şeklinde tedavi gerektiren yıllık 280.000 yaralı kayakçı ve snowboardcu sayısının bulunduğunu belirtmişlerdir. Kar sporu pistlerinde meydana gelen kazalarda hem kayakçılar hem de snowboardcular için en önemli ölüm nedeninin ise, beyin yaralanmalarından kaynaklandığını belirtmişlerdir. Aykurt ve Aykurt (1992) çalışmalarında kayak yaralanmalarının en çok alt ekstremite sakatlıkları şeklinde karşılaştığını ve alt ekstremite yaralanma oranının %75-80'ler civarında olduğu ifade etmektedirler. Alt ekstremite sakatlanma bölgelerinde ise, en sık ayak bileği, bacak ve diz yaralanması şeklinde olduğunu tespit etmişlerdir. Bu bölgelerdeki sakatlık türlerinin de en sık burkulma (Abu-Laban, 1991) şeklinde görülürken bunu kırık sakatlık türünün takip ettiğini belirtmişlerdir.

Biasca vd. (1995), çalışmalarında snowboard sırasındaki anatomik dağılım ve yaralanma türlerinin, alp disiplini kayağındakilerden farklı olduğunu tespit etmişlerdir. El bileği ve ön kol, ayak bileği, diz ve baş parmak en sık görülen yaralanmalardan (%23) olduğunu tespit etmişlerdir. Burkulma ve incinmeler en sık görülen yaralanma türlerinden (%46) ve bunu kırıklar (%28) ile kontüzyonların (%13,5) izlediğini tespit etmişlerdir. Literatürdeki bu çalışmaların sakatlanma bölgeleri ve yaralanma türleri bulguları açısından çalışmamızın bulguları ile büyük oranda benzerlik göstermektedir ve çalışmamızın bulgularını doğrular niteliktedirler.

Ehrnthaller vd. (2015) eğlence amaçlı ve profesyonel olarak snowboard yapan sporcuların yaralanma bölgelerini inceledikleri çalışmalarında hem aktif profesyonel hem de eğlence amaçlı snowboardcuların en yaygın yaralanma bölgesinin ve türünün bilek kırığı olduğunu ve profesyonel snowboardcular ise bilek sakatlıklarının daha az görüldüğünü tespit etmişlerdir. Profesyonel snowboardcularda en çok sakatlanmanın diz eklemine gerçekleştiğini tespit etmişlerdir. Eğlence amaçlı snowboard yapanların bilek kırığı sakatlığını yaşama sebeplerini, acemi snowboardcuların kayarken deneyimsiz şekilde snowboardlarının kenarlarının karı yakalaması ile deneyimsiz bir düşüş yapmaları ve düşerken de uzanmış ellerinin üzerine doğru düşmesi sebebi ile gerçekleştiğini

açıklamışlardır. Bu şekilde gerçekleşen sakatlıkların, snowboardcuların ilk kayak deneyimi gününde daha yaygın olduğunu tespit etmişlerdir. Literatürdeki benzer bir çalışmada da acemi snowboardcuların bu bulguları ile aynı sonuçlar belirtilmektedir (Müller vd., 2000) ve günümüzde snowboard sporcularının ise en sık bilek, diz, ayak bileği ve omuz sakatlıkları ile karşılaştıklarını belirtmişlerdir. Johnson (1990), snowboardcuların karşılaştıkları burkulma ile bağların esnemesi ve kırık sakatlıklarının sebebini genellikle doğrudan darbeye maruz kalma kaynaklı olduğunu belirtmiştir.

Kim vd. (2012), çalışmalarına göre snowboardcular arasında daha çok bilek yaralanması, omuz yumuşak doku yaralanmaları, ayak bileği yaralanmaları, sarsıntılar ve klavikula kırıkları görüldüğü saptanmıştır.

Pino ve Colville (1989) çalışmalarında 267 snowboardcuya uyguladıkları sakatlık anketi bulgularına göre, toplamda 110 yaralanma tespit edilmiş ve bu yaralanmalar ligament burkulmaları, kırıklar ve kontüzyon şeklinde tespit edilmiştir. Bu yaralanma türlerinin ise yüzde ellisinin, snowboardcuların alt ekstremite bölgelerinde gerçekleştiğini tespit etmişlerdir.

Bladin ve McCrory (1995) 'Snowboard Yaralanmalarına Genel Bakış' başlıklı çalışmalarında, snowboard sporunu genellikle yirmili yaşlarda kişilerin ve erkeklerin kızlara oranla üçte bir daha fazla ilgilendikleri belirtmiş ve bu sporda branşında sakatlanmaların büyük çoğunluğunun yeni başlayan kişiler olduğunu tespit etmişlerdir. Çalışmadaki toplam sakatlanmaların %57'si alt ekstremiteelerde, %30'u üst ekstremiteelerde meydana geldiğini tespit etmişlerdir. Sakatlanmaların en yaygın basit burkulmalar (%31 ila 53) şeklinde, özellikle ayak bileklerinde (%23 ila %26) ve dizlerde (%12 ila 23) görülmektedir, bu sakatlanmaları kırıkların (%24-27) ve kontüzyonların (%12) izlediğini belirtmişlerdir.

Literatürde kayak ve snowboard yaralanmalarının karşılaştırıldığı bir çalışmada ise snowboardcuların, kayakçılardan daha fazla akut yaralanmaya maruz kaldıkları, erkeklerde hem alp disiplini kayağında hem de snowboardda yaralanma sıklığının daha fazla görüldüğü, yaralanan kayakçıların yaş ortalamasının da yaralanan snowboardculara göre daha yüksek olduğu gösterilmiştir. Kayakçıların daha çok alt ekstremite yaralanmalarına maruz kaldığı, snowboardcuların daha çok üst ekstremite yaralanmalarına maruz kaldığı, kayakçılarda en sık görülen alt ekstremite yaralanmalarından dizler iken, snowboardcularda ise alt gövde (lomber omurga, pelvis ve kalça)

yaralanmaları görüldüğünü tespit etmişlerdir. Çalışmalarında, iki kış sporu arasındaki belirli yaralanma türlerini karşılaştırdıklarında, snowboardcuların alp kayakçalarına göre daha çok omuz, boyun, humerus ve karın yaralanmalarına sahip olduklarını belirtmişlerdir. Snowboardcular, kafa travması, özellikle sarsıntı geçirme açısından kayakçılardan daha yüksek risk altında oldukları ve alt ekstremite yaralanmaları, özellikle diz yaralanmaları snowboardcularda daha az görülürken, ayak bileği yaralanmalarının snowboardcularda daha yaygın görüldüğünü belirtmişlerdir (Weinstein vd., 2019).

Literatürde çalışmamızın bulgularındaki spor yaralanmaları ve sakatlıkları ile ilgili olmak üzere, özellikle de yaralanma ve sakatlanma bölgeleri yönünden benzerlik gösteren fakat, çalışmamızdaki örneklem grubundan farklı spor branşlarında birçok çalışma (Alp ve Özdiñ, 2020; Kılıç vd., 2021; Kocaman vd., 2018; Selek ve Alp, 2023; Uludağ Uyaniker, Kılıç ve Arslan, 2021) bulunmaktadır.

Sonuç olarak, Snowboard ile uğraşan elit sporcuların sakatlık bölgeleri genel olarak el-el bileği ve alt ekstremite bölgelerinden ayak-ayak bileği, diz ve bel bölgesinde gerçekleştiğini görülmektedir. Bu yaralanmaların da genellikle zorlanma, kas ağrısı ve diğer yaralanmalar şeklinde oluştuğu görülmektedir. Kız sporcularının snowboard sporu sakatlıklarıyla karşılaşma olasılığının erkeklere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu sebepten dolayı kız sporcularının snowboard antrenmanlarında, el bileği ile alt ekstremite eklem ve kas kuvveti çalışmalarına daha çok önem göstermeleri gerektiği önerilmektedir.

KAYNAKLAR

1. Abu-Laban R. B. (1991). Snowboarding İnjuries: An Analysis And Comparison With Alpine Skiing İnjuries. *CMAJ: Canadian Medical Association Journal=Journal De l'Association Medicale Canadienne*, 145(9), 1097-1103.
2. Acar, E., Demir, A., Kılıñ, C. Y., Yıldırım, B., & Beydilli, H. (2016). Kış Sporları Yaralanmaları. *Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Tıp Dergisi*, 3(1), 29-33.
3. Aktaş, S. (2009). Elit Düzeydeki Alp Disiplini Kayakçılarda Dengenin Performans Üzerine Etkisi, Niğde Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Niğde, ss.1-65.
4. Alp, M. & Özdiñ, M. (2020). Sports İnjuries Seen in Korfball Players: Assessment of İnjuries' Areas and Types. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 22(3), 500-504.
5. Alp, M., Suna, G. & Atay, E. (2019). Genç Futsalcılarda Görülen Spor Sakatlıkları: Yaralanma Bölgelerinin ve Türlerinin Değerlendirilmesi. *Stüleyman Demirel Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 10(4), 431-435.
6. Aykurt, B. & Aykurt, M. (1992). Kayak Yaralanmaları, Nedenleri ve Önlenmesi. *Kartal EAH Tıp Dergisi*, 3(3) 314-8.
7. Biasca, N., Battaglia, H., Simmen, H. P., Disler, P. & Trentz, O. (1995). Übersicht der Snowboard verletzungen, [An overview of snow-boarding injuries], *Unfallchirurg, German, Jan*;98(1):33-9.
8. Bilge, A. & Muzaffer, A. (1990). Yaralanma, K. Kayak Yaralanmaları, Nedenleri ve Önlenmesi, Marmara Üniversitesi, Kartal Eğitim ve Araştırma Klinikleri, İstanbul, ss.1-5.
9. Bladin, C. & McCrory, P. (1995). Snowboarding İnjuries. An Overview. *Sports Med.* May;19(5):358-64.
10. Creswell, J. W. (2012). *Educational research planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative research.* Boston: Pearson Education.
11. Çevik, Y., Kavalci, C., & Ülke, E. (2010). Kayak Yaralanmalarının Retrospektif Analizi/Retrospective Analysis of Skiing İnjuries. *Eurasian Journal of Emergency Medicine*, 9(1), ss.1-45.
12. Ehrnthaller, C., Kusche, H., & Gebhard, F. (2015). Differences İn Injury Distribution İn Professional and Recreational Snowboarding. *Open Access Journal of Sports Medicine*, 6, 109-119.
13. Fraenkel, J. R., Wallen, N., & Hyun, H. (2015). *How to design and evaluate research in education.* NY: McGraw Hill.
14. Gedikoğlu, O., Aydınli, U., Bilgen, O. & Sarısözen, B. (2006). Uludağ'daki Kayak Yaralanmaları ve Nedenleri. *Açta Orthopaedica ve Traumatologica Turcica*, 27 (2), 107-109.
15. Johnson, R. J. (1990). Skiing and Snowboarding İnjuries. When Schussing is A Pain. *Postgrad Med Dec*;88(8):36-8, 43-5, 49-51.
16. Kılıç, T., Karaca, A. A., Karademir, B. & Gülşen, D. B. A. (2021). Frequency and Causes of İnjuries of Female Basketball Players. *Age*, 15(18), 8.
17. Kim, S., Endres, N. K., Johnson, R. J., Ettlinger, C. F. & Shealy, J.E. (2012). Snowboarding injuries: trends over time and comparisons with alpine skiing injuries. *Am J Sports Med.* Apr;40(4):770-6.
18. Kocaman, G., Atay, E., Alp, M. & Suna, G. (2018). Okçularda spor yaralanmaları bölgelerinin ve türlerinin değerlendirilmesi. *Spor Hekimliği Dergisi*, 53(1), 001-008.
19. Koçyiğit B. Ve Pepe O. (2022). Snowboard. *Olimpik Branşlar: Yaz ve Kış Oyunları*, (Editörler: Doç. Dr. Özdemir ATAR, Doç. Dr. Mustafa Deniz DİNDAR). Efe Akademi Yayınları; 1.Basım, Aralık 2022, 428 s., 327-343, ISBN: 978-625-6954-82-3.
20. Mahmood, B. & Duggal, N. (2014). Lower Extremity İnjuries İn Snowboarders, *Am J Orthop (Belle Mead NJ)*. Nov;43(11):502-505.
21. McCall, D. & Safran, M. R. (2009). İnjuries about the shoulder in skiing and snowboarding. *Br. J. Sports Med.*; 43:987-92.
22. Moore, T.P. (2000). Snowboarding injuries. *Br J Sports Med.* Apr;34(2):79.
23. Musabaşoğlu, S., & Kışalı, N. F. (2008), Elit Düzeydeki Alp Disiplini Kayakçılarda Reaksiyon Zamanlarının Araştırılması, Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Erzurum, ss.1-59
24. Müller, R., Brügger, O., Mathys, R. & Stüssi, E., (2000), Snowboard-Unfälle [Snowboarding accidents], *Sportverletz Sportschaden, German, Dec*;14(4):121-7.
25. Owens, B. D., Nacca, C., Harris, A.P. & Feller, R.J. (2018). Comprehensive review of skiing and snowboarding injuries. *J. Am. Acad. Orthop. Surg.*; 26: e1-10.
26. Pigozzi, F., Santori, N., Di Salvo, V., Parisi, A., & Di Luigi, L. (1997). Snowboard Traumatology: An Epidemiological Study, ss.505-509.
27. Pino, E. C. & Colville, M. R. (1989). Snowboard İnjuries. *Am J Sports Med.* Nov-Dec;17(6):778-81.
28. Sachtleben, T.R. (2011). Snowboarding İnjuries. *Curr. Sports Med. Rep.*; 10:340-4.
29. Selek, S. & Alp M. (2023). Badmintoncularda Görülen Spor Sakatlıkları: Sakatlık Alanlarının ve Türlerinin Değerlendirilmesi. *Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, (1), 1-6.

