



YALOVA
ÜNİVERSİTESİ
SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ

CİLT:2 SAYI:3 YIL:2023



YALOVA UNIVERSITY

JOURNAL OF SPORT SCIENCES

VOLUME:2 ISSUE:3 YEAR:2023



YALOVA ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ
YALOVA UNIVERSITY JOURNAL OF SPORTS SCIENCES

2023

Cilt (Volume): 2 Sayı (Issue): 3

e-ISSN: 2822-664X

Yayın Hakkı © 2022 Yavuz ÖNTÜRK

Yalova Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi bilimsel niteliğe sahip, özgün değer taşıyan "Spor Bilimleri alanını kapsayan tüm çalışmalarını" kabul etmektedir. Ayrıca özel bölümlerin (Başyazı, editöre mektuplar, sporda sorunlar çözümler, spor toplantıları/izlenimleri, spor bilimleri dernekleri, web siteleri, makaleler, kitap tez tezi) yayınlandığı çevrimiçi (çevrimiçi) ve açık erişim politikasını benimseyen bir dergidir.

Yılda 3 sayı (Mart, Temmuz, Ekim) yayınlanan hakemli ve ücretsiz bir dergidir.

<https://dergipark.org.tr/tr/pub/yalovaspor>

Yalova Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi Adına Sahibi – Baş Editör / Editor in Chief

Dr. Yavuz Öntürk

Yayın Koordinatörü / Publishing Coordinator

Dr. Yavuz Öntürk

Editör Yardımcısı / Assistant Editor

Dr. Burcu Güvendi

Dergi Kurulu / Journal Board

Dr. Ahmet Yavuz Karanfil

Dr. Alican Bayram

Dr. Abdurrahman Yaraş

Dr. Doğukan Batur Alp Gülşen

Dr. Erhan Işıkdemir

Dr. Engin Efek

Dr. Erkan Bingöl

Dr. İlimdar Yalçın

Dr. Kanat Canuzakov

Dr. Kenioua Mouloud

Dr. Laurentiu-Gabriel Talaghir

Dr. Mevlüt Yıldız

Dr. Mustafa Can Koç

Dr. Nadim Nassif

Dr. Nurullah Emir Ekinci

Dr. Özkan Işık

Dr. Petronel Cristian Moisescu

Dr. Ricardo Ricci Uvinha

Dr. Rui Corredeira

Dr. Selman Kaya

Dr. Sema Arslan Kabasakal

Dr. Yakup Kılıç

Dr. Yasin Yıldız



YALOVA ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ
YALOVA UNIVERSITY JOURNAL OF SPORTS SCIENCES

2023

Cilt (Volume): 2 Sayı (Issue): 3

e-ISSN: 2822-664X

Yayın Hakkı © 2022 Yavuz ÖNTÜRK

Yalova Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi bilimsel niteliğe sahip, özgün değer taşıyan "Spor Bilimleri alanını kapsayan tüm çalışmalarını" kabul etmektedir. Ayrıca özel bölümlerin (Başyazı, editöre mektuplar, sporda sorunlar çözümler, spor toplantıları/izlenimleri, spor bilimleri dernekleri, web siteleri, makaleler, kitap tez tezi) yayınlandığı çevrimiçi (çevrimiçi) ve açık erişim politikasını benimseyen bir dergidir.

Yılda 3 sayı (Mart, Temmuz, Ekim) yayınlanan hakemli ve ücretsiz bir dergidir.

<https://dergipark.org.tr/tr/pub/yalovaspor>

Yalova Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi Adına Sahibi – Baş Editör / Editor in Chief

Dr. Yavuz Öntürk

Yayın Koordinatörü / Publishing Coordinator

Dr. Yavuz Öntürk

Editör Yardımcısı / Assistant Editor

Dr. Burcu Güvendi

Sekreteryaya

Arş. Gör. Dr. Abdurrahman Yaraş, Yalova Üniversitesi

Arş. Gör. Sinan Erdem Satılmış, Yalova Üniversitesi

Arş. Gör. Şeyma Öznur Gökşin, Yalova Üniversitesi

Mizanpaj

Arş. Gör. Dr. Abdurrahman Yaraş, Yalova Üniversitesi

İÇİNDEKİLER / CONTENTS

Cilt 2 Sayı 3, Ekim 2023 / Volume 2 Issue 3, October 2023

- Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Giyilebilir Teknolojik Ürün Kullanımlarının Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonları Üzerine Etkisi**
The Effect of Wearable Technological Product Usage on Motivations to Participate in Physical Activity of Students of the Faculty of Sport Sciences 1-18
Serkan Necati METİN, Gizem BAŞKAYA, Tuncay ÖCAL, Ali ERDOĞAN, Gülsen TOSUN TUNÇ
- Analysis and Comparison of Team Success Based on Match Technical and Running Performance in The Bundesliga Leagues: 2022-2023 Season**
Bundesliga Liglerinde Maç Teknik ve Koşu Performansına Dayalı Takım Başarısının Analizi ve Karşılaştırılması: 2022-2023 Sezonu 19-32
Gizem BAŞKAYA, Kerem Can KARACA
- The Relationship Between Frequency of Jumps and Negative Attack Technique of Elite Male Volleyball Players During Demo Competitions**
Elit Erkek Voleybolcuların Demo Müsabakada Gerçekleştirdikleri Toplam Sıçrama Adedi ile Negatif Atak Tekniği İlişkisi 33-42
Fatma TOKAT, Mehmet Görkem İŞGÜZAR, Kadir KESKİN, Serdar ADIGÜZEL
- Spor Bilimleri Fakültesinde Öğrenim Gören Öğrencilerin Doping Bilgi Düzeylerinin İncelenmesi**
An Examination of Doping Knowledge Levels Among Students Enrolled in the Faculty of Sports Sciences 43-56
Hayati ARSLAN
- Beden Eğitimi ve Spor Alanında Empati: Sistemik Derleme Çalışması**
Empathy in Physical Education and Sports: A Systematic Review Study 57-71
Öznur AKPINAR
- Okullardaki Lisanslı Sporcu Sayılarının Değerlendirilmesi**
Evaluation of the Number of Licensed Athletes in Schools 72-86
Yüksel DİLEKÇE
- Voleybolcuların Duygusal Zekâ Düzeylerinin Takım Direncine Etkisi: Antalya İli Örneği**
The Effect Of Volleyball Players' Emotional Intelligence Levels On Team Resistance: Antalya Case 87-106
Mehmet Bilgin KARADEMİR
- Üniversite Öğrencilerinin Deprem Sonrası Eğlence Amaçlı Spor Kaynaklı İyilik Hallerinin Belirli Değişkenler Açısından İncelenmesi**
Examining the Well-Being of University Students Post-Earthquake Recreational Sports-Related in Terms of Certain Variables 107-117
Gamze ÜNALDI
- Spor Lisesi Öğrencilerinin Kariyer Kaygılarına Yönelik İnceleme: İstanbul İli Örneği**
Examination of Career Anxieties of Sports High School Students: Example of Istanbul Province 118-136
Yusuf DİLEKÇİ
- Spor Merkezlerinde Egzersiz Yapan Bireylerin Beden İmajı ve Özgüven Düzeylerinin İncelenmesi**
An Examination of Body Image and Self-Confidence Levels of Individuals Exercising in Sports Centers 137-160
Mihraç KÖROĞLU, Sezai ÇELİK, M. Ersin TÜT

- Spor Okullarında Görev Alan Bireysel ve Takım Sporları Antrenörlerin Sportmenlik Davranışlarının İncelenmesi**
Investigation of Sportsmanship Behaviors of Individual and Team Sports Coaches Working in Sports Schools **161-173**
Cüneyt SEYDİOĞLU, İhsan YAĞCI, Eyüp UĞUR
- Spor Bilimleri Öğrencilerinin Yapay Zekaya Yönelik Tutumları ile İş Bulma Kaygıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**
Examining the Relationship Between Sports Sciences Students' Attitudes Towards Artificial Intelligence and Job Finding Anxiety **174-189**
Gürkan ÇETİNKAYALI, Pınar KARACAN DOĞAN, İsa DOĞAN
- Spor Federasyonlarının Mali Yapısının Olimpik Federasyonlar Özelinde İncelenmesi ve Gelir Gider Tabloları Üzerinden Değerlendirilmesi**
Analysis of The Financial Structure of Sports Federations Especially of Olympic Federations and Evaluation on Income Expense Statements **190-206**
Pınar KARACAN DOĞAN, Muhammet ÇOLAK
- Examining The Effects Of Performing Individual Fitness Exercise In The Form Of Group Fitness Exercises On Some Parameters**
Grup Fitness Egzersizlerinin Bireysel Olarak Yapılmasının Bazı Parametreler Üzerindeki Etkilerinin İncelenmesi **207-217**
Ömer GÜLFIRAT
- Özel Gerekli Bireylerin Fiziksel Aktiviteye Katılımlarına Yönelik Tutum Ölçeği: Geçerlik Güvenirlik Çalışması**
Attitude Scale Towards The Participation of Individuals With Special Needs in Physical Activity: Validity and Reliability Study **218-230**
Berk Hakan YILMAZ, Hasibe ERER, Ekrem Levent İLHAN
- Spor Tarihine Bir Katkı: Akis Dergisinde Vildan Aşir Savaşır ve Spor Hakkındaki Tenkitleri**
A Contribution To The History Of Sports: Vildan Aşir Savaşır and His Criticism About Sports In Akis Magazine **231-244**
Canan SARIYAR SEZAN
- Akıllı Telefon Bağımlılığı ve Akademik Erteleme: Spor Bilimleri Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma**
Smartphone Addiction and Academic Procrastination: A Study on Sports Sciences Students **245-257**
İsa ÇİFTÇİ
- Anadolu Yıldızlar Ligi (Analg) Voleybol Sporcularının Yarışma Kaygısı ile Akıldışı Performans İnançları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**
Investigating the Relationship Between Competition Anxiety and Irrational Performance Beliefs of Volleyball Players in the Anatolian Stars League (Analg) **258-268**
Ali Burak TOY, Ali ŞİMŞEK, Yakup ÖNAL
- Muay Thai Sporcularında Statik Germe Egzersizlerinin Esneklik, Çeviklik ve Sürat Performansına Akut Etkisi**
Acute Effects of Static Stretching Exercises on Flexibility, Agility and Speed Performance in Muaythai Athletes **269-285**
Tahir Volkan ASLAN, Cemal GÜNDOĞDU

- FİFA 2018 Dünya Kupası'nın Müsabaka Analizlerinin İncelenmesi: Fransa Milli Takımı Örneği**
Analyzing the Competition Analysis of FIFA 2018 World Cup: The Case of France National Team **286-297**
Ali Rıza ATICI, İbrahim ŞAHİN
- Sportif Rekreeyonel Aktivitelere Katılımda Hissedilen Yalnızlığın Egzersiz Bağımlılığına Etkisi**
The Effect of Loneliness Felt in Participating in Sportive Recreational Activities on Exercise Addiction **298-311**
Ramazan ÖZAVCI, Okan ÜNVER
- Engelli Sporcuların Spora Katılım Motivasyonları ile Sportif Sorunlara Başa Çıkma Becerilerinin İlişkinin İncelenmesi**
Examination of the Relationship Between Disabled Athletes with the Motivation for Sports Participation and the Athletic Coping Skills **312-324**
Bilal KARAKOÇ



Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Giyilebilir Teknolojik Ürün Kullanımlarının Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonları Üzerine Etkisi

Serkan Necati METİN¹, Gizem BAŞKAYA¹, Tuncay ÖCAL², Ali ERDOĞAN³, Gülsen TOSUN TUNÇ²

¹ Bandırma Onyedü Eylül Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Balıkesir/Türkiye

<https://orcid.org/0000-0001-5951-2893>

<https://orcid.org/0000-0002-6001-1727>

²Aksaray Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Aksaray/Türkiye

<https://orcid.org/0000-0001-8440-6769>

<https://orcid.org/0000-0002-7142-4578>

³Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Karaman/Türkiye

<https://orcid.org/0000-0001-8306-5683>

ORJINAL MAKALE

Özet

Bu çalışmada spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin giyilebilir teknolojik ürün kullanımlarının, fiziksel aktiviteye katılım motivasyonları üzerine etkisinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu doğrultuda çalışmaya spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören toplam 238 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından oluşturulan kişisel bilgi formunun yanında giyilebilir teknolojik spor ürünlerine yönelik tutum ölçeği (GTSÜYTÖ) ve fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu ölçeği (FAKMÖ) kullanılmıştır. Çalışmada ikili karşılaştırmalar için bağımsız örneklem T-Testi, etki büyüklüğünü hesaplamak için Cohen's d formülü kullanılmıştır. Çoklu karşılaştırmalarda çok değişkenli ANOVA testi, etki büyüklüğünü belirlemek için ise, eta-kare (η^2) formülü kullanılmıştır. Öğrencilerin giyilebilir teknolojik spor ürünlerine karşı tutumları ile fiziksel aktiviteye katılım motivasyonları arasında ilişkiyi belirlemek için Pearson Korelasyon Testi, giyilebilir teknolojik spor ürünlerine karşı tutumlarının fiziksel aktiviteye katılım motivasyonları üzerindeki etkisini belirlemek için ise, Regresyon analizinden faydalanılmıştır. Analizler sonunda cinsiyet, sınıf ve bölüm değişkenine bağlı anlamlı farklılık olduğu anlaşılmıştır ($p<.05$). Ayrıca, GTSÜYTÖ ve FAKMÖ arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki olduğu anlaşılmış ve öğrencilerin giyilebilir teknolojik spor ürünlerine yönelik pozitif ya da negatif tutumlarının fiziksel aktiviteye katılım motivasyonları üzerinde etkisinin olduğu ve bu etkinin yaklaşık %42 oranında açıklayıcılığa sahip olduğu anlaşılmıştır. Sonuç olarak, giyilebilir teknolojik spor ürünlerinin spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu üzerinde etkisi olduğu, bu ürünlerin, fiziksel aktiviteye katılım noktasında bireylere motivasyon sağladığı tespit edilmiştir.

Anahtar kelimeler: Motivasyon, Spor, Teknoloji, Ürün

The Effect of Wearable Technological Product Usage on Motivations to Participate in Physical Activity of Students of the Faculty of Sport Sciences

Abstract

This study aimed to determine the effect of the use of wearable technological products on the motivation of sport sciences faculty students to participate in physical activity. In this direction, 238 students studying at the faculty of sports sciences voluntarily participated in the study. In addition to the personal information form created by the researchers, the attitude scale towards wearable technological sports products (GTSÜYTÖ) and the physical activity participation motivation scale (FAKMÖ) were used as data collection tools. Independent Samples T-Test was used for pairwise comparisons, and Cohen's d formula was used to calculate the effect size. A Multivariate ANOVA test was used for multiple comparisons, and the eta-square (η^2) formula was used to determine the effect size. Pearson Correlation Test was used to determine the relationship between students' attitudes towards wearable technological sports products and their motivation to participate in physical activity, and Regression analysis was used to determine the effect of attitudes towards wearable technological sports products on motivation to participate in physical activity. At the end of the analysis, it was found that there was a significant difference depending on gender, class and department variables ($p < .05$). In addition, it was understood that there was a positive and significant relationship between GTSÜYTÖ and FAKMÖ, and it was understood that students' positive or negative attitudes towards wearable technological sports products had an effect on their motivation to participate in physical activity and this effect had an explanatory rate of approximately 42%. As a result, it was determined that wearable technological sports products have an effect on the motivation of sports sciences faculty students to participate in physical activity and that these products provide motivation for individuals to participate in physical activity.

Keywords: Motivation, Sports, Technology, Product

Giriş

Günümüzde yaşanan teknolojik gelişmeler; yapı ve işleyiş temelinde bazı değişikliklere neden olmuştur (Şahin vd., 2019). Teknolojik ürünler arasında yerini alan giyilebilir teknolojik ürünler de dijital çağa geçiş ile hayatın tüm alanlarında olduğu gibi spor alanında da hızla kullanıma geçmiştir (Çar vd., 2022). Teknolojilerin spora nasıl entegre edilebileceği hususunda da çalışmalar giderek artmaya devam etmiştir. Sporcuların performanslarını arttırmaya yönelik uygulamalar, bireyleri spora teşvik eden uygulamalar bunlara örnek olarak verilebilir.

Giyilebilir teknoloji hem çocukların hem de yetişkinlerin sağlık davranışlarını, özellikle de fiziksel aktivite düzeylerini etkileme konusunda önemli bir potansiyele sahiptir. Aşırı kilo ve obezite prevalansı arttıkça, bir müdahale ve motivasyon aracına şiddetle ihtiyaç duyulmaktadır. Fiziksel aktivitede artışı teşvik eden teknoloji tabanlı davranış değiştirme terapilerinin kullanımı, günlük hayatımızda teknolojiye ne kadar derinden bağımlı olduğumuz düşünüldüğünde, her yaşta insan için yaşamı değiştiren bir araç olabilir. Bu yüzden, fiziksel aktivite kılavuzlarının ve ilgili avantajlarının, hareketsizliğin tehlikelerinin ve giyilebilir teknolojilerin, özellikle fitness takipçilerinin olası etkilerinin gözden geçirilmesi önem arz etmektedir (Cox, 2023).

Giyilebilir Teknolojinin Sağlıklı Yaşam Tarzı Alışkanlıklarına Faydaları

Sportif başarı ilham vericidir ve biz insanlar, giyilebilir teknolojik ürünlere sahip olarak (Stride vd., 2015) ürünlerin günlük yaşamda kullanılmasıyla hayatımızın kalitesini arttırmaya çalışmaktayız (Frick ve Wicker, 2016). Erişilebilir çeşitli giyilebilir teknoloji türleri olmakla birlikte ana alt kümelerinden bazıları sağlık ve fitness alanıdır. Giyilebilir cihazlar, etkinlik, kalp atım hızı, kalori, adım sayısı, egzersiz süresi, enerji harcaması ve uyku düzeni gibi çeşitli sağlık parametrelerini izlemek ve topluluk oluşturma dahil olmak üzere çeşitli amaçlar için kullanılmaktadır. Apple Watch, Polar Watch, Samsung Watch, Fitbits, Jawbone ve Garmin Watch popüler cihazlardan birkaçıdır (Pope, 2018; Song, 2022). Teşvik etmek, hedef belirleme teknikleri sunmak ve fiziksel aktiviteyi izlemek için giyilebilir teknolojinin bir müdahale aracı olarak kullanılmasından yararlanabilecek olan popülasyon, üniversite öğrencileridir. Giyilebilir teknoloji, American College of Sports Medicine tarafından 2016'dan beri yapılan yıllık bir çalışmada fitness trendleri listesinin başında yer almaktadır (Şahin 2021).

Son yıllarda bilgi ve iletişim teknolojisinin hızla gelişmesiyle birlikte giyilebilir teknoloji, yeni bir davranış değişikliği yolunu ateşlemiştir (Lee vd., 2016). Giyilebilir teknolojinin, yaşam tarzı değişikliklerini gerçekleştirmek için gerekli olan farkındalığı ve

motivasyonu artırmada bir etkisi olduğu söylenebilir. Çünkü üniversite çağındaki nüfus, şu anda pozitif yaşam tarzı değişiklikleriyle önlenebilecek aşırı kilo, obezite, tip 2 diyabet ve diğer sağlık sorunları oranlarında artış sergilemektedir (Cha vd., 2015). Üniversite öğrencileri, bu popülasyon için potansiyel bir motivasyon olarak tanımlanan bu teknolojinin anlık verileri ve kişilerarası iletişimi ölçme becerisiyle çok ilgilenmektedirler (Haney 2018).

Haney (2018) tarafından yapılan araştırmaya göre, üniversite çağındaki kadınlar fiziksel aktivite seviyelerini yükseltmek, kalori alımlarını takip etmek ve enerji harcamalarını artırmak için giyilebilir fitness ekipmanları kullandılar. İlgili bir araştırmaya katılanlar, düzenli olarak giyilebilir teknoloji ürünü bir cihaz kullanmanın, fiziksel egzersiz yapma motivasyonlarını ve kendilerine olan güvenlerini artırdığını belirtmişlerdir (Kinney, 2017). Üniversite öğrencileri, egzersiz yapmanın avantajları geniş çapta kanıtlanmış olmasına rağmen, sıklıkla uzmanlaşmış bilgi ve motivasyondan yoksundur (Rupp vd., 2016). Giyilebilir fitness teknolojisinin bu soruna yardımcı olduğu kanıtlanmıştır. McFadden ve diğerleri (2021), üniversite öğrencilerine yönelik çevrimiçi bir anket yürüttüğünde, düzenli olarak egzersiz yapmaya en yatkın olanlar ile cihazları sık kullananlar arasında güçlü bir ilişki keşfettiler. Lunney ve diğerleri (2016) tarafından yapılan araştırmaya göre, giyilebilir fitness teknolojisini, önemli ölçüde olumlu sağlık etkileriyle ilişkilendirilmiştir.

Araştırmalara göre, genç yetişkinlerin özellikle üniversiteye kaydolduklarında daha az fiziksel egzersiz yaptıkları görülmüştür (Keating ve ark., 2018). Gençlerde fiziksel aktiviteyi ve zindeliği teşvik etmenin önemli bir unsuru, kullanıcı için gerçek zamanlı geri bildirimdir. Sullivan ve Lachman (2017)'a göre giyilebilir teknoloji tarafından iletilen çerçeveli mesaj, fiziksel aktiviteyi artırmak için başarılı bir stratejidir. Giyilebilir teknolojilerin kullanımı ve kayıtlı fiziksel aktivite, araştırmalarda umut verici etkiler göstermektedir (Haney, 2018). Bir araştırma, 6 aylık bir süre boyunca giyilebilir bir kondisyon takipçisi kullanarak fiziksel aktiviteyi izlemenin etkinliğini incelemiştir. Araştırma sonucunda temel ölçümde daha düşük fiziksel aktivite seviyelerine sahip katılımcılar için fiziksel aktivite katılımının süresi ve sıklığı önemli ölçüde arttığı ortaya konulmuştur (Schrager vd., 2017). Araştırmacılar ayrıca genel streste azalma gözlemlemişlerdir.

Yukarıda bahsedilen çalışmalara rağmen, üniversite öğrencileri arasında giyilebilir teknolojik cihazların kullanımı konusunda yetersiz sayıda araştırma bulunmaktadır. Çeşitli gözlemler ve çelişkili sonuçlar üretilen bu tarzdaki çalışmalarda yaşlı kişilerin bulunduğu popülasyonlar daha fazla ilgi görmüş ve araştırılmıştır. Wang (2014)'a göre, denemenin ilk haftası, aşırı kilolu ve obez bireyler arasında fiziksel aktiviteyi iyileştirmek için Fitbit ve kısa

mesaj ipuçlarının başarılı olduğu tek zamandır. Öte yandan, 2015 yılında yapılan bir çalışmada araştırmacılar tarafından, aşırı kilolu ve obez olan postmenopozal kadınlarda 16 haftalık bir süre boyunca fiziksel aktivite seviyelerinde önemli bir artış keşfedilmiştir (Pope, 2018).

Son yıllardaki en popüler fitness takipçilerinden biri, hedef belirleme davranışını, fiziksel egzersizin önündeki algılanan engelleri ve insanlarda motivasyon düzeylerini iyileştirme yeteneğine sahip olan giyilebilir teknoloji olmuştur. Üniversite öğrencileri, çeşitli faktör ve etkiler nedeniyle sağlıklı bir yaşam tarzı sürmenin önemini sıklıkla küçümsemelerine rağmen, birçok teknolojinin sık tüketicileri ve kullanıcıları olduğu söylenebilir. Yoğun programları ve algılanan engelleri ile üniversite öğrencileri, bedensel ihtiyaçlarını psikolojik ve sosyal ihtiyaçları ile nasıl uzlaştıracaklarını anlamakta bu teknolojiden yararlanabilirler. Bu tür bir çalışma, davranış değişikliğini ve aktif yaşam tarzlarını destekleyen müdahaleler geliştirmek için gereklidir. Ryan ve Deci (2001)'nin dışsal ve içsel motivasyonel değişkenlere odaklanan Kendi Kaderini Belirleme Teorisi, bu tür araştırmaların temelidir.

Motivasyon ve Türleri

Motivasyon, kişiyi amaç veya tutkuları doğrultusunda harekete geçiren ve eylemde bulunurken amaç veya hedefi gerçekleştirmesi için ona rehberlik eden güç olarak tanımlanabilir. Motivasyon hedefe ulaştıktan sonra, kişinin ihtiyaç veya istekler dışında hedef davranışları gerçekleştirmesini sağlayarak duygusal iyi oluşu olumlu yönde etkiler (Tekkurşun Demir ve Cicioğlu, 2018). Bir davranışı gerçekleştirmede ilgi, tutarlılık, dikkat, istek, çaba gibi olumlu davranışlar motivasyon ile sağlanır (Akpınar vd., 2009).

Ryan ve Deci (2000)'ye göre, üç psikolojik ihtiyacın tatmin edilme derecesi, bir motivasyon sürekliliği boyunca bulunabilen bir kişinin motivasyon durumunun bir resmini çizebilir. Motivasyonsuz olandan içsel olarak motive olana kadar, bu spektrum her ikisini de içerir. Kişinin dışsal güdüler dışındaki nedenlerle eyleme ya da etkinliğe katılmayı seçmesinin var olduğuna inanıldığından, içsel motivasyon en ideal düzeydir (Kilpatrick vd., 2002).

Bir aktivite veya davranışta bulunmak için motivasyon eksikliği, motivasyonsuzluk olarak adlandırılır. Kişi, motive olmadığı veya buna değer vermediği için bir davranış veya faaliyet için herhangi bir çaba sarf etmez (Pope, 2018). Ryan ve Deci (2000)'ye göre, bu ruh hali, kökleşmiş bir güçsüzlük duygusu ve bir davranışı değiştirme arzusu eksikliği ile ilişkilidir. Dışsal motivasyon hem iç hem de dış baskılardan gelebilir ve potansiyel davranış veya faaliyet katılımı için mevcuttur. Dışsal motivasyon en çok ödül almak ya da cezadan uzak durmak gibi dışsal bir gereksinimi karşılamak için gerçekleştirilir (Lox vd., 2014). Ryan ve Deci (2000)'ye

göre dışsal motivasyon, çoğunlukla etkinliğe katılmamaktan kaynaklanan suçluluk veya kaygıyı önlemek için ve belki de başkalarından övgü almak için yapılır. Pope (2018)'a göre faaliyete katılım, birey için yeni bir önem ve yeni bir değer kazanır. İçsel motivasyon ise, bir birey kişisel değerleriyle tutarlı bir davranış veya faaliyette bulunduğu anda, bunu yapmak için dışarıdan bir teşvik gelmesine ihtiyaç duymaz (Pope, 2018).

Giyilebilir Teknoloji Kullanılarak Motivasyon Artırılabilir

Teknoloji günlük yaşama sorunsuz bir şekilde entegre olmuştur. Bu, büyük ölçüde hızlı, doğrudan iletişim ve bilgi talebine bağlanabilir. Giyilebilir teknolojinin sağlık davranışındaki değişiklikleri teşvik etme potansiyeli artan ilgiyi çekmiştir. Giyilebilir teknoloji, insanlara arzu ettikleri taşınabilirliği sunarken aynı zamanda fiziksel egzersiz için bir hatırlatıcı, teşvik edici ve ilham kaynağı olarak hizmet etmektedir. Fritz ve diğerleri (2014) göre, uzun süredir izleme cihazlarını kullanan kullanıcılar, alışkanlıkların değişmesine neden oldukları için cihazları değerli bulmuşlardır. Sayısal geri bildirim ve yazılımın yerleşik teşvik mekanizmalarının kullanımı, gün boyunca artan egzersiz için motive edici bir unsur olarak kabul edilmektedir. Benzer amaçlara sahip kişilerle bağlantı kurulduğunda cihazların sosyal yönü bir motivasyon olarak algılanabilmektedir (Fritz vd., 2014).

Önceki çalışmalar giyilebilir teknolojinin kullanıcının fiziksel aktivite seviyeleri üzerinde zaman zaman olumlu bir etkiye sahip olabileceğini göstermiş olsa da üniversite öğrencileri üzerinde yapılmış olan araştırmaların yeterli olmadığı tespit edilmiştir. Bu çalışmanın amacı giyilebilir teknolojik ürünlerin spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin fiziksel aktiviteye katılım motivasyonları üzerindeki etkisini araştırmaktadır.

Gereç ve Yöntem

Araştırmanın Modeli

Bu araştırmanın amaçları doğrultusunda korelasyonel ve betimsel analiz modelleri kullanılmıştır. Korelasyonel araştırma modeli, bir problemin değişkenleri ve değişkenler arasındaki ilişkiyi belirlemeyi amaçlar (Kurtuluş, 1998). Betimsel model ise, mevcut bir olayı olduğu gibi betimlemeyi amaçlayan bir yaklaşımdır. Araştırmaya konu olan kişi ya da nesne mevcut koşullarıyla tanımlanmaya çalışılmalı, hiçbir şekilde değiştirilmemeli ya da dönüştürülmemelidir. Araştırılmak ya da bilinmek istenen her ne ise elde edilmeye çalışılmalıdır (Karasar, 2016). Araştırmada elde edilen bilgiler için ölçek tekniğinden yararlanılmıştır.

Araştırma Grubu

Katılımcıların sahip oldukları en yüksek değişkenler, (%57,6 n:137) ile 21-23 yaş, (%64,3 n: 153) ile erkek, (%42,0 n:100) ile 4. Sınıf, (%52,5 n:125) ile takım sporları, (%49,6 n:118) ile spor yöneticiliği ve rekreasyon olduğu görülmüştür. Çalışmanın örneklem grubu tesadüfi/rastgele örneklem metodu ile belirlenmiştir. Minimum örneklem büyüklüğü G-power 3.1.9.7 kullanılarak hesaplanmıştır (Kang, 2021). Buna göre, çalışma tasarımında gücü hesaplamak için a priori ve F testleri kullanılmış ve güç analizi için 176 örneklem ile yapılan çalışmada α err prob = 0,05, minimum etki büyüklüğü = 0,25 ve güç (1- β err prob) = 0,80 olmak üzere %80,3'lük gerçek güç elde edilmiştir. Dolayısıyla çalışmamızın örneklem grubu için 238 kişi yeterli bulunmuştur. Katılımcılara ait demografik bilgiler Tablo 1'de gösterilmiştir.

Tablo 1

Katılımcılara ait demografik bilgiler

Değişkenler	F	%	
Yaş	18-20 yaş	46	19.3
	21-23 yaş	137	57.6
	24 ve üzeri yaş	55	23.1
Cinsiyet	Erkek	153	64.3
	Kadın	85	35.7
Sınıf	1.Sınıf	37	15.5
	2.Sınıf	50	21.0
	3. Sınıf	51	21.4
	4.Sınıf	100	42.0
Branş	Bireysel sporlar	113	47.5
	Takım sporları	125	52.5
Bölüm	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	63	26.5
	Antrenörlük Eğitimi	57	23.9
	Spor Yöneticiliği ve Rekreasyon	118	49.6
Toplam	238	100	

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu: Öğrencilerin, yaş, cinsiyet, branş, okudukları bölüm ve sınıflarına ait bilgilerin elde edilebilmesi için anket formu oluşturulmuştur.

Giyilebilir Teknolojik Spor Ürünlerine Yönelik Tutum Ölçeği (GTSÜYTÖ): Öğrencilerin giyilebilir teknolojik spor ürünlerine karşı tutumlarının belirlenebilmesi için Çar ve diğerleri (2023) tarafından geliştirilen 14 madde ve pozitif tutum, negatif tutum olmak üzere 2 alt boyuttan oluşan ölçek kullanılmıştır. Ölçek 1- Kesinlikle Katılmıyorum ve 5- Kesinlikle Katılıyorum arasında değişen 5'li likert tipindedir. Ölçekte 10-11-12-13-14. maddeler ters kodlanmıştır. Ölçeğin Cronbach Alpha değeri 0.841 olarak hesaplanmıştır.

Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği (FAKMÖ): Öğrencilerin fiziksel aktiviteye katılım motivasyonlarının belirlenebilmesi için Tekkurşun Demir ve Cicioğlu (2018) tarafından

geliştirilen 16 madde ve bireysel nedenler, çevresel nedenler ve nedensizlik olmak üzere 3 alt boyuttan oluşan ölçek kullanılmıştır. Ölçek 1- Kesinlikle Katılmıyorum ve 5- Kesinlikle Katılıyorum arasında değişen 5'li likert tipindedir. Ölçekte 3-9-13-14-15-16. maddeler ters kodlanmıştır. Ölçeğin Cronbach Alpha değeri 0.833 olarak hesaplanmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırmanın çarpıklık ve basıklık değerleri ölçülmüş ve verilerin +1.5 ve -1.5 aralığında olması verilerin normal dağıldığını göstermiştir. (Tabachnick vd., 2007). Çalışmada ikili karşılaştırmalar için t-testi kullanılırken, etki büyüklüğünü belirlemek için Cohen'in d formülü kullanılmıştır. Genel bir öneri olarak Cohen, d değerinin 0.2'den küçük olması durumunda etki büyüklüğünün zayıf; 0.5 olması durumunda orta; 0.8'den büyük olması durumunda ise güçlü olarak tanımlanabileceğini belirtmektedir (Cohen, 2013). Çoklu karşılaştırmalarda ANOVA testi kullanılırken etki büyüklüğünü belirlemek için eta-kare (η^2) formülü kullanılmıştır (0.01=küçük etki; 0.06=orta etki; 0.14=büyük etki) (Hopkins vd., 2009). Öğrencilerin giyilebilir teknolojik spor ürünlerine karşı tutumları ile fiziksel aktiviteye katılım motivasyonları arasında ilişkiyi belirlemek için Pearson korelasyon analizi, giyilebilir teknolojik spor ürünlerine karşı tutumlarının fiziksel aktiviteye katılım motivasyonları üzerindeki etkisini belirlemek için regresyon analizi kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 26 istatistik paket programından yararlanılmıştır.