30. Telgheder, Z. L. & Kistler, B. J. (2020). Ski And Snowboard-Related Orthopedic Injuries. *Orthop Clin North Am.* Oct;51(4):461-469.
31. Torjussen, J. & Bahr, R. (2006). Injuries Among Elite Snowboarders (FIS snowboard world cup). *British Journal of Sports Medicine*, 40(3), ss.230-234.
32. Uludağ Uyaniker S. S., Kılıç T., Arslan D. (2021). Frequency of Mutilation of Wrestlers and Reasons. *Pakistan Journal of Medical and Health Sciences*, 15(2), 794-798. (2021)
33. Weinstein, S., Khodae, M. & VanBaak, K. (2019). Common Skiing and Snowboarding Injuries. *Curr Sports Med Rep.* Nov;18(11):394-400.



Akademisyenlerin; Sporun Yumuşak Gücünün Topluları Etkileme ve Dönüştürmedeki Etkileri Üzerine Görüşleri

İlhan GÖZEN^{1A}, İbrahim Fatih YENEL^{2B}

¹ Gazi Üniversitesi, Doktora Öğrencisi, Ankara/Türkiye

² Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü Ankara/Türkiye

Address Correspondence to İlhan GÖZEN: e-mail: gozen.edu@gmail.com

A: Orcid ID: 0000-0002-4682-967X- B: Orcid ID: 0000-0001-9480-2087

Özet

Bu çalışmada, günümüz dünyasında önemli bir güç olan sporun yumuşak gücü işlenmiş ve bu gücün topluları etki altına alma, topluları yönlendirme, topluları dönüştürme ve sporun yumuşak gücüyle ülke menfaatleri doğrultusunda çıkarımlar elde etme bağlamındaki etkilerinin anlaşılması ve bu gücün etkin kullanılması yönünde Ankara'daki devlet üniversiteleri spor bilimleri fakültelerinde görevli 6 akademisyenle 2021-2022 eğitim-öğretim döneminde görüşmeler yapılmıştır. Nitel araştırma paradigmasına uygun olarak yürütülen bu çalışmada veriler, araştırmacılar tarafından hazırlanan yarı yapılandırılmış görüşme sorularıyla toplanmıştır. Elde edilen veriler üzerinde içerik analizi yapılmıştır. Yapılan içerik analizi sonucunda, çalışmanın bulguları dört temel boyut altında toplanmıştır. Bunlardan birincisi, "Kimlik oluşturmada sporun yumuşak gücü", ikincisi "Yumuşak gücü destekleyen diğer güç unsurları", üçüncüsü "Sporun yumuşak gücü açısından Cumhurbaşkanlığı Hükümet Sistemi" ve dördüncüsü "Sporun yumuşak gücünün topluları üzerindeki etkisi" dir. Çalışmanın sonunda; ülkemizde sporun yumuşak gücünün tam olarak anlaşılmadığı ve bu gücün etkin kullanılmadığı, farklı topluları üzerinde etki yaratacak ve ülke menfaatleri doğrultusunda çıkarımlar elde edecek politikalar yeterince güdülmeyen görüşü ortaya çıkmıştır. Bunun yanında, Cumhurbaşkanlığı Hükümet Sistemi'nde spor iş ve işleyişlerine yönelik bir vizyon ortaya konması ve bu vizyon çerçevesinde bir koordinasyon merkezi kurulması gerektiği ifade edilmiştir. Aynı zamanda, yumuşak güç unsurları arasında olan; kültür, turizm, sanat, müzik, edebiyat, sinema ve benzeri unsurlarla sporun karşılıklı etkileşiminin sağlanması gerektiği vurgulanmış, bu güç unsurlarıyla evrensel boyutta plan ve programlar yapılmasının önemine değinilmiştir. En önemlisi, spor diplomasini etkin kullanarak farklı topluları üzerinde etkiler yaratılması gerekliliğine vurgu yapılmış ve liyakata dayalı bir işleyişin geliştirilmesi gerektiği ifade edilmiştir. Bu bağlamda konuyla alakalı akademik çalışmalar incelenmiş ve bu gücü etkin kullanan ülkeler araştırılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Spor, Yumuşak Güç, Sporun Yumuşak Gücü, Topluları Etkileme, Topluları Dönüştürme

Academicians' Views on the Effects of the Soft Power of Sport on Influencing and Transforming Societies

Abstract

In this article, the soft power of sport, which is an important power in today's world, is discussed. In order to understand the effects of this power in the context of influencing, directing, and transforming societies, and obtaining inferences in line with the interests of the country with the soft power of sport, and to use this power effectively, interviews were held with 6 academicians in the faculty of sport sciences of public universities in Ankara during the 2021-2022 education period. In this study, which was carried out in accordance with the qualitative research paradigm, the data were collected with semi-structured interview questions prepared by experts. Content analysis was performed on the obtained data. As a result of the content analysis, the findings of the study were gathered under four basic dimensions. The first one is "The soft power of sport in creating identity", the second one is "Other power elements that support the soft power of sport", the third one is "The Presidential Government System in terms of understanding and the effective use of the soft power of sport" and the fourth one is "The effect of the soft power of sport on societies". At the end of the study; it has emerged that in our country the soft power of sport is not fully understood and is not used effectively, and policies that will have an impact on different societies and obtain inferences in line with the interests of the country are not sufficiently pursued. In addition, it was stated that in the Presidential Government System, a vision for sport and its dynamics should be put forward and a coordination center should be established within the framework of this vision. At the same time, it was emphasized that the interaction between the soft power elements; which are culture, tourism, art, music, literature, cinema, etc., and sport should be ensured, and the importance of making plans and programs on a universal scale with these power elements was mentioned. Most importantly, the necessity of creating effects on different societies by using sports diplomacy effectively was emphasized and it was stated that a merit-based operation should be developed. In this context, academic studies related to this subject have been examined, and countries that use this power effectively have been researched.

Keywords: Sport, Soft Power, the Soft Power of Sport, Influencing Society, Transforming Society

GİRİŞ

Dünya üzerinde yaşayan devletlerin ve milletlerin aralarında birçok açıdan farklılıklar görülebilmektedir. Bu farklılıklar; kültürel öğelerde, yönetim şeklinde, anayasal formlarda, dini anlayışlarda, sosyal hayatta, coğrafi özelliklerde, yerüstü ve yeraltı zenginliklerinde meydana gelebilmektedir. Bu farklılıklar, devletler ve milletlerin birbirleriyle iletişim ve etkileşime geçmesi sayesinde farklı toplumlara aktarılabilmiş ve zamanla bu farklılıkların toplumlar üzerinde bazı değişimlere yol açtığı gözlenmiştir.

Yaşanan tüm bu evrilmeler ve değişimler birçok alanda olduğu gibi, spor alanında da kendini göstermiştir. Sporun başlangıcından tarihinden günümüze kadar bakacak olursak, ilk spor aktiviteleri bir görüşe göre eğlence amaçlı yapılan aktivitelerden bir başka görüşe göre de avcılık ve savunma amaçlı yapılan aktivitelerden ortaya çıkmıştır. İlerleyen dönemlerde yerleşik toplum düzenine geçilmesi beraberinde mülkiyet ve milliyetçilik anlayışını getirmiş, bu durum farklı toplumlar üzerinde hakimiyet kurma ve güç elde etme arzusunu da bir zemin oluşturmuştur. Bu anlayış ve işleyişler zamanla spor aktivitelerini, savaşa hazırlık ve eğlence amaçlı yapılan bir yapıya dönüştürmüştür (Akkurt, 2020).

Aslında spor tarihinin tam olarak nerede başladığı birçok çalışmada tartışma konusu olmuştur. Farklı kaynaklar farklı noktaları göstermektedir. Ancak yukarıda da ifade edildiği gibi insanların doğaya uyum sağlama ve onunla baş etme ekseninde ortaya çıktığı düşüncesi çok daha ağır basmaktadır. Bilimin ve insanlığın genel kabul gördüğü bu düşünce aslında, insanoğlunun hayatta kalabilme ve gücü elde edebilme arzusunda kaynaklandığı ifade edilmektedir (Tekin ve Tekin, 2014).

Tarihe geçmiş her toplumun spor tarihi incelendiğinde, fiziksel etkinliklere rastlanmaktadır. Örneğin Mezopotamya'da boks, güreş ve atlı sporlar gibi aktivitelerin yapıldığı tarihi kalıntılarda ve ortaya çıkan belgelerde görülmüştür. Yine antik mısır döneminde sporsal aktivitelerin yapıldığı hiyerogliflerden anlaşılmış, Çin tarihi incelediğinde savaşa hazırlık, fiziksel yeterlilik ve ruhsal dinginlik amaçlı fiziksel aktivitelerin yapıldığına rastlanmıştır, Antik Yunan tarihi incelendiğinde; spor ve etkinlikleri tüm toplumu kapsayacak şekilde organize edildiği görülmüştür (Akkurt, 2020).

Eski Türk uygarlıklarının spor tarihine baktığımızda; spor ve etkinliklerinin çok fazla olması Türklerin genetik yapılarında, yaşam şekillerinde, toplumsal ve sosyal hayatlarında, fikir ve düşüncelerinden kaynaklanmaktadır. Bu durum Türklerin sağlıklı ve zinde bir toplum olmasında büyük rol almıştır (Dever ve İslam, 2015).

Osmanlı dönemi, spor tarihini incelediğimizde ise; Osmanlı'nın kuruluş ve yükselme dönemlerinde spor ve işleyişlerinin çok daha disiplinli ve sistemli yürütüldüğü görülmektedir. Özellikle bu dönemlerde Osmanlı devletinin yüzyıllar boyunca birçok coğrafyada hakimiyet sürmesinde, gelenek ve göreneklerini bu coğrafyaya taşımasında spor tekkelerinin payı çok büyüktür. Bu bize Osmanlı devletinin hüküm sürdüğü yerlerde sporun yumuşak gücü üzerinde bir etki yaratabildiğini göstermektedir. Birçok spor branşının yapıldığı bu tekkeler, yüzyıllar boyunca farklı toplumlar üzerinde etkiler yaratabilmiş ve Osmanlı'nın etkinliğini hissettirmeyi başarabilmiştir (Gölbaşı, 2018).

Günümüze doğru geldiğimizde; devletler arasında yaşanan savaşlar, yeni ticaret yollarının keşfi, iletişim ve etkileşimi daha fazla arttırması ve sınırları ortadan kalkması gibi etkenler yeni anayasal formları ve anlayışları da beraberinde getirmiştir. Bu anlayış ve işleyişler ekseninde spor da kendini gerçekleştirebilmiştir. Bu sayede spor, küresel ölçekte bir etki alanı oluşturmuştur. Tüm bu gelişmeler; toplumların birbirlerinin kültüründen etkilenmesine, yöresel sporların sergilemesine, ulusların küresel arenada bilinirliklerini arttırmalarına, ulus menfaatleri doğrultusunda çıkarım elde etmelerine ve toplumlar üzerinde etki bırakabilmelerine zemin hazırlamıştır.

Özellikle ikinci dünya savaşı sonrası oluşan iki kutuplu dünyamızda bu değişimler daha fazla hissedilmiştir. Sert güç unsurlarının etkisinin azaldığı bu dönemde, teknoloji ve uzay yarışları daha fazla hissedilmiş ve yumuşak güç unsurları üzerinde küresel güç olma yarışı daha fazla hızlanmıştır. Bu dönemde ABD ve SSCB kendi bloklarını oluşturması ve ulusal politikalarını bu bağlamda şekillendirmeleri yeni bir süreci başlatmıştır. Geleneksel anlayış ve işleyişler bu dönemde yeniden şekillenmiştir. Bu değişim ve dönüşümler, küresel güç olma hegemonyası taşıyan devletleri, yumuşak güç unsurları olan; kültür, sanat, spor, edebiyat, dil, turizm, gastronomi, sinema, müzik mimari, arkeoloji ve moda gibi unsurlarından istifade politikalarına yöneltmiştir.

Özellikle yumuşak güç unsurları arasında olan spor, toplumları etkileme ve dönüştürmede önemli bir yer tutmaktadır. Bu makalede, sporun yumuşak gücünün anlaşılması ve etkin kullanılması yönünde faydalı bilgiler ortaya koymak amaçlı; Ankara'daki devlet üniversiteleri spor bilimleri fakültelerindeki akademisyenlerle görüşmeler yapılmıştır.

Yumuşak Güç

Güç kavramı, uluslararası ilişkilerde tartışma yaratan kavramların başında gelmektedir. Bu kavramın evrilmeye yatkın bir yapısının olması netliği konusunda da soru işaretlerini beraberinde getirmiştir. Etkili ve kapsamlı olan bu kavram, kendi içinde farklı alanlarla tanımlanmakta ve farklı güç algılarının da ortaya çıkmasına yol açmaktadır. Güç, ilk olarak sert güçle ilişkilendirilmiş, süreç içinde farklı anlam ve içerikler kazanmıştır. Özellikle II. Dünya Savaşına kadar güç, askeri unsurlarla anlamlandırılan bir olgu iken daha sonraki dönemlerde soğuk savaşın başlaması, küresel güç hegemonya yarışı ve devletlerin sert güç unsurlarından yeterince çıkarım elde edememesi gibi nedenler yumuşak gücü ortaya çıkarmıştır. Zamanla yumuşak gücte bir popülerite oluşmuştur. Oluşan bu cazibe merkezi, (yumuşak güç) birçok devletin başvurduğu bir güç çeşidi haline gelmiş, bu güç çeşidinden istifade etmek isteyen devletleri de birtakım stratejik politikalara ve planlara yöneltmiştir (Sümer, 2020).

Günümüzde birçok ülkede kullanılmaya başlanan bu güç, farklı unsurlar üzerinden uygulanabilmektedir. Bu unsurlar; turizm, kültür, sanat, müzik, dil, edebiyat, medya, sinema, sosyal medya platformları, coğrafi özellikler, yöresel oyunlar, yeraltı ve yerüstü zenginlikler, mimari unsurlar ve spor gibi alanlarda kendine yer bulabilmektedir. Gelişen teknolojiler, ulaşım kolaylığı ve sınırların ortadan kalkması gibi etkilerle etkisini ve önemini kaybeden sert güç unsurları karşısında oluşan boşluk yumuşak güç, akıllı güç ve stratejik güç unsurları ile doldurulmuştur.

Devletler, zamanla bu güçlerden istifade etme arayışları doğrultusunda stratejik planlar yapmış ve uygulamıştır ancak sert güç unsurlarının kullanımını tamamen ortadan kaldırmamıştır. Aslında asıl etkinin; sert güç, akıllı güç, stratejik güç ve yumuşak güç unsurlarının beraber bir denge içinde yürütülebilmesiyle devletlere daha fazla kazanım sağladığı ortaya çıkan tecrübelerden anlaşılmıştır. Yumuşak güç ve unsurları ise; 1990 yılı sonrası akademik çalışmalarda yer bulmuş ve bir farkındalık oluşturmuştur. Ülkemizde yeni yeni anlamlandırılan

yumuşak güç, son dönemlerde yapılan akademik çalışmalarla toplum nezdinde daha anlaşılır hale gelmiştir.

Yumuşak güç terimi, ilk olarak Amerikalı Profesör Joseph Nye tarafından ortaya atılmıştır. Devletler tarafından stratejik plan ve programlarla kullanılan bu yumuşak güç unsurları, birçok unsur üzerinden yürütülebilmektedir. Tarihi süreç içinde incelediğimizde insanoğlunun varlığından beri yumuşak güç unsurlarından söz edilebilir ancak bilinçli ve sistemli olarak II. Dünya Savaşı sonrası ortaya çıkmış olan yumuşak güç, ABD Dışişleri Bakanı George Marshall tarafından yardım fonu projesi adı altında (yumuşak güç) Türkiye'ye uygulanmış bir yöntem olmuştur. Son dönemlerde Büyük Orta Doğu Projesi adı altında Ortadoğu ve Kuzey Afrika ülkeleri üzerinde ABD çıkarları doğrultusunda yürütülen politikalara baktığımızda, Türkiye devleti de alet edilerek demokartif söylemler üzerinden sosyal medya araçları da kullanılarak yumuşak güç unsurlarından daha fazla istifade edildiği görülmüştür(Gökbayrakçağdan, 2018).

Yumuşak güç unsurlarını, ABD devleti gibi AB topluluğu da bölgesinde etkili bir şekilde kullanabilmiş ve bu sayede Avrupa çıkarlarına katkı sağlamıştır. Avrupa, küresel aktörler karşısında yumuşak güç unsurlarından fayda çıkarma konusunda oldukça avantajlı durumdadır. AB'nin genişleme politikası ve bu doğrultuda yumuşak güç unsurlarıyla ılımlı politikalar izlemesi, çevresindeki ülkelerin AB'ye üye olma ve avantajlarından faydalanma amacı bu birliğe üyelik talebini arttırmıştır. Bu sayede yüzyıllarca birbirleriyle savaşan bu coğrafya ülkeleri birbirine yakınlaşmış ve uzun yıllar bu bölgede istikrar sağlanabilmiştir (Akdağ ve Ekici, 2017).

Yumuşak güç unsurları, bazen sert güç unsurları karşısında yetersiz kalabilmektedir. Özellikle savaşların yaşandığı ortadoğu bölgelerinde, bu yumuşak güç unsurlarından AB ülkeleri istifade konusunda çok etkin olamamıştır. Çoğu zaman sert güç unsurlarına başvuran ABD ve Rusya gibi devletler, Suriye ve Irak gibi ülkelerde daha fazla çıkarım elde etmektedir. Bu sayede bu bölgelerde çok daha fazla varlığını hissettiren bu devletler, AB topluluğuna göre daha fazla avantajlı durumdadır (Akdağ ve Ekici, 2017).

Demokrasiyi ön planda tutan Avrupa devletleri ise; sert güç unsurlarının uygulandığı bu bölgelerde baskıcı rejimlerin etkisini en aza indirmek, demokrasi söylemi ve yumuşak güç unsurları aracılığıyla ülkelerini cazip hale getirmek ve çıkarım

elde etmek amacıyla politikalar yürütmüşlerdir (Bilener, 2019).

Türkiye Devletine bakacak olursak; bu yumuşak güç unsurlarını bazı stratejik politikalarla hayata geçirmeye çalışmaktadır. Türkiye devleti; tarihi geçmişi, kültürel değerleri, coğrafi özellikleri, inancı, dili ve Osmanlı Devleti'nin bıraktığı miras gibi etkilerden dolayı dış politikada daha güçlü bir duruş sergileme noktasında elini güçlendirmektedir. Maalesef son yıllara kadar ülkemizde çok etkili kullanılmayan yumuşak güç unsurları, günümüzde Türkiye'nin adalet ve eşit haklar açısından izlediği politikalar, barış ve hoşgörü anlayışı gibi söylemlerin de etkisiyle bölgesinde oldukça etkili olmaya başaramıştır. Türkiye, özellikle günümüzde yumuşak güç unsurları arasında olan dizi sektörü sayesinde birçok ülke toplumu üzerinde pozitif etkiler yaratabilmiştir (Çavuş, 2012).

Değişen ve gelişen dünyamıza baktığımız zaman ise; yeni teknolojilerin ve anlayışların ortaya çıkması, nüfusun artması, kıt kaynaklarının daha fazla önem kazanması, ülkeleri daha güçlü bir savunmaya ve uluslararası ilişkilerde daha fazla etkili olmaya yöneltmiştir. Bu bağlamda, oluşan yeni küresel sisteme uygun stratejiler ve politikalar ortaya konulması elzem olmuştur. Toplumlar üzerinde etkiler yaratma ve ülke menfaatleri doğrultusunda çıkarımlar elde etme amaçlı yumuşak güç unsurlarına yönelimin bu denli artması, uluslararası ilişkilerde yumuşak güç araçlarını, etkili bir iletişim ve etkileşim aracı olarak kullanmayı zorunluluk haline gelmiştir (Kömür, 2020).

Sporun Yumuşak Gücü

Sporun tarihi sürecine bakacak olursak, spor, ilk uygarlıkların avlama amaçlı yaptığı aktiviteler iken, zamanla savaşa hazırlık aktivitelerine, dini inanışlar ekseninde yapılan etkinliklere, kralların ve hükümdarların onuruna yapılan şöenlere ve ticari etkinlikleri arttırmak amaçlı yapılan aktivitelere dönüştüğü görülmüştür.

Yaşadığımız çağa bakacak olursak; serbest zamanın artması, ortaya çıkan yeni hastalıklar, düzensiz beslenme, ulusal ve uluslararası spor etkinlik ve organizasyonlar gibi nedenlerle spor, insandan ve toplumlardan ayrılmaz bir olgu haline gelmiştir. Sistemli ve bilicli yapılan spor, her yaşta insanın sağlıklı, başarılı, kendiyse barışık ve zinde bir birey olmasına yardımcı olmaktadır (Atasoy ve Kuter, 2005).

Tüm bu etki ve değişimler, sporun süreç içinde bir disiplin haline gelmesine ve bilimin bir alanı

olmasına zemin hazırlamıştır. Sporun bu değişimini ve etki gücünü fark eden devletler ve hükümdarlar ise, stratejik plan ve programlarla diplomasinin bir aracı olarak sporu; ekonomik çıkarımlar elde etme, toplumları etkileme ve dönüştürme aynı zamanda siyasi çıkarım sağlama amacıyla bir araç olarak kullanmışlardır.

Bu nedenle spor ve dinamikleri her daim insanların ilgisini çeken, pasif ve aktif katılım sağlanan bir alan olmuştur. Spor; din, dil, ırk ve hiçbir farklı unsurun gözetilmediği bir alan olarak tüm dünya tarafından kabul görmektedir ancak bu anlayışın oturması tarihi süreç içinde birçok utanç verici hadisenin yaşanmasıyla olgunlaşmış ve fair play çerçevesinde şekillenmiştir. Zamanla çok büyük bir güç haline gelen spor, büyük bir ekonomik getiriyi de beraberinde getirmiştir. Hızlı gelişen teknolojilerin de spora entegrasyonu ile birlikte spor, tüm dünyada izlenen, taraftar bulan, amatör ve profesyonel yapılan bir işleyişe dönüşmüştür (Çırka, 2017).

Günümüzde mesafelerin kısılması, sınırların ortadan kalması, anlık veri aktarımı ve sosyal medya platformlarının etkisi gibi nedenlerden dolayı sporda da bu değişim ve dönüşüm diğer alanlara göre kendini daha fazla gerçekleştirebilmiştir (Çeyiz ve Özbek, 2014).

Dünyada yaşanan bu değişim ve dönüşümler, küresel rekabeti de beraberinde getirmiştir. Kamu kurum ve kuruluşlarında, özel sektörlerde, küresel firmalarda, siyasi liderlerin politikalarında, diplomasi faaliyetlerinde, spor ve etkinlik ve organizasyonlarında da bu rekabet kendini hissettirmiştir. Özellikle spor, bu dönemde toplumlar üzerinde etki yaratma ve çıkarımlar elde etme amacıyla bir araç olarak kullanılmaya başlanmıştır. Bu durumun ortaya çıkardığı rekabet ortamı, spor ve dinamiklerinde daha kaliteli mal ve hizmet yarışını da beraberinde getirmiştir (Batmaz, Yıldırım ve Karadağ, 2016).

Sporun etkileşimde olduğu en önemli alan ise siyaset olmuştur. Spor ve siyaset birbirinden beslenen iki alan olarak tarihi süreç içinde günümüze kadar gelmiştir. Her iki unsur da güce ulaşmak, gücü kontrol etmek, gücün etkisiyle bir değişim sağlamak ve yönlendirme yapabilmek amaçlı karşılıklı birbirinden faydalanmıştır. Bu nedenle spor endüstrisi, sporcuların sahip olduğu popülerite ve taraftarın etki gücü her daim siyasilerin ilgisini çekmiştir (Bingöl ve Polat, 2019).

Sporun bu kapsayıcı ve etki gücü zamanla; ekonomik, politik, kültürel, diplomatik ve toplumsal etkileri içinde barındıran büyük bir yumuşak güç unsuru haline gelmiş ve spor ile toplum arasındaki ilişkiyi inceleyen spor sosyolojisi gibi bir bilim alanını da ortaya çıkarmıştır. Toplumların değişimi ve dönüşümü üzerinde iki teoriyi beraberinde getiren spor sosyolojisi, aynı zamanda işlevsel ve çatışma teorileriyle spor sosyolojisinin farklı disiplinlerinin oluşmasına da zemin hazırlamıştır (Bilir, 2020).