Araştırmanın Etiği

Çalışmaya katılanlardan gönüllü onam formu alındıktan sonra uygulanan ölçekler hakkında bilgi verilmiştir. Çalışmanın yapılabilmesi için Bandırma Onyedil Eylül Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Enstitüsü Etik Kurulu'nun 2023-7 10.07.2023 sayılı kararı ile gerekli izinler alınmıştır.

Bulgular

Bu bölümde ilk olarak öğrencilerin demografik özellikleri ile fiziksel aktiviteye katılım motivasyonları ve bu farklılıkların etki gücü belirlenmeye çalışılmıştır. Daha sonra ise fiziksel aktiviteye katılım motivasyonları ile giyilebilir teknolojik spor ürünlerine karşı tutumları arasında ilişki belirlenerek, giyilebilir teknolojik spor ürünlerine karşı tutumlarının fiziksel aktiviteye katılım motivasyonları üzerindeki etkisi belirlenmeye çalışılmıştır.

Tablo 2

Öğrencilerin cinsiyet değişkenine bağlı FAKMÖ t-testi sonuçları

Parametreler	Gruplar	\bar{X}	ss	df	t	p	Etki Büyüklüğü
Bireysel Nedenler	Erkek	4.02	.72	236	-3.281	.001*	-0.44
	Kadın	4.32	.62				
Çevresel Nedenler	Erkek	3.82	.65	236	-1.591	.113	-0.22
	Kadın	3.96	.62				
Nedensizlik	Erkek	3.66	1.09	236	-3.302	.001*	-0.47
	Kadın	4.12	.83				
FAKMÖ Ort.	Erkek	3.85	.62	236	-3.476	.001*	-0.46
	Kadın	4.13	.54				

*p<0.01

Tablo 2’de öğrencilerin cinsiyet değişkenine bağlı FAKMÖ ve alt boyutlarına ilişkin t-testi sonuçları verilmiştir. Buna göre bireysel nedenler, nedensizlik ve ölçek ortalamasında gruplar arasında anlamlı farklılık olduğu görülmüştür (p<.01). Kadınların erkeklere oranla fiziksel aktiviteye katılım motivasyonlarının daha yüksek olduğu söylenebilir. Ayrıca cinsiyetin fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu üzerinde orta düzeyde bir etki büyüklüğüne sahip olduğu görülmüştür.

Tablo 3

Öğrencilerin branş değişkenine bağlı FAKMÖ t-testi sonuçları

Parametreler	Gruplar	\bar{X}	ss	df	t	p	Etki Büyüklüğü
Bireysel Nedenler	Bireysel Sporlar	4.15	.68	236	.511	.610	0.07
	Takım Sporları	4.10	.73				
Çevresel Nedenler	Bireysel Sporlar	3.88	.67	236	.297	.766	0.03
	Takım Sporları	3.86	.62				
Nedensizlik	Bireysel Sporlar	3.92	1.04	236	1.413	.159	0.17
	Takım Sporları	3.74	1.01				
FAKMÖ Ort.	Bireysel Sporlar	3.99	.61	236	.938	.349	0.11
	Takım Sporları	3.92	.60				

Tablo 3’te öğrencilerin branş değişkenine bağlı FAKMÖ ve alt boyutlarına ilişkin t-testi sonuçları verilmiştir. Buna göre ölçek ortalaması ve tüm alt boyutlarda gruplar arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmüştür (p>.05). Ayrıca branşın fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu üzerinde zayıf düzeyde bir etki büyüklüğüne sahip olduğu görülmüştür.

Tablo 4

Öğrencilerin yaş değişkenine bağlı FAKMÖ ANOVA testi sonuçları

Parametreler	Gruplar	\bar{X}	s.s.	F	p	η^2
Bireysel Nedenler	18-20 yaş	4.13	.65	.159	.853	.001
	21-23 yaş	4.14	.69			
	24 ve üzeri yaş	4.08	.77			
Çevresel Nedenler	18-20 yaş	3.78	.66	.690	.502	.006
	21-23 yaş	3.87	.63			
	24 ve üzeri yaş	3.94	.67			

Nedensizlik	18-20 yaş	4.03	.89	1.320	.269	.011
	21-23 yaş	3.80	1.00			
	24 ve üzeri yaş	3.71	1.19			
FAKMÖ Ort.	18-20 yaş	3.98	.47	.064	.938	.001
	21-23 yaş	3.95	.63			
	24 ve üzeri yaş	3.93	.65			

Tablo 4’te öğrencilerin yaş değişkenine bağlı FAKMÖ ve alt boyutlarına ilişkin ANOVA testi sonuçları verilmiştir. Buna göre ölçek ortalaması ve alt boyutlarında gruplar arasında anlamlı farklılık olmadığı belirlenmiştir ($p>.05$). Ayrıca yaşın fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu üzerindeki etkisinin çok küçük olduğu görülmüştür.

Tablo 5

Öğrencilerin sınıf değişkenine bağlı FAKMÖ ANOVA testi sonuçları

Parametreler	Gruplar	\bar{X}	ss	F	p	η^2	Tukey
Bireysel Nedenler	1.Sınıf	4.29	.57	5.303	.001*	.064	4<2
	2.Sınıf	4.39	.59				
	3. Sınıf	4.09	.79				
	4.Sınıf	3.95	.71				
Çevresel Nedenler	1.Sınıf	3.90	.60	1.903	.130	.024	
	2.Sınıf	4.04	.54				
	3. Sınıf	3.75	.74				
	4.Sınıf	3.83	.65				
Nedensizlik	1.Sınıf	3.89	1.02	7.509	.000*	.088	4<2-3
	2.Sınıf	4.29	.69				
	3. Sınıf	3.96	.97				
	4.Sınıf	3.50	1.10				
FAKMÖ Ort.	1.Sınıf	4.04	.54	6.539	.000*	.077	2>3-4
	2.Sınıf	4.24	.49				
	3. Sınıf	3.93	.59				
	4.Sınıf	3.79	.64				

* $p<0.01$

Tablo 5’te öğrencilerin sınıf değişkenine bağlı FAKMÖ ve alt boyutlarına ilişkin ANOVA testi sonuçları verilmiştir. Buna göre bireysel nedenler, nedensizlik alt boyutları ve ölçek ortalamasında gruplar arasında anlamlı farklılık olduğu görülmüştür ($p<.01$). Anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında olduğunun belirlenebilmesi için yapılan Tukey testi sonucunda, bireysel nedenler alt boyutunda 4. sınıfta olanların ortalamalarının 2. sınıfta olanlardan, nedensizlik alt boyutunda 4. sınıfta olanların 2. sınıf ve 3. sınıfta olanlardan düşük olduğundan kaynaklandığı görülmüştür. Ölçek ortalamasındaki anlamlı farklılığın ise 2. sınıfta olanların ortalamalarının 3. sınıfta ve 4. sınıfta olanlardan yüksek olmasından kaynaklandığı belirlenmiştir. Ayrıca sınıf farklılıklarının fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu üzerinde orta düzeyde etkiye sahip olduğu anlaşılmıştır.

Tablo 6

Öğrencilerin bölüm değişkenine bağlı FAKMÖ ANOVA testi sonuçları

Parametreler	Groups	\bar{X}	ss	F	p	η^2	Tukey
Bireysel Nedenler	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	4.30	.62	7.109	.001*	.057	3<1-2
	Antrenörlük Eğitimi	4.28	.64				
	Spor Yöneticiliği ve Rekreasyon	3.96	.73				
Çevresel Nedenler	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	3.96	.56	2.618	.075	.022	
	Antrenörlük Eğitimi	3.96	.71				
	Spor Yöneticiliği ve Rekreasyon	3.77	.64				
Nedensizlik	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	4.23	.82	7.592	.001*	.061	3<1
	Antrenörlük Eğitimi	3.82	1.07				
	Spor Yöneticiliği ve Rekreasyon	3.61	1.05				
FAKMÖ Ort.	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	4.16	.51	8.279	.000*	.066	3<1-2
	Antrenörlük Eğitimi	4.05	.59				
	Spor Yöneticiliği ve Rekreasyon	3.80	.63				

*p<0.01

Tablo 6’da öğrencilerin bölüm değişkenine bağlı FAKMÖ ve alt boyutlarına ilişkin ANOVA testi sonuçları verilmiştir. Buna göre bireysel nedenler, nedensizlik alt boyutları ve ölçek ortalamasında gruplar arasında anlamlı farklılık olduğu anlaşılmıştır (p<.01). Bu anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında olduğunun belirlenebilmesi için yapılan Tukey testi sonucunda, bireysel nedenler alt boyutu ve ölçek ortalamasında spor yöneticiliği ve rekreasyon bölümünde öğrenim gören öğrencilerin beden eğitimi ve spor öğretmenliği ve antrenörlük eğitimi bölümlerinde öğrenim gören öğrencilerden ortalamalarının daha düşük olmasından kaynaklandığı belirlenmiştir. Nedensizlik alt boyutundaki farklılığın ise spor yöneticiliği ve rekreasyon bölümünde öğrenim gören öğrencilerin, beden eğitimi ve spor öğretmenliğinde öğrenim gören öğrencilere göre ortalamalarının düşük olmasından kaynaklandığı anlaşılmıştır. Ayrıca bölüm farklılıklarının fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu üzerinde orta düzeyde etkiye sahip olduğu anlaşılmıştır.

Tablo 7

FAKMÖ ve GTSÜYTÖ ilişkin korelasyon tablosu

Parametreler	Bireysel Nedenler	Çevresel Nedenler	Nedensizlik	FAKMÖ Ort.	Pozitif Tutum	Negatif Tutum	GTSÜYTÖ Ort.
Bireysel Nedenler	1						
Çevresel Nedenler	.563**	1					
Nedensizlik	.466**	.318**	1				
FAKMÖ Ort.	.856**	.778**	.752**	1			
Pozitif Tutum	.502**	.575**	.216**	.539**	1		

Negatif Tutum	.428**	.298**	.565**	.544**	.394**	1
GTSÜYTÖ Ort.	.561**	.546**	.433**	.645**	.887**	.774**

**p<0.01 N:238

Tablo 7’de öğrencilerin FAKMÖ ve alt boyutları ile GTSÜYTÖ ve alt boyutlarına yönelik korelasyon tablosu verilmiştir. Buna göre FAKMÖ ve alt boyutları ile GTSÜYTÖ ve alt boyutları arasında pozitif yönlü güçlü bir ilişki olduğu anlaşılmıştır (p<.01).

Tablo 8

GTSÜYTÖ alt boyutlarının FAKMÖ üzerindeki etkisine yönelik regresyon analizi sonuçları

Parametreler		R ²	ΔR ²	β	t	F
Model 1	Pozitif Tutum	.421	.416	.384	7.118	85.325**
	Negatif Tutum			.392	7.265	

**p<0.01

Tablo 8’de GTSÜYTÖ alt boyutlarının FAKMÖ üzerindeki etkisine yönelik regresyon analizi sonuçları verilmiştir. Buna göre öğrencilerin giyilebilir teknolojik spor ürünlerine yönelik pozitif ya da negatif tutumlarının fiziksel aktiviteye katılım motivasyonları üzerinde etkisinin olduğu ve bu etkinin yaklaşık %42 oranında açıklayıcılığa sahip olduğu anlaşılmıştır.

Tartışma ve Sonuç

Bu çalışma giyilebilir teknolojik spor ürünlerinin spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin fiziksel aktiviteye katılım motivasyonları üzerindeki etkisinin değerlendirilmesi amacıyla yapılmıştır. Bu bağlamda ilk olarak farklı demografik özelliklere sahip toplam 238 öğrencinin demografik farklılıklarına göre fiziksel aktiviteye katılım motivasyonları değerlendirilmiştir. Yapılan analizler sonucunda cinsiyet, sınıf düzeyi ve bölüm parametrelerinde anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Sonrasında giyilebilir teknolojik spor ürünlerinin fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu üzerindeki etkisi değerlendirilmiş, bu teknolojinin katılım motivasyonunu %42 oranında etkilediği belirlenmiştir.

Literatüre bakıldığında, fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu farklı birçok değişken açısından değerlendirilirken (Mutlu Bozkurt ve Tamer, 2020), ilişkisi araştırılırken (Çakır, 2019; Küçük Kılıç, 2020; Tekkurşun Demir ve Cicioğlu, 2019) veya konuyla ilişkili literatür taramaları yapılırken (Ahraz, Çar ve Cengiz, 2021), giyilebilir teknolojik spor ürünlerinin bu motivasyona direkt olarak etkisini ortaya koyan hiçbir çalışmaya rastlanmamıştır. Ancak bu etkiyi ortaya koymaya yardımcı olabilecek, benzer konuda araştırmalar literatürde yer almaktadır. Bu çalışmalardan birinde, ergenlerin fiziksel aktivite takibinde kullandığı giyilebilir cihazlar veya uygulamalar ve bunların fiziksel aktivite davranışlarıyla ilişkileri araştırılmıştır

(Ng vd., 2020). Araştırmanın sonunda, giyilebilir cihaz kullanıcılarının, günlük orta-yüksek şiddetli fiziksel etkinlik, spor kulübü üyeliği, bisiklet aracılığıyla veya yürüyerek yaptıkları aktif seyahat gibi fiziksel aktivite davranışlarıyla daha güçlü bir ilişkisi olduğu tespit edilmiştir. Çalışmanın bulguları, fiziksel aktivite davranışlarının, giyilebilir cihaz ve uygulama kullanıcıları ile pozitif yönde ilişkili olduğunu göstermiştir. Aston (2018)'e göre de giyilebilir cihazlar, akıllı saatler gibi teknoloji tabanlı cihazlar özellikle çocuklar ve gençler arasında fiziksel aktivite düzeylerini artırmak ve olumlu davranış değişikliğini teşvik etmek için de kullanılmaktadır.

Başka bir çalışmada Hartman ve diğerleri (2018), akıllı saat kullanımının kadın kanser hastalarının fiziksel aktiviteleri üzerine etkilerini araştırmışlardır. Cihazın katılımcılar tarafından kullanılmasına yönelik bağlılıklarının stabil ve yüksek olduğu; bu bağlılık arttıkça fiziksel aktivite düzeyinin de ciddi oranda arttığı belirtilmiştir. Sonuç olarak fiziksel aktivite ve cihaz kullanımı arasında pozitif bir ilişki olduğu düşünüldüğünde; bu tür giyilebilir cihazların fiziksel aktiviteyi teşvik ettiği söylenebilir. Anlık, günlük ve haftalık olarak sonuçların görülebilmesi, katılımcıları motive eden ana unsurların başında gelmektedir.

Yukarıdaki araştırma sonuçlarından farklı sonuçlar elde eden çalışmalar da literatürde yer almaktadır. Bu çalışmalardan birinde Kerner ve Goodyear (2017), giyilebilir sağlıklı yaşam cihazlarının motivasyonel etkileri araştırmıştır. Araştırmaya 84 beden eğitimi öğrencisi dahil edilmiştir. Öğrenciler, 8 hafta boyunca giyilebilir bir cihaz giydirilerek yürütülmüştür. Çalışma sonuçlarına göre; katılımcılar üzerinde ihtiyaçları karşılama ve özerklik motivasyonlarında düşüş ve ciddi oranda güdülenememe artışı tespit edilmiştir. Bu farklılık, Hartman ve diğerleri (2018) tarafından yapılan çalışmada elde edilen sonuçlardan biriyle açıklanabilir. Bu sonuç, katılımcıların motivasyonlarında en yüksek artışın ilk 3 hafta içerisinde yaşandığını göstermiştir. Bu yüzden, bu tür cihaz ve uygulamaların fiziksel aktivite üzerinde henüz uzun süreli etkiye ulaşamadığı ifade edilebilir.

Başka bir çalışmada, yapmış olduğumuz araştırmaya benzer şekilde giyilebilir teknoloji kullanımı ile egzersiz bağımlılığı arasındaki ilişki incelenmiş, bu çalışmada araştırmacı rekreasyonel koşuya katılan bireyleri örneklem grubu olarak çalışmasına dahil etmiştir (Keskin, 2022). Yapılan analizler sonucunda, giyilebilir teknoloji kullanımının egzersiz bağımlılığı üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olmadığı tespit edilmiştir. Araştırmacı, daha fazla katılımcının dahil edildiği çalışmalarda anlamlı farklılığın çıkacağını düşünmekte ve giyilebilir teknolojilerin anlık veriler sağlaması bakımından insanları egzersiz yapmaya teşvik ettiğini söylemektedir. Bu sonuç ile çalışmamızdan elde ettiğimiz sonuç farklılık göstermektedir. Bu farklılığın araştırmalara dahil edilen örneklem grubunun farklılığından kaynaklı olabileceği

düşünülmektedir. Özellikle sporcu bireyler için giyilebilir teknolojik spor ürünlerinin kullanımı gerçekleştirilen egzersizin anlık takibi için oldukça önemli olup, spor yapan her birey için kullanımı sıkça gözlenmektedir (Turgut vd., 2020). Edwards ve diğerleri (2014)'e göre, giyilebilir cihazların sürekli kullanımının uzun vadeli taahhüt olasılığını artıracaklarını, egzersiz katılımını olumlu yönde artıracaklarını ve sürdürülebilir davranış değişikliği ile sonuçlanacaklarını göstermektedir (Akt. Keskin, 2020). Serçek ve Korkmaz (2022)'a göre de giyilebilir teknolojik ürünler günümüzde çeşitli alanlarda olduğu gibi spor alanında da önemini göstermekte ve bu ürünler kullanıcının yaşamını kolaylaştırmaktadır. Ayrıca, güvenilirliği sayesinde de sunmuş olduğu veriler tıbbi raporlarda da kullanılabilir (Aydın, 2019).

Yıldız ve Algün Doğu (2022) tarafından sporda teknoloji kullanımı üzerine yapılan bir metafor çalışmasında araştırmacılar, farklı kategoriler belirlemişlerdir. “Zorunluluk” kategorisinde 18 metafor olduğu belirlenmiş ve bu metaforların, sporcuların sporda teknoloji kullanımını olmazsa olmaz düzeyde bir ihtiyaç olarak gördüklerini, başarılı olmak için bu teknolojinin kullanımının kaçınılmaz olduğunu düşündüklerini bildirmişlerdir. “Fayda” kategorisinde bulunan metaforlar sporda teknoloji kullanımının sporculara önemli sayılacak yararlar sağladığını belirtmişlerdir. “Rehber” kategorisinde metaforlar, sporcuların teknolojinin daha iyi seviyeye ulaşabilmek adına kullanılabileceğini ve kendilerinin gelişimi için bilgi edinme noktasında yardımcı olabileceğini söylemişlerdir. Gerek araştırmamızın sonuçlarını gerekse mevcut çoğu çalışmayı destekler nitelikte Camkıran ve diğerleri (2021)'in çalışmasında da teknolojinin bilhassa olimpiik branşlarla uğraşan sporculara büyük kolaylıklar sağladığı dile getirilmiştir. Haake (2009) de teknolojinin amatör veya profesyonel spor branşlarında gelişmeyi kayda değer seviyede etkilediğini ifade etmiştir.

Literatür incelendiğinde giyilebilir teknoloji ile ilgili yapılan çalışmalar çok kriterli karar verme yöntemi ile değerlendirme ve seçme (Turgut vd., 2021), kullanım algısı (Yüce vd., 2020), ölçek geliştirme (Çar vd., 2022), satın alma tutumu (Tor Kadioğlu ve Turhan, 2022), atletik performans (Şahin, 2021), yaşam kalitesini artırma (Aydın, 2021), ürünlerin benimsenmesi noktasında etkili olan faktörler (Sağtaş ve Aslan, 2022), tasarımı üzerinde etkili olan faktörlerin belirlenmesi (Koca ve Urmak Akçakaya, 2021), sağlık hizmetleri ve sağlık hizmet kullanıcılarına etkileri (Demirci, 2018), sistematik çalışmalar (Serçek ve Korkmaz, 2022) gibi farklı konulara odaklanmıştır. Ancak, günümüz teknolojisinin geldiği son durum da göz önüne alındığında, sporda giyilebilir teknolojik ürünlerin solunum hızı, kalp atım hızı, vücut sıcaklığı, sinirsel aktivite, nem ölçme, konum, hız, kalori, adım sayısı gibi bilgileri bizlere sunmasından kaynaklı olarak daha fazla kullanımının artacağı ve bundan kaynaklı olarak çalışmamızda olduğu gibi fiziksel aktiviteye katılım veya katılım motivasyonu üzerindeki

etkisiyle alakalı olarak yapılacak farklı örneklemler üzerindeki çalışmaların alana önemli katkılar sağlayacağı düşünülmektedir. Bu tarz çalışmaların yapılması, daha sağlıklı bir tartışma ortamı yaratacak ve bu ürünlerin kullanımının nedenleri daha açıkça ortaya koyulabilecektir.

Sonuç olarak, giyilebilir teknolojik spor ürünlerinin spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu üzerinde etkisi olduğu, bu ürünlerin, fiziksel aktiviteye katılım noktasında bireylere motivasyon sağladığı tespit edilmiştir. Çalışmamızdan ve literatürden elde edilen sonuçlardan hareketle ve giyilebilir teknolojik ürünlerin çeşitli avantajları göz önüne alındığında, giyilebilir teknolojilerin bireyler üzerinde egzersiz veya sporun karmaşık yapısının bir tamamlayıcısı olduğu ifade edilebilir. Fakat, bundan sonra farklı çalışma grupları üzerinde yapılacak araştırmalarda bu durumun yeniden değerlendirilmesi; kullanılan giyilebilir teknoloji ürünlerinin marka bazlı incelemesi; hangi giyilebilir cihazların daha fazla ve ne kadar süreyle kullanıldığının belirlenmesi önerilmektedir.

Etik Kurul İzin Bilgileri

Etik değerlendirme kurulu: Bandırma Onyediy Eylül Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu

Etik değerlendirme belgesinin tarihi:10/07/2023

Etik değerlendirme belgesinin sayı numarası: 2023-7 10/07/2023

Araştırmacıların Katkı Oranları Beyanı

Araştırmanın yöntem ve bulgular kısmıyla ilgili süreçler birinci yazar, giriş kısmı ile ilgili süreçler üçüncü ve beşinci yazar, tartışma ve sonuç kısmı ile ilgili süreçler ikinci yazar, verilerin toplanması ile ilgili süreçler dördüncü yazar tarafından gerçekleştirilmiştir.

Çatışma Beyanı

Yazarın/yazarların araştırma ile ilgili bir çatışma beyanı bulunmamaktadır.

Kaynakça

- Ahras, A. O., Çar, B., ve Cengiz, C. (2021). Fiziksel aktivitenin arttırılmasına yönelik dijital teknolojiler hakkında literatür taraması: 2010-2020. *Spormetre*, 19(3), 218-232. <https://doi.org/10.33689/spormetre.905970>
- Akpınar Dellal, N. ve Günak, D. (2009). Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi'nde İkinci Yabancı Dil Olarak Almanca Öğrenen Öğrencilerin Öğrenme Motivasyonları. *Dil Dergisi*, 143, 20-41.
- Aston, R. (2018). *Physical health and well-being in children and youth. Review of the literature*. OECD Education Working Papers, 170, OECD Publishing, Paris.
- Aydın, N. (2019). *Giyilebilir teknolojiler*. Ankara: Iksad yayınlar. 25-26.

- Aydın, N. (2021). Sürdürülebilir giyilebilir ürünler: insan yaşam kalitesini artırmak için giyilebilir teknoloji. *Balkan ve Yakın Doğu Sosyal Bilimler Dergisi*, (7).
- Camkırın, N., Sersan, V. ve Yıldız, K. (2021). Spor ortamında teknoloji kullanımına yönelik derleme bir çalışma. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 6(2), 162-177.
- Cha, E., Akazawa, M. K., Kim, K. H., Dawkins, C. R., Lerner, H. M., Umpierrez, G., ve Dunbar, S. B. (2015). Lifestyle habits and obesity progression in overweight and obese American young adults: Lessons for promoting cardiometabolic health. *Nursing & Health Sciences*, 17(4), 467-475. <https://doi.org/10.1111/nhs.12218>
- Cohen, J. (2013). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. Academic press. Newyork
- Cox, M. (2023). *The Effects of Wearable Technology on Health-Related Behavior Change Among Undergraduate College Students* (Doctoral dissertation, Southern Nazarene University).
- Çakır, E. (2019). Lise öğrencilerinin fiziksel aktiviteye katılım motivasyonları ile vücut kitle indeksi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 21(1-A), 30-39.
- Çar, B., Bezci, Ş., Dokuzoğlu, G., & Kurtoğlu, A. (2022). Giyilebilir Teknolojik Spor Ürünlerine Yönelik Tutum Ölçeği (GTSÜYTÖ) Geliştirme Çalışması. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 5(Özel Sayı 2), 1155-1167.
- Demirci, Ş. (2018). Giyilebilir teknolojilerin sağlık hizmetlerine ve sağlık hizmet kullanıcılarına etkileri. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(6), 985-992.
- Frick, B., ve Wicker, P. (2016) The trickle-down effect: how elite sporting success affects amateur participation in German football. *Applied Economics Letters*, 23(4), 259-263.
- Fritz, T., Huang, E., Murphy, G., ve Zimmermann, T. (2014). *Persuasive technology in the real world: A study of long-term use of activity sensing devices*. CHI'14. Proceedings of the SIGCHI Conference on Human Factors in Computing Systems, (pp. 487-496). <https://doi.org/10.1145/2556288.2557383>
- Haake, S. J. (2009). The impact of technology on sporting performance in Olympic sports. *Journal of Sports Sciences*, 27(13), 1421-1431. <https://doi.org/10.1080/02640410903062019>
- Haney, A. C. (2018). *Young female college millennials' intent for behavior change with wearable fitness technology* (Publication No. 10816875) [Doctoral dissertation, Walden University]. ProQuest Dissertations and Theses Global.
- Hartman, S.J., Nelson, S.H., ve Weiner, L.S. (2018). Patterns of fitbit use and activity levels throughout a physical activity intervention: exploratory analysis from a randomized controlled trial. *JMIR Mhealth Uhealth*, 6(2), 29-36.
- Hopkins, W., Marshall, S., Batterham, A., ve Hanin, J. (2009). Progressive statistics for studies in sports medicine and exercise science. *Medicine Science in Sports Exercise*, 41(1), 3.
- Kang, H. (2021). Sample size determination and power analysis using the G* Power software. *Journal of educational evaluation for health professions*, 18.
- Karasar, N., (2016). *Araştırmalarda Rapor Hazırlama*. Ankara: Nobel yayıncılık.
- Keating, X. D., Liu, J., Xiaofen, S., ve Guan, J. (2018). Validity of Fitbit charge 2 in controlled physical education settings. *International Council for Health, Physical Education, Recreation, Sport, and Dance Journal of Research*, 28-35.
- Kerner, C., ve Goodyear, V.A. (2017). The motivational impact of wearable healthy lifestyle technologies: a self-determination perspective on fitbits with adolescents. *American Journal of Health Education*, 48(5), 287-297.
- Keskin, Y. (2022). *Rekreasyonel koşuya katılan bireylerin giyilebilir teknoloji kullanımı ve egzersiz bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Kilpatrick, M., Hebert, E., ve Jacobsen, D. (2002). Physical activity motivation: A practitioner's guide to Self-Determination Theory. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 73(4), 36-41. <https://doi.org/10.1080/07303084.2002.10607789>

- Kinney, D. (2017). *College students' use and perceptions on wearable fitness trackers and mobile health apps* (Publication No. 10753556 [Doctoral dissertation, University of Cincinnati]). ProQuest Dissertations and Theses Global.
- Koca, G., ve Urmak Akçakaya, E. D. (2021). Giyilebilir teknolojik ürünlerin tasarımında etkili olan faktörlerin best-worst metodu (BWM) ile değerlendirilmesi. *BŞEÜ Fen Bilimleri Dergisi*, 8(1), 136-150. <https://doi.org/10.35193/bseufbd.847791>
- Kurtuluş, K. (1998). *Pazarlama Araştırmaları. Genişletilmiş 6. Baskı*. İstanbul: İstanbul Üniversitesi İşletme Fakültesi Yay. No: 274.
- Küçük Kılıç, S. (2020). Lise öğrencilerinde sosyal görünüş kaygısı ve fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu ilişkisi. *International Journal of Active Learning*, 5(2), 69-85. <https://doi.org/10.48067/ijal.827568>
- Lee, J., Kim, D., Ryoo, H.-Y., ve Shin, B.-S. (2016). Sustainable wearables: wearable technology for enhancing the quality of human life. *Sustainability*, 8(5), 466. <https://doi.org/10.3390/su8050466>
- Lox, C. L., Ginis, K., ve Petruzzello, S. J. (2014). *The psychology of exercise* (4th ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315213026>
- Lunney, A., Cunningham, N. R., ve Eastin, M. S. (2016). Wearable fitness technology: A structural investigation into acceptance and perceived fitness outcomes. *Computers in Human Behavior*, 65, 114-120. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.08.007>
- McFadden, P., Ross, J., Moriarty, J., Mallett, J., Schroder, H., Ravalier, J., Manthorpe, J., Currie, D., Harron, J., ve Gillen, P. (2021). The role of coping in the wellbeing and work-related quality of life of uk health and social care workers during covid-19. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(2), 815. <https://doi.org/10.3390/ijerph18020815>
- Mutlu Bozkurt, T., ve Tamer, K. (2020). Fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu düzeyi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 5(3), 286-298. <https://doi.org/10.31680/gaunjss.759018>
- Ng, K., Kokko, S., Tammelin, T., Kallio, J., Belton, S., O'Brien, W., Murphy, M., Powell, C., ve Woods, C. (2020). Clusters of adolescent physical activity tracker patterns and their associations with physical activity behaviors in Finland and Ireland: Cross-Sectional Study. *J Med Internet Res.*, 22(9):e18509.
- Pope, Z. C. (2018). *Use of wearable technology and social media to improve physical activity and dietary behaviors among college students: A 12-week randomized pilot study* (Publication No. 10829760) [Doctoral dissertation, University of Minnesota]. ProQuest Dissertations and Theses Global.
- Rupp, M. A., Michaelis, J. R., McConnell, D. S., ve Smither, J. A. (2016). The impact of technological trust and self-determined motivation on intentions to use wearable fitness technology. *Proceedings of the Human Factors and Ergonomics Society Annual Meeting*, 60(1), 1434-1438.
- Ryan, R. M., ve Deci, E. L. (2000). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary Educational Psychology*, 25(1), 54-67. <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1020>
- Ryan, R. M., ve Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>
- Sağtaş, S., ve Aslan, M. (2022). Giyilebilir teknolojik ürünlerin benimsenmesinde etkili olan faktörler: Akıllı saatler üzerine bir uygulama. *BMIJ*, 10(1), 325-339. <https://doi.org/10.15295/bmij.v10i1.2011>
- Schrager, J., Shayne, P., Wolf, S., Das, S., Patzer, R., White, M., ve Heron, S. (2017). Assessing the influence of a fitbit physical activity monitor on the exercise practices of emergency medicine residents: A pilot study. *JMIR mHealth and uHealth*, 5(1), e2. <https://doi.org/10.2196/mhealth.6239>
- Serçek, S., ve Korkmaz, M. (2023). Sporda giyilebilir teknoloji üzerine sistematik bir literatür taraması. *International Journal of Contemporary Educational Studies*, 9(1), 77-92.
- Song, V. (2022, March 22). The best fitness trackers to buy right now. The Verge. <https://www.theverge.com/22985108/best-fitness-tracker>
- Stride, C., Williams, J., Moor, D., ve Catley, N. (2015) From Sportswear to Leisurewear: The Evolution of English Football League Shirt Design in the Replica Kit Era. *Sport in History*, 35(1), 156-194.