Toplumların Değişimi ve Dönüşümü

İlk uygarlıktan günümüze kadar insanoğlu çeşitli evrelerden geçerek değişmiş ve dönüşmüştür. İnsanlık tarihi incelendiğinde insanların ve toplumların yaşadığı bu değişim ve dönüşüme etki eden birçok faktörün farklı zamanlarda farklı nedenlerle ortaya çıktığı gözlenmiştir. Kimi zaman dini bir inanış, bir savaş, bilimsel ve teknolojik gelişmeler, kişilerin kendilerini sorgulamaları, psikolojinin etkisi, maddi etkenler, ortaya çıkan yeni anlayışlar ve kimi zaman da yaşanmış tecrübeler kişileri ve toplumları değiştirip dönüştürmüştür.

İnsanlık tarihinin bu değişim ve dönüşümlerine bakıldığında, tarım döneminin uzun bir süre insanlığın merkezinde yer tuttuğu ve değişimlerin çok yavaş yaşandığı bir dönemi kapsadığı görülmüştür. Endüstri devriminin gerçekleşmesiyle beraber toplumlar, çok hızlı bir değişim ve dönüşüm yaşamış, daha sonraki dönemlerde ise; Durkheim'in iş bölümü, Weber'in rasyonalizasyon düşüncesi toplumlar üzerinde büyük etkiler yaratmayı başarmıştır (Meder, 2001).

Toplumların ve bireylerin bu değişimlerinden ortaya çıkan farklılıklar ise; toplumların gelenek ve görenekleri, adet ve töreleri, kültürel değerleri, dini inanışları ve yönetim anlayışları gibi etkenlerin kaynaklanmaktadır. Özellikle Doğu toplumlarında etkili olan bu unsurlar çok az değişiklikle günümüze kadar gelmeyi başarmıştır. Görüldüğü üzere toplumların ve bireylerin değişimi birçok nedenden kaynaklanabilmektedir. Spor ve işleyişleri ise; bu değişim ve dönüşüme etki eden büyük güç olarak karşımıza çıkmaktadır. Spor, çok geniş bir yelpazede toplum ve birey üzerinde etki gösterebilmektedir. Bu etkiden faydalanmak isteyen devletler, spordan her daim istifade etmek istemiştir.

Toplumların kültürel yapısının oluşmasında ve değişiminde başka bir unsur ise, din olmuştur. Çok büyük etkileri olan dini inanış ve dini ritüeller, toplumlar üzerinde büyük etkiyi gösteren olgulardır.

Bu inanışlar ekseninde toplumlar, spor ve dinamiklerine yön vermiştir. Özellikle islam dinine bakacak olursak, sporu teşvik eden bir anlayış ortaya koymuş ancak bazı ahlaki değerlerin etkisiyle evrensel spor dalları içinde çok az yer edinmesi konusunda olumsuz etkileri olmuştur. Özellikle dini liderler ve kanaat önderlerinin de bu olumsuz durumu tetikledikleri görülmüştür (Bayraktar, 2003).

Gelişen teknolojiler ve anlayışların etkisiyle günümüzde tarihten gelen bu geleneksel anlayış ve işleyişler zayıflamış ve etki güçleri azalmıştır. Bunun hem avantajı hem dez avantajı bulunmaktadır. Toplumun çoğunluğunun benimsediği bu gelenek ve görenekler toplumsal değerleri korumak için sportif faaliyetler ve farklı esntrümanlar üzerinden devam ettirilmek istenmiştir. Gelişen teknolojilerin etkisiyle bu kültürel değerler ve sporsal etkinlikler farklı toplumlar tarafından görülmekte ve anlaşılmaktadır. Bu sayede toplumlar üzerinde bir etki gücü oluşturan sportif etkinlikler, uluslararası arenada bilinirlik ve farkındalık yaratabilmektedir (Soygüden, 2019).

Bunun yanında toplumların ideoloji etkenleri ile spor üzerinde karşılıklı bir etkileşimin olduğu aşikardır. Geniş kitleler üzerinde büyük etkiler yaratarak onları bir amaç doğrultusunda peşinden sürükleyen sporun gücü, özellikle mega spor etkinlik ve organizasyonlarla milliyetçilik, ideoloji ve güç gösterisi gibi farklı nedenler üzerinden (Olimpiyat Oyunları, Dünya Futbol Şampiyonaları, Dünya ve Avrupa Şampiyonaları, Üniversite Oyunları) toplum üzerinde büyük etkiler yaratabilmektedir (Talimciler, 2006).

Sporun sosyal boyutuna bakıldığında birçok alanı kapsadığı görülecektir. Bu bize, toplumla sporun birbirini tamamen kapsadığını ve bütünlümlü olduğunu göstermektedir. Modern ve çağdaş toplumlara bakıldığında sporun toplumların sağlıklı ve dinamik olmasında büyük katkıları olduğu görülecektir. Sağlıklı ve dinamik toplumlar, spor üzerinden uluslararası arenada temsil yeteneği ve etkinlik noktasında çok daha başarılı olabilmektedir (Yetim, 2000).

Modern ve çağdaş toplumların oluşması ise; bilim ve teknolojik ilerlemelerde, eğitim kalitesinde, özgürlük ve yönetim anlayışında, ahlaki değerler ve ekonomik gelişmişlikte doğru orantılıdır. Bu unsurlar, iyi veya kötü yönde toplumlara katkı sunarak toplumları değiştirip dönüştürebilmektedir. Sporun gelişmesi ve etki gücü de bu gelişme ve ilerlemelerle doğru orantılıdır. Spor ve dinamikleri kullanarak toplum nezdinde ve uluslararası

arenada etki yaratılması bu anlayışların gelişmesiyle mümkün olabilmektedir.

Sporun yumuşak gücünün toplumlar üzerinde etki edebilmesi; devletlerin spor alanında yapmış olduğu stratejik planlarla, üstlenilen misyonla, ortaya konan vizyonla, yeni anlayış ve teknolojilerin spora entegrasyonu, kullanılan kitle iletişim araçlarıyla, sosyal medya platformlarıyla, spor yönetimiyle, spor uzmanı ve teknik personelle, teknik araçlarla ve hükümetlerin spor anlayışlarıyla doğru orantılıdır. Özellikle spor, medya ve kitle iletişim araçları üzerinde küresel ölçekte kendine yer bulabilmektedir (İnce, 2017).

Bu araştırma, sporun yumuşak gücünün toplumları etkileme ve onları dönüştürmedeki etkilerine ilişkin akademisyen görüşlerini ortaya koymak amacıyla yapılmıştır. Bu amaçla, uzman görüşleri alınarak oluşturulan aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

Sporun milliyetçilik ve uluslararası arenada bir kimlik oluşturmada nasıl bir güce sahip olduğunu düşünüyorsunuz?

Sporun yumuşak gücünün hangi yumuşak güç unsurları ile (turizm, kültür, sanat, müzik, edebiyat, sinema vb.) desteklenmesi gerektiğini düşünüyorsunuz?

Cumhurbaşkanlığı hükümet sisteminde sporun yumuşak gücünün anlaşılması ve etkin kullanılması yönünde ne tür düzenlemeler yapılması gerektiğini düşünüyorsunuz?

Sporun yumuşak gücünün farklı toplumlar üzerinde etki yaratma ve onları yönlendirme konusunda ne tür etkileri olduğunu düşünüyorsunuz?

GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırmanın modeli

Sporun yumuşak gücünün toplumları etkileme ve onları dönüştürmedeki etkilerine ilişkin akademisyen görüşlerinin incelendiği bu çalışma nitel araştırma paradigmasına ve durum desenine uygun olarak biçimlendirilmiştir. Temel nitel araştırma deseninde katılımcı konumunda olan bireylerin hayatlarını nasıl yorumladıkları ve ona nasıl anlam yüklediklerine odaklanılmaktadır (Merriam, 2013). Bu bakımdan akademisyenlerin Sporun yumuşak gücünün toplumları etkileme ve onları dönüştürmedeki etkilerine ilişkin yorumları ve anlamlandırmalarını ortaya koymaya çalışan bu

araştırmanın temel nitel araştırma deseninde yürütülmesi uygun görülmüştür.

Katılımcılar

Çalışmanın katılımcı grubu 2021-2022 eğitim-öğretim yılı güz dönemi içerisinde Ankara ilinde yer alan devlet üniversitelerinin Spor Bilimleri Fakültesi Spor Yöneticiliği Bölümü'nde görevli olan ve çalışmaya gönüllü katılım gösteren Gazi Üniversitesi, Ankara Üniversitesi ve Yıldırım Beyazıt Üniversitesi öğretim üyesi 6 akademisyenden (3 Profesör, 3 Doçent) oluşmaktadır. Katılımcıların belirlenmesinde kolay ulaşılabilir durum örnekleme kullanılmıştır. Örnekleme yönteminin belirlenmesindeki kolay ulaşılabilirlik; araştırmacıların ilgili üniversitelerde görev yapan akademisyenlerle daha önceden tanışıyor olmalarıyla açıklanabilir.

Veri Toplama Aracı

Veri toplama süreçlerinde ilk adımda; "Akademisyenlerin; Sporun Yumuşak Gücünün Toplumları Etkileme ve Dönüştürmedeki Etkileri Üzerine Görüşleri" makalesine uygun "Sporun Yumuşak Gücü" başlığı oluşturulmuş ikinci adımda; uzmanlara sunulmak üzere araştırmacılar tarafından bu başlığa uygun 18 soru hazırlanmış, üçüncü adımda; bu sorular 5 uzmanın görüşüne sunulmuş, dördüncü adımda; uzmanlardan gelen dönütler neticesinde soruların kapsamı ve içeriğinde değişikliğe gidilmiş ve son adımda; 18 soru, araştırmacılar tarafından 4 kapsamlı soruya indirgenmiş ve veri toplama aracı nihai haline getirilmiştir. Verilerin toplama aracı olarak ise; birinci araştırmacının dijital mobili olan; iPhone X cihaz kullanılmış ve ses kayıt işlemi başarılı bir şekilde gerçekleştirilmiştir.

Verilerin Toplanması

Araştırmacılar çalışma grubundaki kişilerle görüşme öncesinde iletişime geçerek onların müsait oldukları bir günde kendileriyle görüşme yapmak istediklerini ve araştırmanın amacı hakkında kısa bilgiler sunmuşlardır. Daha sonra karşılıklı belirlenen bir günde birinci araştırmacı belirlenen katılımcıların yanlarına giderek onların çalışma ofislerinde katılımcılara bilgi vermek şartıyla görüşmeleri mobil ses kayıt özelliğinden yararlanılarak yapmıştır. Ses kaydı alınarak yapılan görüşmeler ortalama 15-20 dakika aralığında sürmüştür.

Verilerin Analizi

Çalışmada elde edilen verilerin analizinde içerik analizi kullanılmıştır. Sosyal bilimlerde fazlaca talep gören analiz tekniklerinden biri olan içerik analizindeki temel amaç, belli ilke ve prosedürlere uymak suretiyle bir metnin kodlanması ve kategoriler şeklinde özetlenme yapılmasıdır (Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2010). Bu bağlamda katılımcılardan elde edilen ses kayıtları öncelikle Microsoft Office yardımıyla yazıya aktarılmış ve düzenli hale getirilmiştir. Daha sonra çıktısı alınan görüşme dökümlerine 1'den 6'ya kadar numaralar verilmiş, ilgili formlarda Office programı yardımıyla kodlamalar yapılmıştır. Sonrasında bu kodlamalardan yola çıkarak temalar meydana getirilmiş, bu kısım oluşturulurken katılımcıların her bir soruya ilişkin ifade ettikleri görüşler kodlamalar şeklinde bir araya getirilmiş, bununla birlikte her bir kategori ve o kategorileri oluşturan kodlamalar katılımcıların görüşlerinden aynen alıntılar yapılarak raporlanmıştır. Bu raporlamalarda katılımcılara K-1 (Katılımcı 1) ve (K-1, K-2 vb.)1 kodları verilerek katılımcıların görüşleri, oluşturulan boyutlar altında sunulmuştur.

BULGULAR

Katılımcılardan elde edilen verilerden yola çıkarak yapılan içerik analizi sonucunda çalışmanın bulguları dört temel boyut altında toplanmaktadır. Bunlardan birincisi "Kimlik oluşturmada sporun yumuşak gücü", ikincisi "Sporun yumuşak gücünü destekleyen diğer güç unsurları", üçüncüsü "Sporun yumuşak gücünün anlaşılması ve etkin kullanılması açısından Cumhurbaşkanlığı Hükümet Sistemi" ve dördüncüsü "Sporun yumuşak gücünün toplumlar üzerindeki etkisi" dir. Çalışmada benimsenen içerik analizi sonucunda ulaşılan kodlar ile bu kodlamalar doğrultusunda meydana getirilen temalar arasındaki ilişki çalışmanın bu başlıkları altında sunulmuştur. Oluşturulan temel boyutlar ile ilgili olan temalar ve o temalar altındaki kodlar, katılımcıların görüşlerinden yararlanılarak aynen raporlandırılmıştır. Oluşturulan başlıklar, temalar ve kodlamalar katılımcıların görüşleri doğrultusunda aşağıda ifade edilmiştir.

Kimlik Oluşturmada Sporun Yumuşak Gücü

Elde edilen verilerden hareketle yapılan içerik analizi sonucunda sporun milliyetçilik ve uluslararası arenadaki kimlik oluşumuna katkısına

yönelik katılımcı görüşlerine bakıldığında katılımcıların tamamı sporun "çok etkili" bir güce sahip olduğunu savunmakla beraber bazı görüşlerin sporun "kimlik oluşturma ve yönlendirme" gücünü işaret ettiği bazılarının ise sporun "tanıtıcı gücü" olduğuna ilişkin beyanlar ortaya çıkmıştır.

Kimlik oluşturma ve yönlendirme

Araştırmaya katılım gösterenlerin bazıları, sporun milliyetçilik ve uluslararası arenadaki katkısını kimlik oluşturma ve yönlendirme gücü olduğunu ifade etmiştir. Katılımcılar bu görüşlerini ilk sorunun cevabı olarak;

"Sporun milliyetçilik ve uluslararası arenada bir kimlik oluşturmada nasıl bir güce sahip olduğunu, milliyetçilik duyguları insanların bir araya getirmede önemli bir unsur olmasından dolayı kitlelerin ortak bir noktada buluşturabilme özelliğine sahiptir. Bunun en büyük araçlarından biri de sporun yumuşak gücüdür. O yüzden sporun bu konuda önemli bir faktör, önemli bir etken olabileceğini düşünüyorum" (K-2) ve "...sporcular toplum gözünde ve nezdinde ayrı bir kimliğe ayrı bir statüye sahiptir bunun yanında milli takım sporcuları milletinin çok değer verdiği, çok kıymet verdiği, önemseydiği ve onları ödüllendirdiği özel insanlar olurlar. Bu da haklı olarak sporcuya kimlik kazandırır hem ferdi kimlik kazandırır hem uluslararası (milli) kimlik kazandırır ve uluslararası yarışmalardaki başarısı da onu en üst mertebeye çıkarır. Buna örnek olarak, dünya şampiyonu olmuş bir Almanya futbol milli takımını verebiliriz hem o sporcular kendi adına milli gururu yaşar hem de milleti adına dünyada başarıyla milletini temsil etmenin gururunu yaşarlar ve bu dediğimiz gibi hem ulusal hem uluslararası düzeyde çok ciddi manada bir kimlik ve bir statü kazandırmış olur..." (K-6), "insanın beden imgesinden yola çıkarak insanların güç gösterisi ortaya koymayı hedeflemesi fikirlerin ortaya çıkmasına yol açmaktadır. Bu durum kitleleri bir araya getirerek bir ideoloji etrafında toplanmalarına ve sebep olmaktadır. Dolayısıyla uluslararası arenada bir kimlik oluşturmaya yol açan bu durum milliyetçilik bağlamına getirilmesi ulus kimliğini oluşturmaktadır." (K-5) ve "Tabii sporun şöyle bir özelliği de var yöneticiler ve bazı politikacılar aracılığıyla spor, kitleleri bir araya getirebilen ve kitleleri yönlendirebilen önemli bir faktördür. (K-3) şeklindeki ifadelerle temellendirilmektedirler.

Tanıtıcı gücü

Katılımcıların bazıları sporun milliyetçilik ve uluslararası arenadaki katkısını sporu icra eden

ulusun tanıtıcı gücü olarak ortaya çıktığına yönelik görüşleri;

"Rusya'da eskiden Spartakiyat Oyunları düzenliyordu ve Komünizm felsefesi olarak Olimpiyat Oyunlarını kapitalizmin bir unsuru, bir aracı olarak değerlendiriyor ve insanın doğasına uygun bulmuyordu. 1950'de şöyle bir açıklama yaparak Olimpiyat oyunlarında yer almaya başladı. Denildi ki; tamam bu böyle, kapitalizmin bir oyunu ve aracı ama burada biz sosyalist insan kültürünü ve sistemini ne kadar başarılı olduğunu da göstermek zorundayız. Sporun etki gücünden kaynaklı olarak Olimpiyat oyunlarında yer almaya başlayacağını açıkladı. Örneğin Doğu Almanya sportif organizasyonlarda çok ön plandaydı. Bu durumu şöyle açıklıyordu. Bizim etrafımızı çevrelemiş Emperyalizden tek çıkabildiğimiz nokta, kendimizi gösterebildiğimiz, ispat edebildiğimiz spor müsabakalarıdır..." (K-1) ve "...yarışmalarda şampiyon sporcunun ya da takımın kazanmasından dolayı ülke bayrağının göndere çekilmesi, istiklal marşının çalınması tabii ülke için çok ciddi bir başarıdır. Ülkeler için var olma durumudur. Neyle var olma durumu spor ile var olma durumudur ama spor genel bir başlık içerisinde bakacak olursak ülkelerin ekonomisiyle, eğitimiyle, ülke kalkınmasıyla, başarısıyla, bilimiyle ve teknolojisiyle var olma durumudur. Dolayısıyla ciddi bir milliyetçilik kapsamı altında düşünülebilir. Yani sporda kendini ispat etmesi bir ülke için son derece önemli bir durumdur. Bu bir kimliktir, milliyetçilik noktasında dünyanın başka hiçbir olayında kendinizi bu kadar güzel ifade edemezsiniz ancak spor yoluyla bunu tüm dünyaya gösterebilir bayrağınızı ezberlettirirsiniz, gösterirsiniz ve marşınızı da dinletirsiniz bundan daha güzel bir etkinlik bir tanıtım yolu da yoktur diye düşünüyorum. (K-4) şeklinde ifade etmişlerdir.

Sporun Yumuşak Gücünü Destekleyen Diğer Güç Unsurları

Sporun yumuşak gücünün hangi güç unsurlarıyla desteklediğine yönelik katılımcı görüşlerine bakıldığında, sporun yumuşak gücünün birçok yumuşak güç unsurlarıyla desteklendiği görülmektedir. Bununla beraber katılımcılardan bazılarının ise sporun yumuşak gücünün "kültürel güç", "sanatsal güç", "turizm ve politika gücü" gibi güç unsurlarıyla desteklendiği belirtilmektedir.

Kültürel güç

Katılımcıların bazıları yumuşak gücünün tüm güç unsurlarını desteklediğini belirtmekle beraber özellikle bu güç unsurlarından kültürel güç unsuru üzerine etki ettiğine yönelik görüşlerini;

"Sporun her alana eklenebilir bir özelliği olduğu için aslında sadece sporun bir alanla ilişkilendiremeyiz ama belli başlı alanlarla ön plana çıktığı da görülmektedir... sporun kültürel yani dolayısıyla bir bölge tanıtımı için spor, çok önemli bir rol oynuyor. Spor branşlarında bazen kültürel öge olarak ortaya çıkmış branşlar daha sonra evrensel bir boyut kazanabilmiştir dolayısıyla o kültürün yayılması ve tanınmasıyla da doğrudan ilişkilidir. Mesela Uzak doğu sporları açısından düşündüğümüzde, o kültürlerin aktarımı spor vasıtasıyla gerçekleşmiştir. Dünyaya başka bir unsurla bu kadar kolay kültürel aktarımları gerçekleştiriyorsunuz. Spor çok önemli bir güç unsurudur." (K-1) ve "Sanayi devrimiyle birlikte de ülkeler ve şehirler arasında uluslararası alanda imaj sahibi oluna bilmesi açısından sosyal ve kültürel etkinlikler düzenlenmeye başlandı ve zaman içerisinde bu etkinliklerin içerisinde spor da yer almaya başladı, sporun yumuşak güç olarak daha çok kültür ile ilişkili olduğunu düşünüyorum." (K-3) şeklinde ifade etmişlerdir.

Sanatsal güç

Bazı katılımcılar ise sporun yumuşak gücünün tüm güç unsurlarını desteklediğini belirtmekle beraber özellikle bu güç unsurlarından sanatsal güç unsuru üzerine etki ettiğine yönelik görüşlerini;

"Sanat, zaten sporu aynı zamanda bir sanat olarak da düşünebiliriz yani altı metrelik yüksekliğe bir sılıkla atlayıcının nasıl atladığına bakılırsa bir sanat olduğu görülecektir, bir futbolcunun o muhteşem golü atması, bir voleybolcunun bir basketbolcunun, bir hentbolcunun ya da bir jimnastikçinin o estetik hareketlerini zaten sanat olarak görmemek mümkün değildir. Dolayısıyla bu unsurlardan spor teması yararlanır." (K-4) "Edebiyatta Ernest Miller Hemingway vardır

Ernest Miller Hemingway ABD'de eski bir spor yazarıdır en önemli eseri "Canlar Kimin İçin Çalıyor" eserinde bu milli kimlikten bahseder. Özellikle ABD'de kendi ulusal güçlerini göstermek için sporun sanat ve diğer unsullarla birleştirici faaliyetlerini gündeme taşırlar. (K-5) olarak temellendirmişlerdir.

Turizm ve politika gücü

Katılımcılardan bazıları ise sporun yumuşak gücünün tüm güç unsurları ile beraber özellikle turizm ve politika gücü etrafında şekillenebileceğini belirtmekte ve bu görüşlerini;

"Spor zaten multidisipliner bir alan olduğu için bunların hepsiyle ilişkisi kurulabilir ama burada yoğun olarak söylerseniz turizm bence ağırlıklı olarak ele alınmalı... spor dediğim gibi hepsi için geçerli ama özellikle turizm açısından bakacak olursak hem ekonomik kaynak sağlıyor hem propaganda yoluyla tanıtım sağlıyor hem de

spor etkinlik ve organizasyonlarda farklı insanların, ülkelerin bir araya gelerek sporcular yoluyla ciddi manada kaynaşma ve iyi ilişkiler sağlıyor." (K-6), "Sporun yumuşak gücü en başta politik unsurlarla birleşiyor ancak bazen bu politik unsurları rahatlatmak adına yumuşatmak adına turizm, sanat, edebiyat, müzik hatta sinema gibi unsurlar kullanılmaktadır." (K-5) ve "Yumuşak güç, genellikle Türkiye'de politik anlamda kamu diplomasisi alanında kullanılıyor" (K-3) şeklinde ifade edilmiştir.

Sporun Yumuşak Gücü Açısından Cumhurbaşkanlığı Hükümet Sistemi

Sporun yumuşak gücü açısından Cumhurbaşkanlığı Hükümet Sisteminin durumuna ilişkin katılımcı görüşlerine bakıldığında bu görüşlerin "Örgütsel ve sistemsel yapı eksikliği", "Vizyon eksikliği ve ARGE yetersizliği" başlıkları altında toplandığı görülmektedir.

Örgütsel ve sistemsel yapı eksikliği

Katılımcıların, sporun yumuşak gücü açısından Cumhurbaşkanlığı Hükümet Sisteminin durumuna ilişkin görüşlerine bakıldığında bazılarının ilgili sistemin örgütsel ve sistemsel açıdan sporun yumuşak gücüne dayalı bir yapı eksikliğinin olduğundan bahsetmekte ve bu görüşlerini;

"Cumhurbaşkanlığı hükümet sisteminde sporun yumuşak gücünün anlaşılması ve etkin kullanılmasıyla ilgili yapılan birçok çalışma var ama bunun daha sistematik yapılması adına Cumhurbaşkanlığı sistemi içerisinde bir örgütsel yapının oluşturulması gerekiyor. Sporun yumuşak gücünden daha fazla istifade etmek ve toplumlar üzerinde bir etki yaratmak için daha planlı ve daha organize plan ve programlarla yürütülmesi kanaatindeyim. Bunun yapılabilmesi için mutlaka örgütsel bir sistematığe, sistematik bir hafızaya, bir projelendirmeye ve bir planlamaya ihtiyaç duyulmaktadır...Örneğin ülkemiz Birinci Dünya Savaşından çıktığında ve sonrasında Cumhuriyet kurulduğunda en yakın savaştığımız ülkeler hangileriydi? Balkan ülkeleri. Ve biz 1930 yılında neyi kurduk? Balkan Pakti'm ve Balkan Pakti'nin pekiştirmek ve ülke menfaatleri doğrultusunda çıkarım sağlamak içinde Balkan Oyunları kuruldu yani 10 sene önce savaştığımız devletlerle bir Pakti kurmanın birleşimini sağlamak adına Balkan Oyunları düzenlendi. Dolayısıyla bu tarihsel süreçte bu şekilde işlemekte ve olumlu sonuçlar ortaya koymakta o yüzden bu hafızayı aktaracak bununla ilgili planlama yapacak programları ve faaliyetleri takip edecek bir örgütsel yapılanmaya çok ciddi ihtiyaç duymaktayız ve bununla ilgili hükümet sistemi içerisinde mutlaka özel bir birimin organize edilmesi gerekiyor diye düşünüyorum." (K-1), "Sistemde sporla ilgili çok bir değişiklik olduğunu düşünmüyorum. Spor iş

ve işleyişleri, mevcut anayasayla devam ettirilmektedir. Yeni düzene geçilmesiyle beraber spordaki iş ve işleyişlerinde revize edilmesi ve daha sağlam temellere oturtulması gerektiğini düşünüyorum. Tabi bu spesifik bir konu olduğundan dolayı bir alt yapı hazırlanmalı, bunun üzerine bir fizibilite çalışması yapılmalı ve yeni bir anlayışın, yeni bir yapının, yeni bir teşkilat sisteminin geliştirilmesi gerektiğini inanıyorum. (K-2) ve "Cumhurbaşkanlığı Hükümet Sistemi içerisinde spor, her devlet kurumunda olduğu gibi spor bakanlığı bünyesinde örgütlenmiştir. Tabi sporun yumuşak gücünün anlaşılması Cumhurbaşkanlığı Hükümet Sisteminde çok önemlidir. Cumhurbaşkanlığı Hükümet Sisteminde teşkilatlanma yapısında baktığımızda gençlik ve spor bir bağlı birim kapsamında ele alınmış dolayısıyla burda federasyonlar çok önemli federasyonların yapılanması secim sistemleri bu gücün etkili kullanılabilmesi için çok önem arz etmektedir. Dolayısıyla Cumhurbaşkanlığı Hükümet Sistemindeki bu yapılanma içerisinde başta liyakat olmak üzere örgütlenme ve secim sitemlerin ele alınması gerektiği kanaatindeyim. (K-4) şeklinde ifade edilmiştir.