- Sullivan, A. N., ve Lachman, M. E. (2017). Behavior change with fitness technology in sedentary adults: A review of the evidence for increasing physical activity. *Frontiers in Public Health*, 4. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2016.00289>
- Şahin, T. (2021). Wearable technologies in athletic performance. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 23(1), 40-45.
- Şahin, S., Çelik, A., ve Altınışık, Ü. (2019). Güreş hakemlerinin örgütsel sinizm tutumlarının incelenmesi. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 17(4), 285-295.
- Tabachnick, B. G, Fidell, L. S., ve Ullman, J. B. (2007). *Using multivariate statistics*. Boston, MA: Pearson, 481-498.
- Tekkurşun Demir, G. ve Cicioğlu, H. İ. (2018). Fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu ölçeği (FAKMÖ): Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *International Journal of Human Sciences*, 15(4): 2479-2491.
- Tekkurşun Demir, G. ve Cicioğlu, H. İ. (2019). Fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu ile dijital oyun oynama motivasyonu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 17(3), 23-34. <https://doi.org/10.33689/spormetre.522609>
- Tor-Kadioğlu, C. ve Turhan, G. (2022). Spor giyimde akıllı ürünlere yönelik satın alma tutumlarında ürün tasarımı ve tüketici özelliklerine bakış. *Gümüşhane Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 13 (2), 633-652. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/en/pub/gumus/issue/70421/1059294>
- Turgut, Z., N., Danişan, T. ve Eren, T. (2020). Selecting the suitable smartest watch for who making sports by ahp and promethee methods. *International Journal of Physical Education Sport and Technologies*, 1(2), 1-11.
- Turgut, Z. N., Danişan, T. ve Eren, T. (2021). Spor ve moda dünyasında giyilebilir teknolojilerin çkkv yöntemleriyle değerlendirilmesi ve seçimi. *Herkes için Spor ve Rekreasyon Dergisi*, 3(1), 1-11 . Retrieved from <https://dergipark.org.tr/en/pub/jsar/issue/63301/903211>
- Wang, J. (2014). *A wearable sensor (Fitbit One) and text-messaging to promote physical activity and participants' level of engagement (a randomized controlled feasibility trial)*. University of California, San Diego.
- Yıldız, A. B. ve Algün Doğu, G. (2022). Sporda teknoloji kullanımı: Bir metafor çalışması. *Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 8(1), 67-80.
- Yüce, A., Aydoğdu, V., Katırcı, H. ve Gökçe Yüce, S. (2020). Giyilebilir teknolojik spor ürünleri kullanım algısı ölçeği: Bir ölçek uyarlama çalışması. *Spormetre*, 18(4), 113-124. <https://doi.org/10.33689/spormetre.681835>



Analysis and Comparison of Team Success Based on Match Technical and Running Performance in The Bundesliga Leagues: 2022-2023 Season

Gizem BAŞKAYA¹, Kerem Can KARACA²

¹Bandırma Onyedü Eylül Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Balıkesir/Türkiye

<https://orcid.org/0000-0002-6001-1727>

²Gedik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul/Türkiye

ORJINAL MAKALE

Abstract

The aim of this study is to compare the performance of the matches played in the Bundesliga and Bundesliga 2 in the 2022-2023 season and to reveal the factors affecting the league ranking. Data were collected from the Bundesliga official website; 5 technical-tactical and 4 physical performance, 9 parameters in total were evaluated. Independent Samples T-Test was used to determine the differences between the groups, Pearson Correlation Test was used to determine the relationships between the parameters. As a result of the analyses, it was determined that the number of high intensity runs and sprints in the matches was significantly higher in BL. In addition, there were no significant relationships between the physical performance parameters in Bundesliga (BL) and the points collected by the teams at the end of the league and the league ranking; these relationships were determined to be with different levels of technical parameters. In Bundesliga 2 (BL2), along with technical parameters, significant relationships were found at different levels between running distance per match and league ranking and number of goals scored. As a result, it can be said that the teams in the top leagues play faster football than the teams in the lower leagues. In addition, since the teams in the higher leagues perform almost equally in terms of tactical and physical performance, it can be said that the teams in the lower leagues should utilise their opportunities positively in order to be successful, while the teams in the lower leagues should also have a higher running distance per match.

Key words: Analysis, Bundesliga, Goal, Running distance, Soccer

Bundesliga Liglerinde Maç Teknik ve Koşu Performansına Dayalı Takım Başarısının Analizi ve Karşılaştırılması: 2022-2023 Sezonu

Özet

Bu çalışmanın amacı, 2022-2023 sezonunda Bundesliga ve Bundesliga 2'de oynanan maçların performansını karşılaştırmak ve lig sıralamasını etkileyen faktörleri ortaya koymaktır. Veriler Bundesliga resmi internet sitesinden toplanmış; 5 teknik-taktik ve 4 fiziksel performans olmak üzere toplam 9 parametre değerlendirilmiştir. Gruplar arasındaki farklılıkları belirlemek için Bağımsız Örneklem T-Testi, parametreler arasındaki ilişkileri belirlemek için Pearson Korelasyon Testi kullanılmıştır. Analizler sonucunda, maçlardaki yüksek yoğunluklu koşu ve sprint sayısının BL'de anlamlı olarak daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca, Bundesliga (BL)'daki fiziksel performans parametreleri ile takımların lig sonunda topladıkları puanlar ve lig sıralaması arasında anlamlı bir ilişki bulunmamış; bu ilişkilerin teknik parametrelerin farklı düzeyleri ile olduğu belirlenmiştir. Bundesliga 2 (BL2)'de ise teknik parametrelerin yanı sıra maç başına koşu mesafesi ile lig

sıralaması ve atılan gol sayısı arasında farklı düzeylerde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Sonuç olarak, üst liglerdeki takımların alt liglerdeki takımlara göre daha hızlı futbol oynadıkları söylenebilir. Buna ek olarak, üst liglerdeki takımlar taktiksel ve fiziksel performans açısından neredeyse eşit performans gösterdiğinden, alt liglerdeki takımların başarılı olmak için fırsatlarını olumlu kullanmaları gerektiği ve alt liglerdeki takımların maç başına koşu mesafesinin de daha yüksek olması gerektiği söylenebilir.

Anahtar kelimeler: Analiz, Bundesliga, Gol, Koşu mesafesi, Futbol

Introduction

Soccer is a highly complex sport involving the interaction between physical and technical factors (Bradley et al., 2013; Mota, Thiengo, Gimenes & Bradley, 2016) and match performance is multifactorial. This performance is characterised by the interaction of technical, tactical, physical, physiological and psychological components (Vergonis et al., 2019). In soccer, where the main goal is to defeat the opponent, it is necessary to initially determine and improve the level of physical conditioning in order to achieve this goal and compete successfully (Ertetik & Müniroğlu, 2021). In addition, a high level of technical skill and advanced tactical behaviour parameters should also be together (Carling, 2013). At this point, one of the methods used to collect data is match analysis.

Match analysis forms the basis of the stage of determining the match strategy and tactics, and with the development of technology, computer software allows the technical, tactical and physical performance components determined during the match to be easily analysed (Arı & Deliceoğlu, 2020). Match analysis, which is used to evaluate the characteristics that are of great importance for every coach in order to determine the strengths and weaknesses of both their own and the opposing team (Lago-Penas, Lago-Ballesteros, & Rey., 2011), also enables physiological, biological, technical and tactical development (Safiq, Sulaiman & Rahmat, 2013).

In the last decade, it has been reported that there has been an increase in match physical and technical performance parameters in professional soccer (Bush, Barnes, Archer, Hogg & Bradley, 2015; Bradley et al., 2016; Reynolds, Connor, Jamil & Beato, 2021), soccer players covered 8-13 km during the match (Reilly, 2003) and this distance is covered with an intermittent exercise regime (Di Salvo, Gregson, Atkinson, Tordoff & Drust, 2009). In another study in the literature, it was shown that there are different physical requirements between teams depending on various factors (Rampinini, Coutts, Castagna, Sassi & Impellizzeri, 2007). In addition, it has been reported that physical performance may also play an auxiliary role in successful technical performance (Andrzejewski, Chmura, Konefal, Kowalczyk, & Chmura, 2018; Chmura, Andrzejewski, Konefal, Mroczek, & Rokita, 2017; Hoppe, Slomka, Baumgart, Weber, & Freiwald, 2015; Yang, Leicht, Lago, & Gomez, 2018). On the other hand, some existing studies on the subject have shown that team success at the end of the season is related to technical performance (Andrzejewski et al., 2022; Kite &

Nevill, 2017; Lago-Ballesteros & Lago-Penas, 2010; Lago-Penas & Lago-Ballesteros, 2011; Lepschy, Wasche, & Woll, 2020; Yang et al., 2018).

Considering that soccer has become a game played in faster and smaller areas today, it is thought that researches should be conducted to improve player and team performance. It is thought that it is important that the sample of these studies to be conducted consists of high-level leagues, tournaments or organisations in order to reflect today's understanding of soccer. In addition, it seems necessary to investigate whether physical game parameters as well as technical and tactical components can make a distinction at the point of achieving success. To date, a limited number of studies have identified the relationship between physical performance and a team's final position in the rankings (Brito Souza, Lopez-Del Campo, Blanco-Pita, Resta, & Del Coso, 2020; Clemente et al., 2019; Di Salvo et al., 2009; Hughes & Churchill, 2005; Lago-Penas, Lago-Ballesteros, Dellal, & Gomez, 2010; Lago-Penas et al., 2011; Rampinini, Impellizzeri, Castagna, Coutts, & Wisloff, 2009; Safiq et al., 2013). In this context, there is a need to increase the number of studies on the correlation between team success, match technique and running performance in professional soccer. There are very few data on this subject, especially in the German Bundesliga (Andrzejewski et al., 2018; Andrzejewski et al., 2022; Hoppe et al., 2015; Konefal et al., 2019a; Lepschy et al., 2020). However, for a better understanding of team success, both match technique and running performance variables should be integrated into the same analysis. In Germany, a soccer country, the Bundesliga, one of the best leagues in the world, where the best teams compete, brings together different styles of play and therefore, the key performance indicators may differ from those identified in other national and European leagues.

In addition, it is thought that investigating and comparing the physical, technical and tactical performances of the teams in the top and bottom league is important for the development of today's soccer, and determining whether the parameters that are effective for the success of the teams in different divisions are different will be effective in terms of training planning, strategy and tactical understanding to be developed. Since the relative levels of the leagues are different, it is possible that the physiological demands on the players in each league are also different. Little research has been conducted on performance differences between league levels, and in the studies that do exist, researchers have found that players competing at the highest standard run at a higher intensity during a match than players at a less elite standard (Mohr, Krstrup, & Bangsbo, 2003). In line with all these, the aim of

the study was: 1) To determine the match technique and running performance required by the teams in a professional soccer league, 2) To make a performance comparison of the matches played in Bundesliga (BL) and Bundesliga 2 (BL2) in the 2022-2023 season, 3) To analyse the relationship between the success of the teams at the end of the season and the variables related to match technique and running performance, 4) To reveal the most important factors affecting the league ranking in both leagues.

Materials and Methods

Sample of the Study

A total of 1024 matches played by the teams in the Bundesliga and Bundesliga 2 in the 2022-2023 season constitute the sample of the study. During the current research, the "Higher Education Institutions Scientific Research and Publication Ethics Directive" was followed.

Data Collection

The data of the study were collected through the Bundesliga official website (<https://www.bundesliga.com/en/bundesliga>). The data were analysed and evaluated by soccer coaches who are also match analysis coaches. In the study, 5 technical-tactical (ball possession, accurate pass percentage, number of goals, number of shots and total points) and 4 physical performance (running distance per match, total running distance, high intensity running and number of sprints), 9 parameters in total were evaluated. In addition, the current performances of the teams in the league were associated with the league ranking separately and it was determined which performance parameter was effective on the league ranking.

Statistical Analysis

The data were analysed in SPSS 25.0 package programme. Mean and standard deviation values from descriptive statistics were used in the analysis. Shapiro-Wilks test was applied to determine the normality of the data distributions. Independent Samples T-Test was applied to reveal the difference between the teams in Bundesliga and Bundesliga 2; Pearson Correlation Test was applied to determine the relationships between the performance parameters of the teams; Regression analysis was applied to determine which parameter is effective on the league ranking and the significance level was accepted as $\alpha=0.05$. Reference intervals based on magnitude will be used to describe the level of association between the data ($r<0.09$ insignificant; $0.1<r<0.29$ small; $0.3<r<0.49$ medium; $0.5<r<0.69$ high; $0.7<r<0.89$ very high; $r>0.9$ excellent) (Hopkins, Marshall, Batterham, & Hanin, 2009).

Ethics of Research

The ethics committee approval of the study was obtained at the meeting of Bandırma Onyedi Eylül University Health Sciences Non-Interventional Research Ethics Committee dated 21.06.2023 and numbered 2023-46.

Results

At the end of the matches played in Bundesliga and Bundesliga 2 in the 2022-2023 season, the data revealing the differences between the technical-tactical and physical performances of the teams in the leagues in the matches are given in Table 1.

Table 1

Comparison of technical, tactical and physical performances of the leagues at the end of the season

Parameters	Leagues	N	Mean ± ss	t	p
Ball Possession (%)	BL2	612	49.33 ± 5.445	.522	1.000
	BL		49.33 ± 4.740		
Accurate Pass Percentage (%)	BL2		79.59 ± 3.956	.539	.587
	BL		80.37 ± 4.584		
Number of goal	BL2		50.06 ± 12.012	.887	.382
	BL		53.94 ± 14.219		
Number of shots	BL2		461.83 ± 43.480	.330	.126
	BL		431.00 ± 71.039		
Total Points	BL2		46.94 ± 12.226	.510	.980
	BL		46.83 ± 13.883		
Running Distance Per Match (km)	BL2		114.02 ± 2.398	-1.515	.139
	BL		115.11 ± 1.901		
Total Running Distance (km)	BL2	3876.54 ± 81.542	-1.514	.140	
	BL	3913.67 ± 64.612			
Number of High Speed Running	BL2	22235.72 ± 1036.145	-4.741	.000*	
	BL	24004.94 ± 1197.191			
Number of Sprint	BL2	7076.67 ± 354.459	-4.263	.000*	
	BL	7761.28 ± 581.958			

*p<0.05

According to Table 1, when the differences between the technical-tactical and physical parameters of the teams in Bundesliga and Bundesliga 2 were examined at the end of the season, statistically significant differences were found in favour of Bundesliga between the data of high intensity running and sprint number (p<0.05). In other variables, no significant difference was found (p>0.05).

The data revealing the relationships between the technical-tactical and physical performances of the teams in Bundesliga 2 in the 2022-2023 season and the league ranking are given in Table 2.

Table 2

The relationship between the technical, tactical and physical performances of the teams in Bundesliga 2 at the end of the season and the league standings

Parameters	Ball Possession	Accurate Pass Percentage	Number of goals	Number of shots	Total Point	League Ranking	Running Distance Per Match	Number of High Speed Running	Number of Sprint
Ball Possession	1								
Accurate Pass Percentage	.949**	1							
Number of goals	.647**	.682**	1						
Number of shots	.735**	.768**	.753**	1					
Total Point	.408	.334	.320	.486*	1				
League Ranking	.575*	.613**	.813**	.693**	-.403	1			
Running Distance Per Match	.388	.415	.607**	.500*	.154	.561*	1		
Number of High Speed Running	.319	.344	.385	.387	.082	-.303	.897**	1	
Number of Sprint	.155	.170	.316	.158	.086	-.095	.703**	.732**	1

*p<0.01; **p<0.05

As a result of the analyses, medium and high positive significant relationships were found between league ranking and possession ($r=.575$; $p<0.05$), accurate pass percentage ($r=.613$; $p<0.01$), number of goals ($r=0.813$; $p<0.01$), number of shots ($r=.693$; $p<0.01$) and running distance per match ($r=.561$; $p<0.05$). No significant relationships were found between league ranking and other running distances and numbers (Table 2).

At the end of the matches played in the Bundesliga in the 2022-2023 season, the data revealing the relationships between the technical-tactical and physical performances of the teams in the leagues in the matches and the league ranking are given in Table 3.

Table 1

The relationship between the technical, tactical and physical performances of the teams in the Bundesliga at the end of the season and the league standings

Parameters	Ball Possession	Accurate Pass Percentage	Number of goals	Number of shots	Total Point	League Ranking	Running Distance Per Match	Number of High Speed Running	Number of Sprint
Ball Possession	1								
Accurate Pass Percentage	.921**	1							
Number of goals	.859**	.773**	1						
Number of shots	.862**	.720**	.864**	1					
Total Point	.808**	.802**	.818**	.708**	1				
League Ranking	.669**	.616**	.822**	.618**	.757**	1			
Running Distance Per Match	-.051	-.040	.136	-.047	-.136	-.311	1		
Number of High Speed Running	.093	.099	.250	.103	-.045	-.215	.652**	1	
Number of Sprint	.268	.189	.377	.400	.170	-.182	.148	.772**	1

*p<0.01; **p<0.05

As a result of the analyses, moderate and high positive significant relationships were found between league ranking and possession ($r=.669$; $p<0.01$), accurate pass percentage ($r=.616$; $p<0.01$), number of goals ($r=0.822$; $p<0.01$) and number of shots ($r=.618$; $p<0.01$). No significant relationships were found between league ranking and running distances and numbers (Table 2).

The data revealing which parameter is more effective on the league rankings of the teams in the leagues at the end of the matches played in Bundesliga and Bundesliga 2 in the 2022-2023 season are given in Table 4.

Table 2

Factors influencing the league standings in Bundesliga 2 and Bundesliga

Leagues	Parameters	R ²	ΔR ²	β	t	p	F	
Bundesliga 2	Model 1							
				Running Distance Per Match	.095	-.460	.653	
				Ball Possession	.080	.154	.880	
		.826	.683	Accurate Pass Percentage	.110	-.200	.845	5.171*
				Number of shots	.158	-.540	.599	
Bundesliga	Model 1			Number of goals	.613	-2.201	.048*	
		.843	.710	Ball Possession	.106	-.184	.857	7.971*

Accurate Pass Percentage	.064	.154	.880
Number of shots	.402	1.110	.287
Number of goals	1.128	-3.383	.005*

*p<0.05

In Model 1, it was observed that all parameters had a significant positive interaction on the league ranking of the teams. In addition, it was found that the number of goals explained approximately 83% of the league ranking of the teams. In Model 2, it was observed that there was a significant positive interaction of all parameters on the league ranking of the teams. It was also found that the number of goals explained approximately 84% of the league ranking of the teams (Table 4).

Discussion and Conclusion

The aim of this study is to determine the match technique, tactics and running performance required by teams in different levels of leagues and to analyse the relationship between the teams' success at the end of the season and the variables related to match technique and running performance in order to be successful in the league. The main findings of the study are that there is a significant correlation between the position of the standings in Bundesliga 2 and both match technique and running performance per match; in Bundesliga, there is a significant correlation between the league ranking of the teams and only the match technique parameters. Moreover, when the level of influence of the interacting relationships on the league ranking is analysed, it is found that the most influential factor in both leagues is the number of goals.

Our analysis showed that in BL2, there were significant correlations between ranking position and both running distance per match and technical performance, which is consistent with previous studies (Andrzejewski et al., 2022; Hoppe et al., 2015; Oberstone, 2009). In BL, significant relationships were found between ranking position and technical performance. In the literature, especially previous studies have shown that team success at the end of the season is related to technical performance (Kite & Nevill, 2017; Konefal et al., 2019b; Lago-Ballesteros & Lago-Penas, 2010; Lago-Penas & Lago-Ballesteros, 2010; Lepschy et al., 2020; Yang et al., 2018). Moreover, some research has shown that technical performance may be more important than physical performance for success in soccer (Konefal et al., 2019a; Liu, Hopkins & Gomez, 2016). For example, a recent study in the German Bundesliga reported a trend that variables related to accuracy (e.g. shots on goal or goal efficiency) are critical (Konefal et al., 2019b; Lepschy et al., 2020). A similar conclusion can be made according to

the results of studies conducted to determine which parameters are more effective for leaving matches victorious (Bilgin & Müniroğlu, 2022; Coşkuner, Büyükçelebi & Kurak, 2020; Gürkan, 2023; Gürkan, Yüksel & Ertetik, 2020; Zhou, Zhang, Calvo & Cui, 2018). Researchers have reported that shooting and accurate shooting averages are effective in terms of the teams to be victorious. Gürkan (2023) also stated in his study that teams should have superiority in technical parameters such as ball possession and number of accurate passes in order to be in the top ranks.

On the other hand, according to some studies in the literature, physical performance may play an auxiliary role in successful technical performance (Andrzejewski et al., 2018; Chmura et al., 2017; Hoppe et al., 2015; Yang et al., 2018). For example, in one of these studies, it was concluded that match running performance alone did not have a significant relationship with team success, but there were positive-significant correlations between ball possession and running performance (Hoppe et al., 2015). This can be explained by the result obtained in a study by Vigne et al. (2013). The researchers argued that more successful teams exert less physical effort during the match, possibly due to greater technical skill or tactical awareness, which leads to more possession. Supporting this argument, Yang et al. (2018) reported that lower ranked teams travelled more distance without possession than higher ranked teams.

It is also worth noting that the top teams perform more sprints in possession than the bottom teams, which means that sprints are key for tactical purposes. In particular, these movements allow to create open spaces, 1v1 activities or penetrating passes, which reinforces the importance of strength and conditioning in professional soccer (Gomez, Gomez-Lopez, Lago & Sampaio, 2012; Oliva-Lozano, Fortes, Krstrup & Muyor, 2020; Oliva-Lozano, Fortes & Muyor, 2021a; Yang et al., 2018). According to a study conducted in the Spanish LaLiga, soccer is evolving towards a more intense game in which players increase the total sprint and high-intensity distances travelled in a match (Pons et al., 2021). However, there are variables related to match running performance, such as players' maximum running speed, and according to a recent study, these variables have a weak correlation with team success (Del Coso et al., 2020). As conditioning and training programmes develop in soccer, there may be year-to-year differences in physiological performances between leagues (Krstrup & Bangsbo, 2001). These findings of the researchers are in parallel with our results showing the differences between BL and BL2 leagues in our study.

The researchers recognise that there are many factors that may have influenced the results of the analyses presented in the study. For example, one of the limitations of this study is that physical performance variables such as high-intensity running distance, sprint distance, total acceleration or deceleration could not be reported on the site where the data were obtained. Another limitation is that this type of research should also be written taking into account the influence of different contextual variables such as playing position, fitness level, etc. (Oliva-Lozano, Rago, Fortes & Muyor, 2021b). Furthermore, the current study focussed on Bundesliga and Bundesliga 2 leagues. Therefore, future research could be designed to take these limitations into account for a better understanding of both physical and technical performance in professional soccer. Furthermore, running performance in the whole game sample should be analysed for a better understanding of how running parameters affect the game.

Strength and conditioning coaches can take into account the results of this study to develop appropriate training strategies, as significant interactions were observed between ranking position and both physical and technical performance. In order for teams to be more successful at the end of the season, they need to learn to possess and use the ball positively, make positive use of the opportunities they have, and cover more distance with the ball. In addition, considering that the sprint activities of the teams in the top league are more than the teams in the lower leagues, this means that it is necessary to improve sprint performance in match play. Therefore, these results may have practical implications, especially for the professional soccer teams in the lower leagues, showing in which direction they can improve their game.

Ethics Committee Permission Information

Ethical review board: Bandırma Onyedi Eylül University Health Sciences Non-Interventional Research Ethics Committee

Date of the ethical assessment document: 21.06.2023

Number of the ethical assessment document: 2023-46

Declaration of Contribution Rates of Researchers

The processes related to the introduction, methodology and findings sections of the study were carried out by the first author; the processes related to data collection, discussion and conclusion sections were carried out by the first and second authors.

Conflict Statement

The authors do not declare any conflicts with the research.

References

- Andrzejewski, M., Chmura, P., Konefał, M., Kowalczyk, E., & Chmura, J. (2018). Match outcome and sprinting activities in match play by elite German soccer players. *J Sports Med Phys Fitness*, 58(6), 785-792. <https://doi.org/10.23736/S0022-4707.17.07352-2>
- Andrzejewski, M., Oliva-Lozano, J.M., Chmura, P., Chmura, J., Czarniecki, S., Kowalczyk, E., Rokita, A., Muyor, J.M., & Konefał, M. (2022). Analysis of team success based on match technical and running performance in a professional soccer league. *BMC Sport Science, Medicine and Rehabilitation*, 14, 82. <https://doi.org/10.1186/s13102-022-00473-7>
- Arı, E., & Deliceoğlu, G. (2020). Türkiye Süper Ligi 2018-2019 futbol sezonunda gol zamanı - lig performansı ilişkisi. *Turkish Studies – Social Sciences*, 15(6), 2833-2849.
- Bilgin, S., & Müniroğlu, R.S. (2022). 2018 Dünya Kupası maçlarının teknik, taktik ve hareket zaman ilişkisinin istatistiksel analizi. *Spormetre The Journal of Physical Education and Sport Sciences*, 20(2), 105-116. <https://doi.org/10.33689/spormetre.1088717>
- Bradley P.S., Archer D.T., Hogg B., Schuth G., Bush M., Carling C., et al. (2016). Tier-specific evolution of match performance characteristics in the English Premier League: It's getting tougher at the top League. *J. Sports Sci.*, 34, 980–987.
- Bradley, P.S., Lago-Peñas, C., Rey, E., & Gomez Diaz, A. (2013). The effect of high and low percentage ball possession on physical and technical profiles in English FA Premier League soccer matches. *Journal of Sports Sciences*, 31(12), 1261–1270.
- Brito Souza, D., Lopez-Del Campo, R., Blanco-Pita, H., Resta, R., & Del Coso, J. (2020). Association of match running performance with and without ball possession to football performance. *Int J Perform Anal Sport.*, 483-494. <https://doi.org/10.1080/24748668.2020.1762279>
- Bush M., Barnes C., Archer D.T., Hogg B., & Bradley P. S. (2015). Evolution of match performance parameters for various playing positions in the English Premier League. *Hum. Mov. Sci.*, 39, 1–11.
- Carling, C. (2013). Interpreting physical performance in Professional soccer match-play: Should we be more pragmatic in our approach? *Sports Medicine*, 43(8), 655-663.
- Chmura, P., Andrzejewski, M., Konefał, M., Mroczek, D., Rokita, A., & Chmura J. (2017). Analysis of motor activities of professional soccer players during the 2014 World Cup in Brazil. *J Hum Kinet.*, 56(1), 187-195. <https://doi.org/10.1515/hukin-2017-0036>
- Clemente, J.A.A., Requena, B., Jukic, I., Nayler, J., Hernandez, A.S., & Carling, C. (2019). Is physical performance a differentiating element between more or less successful football teams? *Sports*, 7, 216.
- Coşkuner, Z., Büyükçelebi, H., & Kurak, K. (2020). Türkiye Süper Ligi'ndeki oyun içi değişkenlerin analizi. *GERMENİCA Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 47-54. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/germenica/issue/52438/660107>
- Del Coso, J., Brito de Souza, D., Moreno-Perez, V., Buldu, J.M., Nevado, F., Resta, R., et al. (2020). Influence of players' maximum running speed on the team's ranking position at the end of the Spanish LaLiga. *Int J Environ Res Public Health*, 17(23), 1–11. <https://doi.org/10.3390/ijerph17238815>
- Di Salvo, V., Gregson, W., Atkinson, G., Tordoff, P., & Drust, B. (2009). Analysis of high intensity activity in Premier League soccer. *Int J Sports Med.*, 30, 205-212.
- Ertetik G., & Müniroğlu, R. S. (2021). Avrupa kupalarına katılan Türk futbol takımlarının maçlarının teknik ve taktik açıdan analizi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 19(1), 156-163.

- Gomez, M.A., Gomez-Lopez, M., Lago, C., & Sampaio, J. (2012). Effects of game location and final outcome on game-related statistics in each zone of the pitch in professional football. *Eur J Sport Sci.*, 12(5), 393-398. <https://doi.org/10.1080/17461391.2011.566373>
- Gürkan, O. (2023). Futbolda bazı teknik parametrelerin maç konumu, maç sonucu ve lig sıralamasına göre incelenmesi (2021/2022 Sezonu Türkiye Futbol Süper Ligi Örneği). *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 6(1), 326-340. <https://doi.org/10.38021asbid.199512>
- Gürkan, O., Yüksel, Y., & Ertetik, G. (2020). UEFA şampiyonlar liginde galibiyet, mağlubiyet ve beraberlikle sonuçlanan müsabakaların bazı parametreler açısından karşılaştırmalı analizi. *International Journal of Contemporary Educational Studies (IntJCES)*, 6(2), 669-680. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/intjces/issue/59193/793489>
- Hopkins, W.G., Marshall, S.W., Batterham, A.M., & Hanin, J. (2009). Progressive statistics for studies in sports medicine and exercise science. *Med. Sci. Sports Exerc.*, 41, 3-12. <https://doi.org/10.1123/ijsspp.2017-0511>
- Hoppe, M., Slomka, M., Baumgart, C., Weber, H., & Freiwald, J. (2015). Match running performance and success across a season in German Bundesliga soccer teams. *Int J Sports Med.*, 36(7), 563-566. <https://doi.org/10.1055/s-0034-1398578>
- Hughes, M., & Churchill, S. (2005). Attacking profiles of successful and unsuccessful team in Copa America 2001. In Reilly, T., Cabri, J., & Araújo, D. (eds): *Science and Football V*. London and New York: Routledge, pp 219-224.
- Kite, C.S., & Nevill, A. (2017). The predictors and determinants of inter-seasonal success in a professional soccer team. *J Hum Kinet.*, 58(1), 157-167. <https://doi.org/10.1515/hukin-2017-0084>
- Konefał, M., Chmura, P., Kowalczyk, E., Figueiredo, A.J., Sarmiento, H., Rokita, A., et al. (2019a). Modeling of relationships between physical and technical activities and match outcome in elite German soccer players. *J Sports Med Phys Fitness*, 59(5), 752-759. <https://doi.org/10.23736/S0022-4707.18.08506-7>
- Konefał, M., Chmura, P., Rybka, K., Chmura, J., Huzarski, M., & Andrzejewski, M. (2019b). What frequency of technical activity is needed to improve results? New approach to analysis of match status in professional soccer. *Int J Environ Res Public Health*, 16(12), 2233. <https://doi.org/10.3390/ijerph16122233>
- Krustrup, P., & Bangsbo, J. (2001). Physiological demands of top-class soccer refereeing in relation to physical capacity: Effect of intense intermittent exercise training. *J Sports Sci.*, 19, 881-891. <https://doi.org/10.1080/026404101753113831>
- Lago-Ballesteros, J., & Lago-Penas, C. (2010). Performance in team sports: Identifying the keys to success in soccer. *J Hum Kinet.*, 25(1), 85-91. <https://doi.org/10.2478/v10078-010-0035-0>
- Lago-Peñas, C., Lago-Ballesteros, J., Dellal, A., & Gómez, M. (2010). Game-related statistics that discriminated winning, drawing and losing teams from the Spanish soccer league. *Journal of Sports Science & Medicine*, 9(2), 288-293.
- Lago-Penas, C., & Lago-Ballesteros, J. (2011). Game location and team quality effects on performance profiles in professional soccer. *J Sports Sci Med.*, 10(3), 465-471.
- Lago-Penas, C., Lago-Ballesteros, J., & Rey, E. (2011). Differences in performance indicators between winning and losing teams in the UEFA Champions League. *J. Hum. Kinet.* 27, 135-146. <https://doi.org/10.2478/v10078-011-0011-3>
- Lepschy, H., Wasche, H., & Woll, A. (2020). Success factors in football: an analysis of the German Bundesliga. *Int J Perform Anal Sport.*, 20(2), 150-164. <https://doi.org/10.1080/24748668.2020.1726157>
- Liu, H., Hopkins, W.G., & Gomez, M.A. (2016). Modelling relationships between match events and match outcome in elite football. *Eur J Sport Sci.*, 16(5), 516-525. <https://doi.org/10.1080/17461391.2015.1042527>
- Mohr, M., Krustrup, P., & Bangsbo, J. (2003). Match performance of high-standard soccer players with special reference to development of fatigue. *J Sports Sci.*, 21(7), 519-528. <https://doi.org/10.1080/0264041031000071182>

- Mota, G.R., Thiengo, C.R., Gimenes, S.V., & Bradley, P.S. (2016) The effects of ball possession status on physical and technical indicators during the 2014 FIFA World Cup Finals. *Journal of Sports Sciences*, 34(6), 493-500.
- Oberstone, J. (2009). Differentiating the top English Premier League football clubs from the rest of the pack: identifying the keys to success. *J Quant Anal Sport.*, 5(3), 1-30.
- Oliva-Lozano, J.M., Fortes, V., Krustrup, P., & Muyor, J.M. (2020). Acceleration and sprint profiles of professional male football players in relation to playing position. Harnish C, editor. *PLoS One*. 15(8), 1-12. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0236959>
- Oliva-Lozano, J.M., Fortes, V., & Muyor, J.M. (2021a). When and how do elite soccer players sprint in match play? A longitudinal study in a professional soccer league. *Res Sports Med.*, 31(1), 1-12. <https://doi.org/10.1080/15438627.2021.1929224>
- Oliva-Lozano, J.M., Rago, V., Fortes, V., & Muyor, J.M. (2021b). Impact of match-related contextual variables on weekly training load in a professional soccer team: A full season study. *Biol Sport.*, 39(1), 125-34. <https://doi.org/10.5114/biolSport.2021.102927>
- Pons, E., Ponce-Bordon, J.C., Diaz-Garcia, J., Lopez del Campo, R., Resta, R., Peirau, X., et al. (2021). A longitudinal exploration of match running performance during a football match in the Spanish La Liga: A four-season study. *Int J Environ Res Public Health*, 18(3), 1133. <https://doi.org/10.3390/ijerph18031133>
- Rampinini, E., Coutts, A.J., Castagna, C., Sassi, R., & Impellizzeri, F.M. (2007). Variation in top level soccer match performance. *Int. J. Sports Med.*, 28, 1018–1024. <https://doi.org/10.1055/s-2007-965158>
- Rampinini, E., Impellizzeri, F.M., Castagna, C., Coutts, A.J., & Wisløff, U. (2009). Technical performance during soccer matches of the Italian serie a league: Effect of fatigue and competitive level. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 12(1), 227-33.
- Reilly, T. (2003). *Motion analysis and physiological demands*. (Reilly, T., & Williams, A.M., eds.). Science and Soccer. London: Routledge, 59-72.
- Reynolds, J., Connor, M., Jamil, M., & Beato, M. (2021). Quantifying and comparing the match demands of U18, U23 ve 1st team English professional soccer players. *Frontiers in Physiology*, 12, 706451.
- Safiq, M., Sulaiman, N., & Rahmat, A. (2013). Differences in goal scoring and passing sequences between winning and losing team in Uefa-Euro Championship 2012. *International Journal of Social, Behavioral, Educational, Economic and Management Engineering*, 7(2), 224-229.
- Vergonis, A., Michailidis, Y., Mikikis, D., Semaltianou, E., Mavrommatis, G., Christoulas, K., & Metaxas, T. (2019). Technical and tactical analysis of goal scoring patterns in the 2018 Fifa world cup in Russia. *Facta Universitas*, 17(2), 181-193.
- Vigne, G., Dellal, A., Gaudino, C., Chamari, K., Rogowski, I., Alloatti, G., et al. (2013). Physical outcome in a successful Italian Serie A soccer team over three consecutive seasons. *J Strength Cond Res.*, 27(5), 1400-6. <https://doi.org/10.1519/JSC.0b013e3182679382>
- Yang, G., Leicht, A.S., Lago, C., & Gomez, M.A. (2018). Key team physical and technical performance indicators indicative of team quality in the soccer Chinese super league. *Res Sport Med.*, 26(2), 158-167. <https://doi.org/10.1080/15438627.2018.1431539>
- Zhou, C., Zhang, S., Calvo, L.A., & Cui, Y. (2018). Chinese soccer association superleague, 2012–2017: key performance indicators in balance games. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 18(4), 645 656. <https://doi.org/10.1080/24748668.2018.1509254>



The Relationship Between Frequency of Jumps and Negative Attack Technique of Elite Male Volleyball Players During Demo Competitions

Fatma TOKAT¹, Mehmet Görkem İŞGÜZAR², Kadir KESKİN³, Serdar ADIGÜZEL⁴

¹Erzincan Binali Yıldırım University, Faculty of Sport Sciences, Erzincan/Türkiye

<https://orcid.org/0000-0001-9865-2012>

²Ziraat Bank Sports Club, Ankara/Türkiye

<https://orcid.org/0000-0002-2942-2237>

³Gazi University, Faculty of Sport Sciences, Ankara/Türkiye

<https://orcid.org/000-0002-7458-7225>

⁴Siirt University, High School of Physical Education and Sports

<https://orcid.org/0000-0002-1371-7460>

ORJINAL MAKALE

Abstract

The study was conducted to investigate the relationship between the frequency of jumps and negative attack performance by elite male volleyball players during a demo match. A total of 36 male elite volleyball players participated, who are part of the, 14 middle blockers (age: 28.2 ± 3.7 years, height: 202.2 ± 2.4 cm, weight: 91.1 ± 9.3 kg), 16 spikers (age: 25.5 ± 5.1 years, height: 196.1 ± 3.3 cm, weight: 88.3 ± 5.1 kg), and 6 opposite players (age: 27.5 ± 3.5 years, height: 200.3 ± 2.4 cm, weight: 98 ± 4.7 kg). The athletes were followed for 2 seasons. Vertical jump and negative attack performance data were collected. Vertical jump data were obtained by wearing a Vert belt and attack performances were obtained using Data Voley 4 professional software. Using the SPSS 25, it was determined that the data were not normally distributed and Spearman correlation analysis was performed. As a result, middle players and spikers, there are insignificant relationship between jump frequency and ineffective attack ($r=,035$; $p>0,05$; $r=-,064$; $p>0,05$) and blocked attack ($r=,051$; $p>0,05$; $r=,006$; $p>0,05$), while there was a significant relationship with attack error ($r=,094$; $p<0,05$; $r=,164$; $p<0,05$). There was a insignificant relationship between the number of jumps of the oppsite players and ineffective attack ($r=-,003$; $p>0,05$), blocked attack ($r=,045$; $p>0,05$) and attack error ($r=,029$; $p>0,05$). According to the data obtained, it was seen that the percentage of attack error will increase with the increase in the number of jumps of the middle players and spikers, while the negative attack variables were not affected by the increase in the number of jumps of the opposite players. In conclusion, it can be said that volleyball players' negative attack performances can be reduced by improving their jumping capacities according to their positions.