Vizyon eksikliği ve ARGE yetersizliği

Bazı katılımcılar ise sporun yumuşak gücü açısından Cumhurbaşkanlığı Hükümet Sisteminin durumuna ilişkin görüşlerde, ilgili sistemi hem vizyon hem de ARGE eksikliğinden dolayı yetersiz gördüklerini;

"Sporun insanlara çok ciddi katkılar sağlayan bir olgu olduğunu biliyoruz. Devleti yönetenlerin bunu kabul etmesi gerekmektedir. Toplumun tüm kesimlerinin spor yoluyla sağlıklı hale getirilmesi, ruhsal yönünün düzeltilmesi, kişilik kazandırılması, sosyalleştirmesi noktasında anayasanın 59. Maddesinde zaten devlet sporun kapsamını anayasada belirlemiştir. Bu yönüyle neler yapıyor dersiniz, burada daha çok siyaseten yatırımlar yapılıyor. Tesisler yapılıyor, spor okulları açılıyor, yani ciddi şeyler yapılıyor ama bu soru özelinde cevap verecek olursak, daha hassas, daha teferruata inilmesi gerekir... Siz okullara sporu sokmazsanız, aileye özellikle anneye ve babaya bu işin önemini inandırmazsanız, gençlere bu imkanı sunmazsanız, teşvik edici her türlü imkanı kullanmazsanız, o yumuşak güce sporun sanat yönüyle, (sanatçıları kullansanız, müzik adamlarını kulansanız, akademisyenleri kulansanız) sporun güzelliklerini cazibesini, faydalarını dolaylı yollardan anlatmazsanız çok sağlıklı gelişim kat edemezsiniz. Bu yüzden danışma kurullarına da gerek görmüyorlar." (K-6), "Sporun yumuşak gücünün anlaşılması ve etkin kullanılması için Cumhurbaşkanlığı Hükümet Sisteminden ziyade anayasada belirlenen sorumlu kurum olan Spor Bakanlığını bünyesinde

yürütülmesi daha sağlıklı olacaktır. Eğer Cumhurbaşkanlığı sürece dahil olacaksa bir vizyon ortaya koyarak bunu gerçekleştirmelidir...Burada Cumhurbaşkanlığı Hükümet Sistemi vizyonu ortaya koyacak diğer yürütme organları da buna ilişkin önlemler alıp programlar yapacaktır. Mesela yurtdışında karşılaşma öncesi esnası ve sonrasında yapılacak işleri belirleme, karşılaşma öncesi yazışmalar, görüşmeler, sempozyumlar, fuarlar ve söyleşiler gibi etkinliklerle spor diplomasisi daha aktif yürütülecektir. Bu etkinlik ve organizasyonlara ve spor diplomasisinin içine başarılı sporcuları katarak daha sağlıklı sonuçlar alınacaktır." (K-5) ve "Yapılan çalışmalarda da görüyoruz tabii ki eksik yönler var, merkez ve taşra teşkilatında kurumsal altyapıda hızlı bir şekilde oluşturulmuş olması ve yeni kurulan görevlerin görev yetkilerinin tam olarak tanımlanmamış olması bazı aksaklıkları da beraberinde getirmektedir. Bu belirsizliklerin giderilmesi gerektiğini düşünüyorum. Bu aksaklıkların giderilmesi için dinamik ve yenilikçi bir düzen oluşturulması taraftarıyım. Gençlik ve spor alanlarında yurt içi ve yurt dışındaki gelişmeleri takip etmek adına uluslararası alanda özellikle uluslararası kurumlarla ilişkilerin ve iletişimin güçlendirilmesi gerektiğini düşünüyorum. Ulusal ve uluslararası alanda katkı sağlayacak projeler için bakanlık bünyesinde ARGE çalışmalarına yönelik ilerlemelerin kaydedilmesinin gerektiğini düşünüyorum. Daha çok gençlerimizin, paydaş kurumlarla iş birlikleri yapmaları, iktisadi ve sosyal hayatta karar alma mekanizmalarında içinde aktif yer almaları gerektiğini düşünüyorum. Bunun yanında eğitim, çalıştay, seminer, kamu spotu ve benzeri uygulamalarla spor konusunda toplumun biraz daha bilinçlendirilmesi gerektiğini düşünüyorum" (K-3), şeklinde ifade etmişlerdir.

Sporun Yumuşak Gücünün Etkisi

Sporun yumuşak gücünün toplumlar üzerindeki etkisine ilişkin katılımcı görüşlerine bakıldığında bu görüşlerin "olumlu etki" ve "olumsuz etki" olarak ikiye ayrıldığı, olumsuz etkinin az da olsa "baskı kurma" olarak nitelendirdiği olumlu etkinin ise "etkileşim ve iletişim", "yönlendirme" ve "barışa ve reklama destek olma" başlıkları altında toplandığı görülmektedir.

Olumsuz etki

Bazı katılımcılar sporun yumuşak gücünün toplumlar üzerinde olumsuz etkisi olduğunu bunun da baskı kurmayı beraberinde getirdiğine yönelik görüşlerini;

"...Farklı bir toplumlar üzerinde sporun etki yaratmasını belirleyecek faktör için o toplumların dinamiklerinin nereye doğru kaydığının bilinmesi lazım.

Örneğin Pekin Olimpiyatları sırasında Çin'in Tibet'e yaptığı baskıyı yumuşak güç unsurlarının aktif yürütüldüğü bir süreç olmuştur. Çin'in Tibet'e uyguladığı baskıyı dünya kamuoyuna farklı şekilde yansıtması ve yaşanan olumsuzlukları örtbas etmesinde yumuşak güç diplomasi faaliyetlerini kullanmıştır." (K-5) ve "Çok fazla sayıda etkisi var, bunu olumlu ve olumsuz tarafları da mevcuttur. Ülkeler ve toplumlar üzerinde ilişkileri tersten etkileyen birçok hadise de yaşanmıştır. Örneğin Thierry Henry'nin İrlanda'ya eliyle atmış olduğu gol yüzünden Fransa Başkanı'nın gidip İrlanda'dan özür dilemesi hadisesi var, dolayısıyla entelektüel toplumlarda bile bu çok ciddi bir husus yani İrlanda'da Fransız düşmanlığını engellemek adına bizzat Cumhurbaşkanı'nun bir oyuncunun elle atmış olduğu golden dolayı gidip özür dilemiştir. Buna benzer birçok örnek var." (K-1) şeklinde ifade etmişlerdir.

Olumlu etki

Katılımcıların büyük çoğunluğu ise sporun yumuşak gücünün toplumlar üzerinde olumlu etkide bulunduğunu beyan etmişler ve bu görüşleri "etkileşim ve iletişim", "yönlendirme" ve "barışa ve reklama destek olma" başlıkları altında toplanmıştır.

Etkileşim ve iletişim

Bazı katılımcılar sporun yumuşak gücünün olumlu manada toplumların etkileşimine ve iletişimine yol açtığına değinmişler ve bu görüşlerini;

"...kültürlerin arasında en güzel köprüyü kuracak şeyde spor olgusudur. Toplumlar arasında farklı düşünceler ortaya çıkabiliyor veya sosyo-ekonomik yapısı geride kalmış bölgeleri ve eğitimleri geride kalmış bölgeleri ortak noktada buluşturmanın ve onlar üzerinde etki yaratmanın en önemli gücü spor olarak karşımıza çıkmaktadır" (K-2) ve "...sporun uluslararası düzeyde de tabii ki geniş bir etki yaratmasına etkileşim unsuru olmasına sebep oluyor. Kişiler arasındaki farklılıkların tabii ki uluslararası sportif karşılaşmalarda kalkması son derece önemli ortak hareket anlamında, farklı kültürlerden insanların ortak bir amaç etrafında birleştirilmesi sporun toplumlar üzerindeki etkisi anlamında son derece önemli bir role sahip. Bütün bu açılardan baktığımızda spor, dünyadaki insanlar arasında özellikle iletişimin kurulmasını ve insanların kaynaşmasını sağlayan son derece önemli bir olgu diyebiliriz." (K-3) şeklinde ifade edilmiştir.

Yönlendirme

Katılımcılardan bazıları ise sporun yumuşak gücünün olumlu olarak toplumları yönlendirdiğine değinmişler ve bu görüşlerini;

"...idol olmuş sporda üst derece başarı kazanmış birçok sporcu elbette ki vardır ve bu sporcular farklı toplumları etki altına alır ve yönlendirirler. Ülkemizde de örneğin Naim Süleymanoğlu ülkemizin bu klasmandaki sporcusudur. Üç olimpiyat oyununda üstün başarı göstererek kendisinin kilosunun üç katı ağırlık kaldırarak bir rekor kırmış ve şampiyon olmuştur. Bu sporcumuz diğer ülkelerde de belki haltere ilgi uyandırma noktasında etkili olmuştur." (K-4) ve "Gelişmiş olan birçok devlet sporun bu yumuşak gücünden istifade ederek toplumları etkileme ve onları yönlendirme politikaları gütmektedir. Başında da bahsettik, evrensel bir yönü olan sporun herkesin ortak bir paydada bir araya gelebilme gücü vardır." (K-2) şeklinde ifade edilmiştir.

Barışa ve reklama destek olma

Katılımcılardan bazıları ise sporun yumuşak gücünün dünya barışına ve ülkelerin tanınırlığına/reklamına destek olduğunu belirtmişler ve buna yönelik görüşlerini;

"...spor bir dostluğun ve barışın göstergesidir. Özellikle ülkeler arasında dostluğu ve barışı tesis eden önemli bir güçtür. Bununla ilgili çok örnek mevcut dünyada duvarların yıkılması, soğuk savaş döneminin sona ermesi gibi büyük olaylarda muhakkak sporun da etkisi vardır. Tabii büyük spor organizasyonları zaman zaman I. ve II. Dünya Savaşları dolayısıyla kesintiye uğramıştır. Yine de dostluk ve barış ortamı oluşturması konusunda sporun çok büyük etkisi vardır." (K-4), "Çin toplumu üzerinde bir etki yaratmak isteniyorsa bu etkinin öncelikle toplumsal bir etki mi ticari bir etki mi onun bilinmesi lazım örneğin Çin ile ABD arasında 1971 yılında yapılan pinpon diplomasisi iki ülke arasındaki olumsuzlukları azalttığına tüm dünya tanık olmuştur. Burada Çin içerde kendi yurttaşlarına kendi toplumuna başarılı bir diplomasi yürüttüğünü ve dışarıya karşıda ılımlı bir diplomasi yürütüldüğünü gösterilmiştir. Bu tarz diplomasi faaliyetleri toplumsal barışı sağlayabilir." (K-5), "...dünya iki kutuplu iken Sovyet Sosyalist Cumhuriyetler Birliği Amerika Birleşik Devletleri küresel güç olama hegemonyası taşırken inanılmaz bir şekilde yarış vardı. Uzay çalışmalarında ve teknolojiye bir yarış vardı bunun yanında bir de sporda büyük bir yarış vardı. Mesela Olimpiyatlarda öyle bir şey olmuştu ki o büyük ülkeler resmen o yarışlarda büyük olduğunu spor yoluyla ispatlamaya çalışıyorlardı. Şimdi yine dikkat ederseniz Olimpiyatlar yapılıyor, bakıyorsunuz orda büyük devletler çok ciddi manada yatırım yapıyorlar ve uzay çalışmasında, ekonomide, sanayide, teknolojiye ilerleyen ülkeler, sporda da ileriye gidiyor yani sporda ileriye gidiyor ama bunu ispatlayamazsam diğerlerin de anlamı yok diyerek spor alanında ciddi yatırım yapıyor ve yarışmalarda üstün başarı göstermeye çalışıyor" (K-6) ve "Bir ülkede mega

spor etkinlik ve organizasyonları düzenlemek (dünya şampiyonası, olimpiyat oyunları, bir büyük kıta şampiyonası) o şehrin, o ülkenin gelişmişliğini ve güvenliğinin bir göstergesidir çünkü ülke güvenliği ve insan hakları ile ilgili sorunları olan ülkelere genelde büyük organizasyonlar verilmemektedir. Dolayısıyla bir ülkeye büyük bir organizasyon veriliyorsa bu ülkenin güvenilir olduğunu, dünyaya entegre olduğunu gösterir. Sporun organizasyon kısmı açısından değerlendirdiğimizde, olimpiyat oyunları örneğin Türkiye Cumhuriyeti'nin bir şehrinin anılıyor olması bile daha organizasyon yapılmadan toplumlar üzerinde bir etki yaratmaktadır. Sadece sportif müsabakalarda elde edilen madalyalar değil organizasyonu düzenlemek bile sporun yumuşak gücünün farklı toplumlar üzerinde çok ciddi etkiler bıraktığı görülmektedir." (K-1) şeklinde ifade edilmiştir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Sporun yumuşak gücünün toplumları etkileme ve onları dönüştürmedeki etkilerine ilişkin akademisyen görüşlerini ortaya koymak amacıyla yapılan bu çalışmada katılımcılardan elde edilen veriler; "Kimlik oluşturmada sporun yumuşak gücü", "Sporun yumuşak gücünü destekleyen diğer güç unsurları", "Sporun yumuşak gücünün anlaşılması ve etkin kullanılma açısından Cumhurbaşkanlığı Hükümet Sistemi" ve "Sporun yumuşak gücünün toplumlar üzerindeki etkisi" olmak üzere dört temel kategori etrafında toplanmıştır.

Birinci soru kapsamında katılımcıların bazıları; sporun yumuşak gücünün kimlik oluşturmada çok etkili olduğunu dile getirmiş, bazı katılımcılar ise; sporun kimlik oluşturmada, yönlendirme ve tanıtıcı gücün etkin olduğunu ifade etmiştir.

İlk kategori olan "kimlik oluşturmada sporun yumuşak gücü" ile alakalı çalışmalara bakıldığında; Şahin, Yenel ve Çolakoğlu (2010) çalışmalarında sporun yumuşak gücünün milliyetçilik ve bir kimlik oluşturmadaki rolünün ne denli büyük olduğunu şu şekilde ifade etmiştir. Devletler, ulusal ve uluslararası spor etkinlik ve organizasyonlarında kimlik ve milliyetçilik olgusunun oluşmasında sporun gücünden istifade etmiştir. Bunu; vatan severlik olgusu üzerinde, uluslararası temsiliyet üzerinde, ferdi ve takımsal spor başarılarının milli gurur ve birliktelik oluşturmada üzerinde, siyasi ve inanç anlayışında, muhalif gurupların bir araya getirmesi üzerinde ve ulusal başarının toplumun tüm fertleri tarafından desteklenmesi üzerinde gerçekleştirmiştir.

Yine Şahin vd. (2010) çalışmalarında, milletlerin devamlılığı, toplumda yaşayan halkların kendilerini o topluma ait bir fert olarak görmeleriyle sağlanabileceği ifade edilmiş, aksi yönde bir anlayış ve işleyiş toplumların kısa zamanda dağılmasına yol açacağını belirtmiştir.

İkinci soru kapsamında katılımcıların büyük bir kısmı; sporun yumuşak gücünün kültürel güç, sanatsal güç, turizm ve politika gücü gibi bazı güç unsurlarıyla desteklediğini dile getirmiştir.

İkinci kategoride ortaya çıkan "Sporun yumuşak gücünü destekleyen diğer güç unsurları" çalışmalarına baktığımız zaman; sporun aslında birçok yumuşak güç unsuruyla desteklendiği görülmektedir. Yumuşak güç unsurlarını en iyi şekilde kullanan ABD devleti, özellikle sinema filmleri aracılığıyla spor ve dinamiklerine yer vermiş bunu kimi zaman bir spor markası, kimi zaman bir sporcu, kimi zaman bir spor müsabakası veya bir spor branşı üzerinden yapmıştır.

Pınar'ın (2017) çalışmasında, ABD'nin Hollywood filmleri üzerinden spor dışında farklı yumuşak güç unsurları kullandığını belirtmiştir. Bu unsurları; kültür, sanat, müzik, kostüm, sembol, söylem, görseller ve teknolojiler gibi etkenler üzerinden yapıldığı ifade edilmiştir. Yine ABD'nin farklı toplumlar üzerinde etkisini arttırmak ve bir cazibe merkezi olmak amacı ile sistemli ve kontrollü yaptığı bu uygulamaları; toplumları barışçıl, demokratik ve özgürlük söylemleri üzerinden yaptığını ve ABD bu politikalarda da oldukça başarılı sonuçlar aldığını ifade etmiştir.

Sinema dışında sporun yumuşak gücü, turizm ile de desteklendiği görülmektedir. Son yıllarda oldukça popüler hale gelen spor turizmi, ülkelerin ulusal ve uluslararası arenada popüler olduğu coğrafi ve kültürel mirasın taşındığı beldelerin spor organizasyonlarıyla daha fazla popüler olduğu ve turistlerin ilgisinin çekildiği etkinliklere dönüştüğü görülmüştür. Bu sayede sporcu, izleyici ve ziyaretçileri daha fazla ağırlamak adına politikalar oluşturulmuştur.

Özellikle ülkemizde spor turizmine baktığımızda Emekli (2006) çalışmasında, birçok medeniyete ev sahipliği yapan Anadolu topraklarının, kültürel mirası, Ortadoğu ve Avrupa kıtasına olan stratejik konumu, kültürü, müziği, sanatı, mimarisi, spor ve gastronomi gibi etkenlerle her daim turist çeken bir ülke olduğu ifade etmiştir. Aynı zamanda tüm dünya ülkelerinin, bu unsurlar üzerinden çıkarımlar sağlamak için stratejiler

belirlediğini ve politikalar uyguladığını belirtmiştir. Maalesef son yıllara kadar bu zenginliklerden çok fazla istifade edemeyen Türkiye'nin, uyguladığı politikalarla yumuşak güç olarak adlandırılan bu unsurlardan faydalanmaya başladığını da ifade etmiştir.

Ülkemizin birçok bölgesinin spor turizmine uygun olduğunu Halil, Zaman ve Coşkun (2007) çalışmalarında da görmekteyiz. Ülkemizin Erzurum şehri, 2011 yılında Dünya Üniversiteler Kış Oyunları'na yapmış olduğu ev sahipliğini başarılı bir şekilde gerçekleştirmiş, dünyaya bu mega organizasyonlarının üstesinden gelebileceğinin mesajını vermiştir. Uluslararası arenada başarılı bir imaj çizen ülkemiz Erzurum şehrimizin birçok ülke halkları tarafından tanınmasına, kış olimpiyatlarına aday olacak bir vizyon ortaya koymasına ve yabancı sporcuların milli takım kampları için cazip bir şehir görülmesine katkı sağladığı belirtilmiştir.

Argan (2004) göre, son yıllarda spor turizminde oluşan popülerite birçok devleti, bu alanda etkinlik ve organizasyon yapmaya teşvik etmiştir. Bu bize ilerleyen dönemlerde spor turizminin daha fazla ekonomik ve stratejik kazanım sağlayacağını göstermektedir. Büyük bir ekonomik getirisi olan ve ülkeye gelen turistler üzerinde büyük etkiler bırakan spor turizmi konusunda ülkemizin ortaya koyacağı vizyon uygulayacağı politikalarla kültürel ve coğrafi zenginliklerini ülke menfaatleri doğrultusunda çıkarıma dönüştürmeyi başarabileceği ifade edilmiştir.

Yumuşak güç unsurları arasında olan bir diğer unsur ise kültürdür. Baykan (2007) çalışmasında, Spor turizmine destek olan kültürün birçok toplumda farklılık arz ettiğini, bu farklılıkların toplumlar üzerinde merak uyandırdığını ve bu merakın zamanla kültür turizmine dönüştüğünü ifade etmiştir. Bu nedenle kültürel değerlerini ve mirasını koruyabilen ve bu varlıklarını farklı toplumlara sunabilen devletler, toplumlar üzerinde etkiler yaratabildiği görülmüştür.

Ülkemize baktığımız zaman kültürel açıdan birçok zenginliği içinde barındırdığını görmekteyiz. Baykan (2007) çalışmasında, son yıllara kadar bu kültürel değerlerin çok fazla korunmadığını ifade etmiştir. Türkiye devletinin belirlemiş olduğu 2023 yılı vizyonu çerçevesinde kültür turizmi açısından yapacağı plan ve programlar sayesinde geç kalınmış bu sahiplenilmeyi etkili bir şekilde başarabileceği ifade edilmiştir. Bu vesileyle ülkede önemli kültür kentlerinin belirlenmesi, mimari ve sanat tarihi eserlerinin restorasyonu, toplumda sanat ve kültür

bilincinin oluşturulması, medya ve sosyal platformlar üzerinden uluslararası arenada bilinirlik kazandırılması ülkemizin bu değerlerini hak ettiği yere taşıyacağı belirtilmiştir.

Üçüncü soru kapsamında katılımcılar; sporun yumuşak gücünün anlaşılması ve etkin kullanılması açısından Cumhurbaşkanlığı Hükümet Sistemini (CHS) değerlendiren katılımcılar ise; bu sistemde örgütsel ve sistemsel yapının eksikliğine değinmiş, bir vizyon ortaya konması gerektiğini ifade etmiş ve ARGE yetersizliğine dikkat çekmişlerdir.

Üçüncü kategoride ortaya çıkan "Sporun yumuşak gücünün anlaşılması ve etkin kullanılması açısından Cumhurbaşkanlığı Hükümet Sistemi" ne yönelik çalışmalar incelendiğinde bu alanda henüz yeterince çalışma yapılmadığı görülmektedir. Yılmaz (2020) çalışmasında, henüz yeni geçilen Cumhurbaşkanlığı Hükümet Sistemi'nde Spor Bakanlığı'nın olan yapısının korunduğu ve iç dinamiklerde birtakım değişikliğe gidildiği ifade etmiştir. Yapılan değişikliklerin özellikle üst yönetim tarafından olumlu karşılandığı belirtilmiş ancak Bakanlık bünyesinde bulunan spor federasyonluklarının iş ve işleyişlerinde, mali ve sportif denetimleri konusunda sorunların tam olarak çözülmediği belirtilmiştir.

Dördüncü soru kapsamında katılımcılar; sporun yumuşak gücünün toplumlar üzerindeki etkisine yönelik ise; sporun toplumları etkileme ve dönüştürmede hem olumlu hem de olumsuz etki ettiğine yönelik görüş belirtmişlerdir. Katılımcılar, olumsuz görüşlerini sporun baskı aracı olarak kullanılmasından kaynaklandığını belirtmektedirler. Sporun yumuşak gücünün toplumlar üzerindeki olumlu etkisi ise; toplumların farklı toplumlarla etkileşim ve iletişimde bulunabilmelerine katkı sunması, toplumları iyi olana yönlendirmesi, toplumların ve devletlerin barış içinde yaşamaları ve toplumların kendilerini dünyaya tanıtmalarına imkan sağlaması gibi olumlu katkılarının olduğunu ifade etmişlerdir.

Dördüncü kategoride ortaya çıkan "Sporun yumuşak gücünün toplumlar üzerindeki etkisi" ne yönelik çalışmalar incelendiğinde Şahin ve İmamoğlu (2011) çalışmalarında, ilk uygarlıklardan günümüze kadar, spor ve dinamiklerinin toplum üzerinde büyük etkiler yarattığı, hükümdarlar ve yöneticiler tarafından siyasetin ve diplomasinin bir aracı olarak sporun kullanıldığı ifade edilmiştir. Toplumlar üzerinde etkiler yaratmak ve çıkarımlar elde etmek amaçlı kullanılan spor, modern toplum düzenine geçince daha sistematik ve bilinçli yapılan

bir işleyişe dönüşmüş, bundan dolayı spor, ideolojik düşüncenin aşılması ve toplumun dönüştürülmesi noktasında iktidarların ve devletlerin kullandığı çok etkili bir güç olduğu ifade edilmiştir.