Anahtar kelimeler: Vertical jump, negative attack, elite volleybol player

Elit Erkek Voleybolcuların Demo Müsabakada Gerçekleştirdikleri Toplam Sıçrama Adedi ile Negatif Atak Tekniği İlişkisi

Özet

Çalışma elit erkek voleybolcuların demo müsabaka süresince gerçekleştirdikleri sıçrama adedi ile olumsuz atak performansları arasındaki ilişkiyi incelemek için yapılmıştır. Çalışmaya 14 orta oyuncu (yaş: 28.2 ± 3.7 yıl, boy:

202.2 ± 2.4 cm, kilo: 91.1 ± 9.3 kg), 16 smaçör (yaş: 25.5 ± 5.1 yıl, boy: 196.1 ± 3.3 cm, kilo: 88.3 ± 5.1 kg) ve 6 pasör çaprazı (yaş: 27.5 ± 3.5 yıl, boy: 200.3 ± 2.4 cm, kilo: 98 ± 4.7 kg) toplam 36 voleybolcu katılmıştır. Sporcular 2 sezon boyunca takip edilmiş ve rutin antrenman programları dahilindeki demo müsabakalarda dikey sıçrama sayıları ve olumsuz atak performansı verileri alınmıştır. Dikey sıçrama verileri Vert kemeriyle, atak performansları Data Voley 4 profesyonel yazılımıyla alınmıştır. Veriler SPSS 25 programında normallik analizi sonrası Spearman korelasyon ile analiz edilmiştir. Analiz sonucunda, orta oyuncular ve smaçörlerin, sıçrama sıklığı ile etkisiz atak ve bloklanan atak yüzdesi arasında anlamsız bir ilişki ($r=,035$; $p>0,05$; $r=-,064$; $p>0,05$; $r=,051$; $p>0,05$; $r=,006$; $p>0,05$), atak hata yüzdesinde ise pozitif yönde anlamlı bir ilişki ($r=,094$; $p<0,05$; $r=,164$; $p<0,05$) olduğu bulunmuştur. Pasör çaprazlarının sıçrama sayısı ile etkisiz atak, bloklanan atak ve atak hatası yüzdesi arasında anlamsız ilişki ($r=-,003$; $p>0,05$; $r=,045$; $p>0,05$; $r=,029$; $p>0,05$) görülmüştür. Elde edilen verilere göre orta oyuncuların ve smaçörlerin sıçrama adedinin artmasıyla atak hatası yüzdesinin artacağı, pasör çaprazlarının ise sıçrama adedinin artmasıyla olumsuz atak değişkenlerinin etkilenmediği görülmüştür. Sonuçta, voleybolcuların pozisyonlarına göre sıçrama kapasiteleri geliştirilerek olumsuz atak performanslarının azaltılabileceği söylenebilir.

Keywords: *Dikey sıçrama, olumsuz atak, elit voleybolcu*

Introduction

Volleyball is an timeless, high-paced, fast-paced sport that emphasizes motoric characteristics such as flexibility, strength, and jumping, involves short and sudden movements that require explosiveness, and is played with a net height of 243 cm for men and 224 cm for women (Borges et al. 2017; Patsiaouras Charionidis, Moustakidis & Kokaridas, 2009). There are five basic skills that determine the winning or losing of the competition in volleyball. Two of these skills are related to serving, while three are related to attacking (Drikos, Kountouris, Laios & Laios, 2009). Attack, which has a great impact on competition performance, is a parameter that includes complex technical skills associated with many environmental, physical, physiological and psychological factors (Rocha et al. 2020). Among these skills, vertical jumping is important for athletes for both attack, block and serve performance due to the characteristics of the branch. In the literature, vertical jump performance varies according to the gender, level and position of the athletes. While it is stated that male athletes show higher and more jump performance than female athletes and elite athletes show higher and more jump performance than amateur athletes, it is stated that there is no difference in female athletes according to position, but there is a difference in male athletes (Lidor & Ziv, 2010; Marques, Van den Tillaar, Gabbett, Reis & González-Badillo, 2009; Sattler, Hadžic, Dervišević & Markovic, 2015; Sheppard, Chapman, Gough, McGuigan & Newton, 2009).

Pawlik et al. (2020) analyzed data on jump flight distance (JFD), jump serve height (SJH), attack jump height (AJH), block jump height (BJH) and quantity of jump (JC) of 140 athletes participating in the 2014 Volleyball Men's World Championship. It was found that center players traveled shorter distances than the other players in JFD, while in BJH, receivers traveled shorter distances than opposite players. SJH showed statistically significant differences ($p < 0.05$) between middle players, receivers and opposite players, while BJH showed statistically significant differences ($p < 0.05$) between middle players and other players. The results of the study showed that leap height during serve and attack, leap flight distance traveled during attack, and number of block jumps were highly correlated, with the strongest relationship found between jumps that were largely associated with performing only a specific action, such as a leaping serve or an attacking jump.

Mori, Yamada, Umezaki, Kida & Nomura, (2020) recorded a total of 558 jump data, including 199 jumps by middle blockers (MB), 140 jumps by setters (S) and 219 jumps by outside hitters (OH) in a 5-set competition during a university men's volleyball match. 129 jumps were recorded in the 1st set, 107 in the 2nd set, 113 in the 3rd set, 115 in the 4th set and 94 in the 5th set. There was no difference between sets in the height of spike jump (SPJ), block jump (BJ) and service jump (SJ), while MB showed significantly higher performance than OH. In a 25-point set, the number of jumps was 12.7 - 16.3 times for OH, 18.5 - 23 times for MB and 23 - 32 times for S. In a 15-point set, it was 14.7 times for OH, 15.5 times for MB and 19 times for S.

Sattler et al. (2015) examined the vertical jump performance of 253 volleyball players (113 males and 140 females) from Slovenian 1st and 2nd league athletes. The height of squat jump (SJ), countermovement jump (CJ), block jump and attack jump were tested with the

Optojump system. As a result of the study, significant differences ($p < .05$) in VJ height were observed in SJ between 1st and 2nd league athletes. Position-dependent differences in VJ performance were observed between receivers and setters in male players ($p < 0.05$), while no differences were observed in VJ performance in different playing positions in women ($p > .05$).

The height and reach of attack and block jumps and the height of squat jump (SJ), countermovement jump (CMJ) and arm swing with CMJ (CMJA) were evaluated in 13 male professional athletes in 8 matches. It has been stated that attack movements are directly related to the vertical jump performance of athletes (Berriel et al. 2021).

As a result of the literature review, it can be said that vertical jumping skill is an important parameter in the attacking performance of volleyball players. In the studies on vertical jump and attack performance, vertical jump height distance values were generally used (Pocek et al. 2021; Ramirez-Campillo et al. 2020). It is also known that vertical jump is directly related to anaerobic power and performance (Savoie, Kenefick, Ely, Cheuvront & Goulet, 2015). This information can also be supported for volleyball as the anaerobic power factor is more prominent than aerobic power in volleyball (Bagheri, Rashidlamir & Attarzadeh Hosseini, 2018; Gacesa, Barak & Grujic, 2009). As the number of jumps increases, physical and physiological fatigue may also increase, which may negatively affect attack performance. In this context, the study was designed to examine the relationship between the frequency of jumps performed by elite male volleyball players in the competition and negative statistical variables related to attack technique.

Method

A total of 36 male elite professional volleyball players participated in this study, who are part of the, including 14 middle blockers (age: 28.2 ± 3.7 years, height: 202.2 ± 2.4 cm, body weight: 91.1 ± 9.3 kg), 16 spikers (age: 25.5 ± 5.1 years, height: 196.1 ± 3.3 cm, body weight: 88.3 ± 5.1 kg), and 6 opposite players (age: 27.5 ± 3.5 years, height: 200.3 ± 2.4 cm, body weight: 98 ± 4.7 kg). Athletes were followed in 30 demo competitions during 2 seasons and the frequency of jump oppsite players 17,816, middle players 44,848, spikers 44,589 (Figure 1).

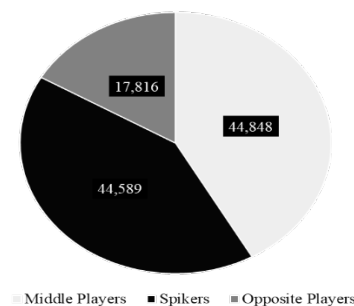


Figure 1: Distribution of Total Number of Jumps of 30 Match

Jumping Measurements

The athletes were fitted with Vert belts at the end of the warm-up period of the demo competitions and vertical jump data were recorded with the Vert Team System (version 2.0, Mayfonk Inc., Fort Lauderdale, FL, USA) during the competition. The device records jumps above 15 cm (Mahmoud, Othman, Abdelrasoul, Stergiou & Katz, 2015).

Technical Analysis

Technical analysis of the competitions was performed with Data Voley 4 professional (version 4.02.32 ginius spor, Italy), a volleyball-specific analysis program. The negative statistical data of attacking technical performance such as (-) negative attack, (/) blocked attack and (=) attack error percentages were evaluated (Silva, Sattler, Lacerda & João, 2016).

Data Analysis

The normality of the data obtained in the study was tested with the Kolmogorov-Smirnov test and it was determined that the data did not show a normal distribution. In the literature, skewness kurtosis values are also used in normality assumption applications. The value range of -1.5 +1.5 suggested by Tabachnick, Fidell & Ullman (2013) for kurtosis skewness values was taken into consideration and it was seen that the data were not within this range. Accordingly, the relationship between the average number of jumps by position and negative attack parameters was analyzed using Spearman correlation analysis. The coefficients obtained from the results were evaluated according to Schober, Boer & Schwarte, (2018) (.00-.10: insignificant, .10-.39: weak, .40-.69: moderate, .70-.89: strong, .90-1: very strong).

Ethics of Research

The necessary approval was obtained from Erzincan Binali Yıldırım University Human Research Health and Sports Sciences Ethics Committee. We acknowledge that the principles recommended in the Declaration of Helsinki for human and animal studies have been followed.

Results

Table 1

Spearman Correlation Analysis Results for the Relationship Between Frequency of Jumps and Negative Attack Parameters of Middle Players

Negative attack	jump	Frequency of
(-) %: Ineffective attack	r	,035
	p	,425
	n	517
(/) %: Blocked attack	r	,051
	p	,249
	n	517
(=) %: Attack error	r	,094*
	p	,033
	n	517

In Table 1, it is determined that there is a positive insignificant relationship between the frequency of jumps of the middle players and the percentage of ineffective attacks ($r=,035$; $p>0,05$), and a positive insignificant relationship with the percentage of blocked attacks ($r=,051$; $p>0,05$), but this relationship is not statistically significant. Finally, it was found that there was a positive insignificant relationship with attack error percentage ($r=,094$; $p<0.05$) and this relationship was statistically significant.

Table 2

Spearman Correlation Analysis Results for the Relationship Between Frequency of Jump and Negative Attack Parameters of Spikers

Negative attack	Frequency of jump	
(-) %: Ineffective attack	r	-,064
	p	,110
	n	620
(/) %: Blocked attack	r	,006
	p	,885
	n	620
(=) %: Attack error	r	,164**
	p	,000
	n	620

In Table 2, although there is a negative insignificant correlation between the frequency of jumps of spikers and ineffective attack percentage ($r=-,064$; $p>0,05$) and a positive insignificant correlation with blocked attack ($r=,006$; $p>0,05$), this relationship is not statistically significant. Finally, it was found that there was a weak positive relationship with the percentage of attack error ($r=.164$; $p<0.05$) and this relationship was statistically significant.

Table 3

Spearman Correlation Analysis Results for the Relationship Between Total Number of Jumps and Negative Attack Parameters of Opposite Players

Negative attack	Frequency of jump	
(-) %: Ineffective attack	r	-,003
	p	,964
	n	245
(/) %: Blocked attack	r	,045
	p	,484
	n	245
(=) %: Attack error	r	,029
	p	,646
	n	245

Table 3 shows that there is a negative insignificant correlation between the frequency of jumps of opposite players and the percentage of ineffective attacks ($r=-.003$; $p>0.05$), a positive insignificant correlation with the percentage of blocked attacks ($r=.045$; $p>0.05$) and finally a positive insignificant correlation with the percentage of attack errors ($r=.029$; $p>0.05$).

Discussion and Conclusion

This study was conducted to investigate the relationship between the frequency of jumps performed by elite male volleyball players in a demo match and negative statistical variables of attacking technique. A total of 36 elite professional volleyball players including 14 middle players, 16 spikers and 6 opposite players, participated. The athletes were followed for 2 seasons and the vertical jump numbers and negative attack performance data were obtained in 30 demo competitions within the routine training program during the season. As a result of the data obtained, it was seen that the percentage of attack errors would increase with the increase in the frequency of jumps of the middle players and spikers, while the negative attack variables were not affected by the increase in the frequency of jumps of the opposite players.

Pawlik & Mrozcek, (2023) examined the relationship between jump height and performance of 39 male and 24 female elite volleyball players during competition. In men, a decrease in jump height was observed in the sets after the first set and this had a negative effect on match performance. The opposite was observed in women. It was stated that training practices to maintain and improve jump height during the competition for men would contribute positively to match performance.

In the studies, it was reported that the number of jumps varied according to the positions of male players, the number of jumps in a set was 13.3 times for outside hitter, 20.7 times for middle blocker and 31.7 times for setter, with the setter having the highest number of jumps (Lima, Palao & Clemente, 2019). In another study, it was found that there was no statistical difference between the jumping skill levels of elite female volleyball players according to their playing positions, and according to the average of the general jumping score (JUMPScore), volleyball players in the receiver position had the highest score with 66.58 ± 9.18 points, and volleyball players in the setter position had the lowest score with 54.52 ± 10.34 points (Dopsaj, Čopić, Nešić & Sikimić, 2012).

García-de-Alcaraz, Ramírez-Campillo, Rivera-Rodríguez & Romero-Moraleda, (2020) recorded the external jump load over a season in a high-level volleyball team, analyzing the differences between player positions at different seasonal stages of elite volleyball players in the positions of 4 outside-hitters, 2 opposite, 3 middle blockers and 2 setters who participated in 174 training sessions over 32 weeks. Middle blockers showed the highest jump load and setters the lowest performance regardless of the season stage. Outside-hitter and setter players showed similar jump loads. Various training sessions during different periods of the season, such as competition or preparation, have a great influence on the distribution of the jump load. The specific differences in each of the analyzed variables suggest that position-specific jump training loads are required. Lobietti, Coleman, Pizzichillo & Merni, (2010) analyzed 12 top-level matches in the Italian professional volleyball league. As a result of the analysis, an average of 96 jumps per set were performed in competition, while in training this load increases more. Since the jumping and landing techniques of the athletes vary according to their positions and the increase in jumping load may cause knee injuries and injuries and negatively affect performance, it is stated that jumping loads should be applied in a controlled manner in training or competitions. Bahr & Bahr, (2014) examined differences in jump frequency during training and matches in young elite volleyball players (26 boys, 18 girls). 1 week of volleyball training

(9 training sessions for boys and 10 training sessions for girls, 14.1 h and 17.8 h, respectively) and 10 matches (5.9 h (16 sets) for boys and 7.7 h (21 sets) for girls) were analyzed. As a result of the analysis, a total of 11943 jumps were recorded, 4138 in competitions and 7805 in training. Participation in training and frequency of jumps differed significantly between players. The total number of jumps in training ranged between 50-666 jumps/week for boys and 11-251 jumps/week for girls. This corresponds to an average of 35.7 jumps/hour for boys and 13.7 jumps/hour for girls ($p=0.002$). The total number of jumps in the matches ranged between 1-339 for boys and 0-379 for girls, which corresponded to an average of 62.2 jumps/h for boys and 41.9 jumps/h for girls ($p<0.039$). In conclusion, there were significant gender differences in jump frequency data and total jump volume may be a more important risk factor than total training volume for competitive performance and knee injuries.

de Leeuw, van Baar, Knobbe & van der Zwaard, (2022), in their study with 17 male national volleyball players, applied volleyball-specific strength and jump loading training to the athletes. In addition, 31 competitions they participated in for 24 weeks were analyzed. It was stated that heavy strength training for the lower extremities had a positive effect on attack performance, while heavy strength training for the upper extremities, low jump height and high number of jumps had a negative effect on attack performance. It was recommended to reduce the intensity of upper extremity strength and jump loading training during the competition period.

Berriel et al. (2021) examined the relationship between the height and reach of attack and block jumps and the height of squat jump (SJ), countermovement jump (CMJ), and CMJ and arm swing (CMJA) in 8 matches of 13 male professional athletes competing in the Brazilian Volleyball Super League, attack jump height and attack efficiency ($r=0.57$; $p=.05$), block jump height SJ height and attack jump height CMJ height were found to be highly correlated ($r=0.82$; $p<.01$; $r=0.86$; $p<.01$). It was stated that attack movements were directly related to the vertical jump performance of the athletes.

Wnorowski, Aschenbrenner, Skrobecki & Stech, (2013) A total of 378 data were recorded from the technical tactical skills of 5 Polish volleyball players (the attacker, the setter, the middle blocker and two receivers) during the competition. There was a significant and positive correlation between the reach values obtained and the results obtained in individual sets. The attacker was closest to the maximum reach value, while the setter had the lowest values. During the competition, the players made the highest jump in the first set and their performance decreased in the following sets.

As a result of the study, it was seen that the percentage of attack errors would increase with the increase in frequency of jumps of the middle players and spikers, while the negative attack variables were not affected by the increase in frequency of jumps of the opposite. As a result, it can be said that volleyball players' negative attack performances can be reduced by improving their jumping capacities according to their positions. While there is a consensus in most of the studies that jump height or depth has a positive effect on attacking performance, it is thought that more studies should be conducted on the subject in order to comment on the number of jumps.

References

- Bagheri, R., Rashidlamir, A., & Attarzadeh Hosseini, S. R. (2018). Effect of resistance training with blood flow restriction on follistatin to myostatin ratio, body composition and anaerobic power of trained-volleyball players. *Medical Laboratory Journal*, *12*(6), 28-34.
- Bahr, M. A., & Bahr, R. (2014). Jump frequency may contribute to risk of jumper's knee: a study of interindividual and sex differences in a total of 11 943 jumps video recorded during training and matches in young elite volleyball players. *British Journal of Sports Medicine*, *48*(17), 1322-1326. doi:10.1136/bjsports-2014-093593
- Berriel, G. P., Schons, P., Costa, R. R., Oses, V. H. S., Fischer, G., Pantoja, P. D., ... & Peyré-Tartaruga, L. A. (2021). Correlations between jump performance in block and attack and the performance in official games, squat jumps, and countermovement jumps of professional volleyball players. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, *35*, S64-S69. Doi: 10.1519/JSC.0000000000003858
- Borges, T. O., Moreira, A., Bacchi, R., Finotti, R. L., Ramos, M., Lopes, C. R. and Aoki, M. S. (2017). Validation of the vert wearable jump monitor device in elite youth volleyball players. *Journal of Biology of Sport*, *34*(3), 239–242. <https://doi.org/10.5114/biolSport.2017.66000>
- de Leeuw, A. W., van Baar, R., Knobbe, A., & van der Zwaard, S. (2022). Modeling match performance in elite volleyball players: importance of jump load and strength training characteristics. *Sensors*, *22*(20), 7996. <https://doi.org/10.3390/s22207996>
- Dopsaj, M., Čopić, N., Nešić, G., & Sikimić, M. (2012). Jumping performance in elite female volleyball players relative to playing positions: a practical multidimensional assessment model. *Serbian Journal of Sports Sciences*, *6*(2), 61-69.
- Drikos, S., Kountouris, P., Laios, A., & Laios, Y. (2009). Correlates of team performance in volleyball. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, *9*(2), 149-156. <https://doi.org/10.1080/24748668.2009.11868472>
- Gacesa, J. Z. P., Barak, O. F., & Grujic, N. G. (2009). Maximal anaerobic power test in athletes of different sport disciplines. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, *23*(3), 751-755. Doi: 10.1519/JSC.0b013e3181a07a9a
- García-de-Alcaraz, A., Ramírez-Campillo, R., Rivera-Rodríguez, M., & Romero-Moraleda, B. (2020). Analysis of jump load during a volleyball season in terms of player role. *Journal of Science and Medicine in Sport*, *23*(10), 973-978. Doi: 10.1016/j.jsams.2020.03.002
- Lidor, R., & Ziv, G. (2010). Physical and physiological attributes of female volleyball players—a review. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, *24*(7), 1963-1973.
- Lima, R. F., Palao, J. M., & Clemente, F. M. (2019). Jump performance during official matches in elite volleyball players: A pilot study. *Journal of Human Kinetics*, *5*(67), 259-269. doi: 10.2478/hukin-2018-0080
- Lobietti, R., Coleman, S., Pizzichillo, E., & Merni, F. (2010). Landing techniques in volleyball. *Journal of Sports Sciences*, *28*(13), 1469-1476. doi: 10.1080/02640414.2010.514278
- Mahmoud, I., Othman, A. A. A., Abdelrasoul, E., Stergiou, P., & Katz, L. (2015). The reliability of a real time wearable sensing device to measure vertical jump. *Procedia Engineering*, *112*, 467-472. <https://doi.org/10.1016/j.proeng.2015.07.226>
- Marques, M. C., Van den Tillaar, R., Gabbett, T. J., Reis, V. M., & González-Badillo, J. J. (2009). Physical fitness qualities of professional volleyball players: determination of positional differences. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, *23*(4), 1106-1111. doi: 10.1519/JSC.0b013e31819b78c4
- Mori, Y., Yamada, Y., Umezaki, S., Kida, N., & Nomura, T. (2022). A study on the number of jumps and jump height in volleyball: From a mock game of college men players. *Advances in Physical Education*, *12*(1), 1-10. Doi: 10.4236/ape.2022.121001
- Patsiaouras, A., Charionidis, K., Moustakidis, A. and Kokaridas, D. (2009). Comparison of technical skills effectiveness of men's national volleyball team. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, *9*(1), 1-7. <https://doi.org/10.1080/24748668.2009.11868460>
- Pawlik, D., & Mroczek, D. (2023). Influence of jump height on the game efficiency in elite volleyball players. *Scientific Reports*, *13*(1), 8931. <https://doi.org/10.1038/s41598-023-35729-w>
- Pawlik, D., Kawczyński, A., Chmura, J., Maćkała, K., Kutrzyński, M., & Mroczek, D. (2020). Jumping flying distance and jump performance of elite male volleyball players at FIVB volleyball men's world championship. *Applied Sciences*, *10*(6), 2045. <https://doi.org/10.3390/app10062045>
- Pocek, S., Milosevic, Z., Lakicevic, N., Pantelic-Babic, K., Imbronjevic, M., Thomas, E., ... & Drid, P. (2021). Anthropometric characteristics and vertical jump abilities by player position and performance level of junior female volleyball players. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *18*(16), 8377. <https://doi.org/10.3390/ijerph18168377>
- Ramirez-Campillo, R., Andrade, D. C., Nikolaidis, P. T., Moran, J., Clemente, F. M., Chaabene, H., & Comfort, P. (2020). Effects of plyometric jump training on vertical jump height of volleyball players: a systematic

- review with meta-analysis of randomized-controlled trial. *Journal of Sports Science & Medicine*, 19(3), 489. PMID: 32874101; PMCID: PMC7429440.
- Rocha, A. C. R., Pedrosa, G. F., Freire, A. B., Praça, G. M., Ugrinowitsch, H., Castro, H. D. O., & Costa, G. T. (2020). Analysis of the setting and predictive factors of the effect of attack according to game ecology: the case of female volleyball. *Kinesiology*, 52(2), 217-223. <https://doi.org/10.26582/k.52.2.7>
- Sattler, T., Hadžic, V., Dervišević, E., & Marković, G. (2015). Vertical jump performance of professional male and female volleyball players: Effects of playing position and competition level. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 29(6), 1486-1493. doi: 10.1519/JSC.0000000000000781
- Savoie, F. A., Kenefick, R. W., Ely, B. R., Chevront, S. N., & Goulet, E. D. (2015). Effect of hypohydration on muscle endurance, strength, anaerobic power and capacity and vertical jumping ability: a meta-analysis. *Sports Medicine*, 45, 1207-1227. <https://doi.org/10.1007/s40279-015-0349-0>
- Schober, P., Boer, C., & Schwarte, L. A. (2018). Correlation coefficients: appropriate use and interpretation. *Anesthesia & Analgesia*, 126(5), 1763-1768. <https://doi.org/10.1213/ANE.0000000000002864>
- Sheppard, J. M., Chapman, D. W., Gough, C., McGuigan, M. R., & Newton, R. U. (2009). Twelve-month training-induced changes in elite international volleyball players. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 23(7), 2096-2101. doi: 10.1519/JSC.0b013e3181b86d98
- Silva, M., Sattler, T., Lacerda, D., & João, P. V. (2016). Match analysis according to the performance of team rotations in volleyball. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 16(3), 1076-1086. <https://doi.org/10.1080/24748668.2016.11868949>
- Tabachnick, B. G., Fidell, L. S., & Ullman, J. B. (2013). *Using multivariate statistics* (Vol. 6, pp. 497-516). Boston, MA: pearson.
- Wnorowski, K., Aschenbrenner, P., Skrobecki, J., & Stech, M. (2013). An assessment of a volleyball player's loads in a match on the basis of the number and height of jumps measured in real-time conditions. *Baltic Journal of Health and Physical Activity*, 5(3), 199-206. Doi: 10.2478/bjha-2013-0019



Spor Bilimleri Fakültesinde Öğrenim Gören Öğrencilerin Doping Bilgi Düzeylerinin İncelenmesi

Hayati ARSLAN¹

¹Erciyes Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Kayseri/Türkiye

<https://orcid.org/0000-0002-5448-2653>

ORJINAL MAKALE

Özet

Çalışma farklı üniversitelerin spor bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin doping bilgi düzeylerini incelemek amacıyla tasarlanmıştır. Çalışmaya yaş ortalaması $22,86 \pm 1,79$ yıl olan altı farklı üniversitenin (Erciyes, Ondokuz Mayıs, Mardin Artuklu, Balıkesir, Siirt ve Akdeniz) spor bilimleri alanında öğrenim gören üniversite öğrencileri olmak üzere 299 kadın, 331 erkek toplamda 630 öğrenci gönüllü olarak katıldı. Veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından oluşturulan "Demografik Bilgi Formu"; öğrencilerin doping bilgi düzeylerini incelemek için Gençtürk ve ark. (2009) tarafından geliştirilen, "Doping Bilgi Düzeyi Anketi" kullanıldı. Verilerin istatistiksel analizinde SPSS 22 paket programı kullanıldı. Verilerin analizinde yüzde frekans analizleri kullanıldı. Araştırmada öğrencilerin doping bilgi düzeyi üniversite, cinsiyet vb. değişkenlerine göre incelendi. Öğrencilerin büyük çoğunluğunun %20,3'ünün doping sözcüğünü ilk olarak antrenör veya eğitmeninden duyduğunu ifade etmişlerdir. 158 öğrenci (%25,1), dopingi performansı yapay yolla artırmak olarak tanımlamıştır. Öğrencilerin %64,8'i dopingin bireysel sporlarda daha fazla kullanıldığını belirtmiştir. Çalışmaya katılan öğrencilerin %30,6'sı dopingin sporcuların performansını "çok" artırdığını belirtmişlerdir. Spor bilimleri öğrencilerin büyük çoğunluğu (%63,5), dopingin sağlığa olumsuz etkileri olduğunu düşünmektedirler. Katılım gösteren öğrencilerin %48,3'ü sporcuların doping kullanımındaki psikolojik sebeplerinin kazanmak olduğunu belirtmişlerdir. Farklı üniversitelerdeki spor bilimleri öğrencilerinin doping konusundaki görüş ve tutumları çeşitlilik göstermektedir. Her üniversitenin öğrencileri arasında doping konusunda farklı düşüncelerin olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca çalışmada doping konusunda olan farklı düşüncelerin cinsiyete göre de olduğu tespit edilmiştir. Sonuç olarak farklı üniversitelerdeki spor bilimleri öğrencilerinin doping konusundaki görüş ve tutumlarında çeşitlilik olduğu gözlenmiştir. Bununla birlikte, öğrencilerin doping konusundaki görüşleri cinsiyete göre de farklılık göstermektedir. Özellikle sporcuların ve spor bilimleri öğrencilerinin doping konusundaki bilgi düzeyleri artırılabilir ve sağlıklı sporculuk kültürü teşvik edilebilir.

Anahtar kelimeler: Doping, Spor Bilimleri, Üniversite

An Examination of Doping Knowledge Levels Among Students Enrolled in the Faculty of Sports Sciences

Abstract

The study was designed to examine the doping knowledge levels of students enrolled in sports sciences programs at different universities. A total of 630 students (299 females, 331 males), with an average age of 22.86 ± 1.79 years, voluntarily participated in the study from six different universities (Erciyes, Ondokuz Mayıs, Mardin Artuklu, Balıkesir, Siirt, and Akdeniz) offering programs in sports sciences. The data collection instrument comprised a "Demographic Information Form" created by the researchers, and the "Doping

Knowledge Level Questionnaire" developed by Gençtürk et al. (2009) was used to assess students' doping knowledge levels. The statistical analysis of the data was performed using SPSS 22 software, and percentage frequency analyses were conducted. The students' doping knowledge levels were examined with respect to variables such as university and gender. A majority of the students (20.3%) stated that they first heard about doping from their coach or instructor. 158 students (25.1%) defined doping as artificially enhancing performance. 64.8% of the students indicated that doping is more commonly used in individual sports. 30.6% of the participating students believed that doping significantly enhances athletes' performance. A substantial proportion of sports sciences students (63.5%) thought that doping has negative effects on health. Furthermore, 48.3% of the participants indicated that the psychological reasons for athletes' doping usage are centered around winning. Doping-related opinions and attitudes of sports sciences students from different universities varied significantly. Distinct perceptions regarding doping were identified among students from different universities. Moreover, the study identified gender-based differences in students' opinions about doping. In conclusion, diverse opinions and attitudes toward doping were observed among sports sciences students from various universities. Additionally, students' perspectives on doping exhibited variations based on gender. Enhancing doping-related knowledge levels among athletes and sports sciences students could promote a healthier sports culture.

Keywords: *Doping, Sports Sciences, University*

Giriş

Spor, insanlığın fiziksel yeteneklerini en üst seviyede kullanarak rekabet ettiği ve sınırlarını zorladığı bir etkinliktir. Sporun temelinde fair-play ve eşitlik gibi değerler yatarken, son yıllarda spor dünyasını gölgeleyen bir gölge olarak "doping" terimi öne çıkmaktadır. Doping, sporcuların performanslarını artırmak amacıyla yasaklı maddeleri kullanmaları veya belirli manipülasyon yöntemlerini uygulamaları olarak tanımlanır. Bu eylem, sadece sporun etik değerlerine zarar vermekle kalmaz, aynı zamanda sporun temel amacını da sorgulamamıza neden olur.