Toplumlar; farklı milletlerin yaşamlarından, sosyal hayatlarından, inanışlarından, kültürel değerlerinden, giyim tarzlarından, müzik ve danslarından, yaşadığı coğrafyadan, yer altı ve yerüstü zenginliklerinden tarih boyunca etkilenmiştir. II. Dünya savaşı kadar toplumlar üzerinde görülen bu iletişim ve etkileşim sonraki dönemlerde, farklı toplumlar üzerinde etki yaratmak ve ülke menfaatleri doğrultusunda politika belirlemek amaçlı sistemli ve bilinçli yapılan bir işleyişe dönüşmüştür. Küresel güç olma yarışının yapıldığı bu dönemde özellikle Rusya ve ABD yumuşak güç olarak adlandırılan bu unsurları toplumlar üzerinde etkiler yaratmak için daha sistemli kullanmıştır.

Uslu (2021) özellikle ABD'nin spor ve kültür turizmi açısından uzun yıllar dünyanın birçok toplumu üzerinde etkiler yaratabilmeyi başarabildiğini ifade etmiştir. ABD, çıkarları doğrultusunda kullandığı bu yumuşak güç unsurlarını, sinema ve medya üzerinden izlediği politikalarla hayata geçirmiştir. Özellikle ABD II. Dünya savaşı sırasında kendi toplumunu ve farklı toplumları etkilemek ve savaşın gidişatını kendi lehine çevirmek amaçlı o dönem popüler olan radyo ve gazete gibi unsurlardan istifade ettiği belirtilmiştir.

Pınar (2017) çalışmasında, ABD'nin Hollywood filmleri üzerinden farklı toplumları; ABD'ye hayranlık uyandırma, ABD'ye karşı milletlerin kendilerini borçlu hissetmeleri, ABD'nin dış politikada yaptığı tüm eylemleri olumlu karşılamaları ve ABD çıkarları doğrultusunda anlaşma yapmaları gibi çıkarımları sağlamak amacıyla toplumlara Hollywood filmleri üzerinden bu düşünceleri aşlamayı başarabildiğini ifade etmiştir.

Günümüze baktığımızda ABD'nin oldukça başarılı yürüttüğü bu politikalar, son yıllarda etkisini kaybetmiştir. Bunun kaynağında ABD'nin farklı toplumlar üzerinde çıkarım amaçlı uyguladığı; diplomatik güç, akıllı güç, stratejik güç ve yumuşak güç enstrümanları farklı toplumlar nezdinde artık yeterince etkili olmadığı görülmüştür. Bunun kaynağında teknolojik ilerlemeler, sosyal medya unsurları, dünyada oluşan yeni güç blokları ve benzeri etkenler algı ve etki merkezlerinin farklı noktalara kaymasına yol açtığı düşünülmektedir.

Sporun toplumlar üzerindeki etkisi konusunda bir başka çalışmaya bakacak olursak, Küçük ve Harun (2004) çalışmalarında sporu, toplum hayatına birçok noktadan girerek bireyleri doğrudan veya dolaylı olarak etkilemeyi başaran önemli bir güç olduğunu ifade edilmiş, aynı zamanda sporun toplumlar üzerinde etkisini koruyan, ekonomik ve siyasi bir güç olma özelliğini barındırdığı belirtilmiştir. Modern topluma geçilmesiyle teknolojik ilerlemeler, insan gücüne duyulan gereksinimin azalması, iş ve sosyal çevreden gelen baskı, stres ile başa çıkma arayışı, sağlıklı ve zinde kalma arzusu toplumları, spora teşvik etmiş ve spor alanının bir meslek haline dönüşmesine yol açmış, bunun yanında sporun fiziksel, psikolojik ve mental olarak bireyleri rahatlatması spora yönelimi daha fazla arttırdığı ifade edilmiştir.

Sunay (2003) çalışmasında, sporun toplumların görmezden gelemeyeceği ve kesintiye uğratamayacakları geniş kapsamlı bir işleyişe dönüştüğünü ifade etmiştir. Spor alanında aktif olan toplumların; farklı toplumlarla spor etkinlik ve organizasyonları aracılığıyla bir araya gelebildiğini, bu sayede toplumlarla bir etkileşim yaşandığını ve toplumlar üzerinde etkiler yaratabilme gücü oluştuğunu ifade etmiştir.

Duman (2020) ise; farklı inanış ve geleneklere sahip toplumları spor etkinliklerinin ortak bir paydada buluşturduğunu ve sosyal bütünleşmeyi sağladığını bunun yanında sporun; farklı ırk, din, dil ve düşüncedeki toplumları bir araya getirebildiğini ifade etmiştir.

Sonuç olarak spor, dünyada her kesimin konuşabileceği bir ortak dili içinde barındırmaktadır. Ülkemizin bu dili iyi kullanabilmesi gerekmektedir. Bu nedenle küresel ölçekte başarılı olabilmek için; spor yönetiminin daha şeffaf ve adil yürütülmesi, spor ve siyasetin karşılıklı çıkarımının önünü geçilmesi, kaliteli sporcu, antrenör ve spor uzmanı yetiştirilmesi, spor politikalarının küresel dengeler gözetilerek oluşturulması, gelişen teknolojilerin spora entegrasyonu ve en önemlisi de kaliteli bir spor eğitimi modelinin benimsenmesi gerektiği düşünülmektedir. Tarihi süreç içerisinde bakıldığında bu anlayış ve işleyişleri benimseyen ve uygulayan toplumların küresel ölçekte başarılı olduğu görülmüştür.

KAYNAKLAR

1. Akdağ, Z., & Ekici, S. (2017). Avrupa Birliği'nin Uluslararası Politikada Etkili Olma Aracı: Yumuşak Güç. *Birey ve Toplum Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(2), 33-64.
2. Akkurt, M. (2020). Antik çağ uygarlıklarında sporun görünümü, uygulama nedenleri ve fonksiyonları (Master's thesis, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
3. Argan, M. (2004). Spor ve Turizm Pazarlamasının Kesişim Noktası Olarak Spor Turizmine Kuramsal Bir
4. Atasoy, B., & Kuter, F. Ö. (2005). Küreselleşme ve spor. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(1), 11-22.
5. Batmaz, H. Ç., Yıldırım, F., & Karadağ, M. (2016). Küresel Rekabetin Spor Endüstrisinin Etkisi. *Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi*, 42, 521-534.
6. Baykan, E. (2007). Kültür turizmi ve turizmin kültürel varlıklar üzerindeki etkileri. *Gazi Üniversitesi Ticaret ve Turizm Eğitim Fakültesi Dergisi*, (2), 30-49.
7. Bayraktar, C. (2003). Sosyal Yapı Özelliklerinin Spora Etkisi. *Cilt: XVII, Sayı: 1*
8. Bilener, T. (2019). Dış Politika Analizinde Yumuşak Güç-Keskin Güç Karşılaştırması: Çin Örneği. *The Turkish Yearbook of International Relations*, 50, 241-257.
9. Bilir, H. (2020) Sporun Toplumsal İşlevi: Sosyolojik Bir Yaklaşım. *Aksaray Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 12(4), 27-36.
10. Bingöl, H., & Polat, S. (2019). Sporun Siyasi Bir Unsur Olarak Liderler Tarafından Kullanılması. *Bilge Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 5(2), 111-117.
11. Büyükköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. & Demirel, F. (2010). Bilimsel araştırma yöntemleri. (7. Baskı). Ankara: Pegem.
12. Çavuş, T. (2012). Dış Politikada Yumuşak Güç Kavramı ve Türkiye'nin Yumuşak Güç Kullanımı. *Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 2(2), 23-37.
13. Çeyiz, S., & Özbek, O. (2014). Küreselleşme ve Spor Etkileşimi. *International Journal Of Sport Culture And Science*, 2 (Special Issue 1), 487-495.
14. Çırka, S. (2017). Küreselleşme Sürecinde Sporun Genel Bir Değerlendirmesi. *Anadolu Bil Meslek Yüksekokulu Dergisi*, (45), 127-146.
15. Dever, A., & İslam, A. (2015). Tarihsel süreç içerisinde Türkde spor algısı. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 4 (5), 46-61.
16. Duman, F. K. (2020). Sporun Sosyal Bütünleşme Üzerindeki Etkileri. *Spor Eğitim Dergisi*, 4(3), 169-177.
17. Emekli, G. (2006). Coğrafya, kültür ve turizm: turizm. *Ege Coğrafya Dergisi*, 15 (1-2), 51-59.
18. Erdoğan Uslu, B. E. T. Ü. L. (2021). Yumuşak Güç Kavramı ve Amerika Birleşik Devletleri'nin Yumuşak Güç Unsuru Olarak
19. Hollywood Sineması (Doctoral dissertation). (Karabük Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Uluslararası Politik Ekonomi Anabilim Dalı).
20. Gökbayrakçağaçdan, D. (2018). Yumuşak Güç ve Farkındalık Üzerine Bir Çalışma. *Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11(1), 781-788.
21. Göksu, Ö. (2019). Türkiye'nin ülke markasının inşası kamu diplomasisinde sporun rolünde. *Uluslararası Kültürel ve Sosyal Araştırmalar Dergisi* (Uksad, 5 (2), 403-433.
22. Gölbaşı, H. (2018). Osmanlı Devleti'nde Spor Takkeleri. *Iğdır Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (15).
23. Güneş, E. P. U. (2016). Toplumsal değişim, teknoloji ve eğitim ilişkisinde sosyal ağların yeri. *Açıköğretim Uygulamaları ve Araştırmaları Dergisi*, 2(2), 191-206.
24. Halil, K. O. C. A., Zaman, S., & Coşkun, O. (2007). Erzurum'un spor-kamp turizmi potansiyeli. *Doğu Coğrafya Dergisi*, 12(18), 205-224.

26. İnce, M. (2017). Türk spor basınında asparagas haber ve spor ekonomisine etkileri. *Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7(2), 547-563.
27. Kömür, G. (2020). Yumuşak Güç Unsuru Olarak Kamu Diplomasisi. *International Journal Of Politics And Security*, 2(3), 89-115.
28. Küçük, V., & Harun, K. O. Ç. (2004). Psiko-sosyal gelişim süreci içerisinde insan ve spor ilişkisi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 9(9).
29. Meder, M. (2001). Bilgi toplumu ve toplumsal değişim. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(9), 72-81.
30. Merriam, S. B. (2013). Araştırmanın desenlenmesi ve örneklem seçimi (Çev. S. Turan ve D. Yılmaz), S. Turan (Çev. Ed.), *Nitel araştırma desen ve uygulama için bir rehber*, Ankara. Nobel. ss, 55-82.
31. Özel, C. (2018). Yumuşak Güce Bütünsel Bakış. *Güvenlik Bilimleri Dergisi*, 7(1), 1-27.
32. Pınar, L. (2017). Amerika Birleşik Devletleri'nin Yumuşak Gücü ve Hollywood. *İtobiad: İnsan ve Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 6 (1).
33. Soygüden, A. (2019). Sporda Yaşanan Örnek Etik Davranışların Toplumsal Karakterin Oluşmasına Etkileri. *Helal ve Etik Araştırmalar Dergisi*, 1 (1), 60-72.
34. Sunay, H. (2003). Türk Spor Politikasına Analitik Bir Bakış. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 39-42.
35. Sümer, G. (2020). Yumuşak Güç Yanılgısı. *Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 22(2), 1143-1160.
36. Şahin, M. Y., & İmamoğlu, A. F. (2011). Akademisyenlerin ve milletvekillerinin spor siyaset etkileşimine yönelik görüşleri. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 16(2), 25-44.
37. Şahin, M. Y., Yenel, F., & Çolakoğlu, T. (2010). Spor ve milliyetçilik etkileşimi: ulusal kimlik oluşturmada sporun yeri ve önemi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7(1), 1244-1263.
38. Talimciler, A. (2006). Ideolojik bir meşrulaştırma aracı olarak spor ve spor bilimleri. *Spor Yönetimi ve Bilgi Teknolojileri*, 1(2), 35-40.
39. Tanriverdi, H. (2012). Spor Ahlakı ve Şiddet. *The Journal Of Academic Social Science Studies. Publication Of Association Esprit, Société Et Rencontre Strasbourg/France*, 5(8), 1071-1093.
40. Tekin, A., & Tekin, G. (2014). Antik Yunan Dönemi: Spor ve Antik Olimpiyat Oyunları. *Tarih Okulu Dergisi (Tod)*, 121-140.
41. Yağmurlu, A. (2019). Kamu diplomasisi bakış açısından spor diplomasisi. *Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 18 (4), 1367-1380.
42. Yatağan, Ag (2018). Sert Güç Unsurlarının Yumuşak Güç Aracı Olarak Etkileri. *Kara Harp Okulu Bilim Dergisi*, 28 (2), 69-
43. Yetim, A. (2000). Sporun sosyal görünümü. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 5(1), 63-72.
44. Yılmaz, M. (2020). Cumhurbaşkanlığı hükümet sistemi çerçevesinde yeniden yapılandırılan Türk spor teşkilatına dair görüşlerin belirlenmesi (Master's thesis, Sağlık Bilimleri Enstitüsü).