Doping, sporculardaki performans artırma arzusu sporcuların etik kuralların dışına çıkıp yasa dışı yolları denemelerine varacak düzeyde güçlü bir arzudur. Zira bu performans artışı ve başarının hem sosyolojik hem de ekonomik birtakım getirileri vardır (Akgün, 1991). İnsanoğlu kazanmak için tüm etik ve ahlaki değerleri ve sağlığını umursamayarak değişik yollara başvurmakta, spor dünyasında da bu etik ve sağlık karşıtı olgu karşımıza doping olarak çıkmaktadır (Karakoç, 2007). Ayrıca, sporun endüstrileşmesi ve finansal olarak büyük alan kaplaması da tehdidi giderek büyümekte, pastadan daha büyük pay alabilmek için illegal yollara başvurma oranı her geçen gün artmaktadır (Green, 2009). Bu nedenle, dopingle mücadele ve dopingin etkilerinin anlaşılması sporun bütünlüğü için hayati öneme sahiptir. Uluslararası spor organizasyonları ve kuruluşları, dopingi önlemek ve sporun temel değerlerini korumak adına çeşitli önlemler almış ve anti-doping kuralları geliştirmiştir. Ancak, her ne kadar ciddi yaptırımlar ve testler olsa da dopingin spor dünyasında hala varlığını sürdürdüğü bir gerçektir.

Günümüzde doping kullanımının ne kadar yaygın olduğuna ilişkin istatistiksel veriler kısıtlıdır. Son yıllarda, uluslararası şampiyonalarda yarışan seçkin sporculara uygulanan testlerin sonuçları, dopinge başvuran sporcuların oranının %1,3 – 2 civarında olduğunu göstermektedir. Yine de doping testleri, sportif etkinliklerin ayrılmaz bir parçası olmaya devam etmektedir. Performans iyileştirici yeni ilaçlar ve yöntemler çıktıkça, bunların kullanımını saptamaya yarayacak yöntemler de geliştirilmeye çalışılmaktadır. Sporu ve spor ruhunu "temiz" tutma yolundaki savaş böylece sürüp gitmektedir (Zülal, 2004).

Bu çalışmanın amacı, farklı üniversitelerde spor bilimleri alanında eğitim gören öğrencilerin doping konusundaki bilgi düzeylerini incelemek ve değerlendirmektir. Spor, sağlık, etik ve rekabet gibi kavramların iç içe geçtiği bir alan olup, doping uygulamaları hem bireysel sporcuların kariyerlerini etkilemekte hem de sporun temel değerlerini zedeleme

potansiyeline sahiptir. Bu bağlamda, geleceğin spor profesyonelleri olarak yetişen üniversite spor bilimleri öğrencilerinin doping konusundaki bilgi düzeylerini anlamak, anti-doping eğitim programlarının etkinliğini değerlendirmek ve sporun etik boyutlarını güçlendirmek adına kritik bir öneme sahiptir. Bu araştırma, spor bilimleri öğrencilerinin doping konusundaki farkındalıklarını artırmayı ve gelecekteki spor pratiği üzerinde olumlu etkiler yaratmayı hedeflemektedir.

Gereç ve Yöntem

Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada, farklı üniversitelerin spor bilimleri fakültelerinde öğrenim gören öğrencilerin doping bilgi düzeyleri, görüşleri ve tutumlarının belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu nedenle çalışmada nicel araştırma yöntemlerinden tarama deseni kullanılmıştır. Tarama araştırmaları genellikle geniş bir kitlenin belli bir konudaki görüşlerini ortaya koymak amacıyla yapılan çalışmalardır (Fraenkel vd., 2011).

Evren ve Örneklem

Çalışmaya altı farklı üniversitenin spor bilimleri alanında öğrenim gören üniversite öğrencileri Ondokuz Mayıs Üniversitesi 100(%15,8), Mardin Artuklu Üniversitesi 102(%16,2), Balıkesir Üniversitesi 116(%18,4), Siirt Üniversitesi 110(%17,4), Erciyes Üniversitesi 101(%16) ve Akdeniz Üniversitesi 102(%16,2) olmak üzere 299 kadın, 331 erkek toplamda 630 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcıların yaş ortalaması $22,86 \pm 1,79$ yıl olarak tespit edilmiştir. Çalışmaya katılan öğrenciler 3. veya 4. sınıf olmak üzere Beden Eğitimi Öğretmenliği ve Antrenörlük Eğitimi bölümünde öğrenim görmektedirler. Tüm öğrenciler en az bir dönem doping ile ilgili bir ders almışlardır. Çalışmada veri toplama aracı olarak araştırmacı tarafından oluşturulan ‘‘Demografik Bilgi Formu’’ ve Gençtürk ve ark. (2009) tarafından geliştirilen ‘‘Doping Bilgi Düzeyi’’ anketi kullanılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Demografik Bilgi Formu: Çalışmaya katılım sağlayan öğrencilerden cinsiyet, yaş, üniversite, bölüm, sınıf, spor yapma sıklığı, spor yaşı (yıl) gibi bilgileri edinmek amacıyla araştırmacı tarafından demografik bilgi formu oluşturulmuştur.

Doping Bilgi Düzeyi Anketi: Araştırmada öğrencilerin doping bilgi düzeylerini belirlemek için Gençtürk vd. (2009) tarafından oluşturulan ‘doping bilgi düzeyi’ anketi

kullanılmıştır. 5'li likert tipinde olan anket, Hiç katılmıyorum, katılmıyorum, az katılıyorum, katılıyorum ve tamamen katılıyorum seçeneklerinden ve toplam 10 sorudan oluşmaktadır.

Verilerin Analizi

Bu çalışmada elde edilen verilerin analizinde SPSS 22 paket programı kullanılmıştır. Verilerin analizinde yüzde frekans değerlendirme kullanılmıştır.

Araştırmanın Etiği

Araştırma uygulanmadan önce kullanılacak ölçme aracı için gerekli izin alınmıştır. Katılımcılar araştırmanın içeriği hakkında bilgilendirilerek gönüllü katılım onamları alınmış ve anket yöntemi ile araştırmanın verileri elde edilmiştir.

Bulgular

Tablo 1

Çalışmaya Katılan Spor Bilimleri Öğrencilerine Ait Tanımlayıcı Bilgiler

		n	%
Cinsiyet	Erkek	331	52,5
	Kadın	299	47,5
Üniversite	Ondokuz Mayıs	100	15,9
	Mardin Artuklu	102	16,2
	Balıkesir	116	18,4
	Siirt	109	17,3
	Erciyes	101	16,0
	Akdeniz	102	16,2
		Antrenörlük Eğitimi	317
Bölüm	Beden eğitimi ve Spor Öğretmenliği	313	49,7
Sınıf	3	318	50,5
	4	312	49,5
Spor yapma sıklığı (Haftada)	Hiç	17	2,7
	1-2 gün	92	14,6
	2-3 gün	214	34,0
	3-4 gün	197	31,3
	5-6 gün	110	17,5

Tablo 1’de çalışmaya katılan Spor Bilimleri öğrencilerinin cinsiyet, üniversite, bölüm, sınıf ve spor yapma alışkanlıkları gibi tanımlayıcı bilgiler verilmiştir. Toplam katılımcıların %52,5’i erkek (331 öğrenci) ve %47,5’i kadın (299 öğrenci) olarak belirlenmiştir. Öğrencilerin neredeyse tamamının spor yaptığı tespit edilmiştir.

Tablo 2

Çalışmaya Katılan Spor Bilimleri Öğrencilerinin Doping Sorularına Yönelik Bilgileri

		n	%
Doping sözcüğünü ilk olarak nerede duydunuz?	Antrenör/Eğitmen	128	20,3
	Arkadaş	79	12,5

	Aile	113	17,9
	Medya	287	45,6
	Doktor	23	3,7
Doping tanımı sizce nedir?	Performansı yapay yolla arttırmak	158	25,1
	Başarıyı arttırmak için uygulanan antrenman dışı yollar	249	39,5
	Başarı için antrenman dışı ve bazı tıbbi yollar	223	35,4
Hangi spor dallarında daha çok kullanılıyor?	Bireysel sporlar	408	64,8
	Takım Sporları	222	35,2
Sporcuların performansını ne kadar arttırdığını düşünüyorsunuz?	Çok	193	30,6
	Orta Düzeyde	222	35,2
	Az	110	17,5
	Çok az	88	14,0
	Hiç	17	2,7
Doping sporcuların sağlığı üzerinde olumsuz etki yaratır mı?	Evet	400	63,5
	Hayır	230	36,5
Sporcuların doping kullanımındaki psikolojik sebepleri nedir?	Heyecanı yatıştırmak	34	5,4
	Konsantre olmak	93	14,8
	Kazanmak	304	48,3
	Kaygıyı yok etmek	71	11,3
	Hepsi	128	20,3

Tablo 2’de, Spor Bilimleri öğrencilerinin doping konusundaki bilgi düzeyleri, dopingin tanımı, etkileri, kullanım nedenleri ve algıları gibi farklı yönleri sunulmaktadır. “Doping Sözcüğünü İlk Olarak Nerede Duydunuz?” sorusuna öğrencilerin büyük çoğunluğunun %45,6’sı medyadan duyduğunu ifade etmişlerdir. “Doping Tanımı Sizce Nedir?” sorusuna 158 katılımcı (%25,1), dopingi performansı yapay yolla arttırmak olarak tanımlamıştır. “Hangi Spor Dallarında Daha Çok Kullanılıyor?” sorusuna katılımcıların %64,8’i dopingin bireysel sporlarda daha çok kullanıldığını belirtmiştir. “Doping’in Sporcuların Performansını Ne Kadar Arttırdığını Düşünüyorsunuz?” sorusuna %30,6’sı sporcuların performansını "çok" arttırdığını düşünmektedir. “Doping, Sporcuların Sağlığı Üzerinde Olumsuz Etki Yaratır mı?” konusunda spor bilimleri öğrencilerin büyük çoğunluğunun (%63,5), sağlığa olumsuz etkileri olduğunu düşünmektedir. “Sporcuların Doping Kullanımındaki Psikolojik Sebepleri Nedir?” sorusuna öğrencilerin %48,3’ü kazanmak cevabını vermişlerdir.

Tablo 3

Çalışmaya Katılan Spor Bilimleri Öğrencilerinin Üniversitelere Göre Doping Bilgi Düzeyleri

Sorular	Üniversite	Hiç	Katılmıyorum	Az	Katılıyorum	Tamamen
		Katılmıyorum	Katılmıyorum	Katılıyorum	Katılıyorum	Katılıyorum
		n(%)	n(%)	n(%)	n(%)	n(%)
Doping ile ilgili kurum ve kuruluşların	Ondokuz Mayıs	19(19)	19(19)	40(40)	19(19)	3(3)
	Mardin	15(14,7)	21(20,6)	42(41,2)	18(17,6)	6(5,9)
	Balıkesir	14(12,1)	19(16,4)	47(40,5)	33(28,4)	3(2,6)

faaliyetlerini yeterli buluyorum.	Siirt	10(9,2)	17(15,6)	53(48,6)	26(23,9)	3(2,8)
	Erciyes	16(15,8)	23(22,8)	44(43,6)	13(12,9)	5(5)
	Akdeniz	10(9,8)	26(25,5)	42(41,2)	19(18,6)	5(4,9)
Performans artırıcı maddeleri (doping) çevremdeki sporculardan kullananlar var.	Ondokuz Mayıs	15(15)	28(28)	24(24)	28(28)	5(5)
	Mardin	19(18,86)	29(28,4)	21(20,6)	25(24,5)	8(7,8)
	Balıkesir	16(13,8)	19(16,4)	52(44,8)	23(19,8)	6(5,2)
	Siirt	9(8,3)	22(20,2)	41(37,6)	33(30,3)	4(3,7)
	Erciyes	15(14,9)	27(26,7)	36(35,6)	18(17,8)	5(5)
	Akdeniz	10(9,8)	30(29,4)	33(32,4)	22(21,6)	7(6,9)
Ülkemizde doping konusu idareciler, antrenörler ve sporcular tarafından yeterince biliniyor.	Ondokuz Mayıs	12(12)	21(21)	41(41)	19(19)	7(7)
	Mardin	8(7,8)	21(20,6)	51(50)	17(16,7)	5(4,9)
	Balıkesir	10(8,6)	32(27,6)	43(37,1)	23(19,8)	8(6,9)
	Siirt	6(5,5)	25(22,9)	42(38,5)	31(28,4)	5(4,6)
	Erciyes	8(7,9)	23(22,8)	40(39,6)	24(23,8)	6(5,9)
	Akdeniz	6(5,9)	21(20,6)	45(44,1)	24(23,5)	6(5,9)
Sporcular üst düzey performans sergilemek için doping kullanmalıdır.	Ondokuz Mayıs	34(34)	26(26)	16(16)	15(15)	9(9)
	Mardin	50(49,0)	14(13,7)	18(17,6)	17(16,7)	3(2,9)
	Balıkesir	25(21,6)	21(18,1)	29(25)	35(30,2)	6(5,2)
	Siirt	27(24,8)	18(16,5)	33(30,3)	28(25,7)	3(2,8)
	Erciyes	28(27,7)	24(23,8)	19(18,8)	26(25,7)	4(4)
	Akdeniz	39(38,2)	21(20,6)	19(18,6)	17(16,7)	6(5,9)
Vitaminler doping maddesi olarak kabul edilebilir.	Ondokuz Mayıs	28(28)	26(26)	22(22)	19(19)	5(5)
	Mardin	32(31,4)	25(24,5)	20(19,6)	22(21,6)	3(2,9)
	Balıkesir	11(9,5)	17(14,7)	51(44)	31(26,7)	6(5,2)
	Siirt	13(11,9)	29(26,6)	40(36,7)	24(22)	3(2,8)
	Erciyes	26(25,7)	23(22,8)	25(24,8)	22(21,8)	5(5)
	Akdeniz	24(23,5)	30(29,4)	24(23,5)	16(15,7)	8(7,8)
Performans artırıcı maddeleri çevremdeki antrenör ve idarecilerden sporcularına kullandıranlar var.	Ondokuz Mayıs	17(17)	28(28)	22(22)	23(23)	10(10)
	Mardin	19(18,6)	23(22,5)	30(29,4)	16(15,7)	14(13,7)
	Balıkesir	18(15,5)	22(19)	33(28,4)	35(30,2)	8(6,9)
	Siirt	17(15,6)	24(22)	31(28,4)	25(22,9)	12(11)
	Erciyes	18(17,8)	26(25,7)	30(29,7)	20(19,8)	7(6,9)
	Akdeniz	16(15,7)	21(20,6)	33(32,4)	16(15,7)	16(15,7)
Tüm sporcular doping kullanmaktadır.	Ondokuz Mayıs	38(38)	28(28)	17(17)	12(12)	5(5)
	Mardin	46(45,1)	18(17,6)	20(19,6)	12(11,8)	6(5,9)
	Balıkesir	15(12,9)	24(20,7)	37(31,9)	35(30,2)	5(4,3)
	Siirt	24(22)	21(19,3)	31(28,4)	27(24,8)	6(5,5)
	Erciyes	33(32,7)	15(14,9)	28(27,7)	21(20,8)	4(4)
	Akdeniz	40(39,2)	15(14,7)	21(20,6)	14(13,7)	12(11,8)
Doping hayatın ileriki dönemlerinde ciddi zararlar verir.	Ondokuz Mayıs	1(1)	10(10)	17(17)	33(33)	39(39)
	Mardin	5(4,9)	8(7,8)	17(16,7)	28(27,5)	44(43,1)
	Balıkesir	9(7,8)	11(9,5)	40(34,5)	39(33,6)	17(14,7)
	Siirt	6(5,5)	11(10,1)	37(33,9)	33(30,3)	22(20,2)
	Erciyes	7(6,9)	10(9,9)	25(24,8)	32(31,7)	27(26,7)
	Akdeniz	5(4,9)	7(6,9)	17(16,7)	26(25,5)	47(46,1)
Sporcuların doping bilgi düzeyleri yeterli seviyededir.	Ondokuz Mayıs	16(16)	25(25)	42(42)	12(12)	5(5)
	Mardin	9(8,8)	20(19,6)	61(59,8)	10(9,8)	2(2)
	Balıkesir	9(7,8)	19(16,4)	47(40,5)	34(29,3)	7(6)
	Siirt	8(7,3)	22(20,2)	52(47,7)	22(20,2)	5(4,6)
	Erciyes	7(6,9)	30(29,7)	37(36,6)	20(19,8)	7(6,9)
	Akdeniz	9(8,8)	15(14,7)	42(41,2)	2322,5	13(12,7)
Doping %100 başarı sağlar.	Ondokuz Mayıs	19(19)	25(25)	25(25)	25(25)	6(6)
	Mardin	14(13,7)	22(21,6)	48(47,1)	12(11,8)	6(5,9)
	Balıkesir	12(10,3)	27(23,3)	44(37,9)	22(19)	11(9,5)
	Siirt	6(5,5)	29(26,6)	35(32,1)	28(25,7)	11(10,1)
	Erciyes	15(14,9)	24(23,8)	28(27,7)	22(21,8)	12(11,9)
	Akdeniz	28(27,5)	26(25,5)	14(13,7)	21(20,6)	13(12,7)

Tablo 3'te çalışmaya katılan farklı üniversitelerdeki Spor Bilimleri öğrencilerinin doping hakkındaki bilgi düzeyleri, görüşleri ve tutumları gösterilmiştir. Farklı üniversitelerdeki spor bilimleri öğrencilerinin doping konusundaki görüş ve tutumları çeşitlilik göstermektedir. Her üniversitenin öğrencileri arasında doping konusunda farklı düşüncelerin olduğu saptanmıştır.

Spor bilimleri öğrencilerinin “dopingle ilgili kurum ve kuruluşların faaliyetlerini yeterli bulma” düzeyleri incelendiğinde, üniversiteler arasında, doping ile ilgili kurum ve kuruluşların faaliyetlerini yeterli bulma oranları farklılık göstermektedir. OMÜ ve Erciyes Üniversiteleri öğrencilerinden katılmayanların oranı %38, katılanların oranı ise %62 olarak tespit edilmiştir. Spor bilimleri öğrencilerinin “performans arttırıcı maddeleri (doping) çevremdeki sporculardan kullananlar var” ifadesine göre incelendiğinde Üniversiteler arasında, çevrede doping kullanan sporcuların varlığına dair görüşlerde farklılıklar bulunmaktadır. Balıkesir ve Siirt Üniversitesi öğrencilerinin yaklaşık %70'i bu ifadeye katıldıkları saptanmıştır. Spor bilimleri öğrencilerinin “Ülkemizde doping konusu idareciler, antrenörler ve sporcular tarafından yeterince biliniyor” ifadesi incelendiğinde, ülkedeki doping konusunun idareciler, antrenörler ve sporcular tarafından yeterince bilinip bilinmediği konusunda farklı düşüncelere sahiptirler. Akdeniz üniversitesindeki öğrencilerin %73,5'inin bu ifadeye katıldıkları tespit edilmiştir. Spor bilimleri öğrencilerinin “sporcular üst düzey performans sergilemek için doping kullanmalıdır” ifadesi incelendiğinde, sporcuların üst düzey performans göstermek için doping kullanma gerekliliği konusunda farklı görüşlere sahiptirler. OMÜ ve Mardin üniversitesindeki öğrencilerin %60-62'sinin bu ifadeye katılmadıkları saptanmıştır. Spor bilimleri öğrencilerinin “vitaminler doping maddesi olarak kabul edilebilir” ifadesi incelendiğinde, vitaminlerin doping maddesi olarak kabul edilip edilmemesi konusunda görüşleri farklılık göstermektedir. Spor bilimleri öğrencilerinin “performans arttırıcı maddeleri çevremdeki antrenör ve idarecilerden sporcularına kullandıranlar var” ifadesi değerlendirildiğinde çevrelerindeki antrenör ve idarecilerin sporcularına doping kullanmayı teşvik edenlerin varlığına dair görüşleri farklılık göstermektedir. Balıkesir, Siirt ve Akdeniz üniversitesindeki spor bilimleri öğrencilerin %63-65'inin bu ifadeye katıldıkları tespit edilmiştir. Diğer üniversitelerde bu oran (%55-58) biraz daha düşük düzeydedir. Çalışmaya katılan öğrencilerin “tüm sporcuların doping kullandığına” dair görüşleri incelendiğinde, tüm sporcular doping kullanıp kullanmadığına dair farklı görüşlere sahiptir. OMÜ ve Mardin üniversitesindeki spor bilimleri öğrencilerinin %62-64'ünün bu ifadeye katılmadıkları saptanmıştır. Öğrencilerin “dopingin ileriki dönemlerde ciddi zararlar verme ihtimaline” dair görüşleri farklılık göstermektedir. OMÜ, Mardin ve

Akdeniz Üniversitesi spor bilimleri öğrencilerin doping hayatın ileriki dönemlerinde ciddi zararlar verir ifadesine öğrencilerin %77-79'u katılıyorum şeklinde cevap verdikleri tespit edilmiştir. Spor bilimleri öğrencilerinin “sporcuların doping bilgi düzeyleri yeterli seviyededir” ifadesinde de öğrenciler sporcuların doping hakkındaki bilgi düzeylerinin yeterli olup olmadığı konusunda farklı düşüncelere sahiplerdir. OMÜ ve Erciyes Üniversitesi öğrencilerin %36-41'i katılmadıkları tespit edilmiştir. Spor bilimleri öğrencilerinin “doping %100 başarı sağlar” ifadesinde de öğrencilerin dopingin %100 başarı sağlayacağına dair görüşler farklılık göstermektedir. Akdeniz üniversitesindeki öğrencilerin %53'ünün katılmadığı tespit edilmiştir.

Tablo 4

Çalışmaya Katılan Öğrencilerinin Cinsiyete Göre Doping Bilgi Düzeyleri

Sorular	Cinsiyet		Hiç		Az		Tamamen
			Katılmıyorum	Katılmıyorum	Katılıyorum	Katılıyorum	Katılıyorum
Doping ile ilgili kurum ve kuruluşların faaliyetlerini yeterli buluyorum.	Kadın	n	39	63	130	58	9
		%	13,0	21,1	43,5	19,4	3,0
	Erkek	n	45	62	138	70	16
		%	13,6	18,7	41,7	21,1	4,8
Performans artırıcı maddeleri (doping) çevremdeki sporculardan kullananlar var.	Kadın	n	48	62	103	67	19
		%	16,1	20,7	34,4	22,4	6,4
	Erkek	n	36	93	104	82	16
		%	10,9	28,1	31,4	24,8	4,8
Ülkemizde doping konusu idareciler, antrenörler ve sporcular tarafından yeterince biliniyor.	Kadın	n	20	65	130	69	15
		%	6,7	21,7	43,5	23,1	5,0
	Erkek	n	30	78	132	69	22
		%	9,1	23,6	39,9	20,8	6,6
Sporcular üst düzey performans sergilemek için doping kullanmalıdır.	Kadın	n	95	67	55	63	19
		%	31,8	22,4	18,4	21,1	6,4
	Erkek	n	108	57	79	75	12
		%	32,6	17,2	23,9	22,7	3,6
Vitaminler doping maddesi olarak kabul edilebilir.	Kadın	n	59	75	84	61	20
		%	19,7	25,1	28,1	20,4	6,7
	Erkek	n	75	75	98	73	10
		%	22,7	22,7	29,6	22,1	3,0
Performans artırıcı maddeleri çevremdeki antrenör ve idarecilerden sporcularına kullandıranlar var.	Kadın	n	45	73	78	63	40
		%	15,1	24,4	26,1	21,1	13,4
	Erkek	n	60	71	101	72	27
		%	18,1	21,5	30,5	21,8	8,2
Tüm sporcular doping kullanmaktadır.	Kadın	n	92	61	76	51	19
		%	30,8	20,4	25,4	17,1	6,4
	Erkek	n	104	60	78	70	19
		%	31,4	18,1	23,6	21,1	5,7
Doping hayatın ileriki dönemlerinde ciddi zararlar verir.	Kadın	n	12	26	72	93	96
		%	4,0	8,7	24,1	31,1	32,1
	Erkek	n	21	31	81	98	100
		%	6,3	9,4	24,5	29,6	30,2
Sporcuların doping bilgi düzeyleri yeterli seviyededir.	Kadın	n	25	74	134	46	20
		%	8,4	24,7	44,8	15,4	6,7

Doping %100 başarı sağlar.	Erkek	n	33	57	147	75	19
		%	10,0	17,2	44,4	22,7	5,7
	Kadın	n	38	76	98	62	25
		%	12,7	25,4	32,8	20,7	8,4
	Erkek	n	56	77	96	68	34
		%	16,9	23,3	29,0	20,5	10,3

Tablo 4'te Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin cinsiyetlerine göre doping hakkındaki bilgi düzeyleri ve tutumları sunulmuştur. Tablo kadın ve erkek öğrenciler arasındaki doping konusundaki farklı görüşleri, bilgi düzeylerini ve tutumları göstererek cinsiyetler arasındaki farkları vurgular.

Tablo 5

Çalışmaya Katılan Tüm Spor Bilimleri Öğrencilerinin Doping Bilgi Düzeyleri

		Hiç Katılmıyorum	Katılmıyorum	Az Katılıyorum	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
Doping ile ilgili kurum ve kuruluşların faaliyetlerini yeterli buluyorum.	n	84	125	268	128	25
	%	13,3	19,8	42,5	20,3	4,0
Performans artırıcı maddeleri (doping) çevremdeki sporculardan kullananlar var.	n	84	155	207	149	35
	%	13,3	24,6	32,9	23,7	5,6
Ülkemizde doping konusu idareciler, antrenörler ve sporcular tarafından yeterince biliniyor.	n	50	143	262	138	37
	%	7,9	22,7	41,6	21,9	5,9
Sporcular üst düzey performans sergilemek için doping kullanmalıdır.	n	203	124	134	138	31
	%	32,2	19,7	21,3	21,9	4,9
Vitaminler doping maddesi olarak kabul edilebilir.	n	134	150	182	134	30
	%	21,3	23,8	28,9	21,3	4,8
Performans artırıcı maddeleri çevremdeki antrenör ve idarecilerden sporcularına kullandıranlar var.	n	105	144	179	135	67
	%	16,7	22,9	28,4	21,4	10,6
Tüm sporcular doping kullanmaktadır.	n	196	121	154	121	38
	%	31,1	19,2	24,4	19,2	6,0
Doping hayatın ileriki dönemlerinde ciddi zararlar verir.	n	33	57	153	191	196
	%	5,2	9,0	24,3	30,3	31,1
Sporcuların doping bilgi düzeyleri yeterli seviyededir.	n	58	131	281	121	39
	%	9,2	20,8	44,6	19,2	6,2
Doping %100 başarı sağlar.	n	94	153	194	130	59
	%	14,9	24,3	30,8	20,6	9,4

Tablo 5'te üniversite ayırt etmeksizin çalışmaya katılan tüm Spor Bilimleri öğrencilerinin doping hakkındaki bilgi düzeyleri ve tutumları gösterilmiştir. Tablodan da anlaşılacağı üzere doping hakkında öğrenciler arasında farklı görüşlerin ve yaklaşımların olduğu görülmektedir.

Tartışma ve Sonuç Öneriler

Bu çalışmanın temel dayanağı spor ve sporculuk ile ilgili eğitimlerin yeri olan spor bilimleri fakültelerinde öğrenim gören öğrencilerin doping konusundaki bilgi seviyelerini ve

farkındalıklarını incelemektir. Sporun etik değerlerine ve sporcuların sağığına zarar veren doping kullanımının önlenmesi, sporun sürdürülebilirliğı ve dürüstlüğü için elzemdir. Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin doping konusundaki bilgi seviyeleri, hem sporun geleceğini şekillendiren genç bireylerin eğitimi hem de sporun toplumsal ve etik boyutlarının korunması açısından hayati bir öneme sahiptir.

Çalışma sonuçlarına göre “Doping Sözcüğünü İlk Olarak Nerede Duydunuz?” sorusuna öğrencilerin büyük çoğunluğunun %45,6’sı medyadan, %20,3’ünün antrenör/eğitmen’den duyduğunu ifade etmişlerdir. Çalışma sonuçlarına paralel olarak Öztürk vd. (2012)’nin yapmış olduğu çalışmada, araştırmaya katılanların %62,22’sinin spor bilimleri mezunu olduğu hentbol süper lig oyuncularının “doping” sözcüğünü ilk olarak nerde duyduklarına ilişkin orana bakıldığında, %47.3’ü “medya/yazılı ve görsel basın”, %37.2’si “antrenör/eğitmen”, olarak belirtmişlerdir. Bu araştırma sonucu ve benzer örneklem grubuna sahip literatür de ki diğer araştırma sonucu sporcuların doping sözcüğünü ilk olarak medyadan daha sonra antrenör veya eğitmenden duyduğunu göstermektedir.

Çalışmaya katılan farklı üniversitelerdeki Spor Bilimleri öğrencilerinin doping hakkındaki bilgi düzeyleri, görüşleri ve tutumlarına bakıldığında, öğrencilerinin doping konusundaki görüş ve tutumları çeşitlilik göstermektedir. Her üniversitenin öğrencileri arasında doping konusunda farklı düşüncelerin olduğu belirlenmiştir. Spor bilimleri öğrencilerinin “dopingle ilgili kurum ve kuruluşların faaliyetlerini yeterli bulma” düzeyleri incelendiğinde, üniversiteler arasında, doping ile ilgili kurum ve kuruluşların faaliyetlerini yeterli bulma oranları farklılık göstermektedir. OMÜ ve Erciyes Üniversiteleri öğrencilerinden katılmayanların oranı %38, katılanların oranı ise %62 olarak tespit edilmiştir. Spor bilimleri öğrencilerinin “performans artırıcı maddeleri (doping) çevremdeki sporculardan kullananlar var” ifadesine göre incelendiğinde Üniversiteler arasında, çevrede doping kullanan sporcuların varlığına dair görüşlerde farklılıklar bulunmaktadır. Nitekim Balıkesir ve Siirt Üniversitesi öğrencilerinin yaklaşık %70’i bu ifadeye katıldıklarını ifade etmişlerdir. Çelik vd. (2022) yapmış oldukları çalışmada sporculara “Çevrenizde doping yapan sporcu veya sporcular var mı?” sorusunu yöneltmiş ve sporcuların %46,1’i evet cevabını vermiştir.

Spor bilimleri öğrencilerinin “Ülkemizde doping konusu idareciler, antrenörler ve sporcular tarafından yeterince biliniyor” ifadesi incelendiğinde, ülkedeki doping konusunun idareciler, antrenörler ve sporcular tarafından yeterince bilinip bilinmediğı konusunda farklı düşüncelere sahiptirler. Akdeniz üniversitesindeki öğrencilerin %73,5’inin bu ifadeye

katıldıklarını ifade etmişlerdir. Spor bilimleri öğrencilerinin “sporcular üst düzey performans sergilemek için doping kullanmalıdır” ifadesi incelendiğinde, sporcuların üst düzey performans göstermek için doping kullanma gerekliliği konusunda farklı görüşlere sahiplerdir. OMÜ ve Mardin üniversitesindeki öğrencilerin %60-62'sinin bu ifadeye katılmadıklarını belirtmişlerdir. Bu durum her iki üniversite öğrencilerinin bu konuda daha fazla bilgi sahibi olduğunu işaret etmektedir. Yıldız vd. (2016)'nın sporcular üzerinde yaptıkları çalışmada da bireysel sporla uğraşan sporcuların %20.7'si dopingin gerekirse kullanılabilceği cevabını vermiştir. “Spor bilimleri öğrencilerinin “vitaminler doping maddesi olarak kabul edilebilir” ifadesi incelendiğinde, vitaminlerin doping maddesi olarak kabul edilip edilmemesi konusunda görüşleri farklılık göstermektedir. OMÜ, Mardin ve Akdeniz Üniversitelerindeki spor bilimleri öğrencilerinin vitaminlerin doping maddesi olmadığı bilincinde oldukları görülmüştür. Spor bilimleri öğrencilerinin “performans artırıcı maddeleri çevremdeki antrenör ve idarecilerden sporcularına kullandıranlar var” ifadesi değerlendirildiğinde çevrelerindeki antrenör ve idarecilerin sporcularına doping kullanmayı teşvik edenlerin varlığına dair görüşleri farklılık göstermektedir. Balıkesir, Siirt ve Akdeniz üniversitesindeki spor bilimleri öğrencilerin %63-65'inin bu ifadeye katıldıkları tespit edilmiştir. Dolayısıyla bu üniversitede okuyan öğrencilerin çevrelerindeki antrenör veya idarecilerin sporcularını dopinge teşvik ettikleri düşüncesinin olduğunu göstermektedir. Diğer üniversitelerde bu oran (%55-58) biraz daha düşük düzeydedir. Çalışmaya katılan öğrencilerin “tüm sporcuların doping kullanmaktadır” görüşleri incelendiğinde, tüm sporcular doping kullanıp kullanmadığına dair farklı görüşlere sahiptir. OMÜ ve Mardin üniversitesindeki spor bilimleri öğrencilerinin %62-64'ü bu ifadeye katılmadığını belirtmiştir. Dolayısıyla bu üniversite de okuyan öğrencilerin büyük çoğunluğunun tüm sporcuları aynı kefiye koymadıkları ve bu konuda bilinçli oldukları söylenebilir. Öğrencilerin “dopingin ileriki dönemlerde ciddi zararlar verme ihtimaline” dair görüşleri farklılık göstermektedir. OMÜ, Mardin ve Akdeniz Üniversitesi spor bilimleri öğrencilerin doping hayatın ileriki dönemlerinde ciddi zararlar verir ifadesine öğrencilerin %77-79'u katılıyor şeklinde cevap vermiştir. Dolayısıyla dopingin uzun vadeli sağlık etkilerine dair bilinçli bir tutum sergiledikleri anlaşılmaktadır. Spor bilimleri öğrencilerinin “sporcuların doping bilgi düzeyleri yeterli seviyededir” ifadesinde de öğrenciler sporcuların doping hakkındaki bilgi düzeylerinin yeterli olup olmadığı konusunda farklı düşüncelere sahiplerdir. OMÜ ve Erciyes Üniversitesi öğrencilerinin %36-41'i katılmadıklarını belirtmiştir. Bu üniversitelerde okuyan spor bilimleri öğrencilerinin sporcuların doping hakkındaki bilgi düzeylerini yeterli bulma durumu diğer öğrencilere göre daha düşük düzeyde olduğu söylenebilir. Spor bilimleri öğrencilerinin “doping %100 başarı sağlar” ifadesinde de

öğrencilerin dopingin %100 başarı sağlayacağına dair görüşler farklılık göstermektedir. Akdeniz üniversitesindeki öğrencilerin %53'ünün katılmadığı belirlenmiştir. Dolayısıyla Akdeniz Üniversitesi spor bilimleri öğrencilerinin yarısından fazlası dopingin %100 başarı sağlamadığı konusunda hemfikir oldukları anlaşılmıştır.

Spor bilimleri öğrencilerinin cinsiyet değişkenine göre doping hakkındaki bilgi düzeyleri ve tutumlarına bakıldığında kadın ve erkek öğrenciler arasında farklı görüşlerin ve yaklaşımların olduğu görülmüştür. Dopingin hayatın ileriki dönemlerinde zarar verdiğine ilişkin ifadeye kadın ve erkek öğrencilerin genel olarak katıldıkları görülmüştür. Bu sonuç doping konusunda benzer bilgilere sahip olduklarını göstermektedir. Benzer şekilde Aydemir (2019) Çalışmasında dopingli maddelerin sağlığı nasıl etkilediği konusunda kadın ve erkekler arasında anlamlı bir farklılığın olmadığını belirtmiştir. Ancak Karacabey vd. (2017) çalışmalarında sporcuların doping kullanmasının normal olmadığı düşüncesinde kadın öğrencilerin erkek öğrencilere oranla daha bilgili olduklarını ve doping kullanımını daha az normal gördüklerini belirtmişlerdir.

Çalışmaya katılan tüm öğrencilerin doping hakkındaki bilgi düzeyleri ve tutumlarına bakıldığında, öğrenciler arasında farklı görüşlerin ve yaklaşımların olduğu görülmüştür. Sonuçlar arasında en dikkat çekici olan ise “Sporcuların doping bilgi düzeyleri yeterli seviyededir” ifadesinde öğrencilerin neredeyse yarısı (%44,6) az katıldıklarını belirtmiştir. Bu durum öğrencilerin genel anlamda doping hakkında bilgilerinin çok fazla olmadığını düşündüklerini göstermektedir. Aydemir (2019) çalışmasında “Türkiye’de antrenörlerin doping konusunda yeterli bilgiye sahip olduğuna inanıyor musunuz” sorusunu yöneltmiş ve yüksek oranda hayır cevabını almıştır. Bu sonuç çalışmamız sonuçlarını kısmen de olsa desteklemektedir.

Elde edilen sonuçlar, spor bilimleri öğrencileri arasında doping konusundaki görüş ve tutumların farklılık gösterdiğini göstermektedir. Bu nedenle, üniversiteler ve eğitim kurumları, öğrencilere dopingin etik, sağlık ve spor performansı üzerindeki etkilerini anlatan bilinçlendirme programları düzenleyebilir. Aynı zamanda, cinsiyete özgü farklılıkları da dikkate alarak, bireysel deneyimleri ve değerleri göz önünde bulunduran özelleştirilmiş eğitim materyalleri ve etkinlikler geliştirilmelidir. Bu şekilde, sporcuların gelecekte sağlıklı ve etik değerlere dayalı sporculuk anlayışını benimsemelerine yardımcı olunabilir.

Kaynakça

- Akgün, N. (1991). Spor Yarışmalarında Anabolik Androjenik Steroidlerin Ergojenik Maddelerin ve Drogların Kullanımı. Ankara: Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü Yayınları.
- Aydemir Y. (2019) *Antrenörlük eğitimi bölümü öğrencilerinin doping hakkındaki bilgi düzeyleri ve görüşlerinin incelenmesi: Bartın üniversitesi örneği*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans tezi, Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi Anabilim Dalı, Bartın.
- Çelik, B., Certel, Z., Bahadır, Z., ve Makaracı, M. (2022). Bireysel spor dallarıyla uğraşan antrenör ve sporcuların doping bilgi düzeylerinin ve düşüncelerinin karşılaştırılması. *Uluslararası Türk Spor ve Egzersiz Psikolojisi Dergisi*, 2(2), 95-108.
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., ve Hyun, H. H. (2012). How to design and evaluate research in education. *McGram-Hill Publishing*.
- Gençtürk, G., Colakoglu, T. & Demirel, M. (2009). Elit sporcularda doping bilgi düzeyinin ölçülmesine yönelik bir araştırma güreş örneği. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3 (3), 213-221.
- Green, M. (2009). Podium or participation? Analysing Policy Priorities under Changing Modes of Sport Governance in the United Kingdom. *International Journal of Sport Policy*. 1(2), 121-144
- Karacabey, K., Seyhan, S., Öntürk, Y., Apur U. ve Akyel, Y. (2017). Genç sporcuların dopinge yönelimine etken olarak doping hakkındaki bilgi düzeyleri ve bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Batman Üniversitesi Yaşam Bilimleri Dergisi*, 7(2/2), 168-179.
- Karakoç E. (2007). *Cumhuriyet üniversitesi beden eğitimi ve spor yüksek okulu öğrencilerinin doping içerikli ilaç kullanma sıklığının araştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans tezi, Cumhuriyet Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sivas.
- Öztürk EG., Suveren S., ve Çolakoğlu T. (2012). Türkiye’de doping, sporcuların doping bilgi düzeylerinin ölçülmesi (Hentbol Örneği). *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi* [Bağlantıda]. 9:1. Erişim: <http://www.insanbilimleri.com>
- Yıldız, M., Pala, A., Biner, M., ve Göral, Ş. (2016). Bireysel ve takım sporları ile ilgilenen sporcuların doping hakkındaki görüşlerinin incelenmesi. *Uluslararası Hakemli Ortopedi Travmatoloji ve Spor Hekimliği Dergisi*, 6, 1-12.
- Zülal, Aslı (2004), ‘‘Sporun Karanlık Yüzü Doping’’, *Bilim ve Teknik Dergisi*, S:44.



Bedens Eğitimi ve Spor Alanında Empati: SistematiK Derleme Çalışması

Öznur AKPINAR¹

¹Karamanođlu Mehmetbey Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Karaman/Türkiye

<https://orcid.org/0000-0002-8775-8724>

DERLEME

Özet

Günümüzde sağlıklı iletişim kurmanın gerekliliklerinden bir tanesi de empati kurabilme yeteneğidir. Empati sadece günlük hayatta değil beden eğitimi ve sporun içerisinde ve tüm paydaşlarında da sağlıklı iletişim ve başarıda etkili bir etmendir. Bu bağlamda çalışmanın amacı Yükseköğretim Tez Merkezi'nde beden eğitimi ve spor alanında empati konulu yayımlanmış tez çalışmalarını araştırmak ve sunmaktır. Araştırma verilerini Yükseköğretim Tez Merkezi'ndeki arama kriterlerine uygun 61 yayımlanmış tez oluşturmaktadır. Ulaşılan tezler araştırma gruplarına göre; öğrenciler (n:26), amatör ve profesyonel sporcular (n:17), hakem, yönetici ve seyirci (n=12) ile antrenör, beden eğitimi öğretmeni ve akademisyenler (n=7) olarak 4 başlık altında toplanmıştır. İncelenen literatür sonuçlarına göre empati düzeyinin birçok faktörle ilişkili olduğu, empati düzeyinin demografik özelliklere göre değişebileceği, deneysel empati uygulamalarda hem olumlu hem de olumsuz sonuçlar ortaya çıkabileceği söylenebilir. İleride yapılacak olan çalışmalarda empati düzeyini belirlemeye yönelik yeni ölçme araçları geliştirilebilir.

Anahtar kelimeler: Empati, Derleme, Yök Tez Merkezi

Empathy in Physical Education and Sports: A Systematic Review Study

Abstract

One of the requirements of healthy communication today is the ability to empathize. Empathy is an effective factor in healthy communication and success not only in daily life, but also in physical education and sports and in all its stake holders. In this context, the aim of the study is to research and present the published thesis studies on empathy in the field of physical education and sports at the Higher Education Thesis Center. The research data are composed of 61 published Decrees that meet the search criteria of the Higher Education Thesis Center. The thesis reached are according to the research groups; students (n:26), amateur and Professional athletes (n:17), referee, managerand spectator (n=12), as well as coaches, physical education teachers and academics (n=7) were group edunder 4 headings. According to the results of the literature examined, it can be said that the level of empathy is related to many factors, the level of empathy may vary according to demographic characteristics, both positive and positive results may occur in experimental empathy applications. In future studies, new measurement tools may be developed to determine the level of empathy.

Keywords: Empathy, Review, YökThesis Center

Giriş

Empati günümüz yaşam koşullarındaki iletişimde ihtiyaç olduğumuz duygu ya da bazı literatüre göre duygulardan birisidir. Aslında eş duyum veya duygudaşlık olarak da kullanılan empati kelimesinin kökeni Yunanca (empathia)'dan gelmektedir ve 'em'; içinde ve 'pathia'; hissetme anlamına gelmektedir (Arkonaç, 1999). Empati 1990 yılına kadar bilişsel açıdan açıklanmaya çalışılmıştır fakat sonrasında empatinin sadece bilişsel yönünün olmadığı duygusal yönünün de varlığı sorgulanmaya başlanmıştır. 1960'lı yılların sonlarında ise empati kelimesinin anlamı 'kişinin kendisini karşısındakinin yerine koyması' olarak tanımlanmaya başlanmıştır. Bireylerin birbirlerini anlaması ve sağlıklı iletişim kurulabilmesi açısından empati belki de her insanın sahip olması beklenen bir duygudur denebilir. İnsanın kendini karşısındaki bireyin yerine koyarak sevinmesi, üzülmesi ya da sinirlenmesi bireylerin arasında olan iletişimi güçlendirebilmektedir.

Empati kurabilen bireylerin sosyal, hoşgörülü, duygularını kontrol edebilen, öngörülü, fedakâr ve ahlaki süreçlerde başarılı bireyler olduğu söylenebilir (Gülle ve Beyleroğlu, 2017). Psikoloji bilimi alanında fazlaca araştırma konusu olan empati, kavram açısından 3 temel kuramı içerdiği ve bu kuramların; çıkarsama, rol oynama ve heyecan yayılması olarak sınıflandırıldığı bilinmektedir (Ünal, 1972). Bireyin empati kurabilmesi için de bilişsel, duygusal, algısal ve bildirimsel açıdan karşısındaki bireyi de anlaması gerektiği söylenmektedir (Goldstein ve Michaels, 1985). Bunun dışında alanda bazı araştırmacıların kendilerine ait (Martin, Hoffman, Mark H. Davis, Norma Feshbach ve Üstün Dökmen) empati modelleri bulunmaktadır. Dökmen modeli 1988 yılında 3 basamak şeklinde (onlar, ben ve sen) ortaya çıkmıştır (Dökmen, 1988). Onlar basamağında; birey karşısındaki kişinin sorunları ile ilgilenmez, o ortamda yer almayan 3.kişiler yani toplumun genel yapısına göre dile kendini ifade eder. Ben basamağında; merkezde kişinin kendisi yer almakla birlikte kişiyi eleştirir ve akıl verir hatta bazen kendi sorunlarını anlatmaya başlar. Sen basamağında ise kişi kendini karşısındaki bireyin yerine koymaya çalışarak onu anlamaya çalışır (Dökmen, 2009).

Empati günlük yaşam içerisinde olduğu kadar spor içerisinde hep var olmuştur ve de olacaktır. Yakın tarihli bir çalışmada spor yapan adölesanların empati becerisinin yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Atalay, 2023). Yapılan bir çalışmada da spor eğitimi alan üniversite öğrencilerinin empati eğitim düzeyi arttıkça liderlik yönelimlerinin de aynı oranda artış gösterdiği saptanmıştır (Boyacı, 2023). Sporun içerisindeki gerek profesyonel gerek amatör tüm paydaşlar düşünüldüğünde; sporcu, antrenör, beden eğitimi öğretmeni,

kondisyoner, hakem, spor psikoloğu, spor masörü, teknik ekip ve sporcu ailelerinde empatinin var olması olumlu sonuçlar doğurmasını sağlamaktadır. Antrenörün sporcusuna, sporcunun antrenörüne ya da sporcunun takım arkadaşına, rakibine ya da hakeme olan empati becerisi sadece iletişimi değil sportif başarıyı da etkileyen bir unsurdur. Bu bakımdan bu çalışmanın amacı Yükseköğretim (YÖK) Tez Merkezi veri tabanında bulunan tezlerin beden eğitimi ve spor içerisinde yer alan empati ile ilgili tezlerin sistematik olarak araştırılıp sunulması amaçlanmıştır.

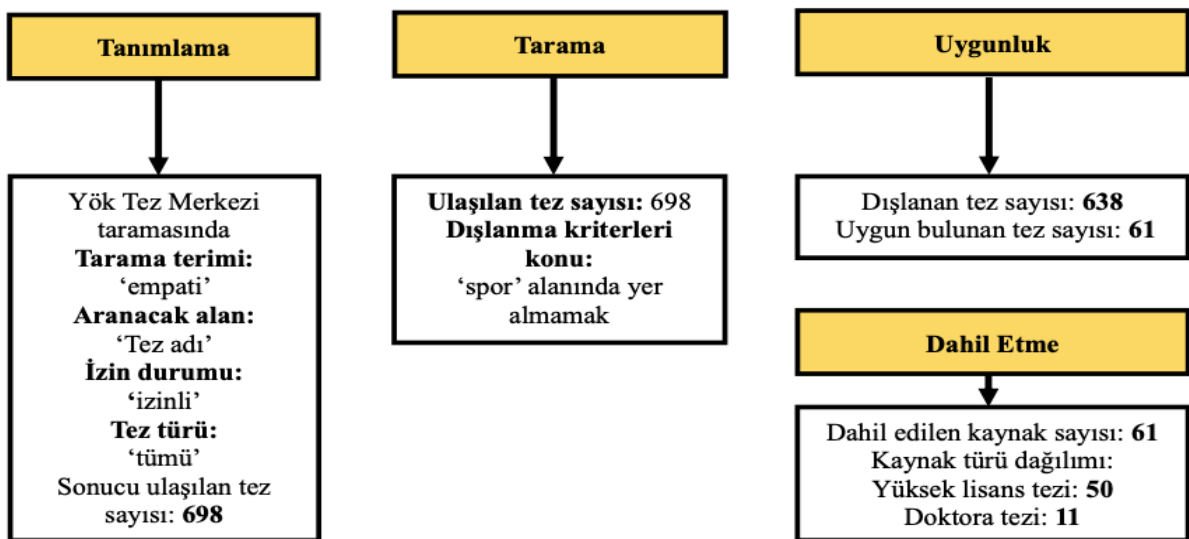
Gereç ve Yöntem

Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada nitel araştırma yöntemlerinden ‘sistemik derleme’ yöntemi kullanılmıştır. Sistemik derleme; ‘belirli bir konuda araştırma sorusunun cevabını bulmak için aynı konu başlığı ile yayınlanmış araştırmaları belli bir sisteme göre araştırıp sunmak’ amacıyla kullanılmaktadır (Çınar, 2021).

Veri Toplama Yöntemi

Veriler Yök Tez Merkezi’nden elde edilmiştir. Yök Tez; Türkiye’de hazırlanmış lisansüstü tezlerin toplanması, düzenlenmesi ve elektronik ortamda erişime açılması hizmetlerini yürüten merkez’ olarak tanımlanmaktadır (Yök, 1981). Yök Tek Merkezi’nde anahtar kelime olarak ‘empati’ kelimesi kullanılmış ve toplamda 698 tezin bulunduğu görülmüştür. Ulaşılan tezlerde konu alanına ‘spor’ yazıldığında beden eğitimi ve spor ile ilgili toplamda 61 tez (yüksek lisans tezi=50, doktora tezi=11) çalışma için uygun görülmüştür.



Şekil 1. PRISMA yöntemi ile araştırma dizaynının oluşturulması

Verilerin Analizi

Ulaşılan 61 tez araştırma grubuna göre 4 farklı kategoriye ayrılmıştır. Kategoriler; spor eğitimi alan öğrenciler (n=26), amatör ve profesyonel sporcular (n=16), hakem, yönetici ve seyirci (n=12) ile antrenör, beden eğitimi öğretmeni ve akademisyenler (n=7) grubunu oluşturulmuş ve yayınlanan tezler tablolar halinde sunulmuştur.

Bulgular

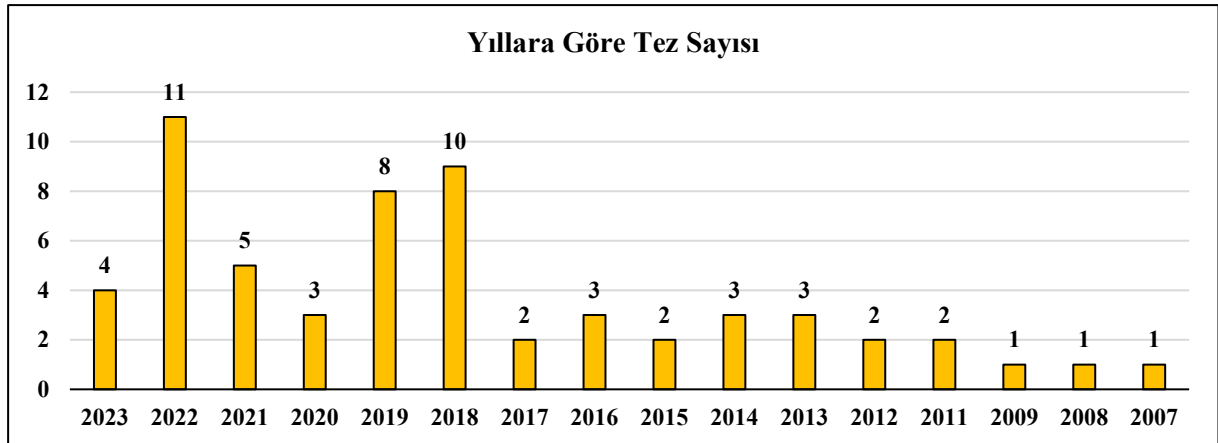
Bu bölümde veri tabanında ulaşılan tezlerin yıllara göre değişimi, tezlerin üniversitelere göre dağılımı ile tezlerden oluşan kategoriler tablolar halinde sunulmuş ve yorumlanmıştır.

Tablo 1

Yayınlanan tezlerin üniversite dağılımı

Üniversite	n	%	Üniversite	n	%
Gazi Üniversitesi	10	16,4	Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi	1	1,6
Selçuk Üniversitesi	5	8,2	Ordu Üniversitesi	1	1,6
Ondokuz Mayıs Üniversitesi	5	8,2	İstanbul Gelişim Üniversitesi	1	1,6
Kütahya Dumlupınar Üniversitesi	4	6,6	İstanbul Gedik Üniversitesi	1	1,6
Erciyes Üniversitesi	3	4,9	Trabzon Üniversitesi	1	1,6
Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi	2	3,3	Amasya Üniversitesi	1	1,6
Fırat Üniversitesi	2	3,3	Mersin Üniversitesi	1	1,6
Akdeniz Üniversitesi	2	3,3	Hitit Üniversitesi	1	1,6
İnönü Üniversitesi	2	3,3	Harran Üniversitesi	1	1,6
Atatürk Üniversitesi	2	3,3	Balıkesir Üniversitesi	1	1,6
Sakarya Üniversitesi	2	3,3	Yeditepe Üniversitesi	1	1,6
Karadeniz Teknik Üniversitesi	2	3,3	Pamukkale Üniversitesi	1	1,6
Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi	1	1,6	Bartın Üniversitesi	1	1,6
Necmettin Erbakan Üniversitesi	1	1,6	Marmara Üniversitesi	1	1,6
Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi	1	1,6	Anadolu Üniversitesi	1	1,6
Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi	1	1,6	Ege Üniversitesi	1	1,6

Tablo 1 incelendiğinde ilk 3 sırada sırasıyla Gazi (n:10), Selçuk (n:5) ve Ondokuz Mayıs Üniversitesi (n:5) yer almaktadır. Yıllara göre tez sayılarının değişimi aşağıdadır (Grafik 1).



Grafik 1. Ulusal Tez Merkezi'nde empati ile ilgili yayınlanmış tez sayılarının değişimi

Grafik 1 incelendiğinde beden eğitimi ve spor alanında empati ile ilgili ilk tezin 2007 yılında yayınlandığı, 2022 yılında en fazla sayıya ulaştığı görülmektedir. Tüm yıllara bakıldığında artan ve azalan sayılarda tez sayıları olsa da her sene en az 1 tezin olduğu görülmektedir. 2023 yılında ise mevcut 4 adet tezin bulunduğu dikkat çekmektedir. Tüm tezler 4 farklı kategoriye ayrılmıştır bunlar; öğrenciler ile ilgili yayınlanan tezler (n:26), profesyonel ve amatör sporcular ile ilgili tezler (n:16), antrenör, beden eğitimi öğretmeni ve akademisyenler ile ilgili tezler (n:12) ile hakem, yönetici ve seyirci ile ilgili tezler (n:7) olarak kategorileştirilmiştir. Beden eğitimi ve sporda empati konulu ve öğrenciler ile ilgili yayınlanan tezler aşağıdaki tabloda sunulmuştur (Tablo 2).

Tablo 2

Öğrenciler ile ilgili yapılan tez çalışmaları

Yazar	Katılımcı	Yöntem	Sonuç
Özoğlu, E. (2023)	130 ortaokul öğrencisi	Motor beceri parkuru/Durumluluk ve süreklilik kaygı durumu ölçeği/Empati ölçeği	İngelemenin deney grubundaki öğrencilerin motor beceri puanlarını artırdığı, kaygı ile empati düzeylerini etkilemediği görülmüştür.
Boyacı, M.T. (2023)	240 Spor bilimleri fakültesi öğrencisi	Empatik Eğilim Ölçeği / Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri Ölçeği	SBF öğrencilerinin empatik eğilimleri ile çok yönlü liderlik yönelimleri arasında zayıf pozitif ilişki tespit edilmiştir
Erbil, U. (2022)	483 normal ve spor lisesi öğrencisi	Çok boyutlu sportmenlik yönelim ölçeği/Kişilerarası tepkisellik indeksi	Öğrencilerin fair play e olan tutumları ile empatik eğilimleri arasında pozitif ilişki tespit edilmiştir.
İnan, A. (2022)	309 üniversite öğrencisi	Yabancı düşmanlığı zenofobi ölçeği/Empati düzeyi belirleme ölçeği	Öğrencilerin zenofobi tutumları ile empatik eğilimleri arasında pozitif ilişki tespit edilmiştir.
Aydoğmuş, B. (2022).	379 eğitim fakültesi öğrencisi (beden eğitimi ve spor öğretmen adayları:	Eleştirel düşünme eğilimi ölçeği/Empatik eğilim ölçeği	Beden eğitimi öğretmen adaylarının eleştirel düşünme eğilimleri (anne eğitim, spor yapma, spor türü ve spor süresinden) ve empatik eğilimleri (cinsiyet, gelir, spor yapma, spor türü ve süresi) etkilenmiştir.
Dağ, M. (2022)	Askeri eğitim alan 274 öğrenci	Algılanan empatik ve sosyal öz yeterlik ölçeği/Fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu ölçeği	Spora katılım motivasyonu ile algılanan empatik ve sosyal öz yeterlik arasında pozitif ilişki tespit edilmiştir
Sarıbuğday, U. (2022)	496 Sağlık hizmetleri meslek yüksekokulu öğrencisi	Empatik eğilim ölçeği/	Öğrencilerden spor yapanların empatik eğilimlerinin yüksek olduğu tespit edilmiştir
Ağır, S. (2020)	75 ortaokul öğrencisi	Arkadaşlık aktivite ölçeği/Sıfat kontrol listesi/Çocuklar ve ergenler için empati ölçeği	Beden eğitimi ve drama dersi uygulamalarının öğrencilerin, özel gereksinimli öğrencilere olan olumlu tutumu geliştirdiği, empati düzeyini etkilemediği görülmüştür.
Topçu, Y. (2019)	452 ortaöğretim öğrencisi	İletişim becerileri ölçeği/Empatik eğilim ölçeği	Öğrencilerin okul türü ve spor yaşının empati ve iletişim becerilerinde etkili olduğu saptanmıştır.
Karabudak, A.A.T.(2019)	72 ortaokul öğrencisi	Beden eğitimi dersi sportmenlik davranışı ölçeği/Çocuklar için empati ölçeği	Küçüklerin oyununda centilmenliğin yapılandırılması uygulaması öğrencilerin sportmenlik davranışlarını etkilerken, empati düzeylerini etkilememiştir.

Gül, Ö. (2019)	581 Spor bilimleri öğrencisi	Eleştirel düşünme ölçeği/Empatik eğilim ölçeği/Karar verme stilleri ölçeği	Öğrencilerin eleştirel düşünme ve empatik eğilim, karar verme stilleri ile empatik eğilim, eleştirel düşünme ve karar verme arasında ilişki tespit edilmiştir.
Bakır, Ç. (2019)	400 Spor bilimleri öğrencisi	Spor için liderlik ölçeği/Empatik eğilim ölçeği	Öğrencilerin empatik eğilim ile liderlik davranışları arasında ilişki tespit edilmiştir.
Balkan, Ö. (2019)	360 ortaokul öğrencisi	Empati ölçeği/ Problem çözme ölçeği	Çocukların motor beceri düzeylerinin, problem çözme, saldırganlık ve empati davranışlarında etkisi olmadığı görülmüştür.
Ayvaz, M. (2018)	1443 öğretmen adayı	Eleştirel düşünme eğilim ölçeği/Empatik eğilim ölçeği	Empatik eğilim düzeyinde beden eğitimi ve spor öğretmen adaylarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir.
Savaş, B.Ç. (2018)	943 Spor bilimleri öğrencileri	İletişim becerileri ölçeği/Empatik eğilim ölçeği	Öğrencilerin iletişim becerileri ile empati eğilim düzeyleri arasında farklılık tespit edilmiştir.
Şahin, K. (2018)	460 spor lisesi öğrencisi	Eleştirel düşünme eğilim ölçeği/Empatik eğilim ölçeği	Öğrencilerin empatik eğilim düzeyleri ile iletişim becerileri arasında pozitif bir ilişki tespit edilmiştir.
Erduran, M.M. (2018)	673 Spor bilimleri öğrencisi	Eleştirel düşünme eğilimi ölçeği/Empatik eğilim ölçeği	Öğrencilerin empatik eğilim düzeyleri ile eleştirel düşünme alt boyutları arasında pozitif düşük düzeyde ilişki tespit edilmiştir.
Özbalta, M. (2018)	498 ortaöğretim öğrencisi	Empatik eğilim ölçeği/İletişim becerileri ölçeği	Spor yapan öğrencilerin yapmayanlara kıyasla empatik eğilim ve iletişim becerileri düzeyleri yüksek çıkmıştır.
Beyaz, Ö. (2016)	141 beden eğitimi ve spor öğretmeni adayı	Empatik eğilim ölçeği/Empatik beceri ölçeği-B formu	Öğrencilerin empatik eğilim düzeyi mesleği isteyerek seçip seçmeme kriterine göre anlamlı farklılık göstermektedir.
Gülle, M. (2015)	6296 Spor bilimleri öğrencileri	Empatik eğilim ölçeği/California eleştirel düşünme eğilimleri ölçeği	Öğrencilerin empati ve eleştirel düşünme eğilimlerinde demografik bilgilere göre anlamlı farklılık saptanmıştır.
Korur, E.Z.(2014)	1006 beden eğitimi ve spor öğretmeni adayı	Empatik eğilim ölçeği/California eleştirel düşünme eğilimleri ölçeği	Öğrencilerin empati düzeyleri ile eleştirel düşünme düzeyleri arasında pozitif bir ilişkiye rastlanmıştır.
Yılmaz, S. (2013)	400 spor yapan ve yapmayan ortaöğretim öğrencisi	Empatik eğilim ölçeği	Öğrencilerin empatik eğilimleri arttıkça saldırganlık parametrelerinin azaldığı, atılganlık düzeylerinin arttığı saptanmıştır.
Kumbaroğlu, S.B. (2013)	523 spor yapan ve yapmayan ortaöğretim öğrencisi	Empatik eğilim ölçeği/Benlik saygısı envanteri	Empati kuram yeteneğinde sporcu olma, bireysel-takım sporcusu olma ve temaslı-temassız spor yapma durumlarından etkilenmektedir.
Arslanoğlu, C. (2012)	993 Spor bilimleri öğrencisi	Saldırganlık envanteri/Empatik eğilim ölçeği	Kadın, öğretmenlik bölümü ve gündüz öğretimi öğrencilerinin empatik eğilimlerinin yüksek olduğu görülmüştür.
Solak, N. (2011)	514 spor yapan ve yapmayan ortaöğretim öğrencisi	Saldırganlık envanteri/Empatik eğilim ölçeği	Spor yapan öğrencilerin saldırganlık ve atılganlık puanlarının daha yüksek olduğu, sporcu düzeyi arttıkça empatik eğilimlerinin arttığı saptanmıştır.
Erkmen, G. (2007)	361 Spor bilimleri öğrencisi	Empatik eğilim ölçeği/Spor için liderlik ölçeği	Öğrencilerin empatik eğilimleri ile tercih ettikleri liderlik davranışları arasında pozitif ilişki tespit edilmiştir.

Tablo 2 incelendiğinde 25 adet tez çalışmasında veri toplama aracı olarak en fazla empatik eğilim/düzeyi ölçeği(n:26) kullanıldığı tespit edilmiştir. Empatik eğilim düzeyi ölçeğinden

sonra en fazla kullanılan diğer ölçme aracının eleştirel düşünme ölçeği(n:7) olduğu görülmüştür. Araştırma grubu olarak en fazla spor bilimleri alanındaki üniversite (n:11) öğrencileri üzerinde araştırma yapılmıştır. Profesyonel ve amatör sporcular ile ilgili yayınlanan tezler aşağıda sunulmuştur (Tablo 3).

Tablo 3

Profesyonel ve amatör sporcular ile ilgili yapılan tez çalışmaları

Yazar	Katılımcı	Yöntem	Sonuç
Akpınar, Ö. (2022)	212 Süper Ligde oynayan Hokey sporcusu	Empatik eğilim ölçeği/Problem çözme envanteri	Sporcuların empati düzeyleri ile problem çözme becerileri arasında ilişki saptanmıştır.
Güngör, H. (2022)	436 amatör sporcu	Empatik eğilim ölçeği/İletişim becerileri değerlendirme ölçeği/Çok boyutlu sportmenlik yönelimi ölçeği	Sporcuların empatik eğilimleri ile fair play anlayışları ve iletişim becerileri arasında ilişki saptanmıştır.
Alışkan, Y.E. (2022)	300 bireysel ve takım sporcusu	Empatik eğilim ölçeği/İletişim becerileri değerlendirme ölçeği	Sporcuların empatik eğilimleri ile iletişim becerileri arasında ilişki tespit edilmiştir.
Duygu, N. (2022)	441 amatör farklı branşlarda sporcular	Empatik eğilim ölçeği/Çok boyutlu sportmenlik yönelimi	Sporcuların yaşları arttıkça, sportmenlik yönelimi, eğitim seviyesi arttıkça empati eğilimlerinin arttığı saptanmıştır.
Dikme, A. (2021)	Hentbol 1.Lig 150 kadın sporcu	Kişilerarası tepkisellik indeksi/Çok boyutlu sportmenlik yönelim ölçeği	Sporcuların sportmenlik alt boyutlarının aralarında ilişki olduğu saptanmıştır.
Moral, G. (2020)	330 bireysel ve takım sporcusu	Çok boyutlu sportmenlik yönelim ölçeği/Empati düzeyi belirleme ölçeği	Bireysel sporcuların sportmenlik davranışları takım sporcularından daha yüksektir, empati düzeylerinde ise farklılık tespit edilmemiştir.
Özkan, N.G. (2019)	264 Süper ve 1.Ligteki kadın basketbolcu	Spor için liderlik ölçeği/Empatik eğilim ölçeği	Sporcuların empati düzeyleri ile algıladıkları antrenörlük davranışının ilişkili olduğu saptanmıştır.
Aydın, O. (2019)	166 boksör ve 166 basketbolcu	Empatik eğilim ölçeği	Sporcuların yaş, doğum yeri ve spor yılı ile empatik eğilim düzeyleri arasında ilişki tespit edilmiştir.
Koçak, İ. (2018)	273 kuşak sahibi (taekwondo-judo-kick boks)	Kişilerarası tepkisellik indeksi/	Sporcuların empati becerileri cinsiyet ve spor branşına göre farklılık göstermektedir.
Turan, M.B. (2018)	44 elit futbolcu	Empatik eğilim ölçeği/İletişim becerileri ölçeği	Deney grubunun empatik eğilim beceri düzeyi, çatışma ile problem çözme becerileri ve iletişim becerilerinde olumlu etkisinin olduğu saptanmıştır.
Bozdemir, O. (2017)	382 basketbol sporcusu	Spor ortamında empati ölçeği/Fair play sıklığı ölçeği	Sporcuların fair play davranışları ile empati eğilimleri arasında pozitif ilişki tespit edilmiştir.
Elik, T. (2017)	264 amatör futbolcu	Kişilerarası tepkisellik indeksi/Çok boyutlu sportmenlik yönelimi ölçeği	Sporcuların empatik eğilim düzeyleri arttıkça sportmenlik anlayışlarının arttığı belirlenmiştir.
Aka, H. (2014)	84 profesyonel futbolcu	Kişilerarası tepkisellik indeksi ölçeği	Futbolcuların empati düzeylerinin düşük seviyede olduğu görülmüştür.
Şakar, M. (2012)	155 voleybolcu	Empati beceri ölçeği	Voleybolcuların empati düzeylerinin yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Sortullu, C. (2011)	21 lisanslı basketbolcu	Empati eğitim programı	Sporculara 15 hafta boyunca uygulanan empati eğitim programının takım birlikteliği ile empati becerisi üzerinde olumlu etkileri olduğu saptanmıştır.
Balçıkanlı, G.S. (2009)	130 profesyonel futbolcu	Çok boyutlu sportmenlik yönelim ölçeği/Kişilerarası tepkisellik indeksi	Sporcuların sportmenlik yönelimleri ile empati düzeyinin arttığı, sorumluluğa bağlılığın, kurallara uymanın ve sosyal normlara uymanın arttığı saptanmıştır.

Tablo 3 incelendiğinde 16 adet tez çalışmasında veri toplama aracı olarak empatik eğilim ölçeği (n:11) kullanıldığı tespit edilmiştir. Empatik eğilim ölçeğinden sonra en fazla tercih edilen ölçme araçları çok boyutlu sportmenlik yönelim (n:6) ve kişilerarası tepkisellik indeksi (n:6) kullanıldığı görülmektedir. Araştırma grubu olarak en fazla futbol (n:4) ve basketbol (n:4) sporcuları üzerinde araştırma yapılmıştır. Spor paydaşlarından hakem, yönetici ve seyirciler ile ilgili yayınlanan tezler aşağıda sunulmuştur (Tablo 4).

Tablo 4

Hakem, yönetici ve seyirci ile ilgili yapılan tez çalışmaları

Yazar	Katılımcı	Yöntem	Sonuç
Özkan, R. (2023)	409 yönetici	Çok yönlü liderlik yönelimleri ölçeği/On maddeli kişilik ölçeği/Empati düzeyi belirleme ölçeği	Liderlik yönelimleri ile kişilik özellikleri arasında anlamlı ve negatif yönde bir ilişki tespit edilmiştir.
Akduman, O.B. (2022)	230 hakem	Empatik eğilim ölçeği/Karar verme ölçeği/Problem çözme envanteri	Empatik eğilim düzeyi ile problem çözme arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir.
Gönen, A.B. (2021)	220 hakem	Empatik eğilim ölçeği/Çok yönlü liderlik eğilim ölçeği	Hakemlerin empatik eğilim düzeyleri ile liderlik yönelimleri arasında pozitif ilişki tespit edilmiştir.
Akçakaya, F. (2021)	210 antrenör	Empatik eğilim ölçeği/Bilişsel esneklik envanteri	Antrenörlerin empatik eğilimleri ile bilişsel esneklik düzeyleri arasında pozitif yönde ilişki saptanmıştır.
Yılmaz, S.E. (2021)	485 gençlik lideri	Problem çözme envanteri/Empatik eğilim ölçeği/İletişim becerileri değerlendirme ölçeği	Düzenli spor yapanların yapamayanlara kıyasla empatik eğilimleri ile iletişim becerilerinin daha olumlu olduğu ancak problem çözme becerilerinin de daha kötü olduğu saptanmıştır.
Almak, M. (2019)	371 ulusal hakem	Empatik eğilim ölçeği	Hakemlerin cinsiyet ve eğitim durumlarına göre empati seviyelerinin benzer olduğu saptanmıştır.
Koç, K. (2018)	32 futbol hakemi	Empatik beceri eğitimi/Empatik eğilim ölçeği/Gözlemci bilgi formu	4 haftalık empati beceri eğitimini hakemlerin müsabaka performanslarını olumlu etkilediği görülmüştür.
Eroğlu, S.Y. (2018)	586 hakem	Empatik eğilim ölçeği/Melbourne karar verme ölçeği/Ahlaki olgunluk ölçeği	Hakemlerin ahlaki olgunluk ve empatik eğilim düzeylerinin kaçınan karar verme ile karar verme düzeyini artırdığı görülmüştür.
Beşkat, M. (2016)	312 futbol seyircisi	Empatik eğilim ölçeği/Sporda seyirci saldırganlığı ve şiddet ölçeği	Seyircilerden kadımların, 18 yaşından büyüklerin daha yüksek empatik eğilim düzeyi olduğu tespit edilmiştir.

Kıratlı, E. (2015)	305 hakem	Melbourne karar verme ölçeği/Empatik eğilim düzeyi ölçeği	Empatik eğilim düzeyleri ile karar vermede öz saygı düzeyleri arasında pozitif ilişki tespit edilmiştir.
Günel, İ. (2014)	252 Gençlik ve Spor il ve şube müdürü	Empati beceri ölçeği	Yaş ve görev yılına göre empati düzeylerinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir.
Sülün, Ö. (2013)	82 klasman futbol hakemi	Empati eğilim ölçeği/Sürekli öfke ölçeği	Hakemlerin empati düzeyleri ile sürekli öfke düzeyleri arasında ilişki tespit edilmemiştir.

Tablo 4 incelendiğinde 12 adet tez çalışmasında veri toplama aracı olarak empatik eğilim ölçeği (n:12) kullanıldığı tespit edilmiştir. Empatik eğilim ölçeğinden sonra en fazla tercih edilen ölçme aracının karar verme ölçeği (n:3) olduğu görülmektedir. Araştırma grubu olarak en fazla hakemler (n:7) üzerinde araştırma yapılmıştır. Antrenör, beden eğitimi öğretmeni ve akademisyenler ile ilgili yayınlanan tezler aşağıda sunulmuştur (Tablo 5).

Tablo 5

Antrenör, beden eğitimi öğretmeni ve akademisyenler ile ilgili yapılan tez çalışmaları

Yazar	Katılımcı	Yöntem	Sonuç
Türk, S.C. (2023)	174 antrenör ve beden eğitimi öğretmeni	Empatik eğilim ölçeği/Çok yönlü liderlik yönelimleri ölçeği	Katılımcıların empatik eğilimleri arttıkça çok yönlü liderlik yönelimi düzeyi arttığı görülmektedir.
Polatoğlu, M. (2022)	226 beden eğitimi öğretmeni	Empati ölçeği	Erkeklerin empati düzeyleri daha yüksek olduğu, meslek yılı arttıkça empati düzeyinin azaldığı saptanmıştır.
Arıkan, N. (2021)	115 akademik personel	Psikolojik sermaye ölçeği/Empatik eğilim ölçeği	Araştırma görevlilerinin diğer akademisyenlere kıyasla umut ortalamalarının ve empati düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.
Aksak, M.C. (2020)	686 amatör futbol antrenör ve kaptanı	Empatik eğilim ölçeği/California eleştirel düşünme eğilim ölçeği/Takım liderliği özellikleri ölçeği	Katılımcıların empatik eğilim düzeyleri yetenekleri ve takım liderliği düzeyleri arasında pozitif ilişki tespit edilmiştir.
Bayındır, M. (2018)	263 farklı spor dallarındaki antrenörler	Empatik eğilim ölçeği/Spor için liderlik ölçeği	Antrenörlerin liderlik ve empati ilişkisinin pozitif yönde olduğu saptanmıştır.
Polat, M. (2016)	320 öğretmen	Empatik eğilim ölçeği	Bireysel ve takım spor yapan bireylerin empatik eğilimleri daha yüksek olduğu saptanmıştır.
Yiğiter, K. (2008)	103 beden eğitimi öğretmeni	Empatik eğilim ölçeği	Cinsiyet, meslek yılı, medeni durum ile çocuk sahibi olanlarda anlamlı fark tespit edilmiştir.

Tablo 5 incelendiğinde 12 adet tez çalışmasında veri toplama aracı olarak empatik eğilim ölçeği (n:7) kullanıldığı tespit edilmiştir. Empatik eğilim ölçeğinden sonra en fazla tercih edilen ölçme aracının sporda liderlik ölçeği (n:3) olduğu görülmektedir. Araştırma grubu olarak en fazla beden eğitimi öğretmenleri (n:4) üzerinde araştırma yapılmıştır.

Sonuç ve Öneriler

Bu araştırmada Yök Tez Merkezi'nde beden eğitimi ve spor alanında yayınlanmış empati konulu tezler incelenmiş ve sunulmuştur. Araştırmanın ilk sonucu beden eğitimi ve sporda yapılan empati konulu tezlerin yıllar içerisinde yükselen ve alçalan sayılarda değişimi söz konusu olsa da şu ana kadar her yıl en az 1 adet tezin Yök Tezde yer aldığı söylenebilir. Buradan empati çalışma alanının devamlılığını sürdürmeye devam edebileceği öngörülebilir. Ayrıca yayınlanan tezlerin sayısının en fazla Gazi Üniversitesi kurumda yayımlandığı da görülmüştür. Bu sonuç Gazi Üniversitesinin kuruluş yılının diğer üniversitelerden daha erken olmasından kaynaklandığı düşünülebilir.

Araştırmanın bir diğer sonucu farklı eğitim kademelerindeki öğrencilerin empatik eğilim düzeyleri ile fair play, centilmenlik, sportmenlik anlayışı, zenofobi tutumu, liderlik yönelimleri ve liderlik anlayışları, eleştirel düşünme, karar verme stilleri ile spora katılım motivasyonlarının arasında ilişki olduğudur. Empati düzeyi arttıkça atılganlık ve saldırganlık düzeyinin arttığı da tespit edilmiştir. Ayrıca antrenörlerin empatik eğilim düzeyleri arttıkça bilişsel esneklik düzeylerinin de arttığı saptanmıştır. Bu sonuçların aksine sporcuların ve öğrencilerin empatik eğilim düzeyleri ile imgeleme ve kaygı düzeyleri arasında ilişki olmadığı saptanmıştır. Beden eğitimi ve spor dersi ile drama dersinin normal öğrencilerin özel gereksinimli olan öğrencilere olan empati düzeyini etkilemediği sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca hakemlerin empati düzeyi ile sürekli öfke düzeyi arasında ilişki olmadığı da tespit edilmiştir (Ağır, 2020; Bakır, 2019; Boyacı, 2023; Erkmén, 2007; Erbil, 2022; Erduran, 2018; Gül, 2019; Gülle, 2015; İnan, 2022; Karabudak, 2019; Korur, 2014).

Araştırmanın son bulgusu ise spor yapan öğrencilerin, kadın beden eğitimi öğretmeni adaylarının, gündüz öğretimine devam eden spor bilimleri öğrencilerinin ve bireysel spor yapanların daha yüksek empatik eğilim düzeylerine sahip olduğudur. Ayrıca kadın beden eğitimi öğretmenleri ile spor bilimlerindeki araştırma görevlilerinin de daha yüksek empatik eğilim düzeyine sahip olduğu saptanmıştır. Spor paydaşlarından kadın seyircilerin ve 18 yaşından büyük seyircilerin diğer seyircilere oranla daha yüksek empati düzeyine sahip olduğu görülmüştür. Deneysel uygulamalar incelendiğinde empati eğitimi uygulamalarının empatik eğilim düzeyini artırdığı, centilmenlik yapılandırması uygulamasının empatik eğilim düzeyi ile motor beceri düzeyini etkilemediği sonucuna ulaşılmıştır (Aslanoğlu, 2012; Kumbaroğlu, 2013; Özbalta, 2018; Sarıbuğday, 2022).

Sonuç olarak empati düzeyinin birçok faktörle ilişkili olduğu, empati düzeyinin demografik özelliklere göre değişebileceği, deneysel empati düzeyi geliştirme uygulamalarının hem olumlu hem de olumsuz sonuçlarının olabileceği söylenebilir. Bu sonuçlara dayanarak araştırmacılara bazı öneriler sunulabilir.

Öneriler

- Empati ile ilgili yapılan çalışmaların çoğunluğunda veri toplama aracı olarak ölçek kullanılmıştır, ileride yapılacak olan çalışmalarda deneysel ve gözleme dayalı empati düzeyi belirlenmeye çalışılabilir.
- Empati düzeyi araştırmalarında araştırma grubunun daha çok sporcu ve öğrenci grupları olduğu görülmüştür, ileride yapılacak olan çalışmalarda spor paydaşlarının daha fazla tercih edilmesi ve karşılaştırılmalı çalışmaların yapılması tavsiye edilebilir.
- İncelenen literatürde kullanılan empati düzeyi belirleme ölçeklerinin çok sınırlı olduğu görülmüştür, bu nedenle empati düzeyini belirlemeye yönelik farklı ölçme araçlarının da geliştirilmesi tavsiye edilebilir.
- Bu araştırma Yök Tez verilerine dayanmaktadır, ileride yapılacak olan çalışmalarda PubMed, Google Scholar, Web of Science gibi farklı veri tabanları kullanılarak yabancı literatürde de araştırmalar yapılabilir.

Etik Kurul İzin Bilgileri

Mevcut araştırma süresince “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” çerçevesinde hareket edilmiştir.

Araştırmacıların Katkı Oranları Beyanı

Araştırmanın tamamı, araştırmanın tek yazarı tarafından gerçekleştirilmiştir.

Çatışma Beyanı

Araştırma ile ilgili bir herhangi çıkar çatışması söz konusu değildir.

Kaynakça

- Ağır, S. (2020). Bütünleşik beden eğitimi dersi ve yaratıcı drama eğitiminin ortaokul öğrencilerinin özel gereksinimli akranlarına yönelik tutumları ve empati becerileri üzerindeki etkisinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, İstanbul Gedik Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Ana Bilim Dalı, İstanbul.
- Aka, H. (2014). Profesyonel futbolcuların empatik beceri düzeylerinin belirlenmesine yönelik bir araştırma. Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Ankara.
- Akçakaya, F. (2021). Antrenörlerin empatik eğilim ve bilişsel esneklik düzeylerinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Erciyes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Ana Bilim Dalı, Kayseri.
- Akduman, O.B. (2022). Voleybol hakemlerinin empatik eğilim düzeylerinin karar verme ve problem çözme becerilerine etkisi. Yüksek lisans tezi, Balıkesir Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Ana Bilim Dalı, Balıkesir.
- Akpınar, Ö. (2022). Hokey sporcularının empati kurma ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Doktora tezi, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Ankara.
- Aksak, M. (2020). Futbol antrenörlerinin ve takım kaptanlarının empatik, eleştirel düşünme yetenekleri ile takım liderliğinin çeşitli değişkenler göre incelenmesi. Doktora tezi, Dumlupınar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Kütahya.
- Alışkan, Y.E. (2022). Bireysel ve takım sporcularının empatik eğilimleri ile iletişim becerilerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Konya.
- Almak, M. (2019). Ulusal voleybol hakemlerinin empati eğilimlerinin belirlenmesi. Yüksek lisans tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Bilimleri Ana Bilim Dalı, Samsun.
- Arıkan, N. (2021). Özel yetenek sınavı ile öğrenci alan bölümlerdeki akademik personelin pozitif psikolojik sermaye becerileri ve empati düzeyleri arasındaki ilişkinin araştırılması. Yüksek lisans tezi, Atatürk Üniversitesi, Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü, Spor Yönetimi Ana Bilim Dalı, Erzurum.
- Arkonaç, O. (1999). Psikiyatri Sözlüğü. İstanbul; Nobel Tıp Kitabevleri.
- Arslanoğlu, C. (2012). Farklı bölümlerde öğrenim gören beden eğitimi ve spor yüksek okulu öğrencilerinin empatik eğilim düzeyleri ve saldırganlık ilişkisinin incelenmesi. Doktora tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Ana Bilim Dalı, Ankara.
- Atalay, R. (2023). Ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi ve spora yönelik tutumlarıyla empatik eğilim düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Konya.
- Aydın, O. (2019). Boksörler ile basketbolcuların empatik eğilim becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Konya.
- Aydoğmuş, B. (2022). Öğretmen adaylarının eleştirel düşünme ve empati kurma düzeylerine sporun etkisinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Konya.
- Ayvaz, M. (2018). Beden eğitimi ve spor, müzik ve resim-iş bölümlerinde okuyan öğretmen adaylarının empati kurma ve eleştirel düşünme düzeylerinin karşılaştırılması. Yüksek lisans tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Trabzon.
- Bakır, Ç. (2019). Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin empatik eğilimlerinin sporda tercih ettikleri liderlik davranışlarıyla karşılaştırılması. Yüksek lisans tezi, Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Van.
- Balçıklı, G.S. (2009). Profesyonel futbolcuların fair play'e yönelik davranışları ile empatik eğilim düzeyleri arasındaki ilişki. Doktora tezi, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Ankara.
- Balkan, Ö. (2019). Çocuklarda motor becerilerin problem çözme yeteneği, saldırganlık ve empati davranışı üzerine etkisi. Yüksek lisans tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Öğretmenliği Ana Bilim Dalı, Samsun.
- Bayındır, M. (2018). Antrenörlerin liderlik özellikleri ile empati düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Akdeniz Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Spor Yöneticiliği Ana Bilim Dalı, Antalya.
- Beşkat, M. (2016). Futbol seyircilerinin empatik eğilimleri ile sporda saldırganlık ve şiddet düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi (Şanlıurfa örneği). Yüksek lisans tezi, Dumlupınar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Kütahya.

- Beyaz, Ö. (2016). Beden Eğitimi ve spor öğretmenliği bölümünde öğrenim gören öğretmen adaylarının empatik eğilim ve empatik beceri düzeylerinin incelenmesi: Anadolu Üniversitesi örneği. Yüksek lisans tezi, Anadolu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Eskişehir.
- Boyacı, M.T. (2023). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin liderlik özellikleri ve empati düzeylerinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Spor Yöneticiliği Ana Bilim Dalı, Samsun.
- Bozdemir, O. (2017). Basketbol oynayan farklı eğitim kademelerindeki öğrencilerin spor ortamındaki empati becerileri ile fair play davranışları arasındaki ilişki. Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Ankara.
- Çınar, N. (2021). İyi Bir Sistematik Derleme Nasıl Yazılmalı?. *Online Türk Sağlık Bilimleri Dergisi*, 6(2), 310-314.
- Dağ, M. (2022). Temel ve savaş beden eğitimi dersi alan öğrencilerin spora katılım motivasyonları ile algılanan empatik ve sosyal öz yeterlik düzeylerinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Pamukkale Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi Ana Bilim Dalı, Denizli.
- Dikme, A. (2021). Hentbol kadınlar 1. Lig sporcularının fair play'e yönelik tutumları ile empatik eğilim düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Van.
- Dökmen, Ü. (1988). Empatinin yeni bir modele dayanılarak ölçülmesi ve psikodrama ile geliştirilmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 21(1-2), 155- 190.
- Dökmen, Ü. (2009). Sanatta ve günlük yaşamda iletişim çatışmaları ve empati (40. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Duygu, N. (2022). Savunma sporu yapan bireylerde sportmenlik davranışları ile empatik eğilim düzeylerinin incelenmesi (Şırnak ili örneği). Yüksek lisans tezi, Mersin Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Mersin.
- Elik, T. (2017). Güneydoğu Anadolu bölgesi futbol takımlarında amatör olarak futbol oynayan sporcuların sportmenlik yönelimleri ve empatik eğilim düzeyleri. Yüksek lisans tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antrenörlük Eğitimi Ana Bilim Dalı, İstanbul.
- Erbil, U. (2022). Ortaöğretim öğrencilerinin fair play'e yönelik tutumları ve empatik eğilimlerinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Harran Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Ana Bilim Dalı, Urfa.
- Erduran, M.M. (2018). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu ile fen fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin eleştirel düşünme ve empati kurma düzeylerinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi Ana Bilim Dalı, Bartın.
- Erkmen, G. (2007). Selçuk üniversitesi beden eğitimi ve spor yüksekokulunda öğrenim gören öğrencilerin empatik eğilimlerinin sporda tercih ettikleri lider davranışları ile karşılaştırılması. Yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Konya.
- Eroğlu, S.Y. (2018). Hakemlerin ahlaki olgunluk ve empati düzeylerinin karar verme stillerine etkisinin incelenmesi. Doktora tezi, Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Kütahya.
- Goldstein, A.P., & Michaels, G.Y. (1985). *Empathy: development, training, consequences*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Gönen, A.B. (2021). Faal hakemlerin liderlik özellikleri ile empati düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Akdeniz Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Spor Yöneticiliği Ana Bilim Dalı, Antalya.
- Gül, Ö. (2019). Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin eleştirel düşünme eğilimleri, empatik eğilimleri ve karar verme düzeylerinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Hitit Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Anabilim Dalı, Çorum.
- Gülle, M. (2015). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin bölümlerine göre eleştirel düşünme ve empati kurma düzeylerinin incelenmesi. Doktora tezi, Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Ana Bilim Dalı, Sakarya.
- Gülle, M. ve Beyleroğlu, M. (2017). Eleştirel düşünme ve empati-Eğitim ve Spor alanı (1. Baskı). Ankara: Efil Yayınevi.
- Günel, İ. (2014). Gençlik ve Spor Bakanlığı'nın taşra teşkilatlarında görev yapan il müdürleri ve şube müdürlerinin empati becerilerinin belirlenmesi. Yüksek lisans tezi, Dumlupınar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Kütahya.
- Güngör, H. (2022). Amatör sporcuların empatik eğilimleri, iletişim becerileri ve fair play anlayışları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Konya.

- İnan, A. (2022). Üniversite öğrencilerinin zenofobi tutumları ve empatik eğilimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Spor Yöneticiliği Ana Bilim Dalı, Burdur.
- Karabudak, A.H.T. (2019). Küçüklerin oyununda centilmenliğin yapılandırılması (KOCY) uygulamasının öğrencilerin sportmenlik davranışlarına ve empati eğilimlerine etkisi. Yüksek lisans tezi, Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Erzincan.
- Kıratlı, E. (2015). Tenis hakemlerinin karar verme stilleri ve empatik eğilim düzeylerinin karşılaştırmalı olarak değerlendirilmesi. Doktora tezi, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, İstanbul.
- Koç, K. (2018). Futbol hakemlerine uygulanan empatik beceri eğitiminin hakemlerin müsabaka yönetimi üzerine etkisinin incelenmesi. Doktora tezi, Erciyes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Ana Bilim Dalı, Kayseri.
- Koçak, İ. (2018). Savunma sporlarındaki elit sporcuların empati becerilerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Ana Bilim Dalı, Ankara.
- Korur, E. Z. (2014). Beden eğitimi öğretmeni adaylarının eleştirel düşünme ve empatik eğilimleri. Yüksek lisans tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Trabzon.
- Kumbaroğlu, Z.B. (2013). Spor yapan ve yapmayan ortaöğretim öğrencilerinin empatik eğilim düzeyleri ile benlik saygısı düzeylerinin çeşitli sosyo-demografik özelliklerine göre karşılaştırılması. Doktora tezi, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Ankara.
- Moral, G. (2020). Takım sporcularının ve bireysel sporcuların sportmenlik davranışları ile empati eğilim düzeylerinin karşılaştırılması (Ankara ili örneği). Yüksek lisans tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Spor Yöneticiliği Ana Bilim Dalı, Samsun.
- Özkan, N.G. (2019). Kadınlar basketbol liglerinde oynayan sporcuların empati düzeyleri ve antrenörlerinin liderlik özelliklerini değerlendirmeleri. Yüksek lisans tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Samsun.
- Özkan, R. (2023). Profesyonel futbol kulüp yöneticilerinin liderlik yönelimleri, kişilik özellikleri ve empati düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Gazi Üniversitesi, Doktora tezi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dalı, Ankara.
- Özoğlu, E. (2023). Ortaokul öğrencilerinde imgeleme çalışmalarının motor beceri empati ve kaygı düzeylerine etkisi. Yüksek lisans tezi, Ordu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Ordu.
- Polat, M. (2016). Erzurum ilinde liselerde görev yapan öğretmenlerin empatik eğilim düzeylerinin spor ve farklı değişkenler açısından incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Ağrı.
- Polatoğlu, M. (2022). Ortaöğretim kurumlarında çalışan beden eğitimi öğretmenlerinin empati eğilimleri. Yüksek lisans tezi, İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Malatya.
- Sarıbuğday, U. (2022). Sağlık hizmetleri meslek yüksekokulu öğrencilerinin empati düzeylerinin sportif aktivite ve farklı değişkenler açısından incelenmesi (Atatürk Üniversitesi örneği). Yüksek lisans tezi, Atatürk Üniversitesi, Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Erzurum.
- Savaş, B.Ç. (2018). İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin iletişim becerileri ve empati düzeylerinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Malatya.
- Solak, N. (2011). Spor yapan ve yapmayan ortaöğretim öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri ile empatik eğilim düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi (Çorum ili örneği). Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Ana Bilim Dalı, Ankara.
- Sortullu, C. (2011). Empati eğitim programının 12 yaş grubu erkek basketbolcularda empati becerileri ve takım birlikteliği üzerine etkisi. Yüksek lisans tezi, Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sporda Psiko-Sosyal Alanlar Ana Bilim Dalı, İzmir.
- Sülün, Ö. (2013). Futbol hakemlerinin öfke ve kızgınlık düzeyleri ile empatik eğilim düzeylerinin karşılaştırılması. Yüksek lisans tezi, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Karaman.
- Şahin, K. (2018). Spor lisesi öğrencilerinin eleştirel düşünme ve empati kurma eğilimlerinin incelenmesi, Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Öğretmenliği Ana Bilim Dalı, Ankara.
- Şakar, M. (2012). Voleybolcuların empati beceri düzeylerinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Ana Bilim Dalı, Karaman.

- Topçu, Y. (2019). Farklı statüdeki lise öğrencilerinin spor yapma alışkanlıkları empatik eğilim ve iletişim becerilerinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Trabzon Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Trabzon.
- Turan, M.B. (2018). Elit futbolculara uygulanan empatik eğilim çatışma çözme problem çözme ve iletişim becerileri eğitim programının müsabaka performansları üzerine etkisinin incelenmesi. Doktora tezi, Erciyes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Ana Bilim Dalı, Kayseri.
- Türk, S.C. (2023). Beden eğitimi öğretmenleri ile antrenörlerin empatik eğilim ve liderlik yönelimlerinin incelenmesi (Samsun ili örneği). Yüksek lisans tezi, Amasya Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Amasya.
- Ünal, C. (1972). İnsanları anlama kabiliyeti. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 3(4), 71-93.
- Yılmaz, S. (2013). Spor yapan ve yapmayan ortaöğretim öğrencilerinin empatik eğilimleri ile saldırganlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi: İstanbul ili Bayrampaşa ilçesi örneği, Yüksek lisans tezi, Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Yönetimi ve Denetimi Ana Bilim Dalı, İstanbul.
- Yılmaz, S. (2021). Gençlik ve Spor Bakanlığında görev yapan gençlik liderlerinin empatik eğilimleri, iletişim becerileri ile problem çözme becerilerinin bazı değişkenlere göre araştırılması. Yüksek lisans tezi, Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Van.
- Yiğiter, K. (2008). Kocaeli ilinde görevli ilk ve orta öğretim kurumlarında çalışan beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin empati becerilerinin incelenmesi (Kocaeli il merkezi örneği). Yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Ana Bilim Dalı, Sakarya.
- Yüksek Öğretim Merkezi, (1981). Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge. Erişim adresi: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezTeslimKilavuz.jsp>



Okullardaki Lisanslı Sporcu Sayılarının Değerlendirilmesi

Yüksel DİLEKÇİ

yukseldilekci@ibu.edu.tr

[0000-0003-4856-8386](tel:0000-0003-4856-8386)

Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu Meslek Yüksekokulu Mülkiye Koruma ve Güvenlik
Bölümü

ORJINAL MAKALE

Özet

Bu çalışmada öğrenim çağındaki öğrencilerin bir spor branşını seçme ve bu alanda uzmanlaşma süreçleri değerlendirilmiştir. Çalışmada nitel araştırma yöntemlerinden doküman incelemesi yöntemi kullanılmıştır. Lisanslı sporcu sayıları ile ilgili dokümanlar ilgili müdürlükten elde edilmiştir. Ardından bu dokümanların betimsel analizi yapılmıştır. Araştırma sonucunda ilkökul düzeyindeki lisanslı sporcu sayılarının diğer öğrenim kademelerine göre az olduğu belirlenmiştir. Bunun nedeni olarak küçük yaş gruplarında ebeveynlerin çocuklarını spora yeteri kadar yönlendirmemesi gösterilebilir. Ayrıca ilkökul düzeyindeki beden eğitimi ve oyun haftalık ders saatinin az olmasının spor yapma ve lisanslı bir spor branşına yönelimi olumsuz etkilediği söylenebilir. Ortaokul düzeyindeki lisanslı sporcu sayılarının, ilkökul düzeyine göre yüksek olduğu belirlenmiştir. Spor branşında özelleşme evresinin gerçekleşerek, müsabakalara katılım ile spor branşlarında uzmanlaşma yolunda bir ilerleme olduğu çıkarımı yapılabilir. Lisanslı sporcu sayılarının en fazla olduğu öğrenim kademesi ise lise düzeyidir. Bu yıllarda öğrenciler bağımsız bir birey olarak hobi ve tercihlerine göre bir spor branşına yöneldikleri söylenebilir. Ayrıca öğrenci ilgilerinin, meslek beklentilerinin belirginleşmesine bağlı olarak sporcu olmaya yönelik bir tercih olduğu düşünülebilir. Cinsiyet özelinde lisanslı sporcu sayılarına bakıldığında, erkek sporcuların sayısının kadın sporculara göre daha fazla olduğu görülmektedir. Ailelerin erkek çocuklarını kız çocuklarına göre spora daha çok yönlendirmelerinin ve onlara daha fazla imkân sağlamalarının bu durumu etkilediği söylenebilir.

Anahtar kelimeler: Spor Bilimleri, Spor Kültürü, Lisanslı Sporcu

Evaluation of the Number of Licensed Athletes in Schools

Abstract

In this study, the process of choosing a sports branch and specializing in this field were evaluated for education age students. Document analysis method was used. Documents related to the number of licensed athletes were obtained from the relevant directorate. Then, a descriptive analysis of these documents was made. It was determined that the number of licensed athletes at primary school level is less than other education levels. The reason can be shown as the fact that parents do not direct their children to sports enough in young age groups. In addition, it can be said that the lack of weekly physical education lesson hours at primary school level negatively affects the do sports and tendency licensed sports. The number of licensed athletes at secondary school level is higher than those at primary school level. There is a progress towards expertize in sports with the realization of the specialization phase in the sports branch and participation to competitions. The education level with the highest number of licensed athletes is the high school level. In these years, there is a tendency

towards a sports because students shape their lives as independent individuals outside of school according to their hobbies and preferences. Also, there is a preference for being an athlete depending on the student interests and career expectations. Considering the number of licensed athletes by gender, the number of male athletes is higher than female athletes. The fact that families direct their boys to sports more than girls and provide them more opportunities affects this situation.

Keywords: *Sports Science, Sports Culture, Licensed Athlete*

Giriş

Spor belirli kurallar doğrultusunda, bireysel veya takım olarak mücadeleye, eğlenceye dayalı, bilişsel ve psikomotor becerilerin kullanıldığı etkinliklerdir. Bu etkinliklerin özünde kazanmak olmakla birlikte bu etkinlikler sürat, güç, mücadele, hırs ve dayanıklılık gerektirir.

Sporun, kişiye fiziksel, zihinsel, ekonomik, sosyal ve duygusal olarak birçok faydası vardır. Sporla ilgilenen kişilerin kuvvet, dayanıklılık, sürat, çabukluk ve esneklik gibi fiziksel konularda gelişim sağlar. Bunun yanında spor yapan kişiler özgüven kazanır. Sporun zihinsel olarak stres oranını düşürdüğü ve psikolojik olarak rahatlama getirdiği söylenebilir. Spor yapan kişilerin kendini zinde ve mutlu hissettikleri bilinmektedir. Ayrıca bireylerin sosyalleşmesi, kötü davranışlardan uzak kalması, saldırganlık ve öfke, gibi duyguları kontrol altına alması gibi kazanımları olduğu söylenebilir.

Sporun birey üzerinde çok yönlü olumlu etkileri vardır. Buna bağlı olarak bireylerin temel eğitim sürecinden ortaöğretim sürecine kadar beden eğitimi dersleriyle bilişsel, duyuşsal ve psikomotor becerileri desteklenmektedir. İlköğretim çağındaki çocukların basit fiziksel hareketleri yapmalarının sağlanmasına odaklanan bu ders ortaokul düzeyinde farklı spor alanlarını tanıması ve bu sporları yapmasıyla desteklenir. Ortaöğretim düzeyinde öğrencilerin bir spor branşını üst düzey gerçekleştirmesine yönelik dersler işlenir. Bütün bu süreçte beden eğitimi dersi öğrencilerin fiziksel, sosyal ve duygusal gelişimine katkıda bulunan önemli bir rol üstelenir (Yaylacı, 2012).

Okul öncesi dönemde yaygın olarak izlenen sporları bilen öğrenciler, hareket odaklı yaşamı keşfetme süreçlerinde spora ilgi duymaya başlarlar. Ancak fiziksel gelişimin tam olarak gerçekleşmemiş olması dolayısıyla çocuklar bir spor branşını tam olarak yapmakta zorlanırlar. Ancak fiziksel gelişime paralel olarak öğrencilerin okul döneminde bir spor branşını kurallarına uygun yapma becerileri gelişir. İlkokuldan itibaren belli bir branşa öğrenciyi yönlendirmek öğrencinin o sporu profesyonel düzeyde yapmasına olanak tanıyacaktır. Elbette ilkokul çağındaki çocukların ilgi dağınıklığı ve tam olarak spor tercihlerinin belirginleşmemesine bağlı olarak bu okul çağında öğrenciyi uygun spora yönlendirmek zor olabilmektedir. Bunun yanında ebeveynlerin bu konuda istekli olmaması, ailelerin sosyo-ekonomik düzeylerinin yetersizliği, spor branşı için gerekli sahaların ve malzemelerin olmaması erken yaşta spora yönlendirmeyi daha da zorlaştırmaktadır.

Ortaokul çağındaki öğrencilerin ilgi duyduğu ve yapmak istedikleri spor netleşmektedir. Dolayısıyla öğrencinin ilgi duyduğu sporun fiziksel gerekliliklerine uygun yapıda olması beden

eğitimi öğretmenleri onları ilgi duydukları spor branşına yönlendirmelidir. Bunun için aile desteğinin sağlanması öğrencinin o branşta üst düzey sporcu olmasını sağlayacaktır.

Lise döneminde genç öğrencilerin enerjileri yüksektir. Bunun yanında ergenlik döneminde psikososyal olarak zor ve farklı bir süreç yaşamaktadır. Spor; ğrencilerin enerjilerini atacakları, akranlarıyla sosyalleşebilecekleri bir imkân verir. Böylece ğrenciler psikolojik olarak bir iyi oluş hâli içinde olmaları desteklenir. Alanyazında ğrencilerin okul sporlarına katılım engeli ailelerdeki çocuklarının akademik başarılarının etkilenebileceği kaygısıdır. Spora ayrılan zamanın üst ğretim kurumlarına geçiş sınavlarına hazırlanmayı olumsuz etkileyeceği kanısıdır (Alvurdu ve Şenel, 2010; Nemutlu, 1998; Öztürkalan, Gündüz, ve Kayışoğlu, 2013; Pehlivan, 2009). Bu ğrenim kademesinde akademik hedeflere odaklanma söz konusudur. Dolayısıyla gençler sporu ne kadar çok sevseler de yüksek öğrenim sınavlarına hazırlanmak durumundadırlar. Bu noktada beden eğitimi ğretmeni spor branşında uzmanlaşabilecek öğrencileri belirleyip uygun branşla tanıştıracaktır. Nitekim meslek kariyeri olarak sporcu olmayı hayal eden birçok genç ğrenci bulunmaktadır. Öğrencilerin bilişsel ve fiziksel şartlarını ve ilgilerini dikkate alarak onları uygun branşa yönlendirmelidir. Sporda yeteneklerini ve becerilerini bir araya getirerek, spor branşına yönlendirme, uzmanlaşma ve verimlilik getirecektir.

Sporda; atletizm, futbol, basketbol, voleybol boks, okçuluk, atıcılık, badminton, bocce, bowling, bilek güreşi, dart, eskrim, güreş, hentbol, judo, karate, kayak, korfbol, kick boks, masa tenisi, muay thai, oryantiring, satranç, taekwondo, tenis, ve yüzme gibi birçok branş vardır. Her bir tarz farklı beceriler gerektirir. Öğrencilere erken yaşlarda bunları tanıtmakta fayda vardır. Böylece ğrenciler kendilerine uygun spor branşını seçebileceklerdir.

Toplumda spor erkek cinsiyetine özgü bir etkinlik olarak görülmektedir (Koca, 2006). McKinnon (1987) ve Young (1979)'a göre erkeğin fiziksel gücünün kadınlara göre üstün olduğu, kadın bedeninin zayıflığı ve kadınların hassas olduğu düşüncesi kadınlara spor etkinliklerine katılımını engelleyen bakış açısı ve söylemdir. Bu anlayış okullardaki büyük bir kısım kız öğrencilerin sporla ilgilenmemesine ve spor yapmalarına sebebiyet vermektedir. Bu kanaatin önünü geçmek için beden eğitimi ğretmenlerinin büyük bir çaba göstermesi gerekmektedir. Bunun önüne geçmek ve kız öğrencilerin spor yapmalarına olanak sağlamak için öğretmenler ailelerle iş birliği yapmalı kız öğrencilerin spor yapmalarını teşvik etmelidir. Kız ğrencilerin lisanlı sporcu olmalarını destekleyecek çalışmalar yapılmalıdır. Böylece

toplumun her bir grubunun sporla buluşması sağlanarak her bir birey için spor erişilebilir ve yapılabilir bir alana dönüştürülebilir.

Araştırmanın Amacı

Sporun öğrencilerin fiziki ve zihinsel gelişimi üzerinde olumlu etkileri bilinmektedir. Bunun yanında küçük yaş gruplarında sporla ilgilenmek uzmanlık düzeyinde spor branşını yapmayı ve başarılı bir sporcu olmayı etkilemektedir. Bu durum ülke sporunun ulusal ve uluslararası başarı durumunu belirlemektir. Bundan dolayı araştırmada öğrenim çağındaki öğrencilerin bir spor branşını seçme ve bu alanda uzmanlaşma süreçlerinin değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

Araştırma Soruları

1. Minikler B ve A kategorisinde branşlara göre öğrencilerin lisanslı sporcu olma sayıları nasıl dağılım göstermektedir?
2. Küçükler ve Yıldızlar kategorisinde branşlara göre öğrencilerin lisanslı sporcu olma sayıları nasıl dağılım göstermektedir?
3. Gençler B ve A kategorisinde branşlara göre öğrencilerin lisanslı sporcu olma sayıları nasıl dağılım göstermektedir?

Gereç ve Yöntem

Araştırmanın yöntemi başlıklar altında açıklanmıştır.

Araştırmanın Modeli

Bu araştırmada nitel araştırma yöntemlerinden doküman incelemesine göre yapılmıştır. Doküman incelemesi yönteminde araştırma konusu ile ilgili materyaller incelenir. Dokümanlar üzerinde araştırma sorularına cevap bulmaya çalışılır. Araştırmada okul dönemindeki öğrencilerin lisanslı sporcu olma durumlarına ilişkin dokümanlar temin edilmiş ve incelenmiştir.

Çalışma Materyali

Araştırmada çalışma materyali Batı Karadeniz'deki bir ilin Gençlik ve Spor Müdürlüğünden temin edilen sporcu bilgilerini içeren dokümanlardır. Bu dokümanlardan araştırma konusu ile ilgili olanlar araştırmada çalışma materyali olarak kabul edilmiş ve incelenmiştir.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada çalışma materyali olarak sporcu sayılarını içeren dokümanlar kullanılmıştır. Bu dokümanların temin edilmesi için Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü ile görüşülmüş, araştırmanın amacı açıklanmıştır. Uygun görülerek ildeki sporcu sayıları ile dokümanlar okullarda temin edilmiştir.

Verilerin Analizi

Dokümanlar betimsel analize göre çözümlenmiştir. Betimsel analizi için 2 uzman spor branşlarını, spor kategorilerini ve cinsiyeti ölçüt olarak belirlemiş ve analiz için inceleme formu oluşturmuştur. Bu formdaki ölçütlere göre dokümanlar değerlendirilmiş ve uygun olan temalara kodlanmıştır. Bunun sonunda branş, kategori ve cinsiyete göre lisanslı sporcu sayılarına ilişkin bilgiler ortaya konmuştur.

Nitel bir araştırmada geçerliğin sağlanması için araştırmanın bütün süreçleri ayrıntılı kaydedilir (Yıldırım ve Şimşek, 2013). Araştırmada geçerliğin sağlanması için araştırmanın her aşaması kaydedilmiş ve verilere, bulgulara ulaşma süreci açıklanmıştır.

Araştırmanın güvenilirliğin sağlanması için iki uzman ayrı olarak verileri çözümlenmiştir. Ardından uzmanlar ulaştıkları sonuçları karşılaştırmıştır. Ulaşılan sonuçların yüzde .94 oranında benzeşik olduğu belirlenmiştir. Farklı bulunan sonuçlar için uzmanlar birlikte verileri değerlendirmiş ve görüş birliğine vararak verileri kodlamışlardır.

Araştırmanın Etiği

Araştırmada doküman incelendiğinden etik kurul iznine ihtiyaç duyulmamıştır. Araştırmanın bütün süreçlerinde etik kurallara uyulmuştur.

Bulgular

Her bir araştırma problemi için elde edilen veriler analiz edilmiş, tablo hâline getirilmiş ve sıklıkları gösterilmiştir. Minikler B ve A kategorisinde spor branşlarına göre lisanslı öğrenci sayıları tablolaştırılarak verilmiştir.

Tablo 1.

Minikler B ve A Kategorilerinde Branşlara Göre Lisanslı Sporcu Sayısı

Spor Dalı Branş Adı	Minikler B		Minikler B Toplamı	Minikler A		Minikler A Toplamı
	Erkek	Kadın		Erkek	Kadın	
Muay Thai					1	1

Okçuluk				3	2	5
Satranç	12	3	15	45	20	65
Toplam	12	3	15	48	23	71

Araştırmada Minikler B kategorisinde satranç branşında 12 erkek ve 3 kadın sporcu bulunmaktadır. Minikler A kategorisinde muay thai branşında 1 kadın; okçuluk branşında 3 erkek ve 2 kadın; satranç branşında 45 erkek ve 20 kadın sporcu bulunmaktadır. İlkokul düzeyindeki öğrenci sayısı içindeki lisanslı sporcu sayısı grafiği aşağıda verilmiştir.

Şekil 1.

İlkokul Düzeyindeki Öğrenci Sayısı İçindeki Lisanslı Sporcu Sayısı



Şekil 1’de lisanslı sporcu öğrencilerin toplam öğrenci içerisindeki dağılımına bakıldığında ilkokul düzeyindeki lisanslı sporcu sayısının oranı düşüktür.

Küçükler ve Yıldızlar kategorisinde spor branşlarına göre lisanslı öğrenci sayıları tablolastırılarak verilmiştir.

Tablo 2.

Küçükler ve Yıldızlar Kategorilerinde Branşlara Göre Lisanslı Sporcu Sayısı

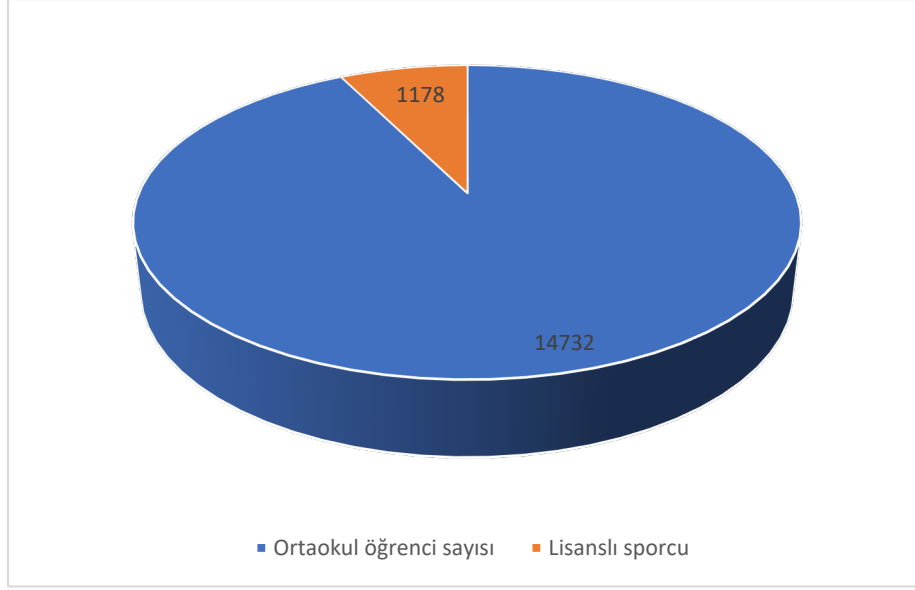
Spor Dalı Branş Adı	Küçükler		Küçükler Toplamı	Yıldızlar		Yıldızlar Toplamı
	Erkek	Kadın		Erkek	Kadın	
Atletizm	3	3	6	33	22	55

Badminton	17	28	45	8	10	18
Basketbol	17		17	89	81	170
Bocce	4	3	7	4		4
Cimnastik	1		1	1		1
Dart				50	55	105
Futbol	14		14	69	15	84
Güreş	3		3	18	3	21
Hentbol				35	38	73
Hokey				27	28	55
Judo				1	2	3
Karate	1		1	1	2	3
Kick Boks	3	1	4	2	3	5
Masa Tenisi	5	2	7	23	9	32
Muay Thai	2	2	4		1	1
Okçuluk	4	7	11	4	6	10
Satranç	55	21	76	43	31	74
Taekwondo				7	6	13
Tenis		1	1			
Voleybol	39	73	112	54	84	138
Yüzme	2		2	1	1	2
Toplam	170	141	311	470	397	867

Araştırmada küçükler kategorisinde 16 branşta erkeklerde 170 ve kadınlarda 141 lisanslı sporcunun olduğu belirlenmiştir. Yıldızlar kategorisinde 20 branşta erkeklerde 470 ve kadınlarda 397 lisanslı sporcunun olduğu belirlenmiştir. Ortaokul düzeyindeki öğrenci sayısı içindeki lisanslı sporcu sayısı grafiği aşağıda verilmiştir.

Şekil 2.

Ortaokul Düzeyindeki Öğrenci Sayısı İçindeki Lisanslı Sporcu Sayısı



Şekil 2’de lisanlı sporcu öğrencilerin toplam öğrenci içerisindeki dağılımına bakıldığında ortaokul düzeyindeki lisanslı sporcu sayısının az olduğu söylenebilir.

Gençler B ve A kategorisinde spor branşlarına göre lisanslı öğrenci sayıları tablolaştırılarak verilmiştir.

Tablo 3.

Gençler B ve A Kategorisinde Branşlara Göre Lisanslı Sporcu Sayısı

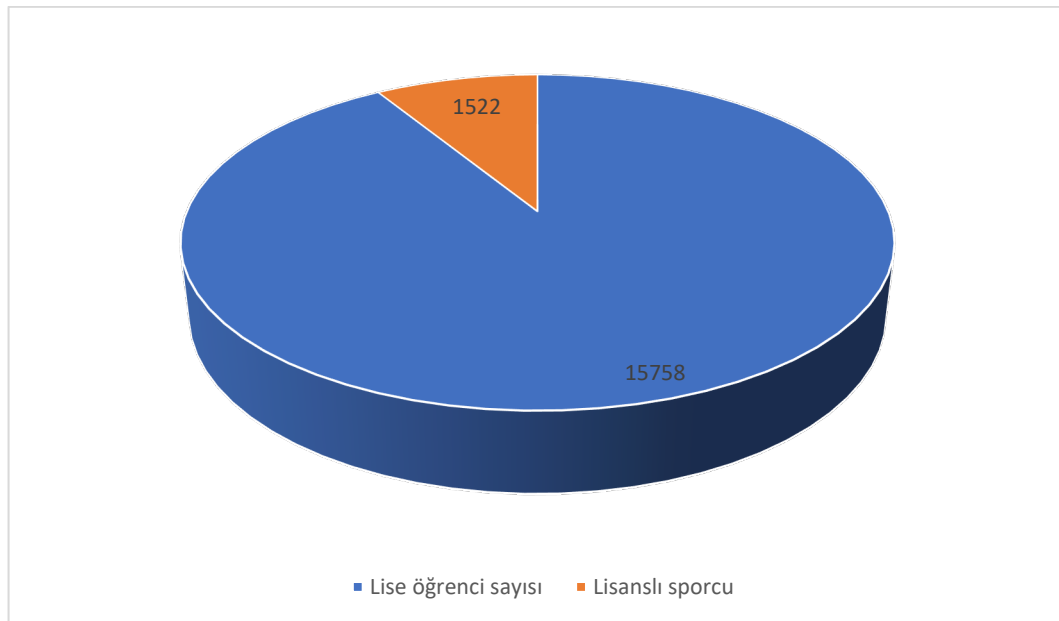
Spor Dalı Branş Adı	Gençler B		Gençler B Toplamı	Gençler A		Gençler A Toplamı
	Erkek	Kadın		Erkek	Kadın	
Atıcılık				1		1
Atletizm	6	2	8	27	10	37
Badminton				27	30	57
Basketbol	24	26	50	133	12	145
Bocce				7	6	13
Boks	2		2	13		13
Bowling				6	8	14
Bilek Güreşi	5		5	14	6	20
Dart				59	51	110
Eskrim				1		1
Futbol				250	136	386
Güreş	12	8	20	8	11	19
Hentbol				21	15	36
Judo				2	1	3

Karate	1	4	5		1	1
Kayak		2	2	3	6	9
Korfbol				20	12	32
Kick Boks	4	7	11	3	10	13
Masa Tenisi				74	46	120
Muay Thai				1	1	2
Okçuluk				3	11	14
Oryantiring				1		1
Satranç				70	20	90
Taekwondo				1	4	5
Tenis				2		2
Voleybol		1	1	92	163	255
Yüzme				11	8	19
Toplam	54	50	104	850	568	1.418

Araştırmada Gençler B kategorisinde 9 branşta erkeklerde 54 ve kadınlarda 50 lisanslı sporcunun olduğu belirlenmiştir. Gençler A kategorisinde 27 branşta erkeklerde 850 ve kadınlarda 568 lisanslı sporcunun olduğu belirlenmiştir. İlkokul düzeyindeki öğrenci sayısı içindeki lisanslı sporcu sayısı grafiği aşağıda verilmiştir.

Şekil 3.

Lise Düzeyindeki Öğrenci Sayısı İçindeki Lisanslı Sporcu Sayısı



Şekil 3'te lisanslı sporcu öğrencilerin toplam öğrenci içerisindeki dağılımına bakıldığında lise düzeyindeki lisanslı sporcu sayısının az olduğu söylenebilir.

Tartışma ve Sonuç, Öneriler

Yapılan araştırmada ilkokul düzeyinde diğer öğrenim kademelerine göre lisanslı sporcu sayılarının az olduğu belirlenmiştir. Bunun nedeni olarak küçük yaş gruplarında ebeveynlerin yeteri kadar çocuklarını spora yönlendirmemesi gösterilebilir. Bunun yanında ilkokullarda beden eğitimi derslerinin alandaki uzman beden eğitimi öğretmenlerinin tarafından değil sınıf öğretmenlerince derslerin yürütülmesidir. Bundan dolayı öğrencilere bu konuda yeteri kadar rehberlik yapılmadığı söylenebilir. Bu sorunun aşılması için ilkokullarda beden eğitimi öğretmenleri ile sınıf öğretmenlerinin iş birliği yapılabilir (Demirhan, 1999 ve Kasap, 2001)

İlkokul düzeyinde beden eğitimi ve oyun haftalık ders saatinin, diğer öğrenim kademelerine göre az olması spor yapma ve lisanslı bir spor branşına yönelmesini olumsuz etkilemektedir. Taşmektepligil vd., (2006) çalışmalarında haftalık olarak işlenen beden eğitimi ders saatlerinin az olduğu ve öğretim programlarındaki ders kazanımlarını gerçekleştiremeye yetmediğini belirtmiştir. Alanyazındaki ilgili çalışmalarda da beden eğitimi ders saatlerinin yeterli olmadığı belirtilmiştir (Orhun, 1993; Özşaker, 2001; Salman vd., 2005). Ayrıca araştırmada minikler kategorisinde sadece 3 branşta lisanslı sporcu olduğu belirlenmiştir. Erken yaşlarda farklı sporlarla öğrencilerin karşılaşmadığı ve bunun sonucu olarak farklı branşlara yönelimin az olduğu söylenebilir.

Cinsiyet özelinde lisanslı sporcu sayılarına baktığımızda erkek sporcuların kadın sporculara göre daha fazladır. Toplumda sporun erkek cinsiyetine özgü bir etkinlik olarak görülmektedir (Koca, 2006). Ailelerin erkek çocuklarını kız çocuklarına göre spora daha çok yönlendirdikleri ve bunun yanında onlara daha fazla imkânın sağlandığı bilinmektedir. Kız çocuklarının erken yaşta spora yönlendirmeleri onların çok yönlü gelişimini destekleyecektir.

İlkokul düzeyinde en spor lisanslı sporcu sayısı satranç branşındadır. Daha çok bu spor dalına ilginin fazla olmasında harekete dayalı spor sakatlanmaları riskinin olmaması nedeniyle olduğu söylenebilir.

Yapılan araştırmalarda ortaokul düzeyi, ilkokul düzeyine göre lisanslı sporcu sayılarının yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca ilgilenilen spor branşlarında artış olduğu belirlenmiştir. Bunun nedeni olarak öğrencilerin fiziksel gelişiminin olması ve beden eğitimi öğretmenlerinin yönlendirmesi olarak gösterilebilir. Spor branşında özelleşme evresi gerçekleşerek, müsabakalara katılım sağlaması dolayısıyla spor branşlarında uzmanlaşma yolunda bir

ilerlemesi olarak gösterilebilir. Ayrıca öğrencilerin bir spor branşını istikrarlı yapıyor olmaları özgüven kazanmalarını sağlayacağı ve sosyalleşmelerini destekleyeceği söylenebilir.

Bir spor branşını lisanslı yapan ortaokul öğrenci sayılarını cinsiyete göre değerlendirdiğimizde erkek ve kız öğrenci sayısının birbirine yakın olduğu belirlenmiştir. Ortaokul düzeyinde lisanslı sporcu olma durumlarına göre kız ve erkek öğrencileri arasında anlamlı bir farkın olmadığı şeklinde yorumlanabilir.

Lise düzeyinde lisanslı sporcu sayılarının en fazla olduğu öğrenim kademesi olmuştur. Bu yıllarda öğrencilerin bağımsız birey olmasına bağlı olarak okul dışında da hobi ve tercihlerine göre yaşamını şekillendirmesinden dolayı bir spora yönelme olduğu söylenebilir. Ayrıca öğrenci ilgilerinin, meslek beklentilerinin belirginleşmesine bağlı olarak sporcu olmaya yönelik bir tercih olduğu düşünülebilir.

Lise döneminde öğrenciler ergenliğe bağlı olarak psikososyal olarak zor dönemden geçtiği bilinmektedir. Bu dönemin olumlu atlatılması için enerjisini olumlu bir biçimde kullanacağı etkinliklere yönlendirilmesi gerekir (Senemoğlu, 2009). Spor genç öğrencilerin enerjilerini kullanabilecekleri uygun ortamlar sunar. Bu onların psikososyal gelişimini olumlu etkileyecektir.

Lise düzeyindeki lisanslı sporcu olma sayılarını değerlendirdiğimizde kız öğrenci sayılarının erkek öğrencilere göre düşük olduğu belirlenmiştir. Fiziksel gelişime bağlı olarak kızların bazı sporları yapmalarının toplumca onaylanmaması da bu sayının düşmesine neden olarak gösterilebilir.

Okullarda yeterli tesis ve malzeme bulunmadığı bu durumun öğrencilerin spor yapabilecekleri alanların olmaması ve gerekli ekipmanlarla sporu gerçekleştirememesi sorunu oluşturuyor (Pepe ve Can, 2003; Taşmektepligil vd., 2006). Spor branşının tam ve kurallarına uygun yapılması ve buna bağlı olarak öğrencilerin bu spora ilgilerinin çekilmesi hatta bu sporu lisanslı düzeyde yapabilmesi tesis ve malzeme olanaklarına bağlıdır. Pehlivan ve Öksüzoğlu (2006) da araştırmalarında öğrencilerin spor tesisi, sahası, alanı ve malzemelerinin olmasını talep ettiklerini belirlemişlerdir. Öğrencilerin bu beklentileri sporcu yetiştirmenin temeli olarak gösterilebilir. Okullarda ihtiyaç duyulan spor alanlarının oluşturulması ve gerekli ekipmanların sunulması öğrencilerin spora yönelmesini teşvik edebilir.

Araştırmada ulaşılan sonuçlardan hareketle aşağıda ifade edilen önerilerde bulunulmuştur:

- Okul öncesinden lise çağına dek öğrencilerin gelişim kaydı tutularak spor ilgi ve uygunluk takibi yapılabilir.
- İlkokul ağındaki beden eğitimi derslerine beden eğitimi ğretmenlerinin rehberliğinde işlenebilir.
- Beden eğitimi ğretmenlerinin yetenek taraması ve öğrencilerin uygun spor branşı ile buluşturulmasına yönelik hizmet içi eğitimler verilebilir.
- Öğrencilerin farklı spor branşlarını yapmalarına imkân tanıyacak tesis ve malzeme olanakları artırılabilir.
- Gençlik Spor Müdürlüğü ve Milli Eğitim Müdürlüğü iş birliğinde öğrencileri spora yönlendirme projeleri yapabilir.

Etik Kurul İzin Bilgileri

Araştırmada dokuman incelendiğinden etik kurul iznine ihtiyaç duyulmamıştır. Araştırmanın bütün süreçlerinde etik kurallara uyulmuştur. Makalenin yönteminde “mevcut araştırma süresince “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” çerçevesinde hareket edilmiştir.”

Araştırmacıların Katkı Oranları Beyanı

Araştırmanın tamamı, araştırmanın tek yazarı tarafından gerçekleştirilmiştir.

Çatışma Beyanı

Yazarın araştırma ile ilgili bir çatışma beyanı bulunmamaktadır.

Kaynakça

- Alvurdu, S., ve Şenel. Ö. (2010). Lise Eğitimi Sürecindeki Futbolcu Öğrencilerin Sorunları. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, VIII(1) 17-28.
- Belir Yaylacı, F. (2012). İlköğretim okullarında nasıl bir beden eğitimi dersi istiyorum?. *Milli Eğitim*, 195, 194-210.
- Demirhan, G. (1999). Çocuk-Spor-Sağlık ve Eğitim, Türk Pediatri Kurumu XXXV.Ulusal *Pediatric Kongresi* 19-23 Mayıs, Ankara, sf:308-311.
- Kasap, H. (2001). Spor Eğitiminde Rekabetçi, bireysel ve işbirliği yaklaşımları. *II. Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Sempozyumu*, Bursa, s. 43.
- Koca, C. (2006). Beden eğitimi ve spor alanında toplumsal cinsiyet ilişkileri. *Spor Bilimleri Dergisi Hacettepe* 17(2), 81-99.
- McKinnon, C. (1987). Feminism unmodified: discourses on life and law. *Harvard University Press*.
- Nemutlu, D. (1998). Gençliğin eğitim sorunları. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(17), 165-175.
- Orhun, A. (1993). Okul beden eğitimi ve sporunda yeni didaktik yaklaşımlar. *Spor Bilimleri I. Ulusal Sempozyumu Bildirileri*. Milli Eğitim Basımevi.
- Özşaker, M. (2001). *İlköğretim okullarında beden eğitimi dersinin amaç ve içeriğine ilişkin sorunlar* (Yayımlanmamış Yüksek lisans Tezi). Ege Üniversitesi.
- Öztürkalan, V., Gündüz, N. ve Kayışoğlu, N. B. (2013). Gençlik spor genel müdürlüğü ile milli eğitim bakanlığı arasındaki gençlik, beden eğitimi, spor hizmet ve faaliyetleriyle ilgili işbirliği protokolünün okul sporları açısından incelenmesi (Ankara İli Örneği). *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, XI (1) 47-53.
- Pehlivan, Z. ve Öksüzöğlü, P. (2006). İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin beden eğitimi dersinden beklentileri. *9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Muğla Üniversitesi Atatürk Kültür Merkezi*, Muğla, s.638.
- Pehlivan, Z., (2009). Spora katılan çocuklara yönelik ailelerin beklentileri, çocuklarda gözlenen davranış değişimleri ve spora katılımın önündeki engeller. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, VII(2), 69-74,

- Pepe, K. ve S. Can. (2003). Spor branşlarına katılımın sosyo-ekonomik boyutunun araştırılması. *Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Beden Eğitimi ve Sporda Sosyal Alanlar Kongresi* s.10-11.
- Salman, M.N., Çalgın, E.R., Salman, S. (2005). Beden eğitimi öğretmenlerinin mesleki sorunlarının cinsiyet faktörü açısından değerlendirilmesi. *4. Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Sempozyumu* (10–11 Haziran 2005). Uludağ Üniversitesi. Bursa.
- Senemoğlu, N. (2009). *Gelişim, öğrenme ve öğretim, kuramdan uygulamaya*. Pegem Akademi Yayınları.
- Taşmektepligil, Y., Yılmaz, Ç., İmamoğlu, O., Kılıçgil, E. (2006). İlköğretim okullarında beden eğitimi ders hedeflerinin gerçekleştirme düzeyi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(4): 139-147,
- Yıldırım, A. ve Şimşek H. (2013). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Seçkin Yayıncılık.
- Young, I. (1979). The exclusion of women from sport: Conceptual and existential dimensions. *Philosophy in Context*, 9, 44-53.



Voleybolcuların Duygusal Zekâ Düzeylerinin Takım Direncine Etkisi: Antalya İli Örneği

Mehmet Bilgin KARADEMİR ¹

<https://orcid.org/0000-0003-0239-1204>

¹Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi, Alanya Ticaret ve Sanayi Odası Turizm Meslek Yüksekokulu, Seyahat-Turizm ve Eğlence Hizmetleri Bölümü, Alanya, Türkiye.

ORJINAL MAKALE

Özet

Bu araştırmanın amacı voleybolcuların duygusal zekâ düzeylerinin takım direncine etkisinin incelenmesidir. Bu kapsamda gerçekleştirilen çalışmanın evrenini Antalya ilinde ikamet eden voleybolcular oluştururken, örneklemini ise 18 yaş üzerinde olan 150 voleybolcu oluşturmaktadır. Çalışma sürecinde, araştırmacı tarafından hazırlanan demografik bilgi formunun yanı sıra sporda duygusal zekâ ve sporda takım direnci envanterleri kullanılarak veriler toplanmıştır. Elde edilen veriler, SPSS 26.0 programıyla analiz edilmiştir. Verilerin normal dağılım sergilediği, çarpıklık ve basıklık değerlerinin incelenerek belirlenmiştir. Bu doğrultuda, verilerin analizinde parametrik testler tercih edilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre, voleybolcuların duygusal zekâ düzeyleri arttıkça, takım direnci düzeylerinin de yükseldiği gözlemlenmiştir. Ayrıca, duygusal zekâ düzeyi yükseldikçe, baskı altında gösterilen zayıflıkların azaldığı görülmüştür.

Anahtar kelimeler: Zekâ, Duygusal Zekâ, Takım, Direnç

The Effect Of Volleyball Players' Emotional Intelligence Levels On Team Resistance: Antalya Case

Abstract

The aim of this research is to examine the effect of emotional intelligence levels of volleyball players on team resistance. While the universe of the study carried out in this context is composed of volleyball players residing in the province of Antalya, the sample consists of 150 volleyball players over the age of 18. In the study process, data were collected using the demographic information form prepared by the researcher, as well as the emotional intelligence in sports and team resistance inventories in sports. The obtained data were analyzed with the SPSS 26.0 program. It was determined that the data exhibited a normal distribution by examining the skewness and kurtosis values. Accordingly, parametric tests were preferred in the analysis of the data. According to the results of the research, it was observed that as the emotional intelligence levels of volleyball players increased, their team resistance levels also increased. In addition, it was observed that as the level of emotional intelligence increased, the weaknesses shown under pressure decreased.

Keywords: Intelligence, Emotional Intelligence, Team, Resilience

Giriş

Kavramsal açıdan zekâ; bireyin öğrenme, karşılaştırma, saklama ve ihtiyaç duyulduğunda bu bilgileri geri çağırma yeteneği gibi işlevleri içermektedir (Awla, 2023). Bu kapsamda zekâ, bireyin düşünme hızını, sorulara cevap bulabilme yetisini, farklı aşamalar arasında yeni bağlantılar kurabilme yeteneğini ve yorum yapabilme yeteneğini içeren bir kapasite olarak düşünülebilir. Öğrenme hızı, öğrenilen bilgi miktarı, bilgiyi hafızada tutabilme süresi ve öğrenilen bilgi türleri gibi farklılıklar, bireylerin zekâ türleri ve seviyelerine bağlı olarak değişebilir (Yerli, 2009). Wigglesworth ve Storch (2012) tarafından sunulan perspektife göre, bireylerde zihinsel, fiziksel, ruhsal ve duygusal zekâ olmak üzere dört temel zekâ türü bulunmaktadır.

Duygusal zekâ, insanların kendi içsel duygularını anlama yeteneğini geliştirebilme ve diğer insanların duygusal durumlarını gözlemleyerek bu duygusal değişiklikleri ayırt edebilme yeteneklerini içeren sosyal bir zekâ türü olarak özetlenebilir (Çakar ve Arbak, 2004). Duygusal durumları anlamak ve ifade etmek, çeşitli sorunların çözümünde nazik olabilmek ve diğer insanlarla uyumlu bir iletişim sürdürülebilmek, kişilerin başarı yolculuklarında bu zekâ türünün kritik rol oynadığı düşünülmektedir. Girgin (2009)'e göre; duygusal durumları anlamak ve ifade etmek, çeşitli sorunların çözümünde nazik olabilmek gibi davranışlar, temelinde duygusal zekâyı barındırmaktadır.

Duygusal zekâ, yaşamın çeşitli alanlarında olduğu gibi spor alanlarında da büyük bir rol oynamaktadır. Sporun yarışmacı ve zorlayıcı doğası, duygusal zekanın sporcular için ne kadar önemli olduğunu ortaya koymaktadır. Güler (2022)'e göre, duygusal zekâ, takım sporlarıyla uğraşan sporcuların performanslarına etki eden bir faktör olarak görülmektedir. Bu sporcular hem kendi takım arkadaşlarının hem de rakiplerinin duygusal durumlarını anlama yeteneğine sahiptirler. Sporda duygusal zekânın, sporcuların psikolojik olarak güçlü kalmalarını, zorlukların üstesinden gelmelerini ve en iyi performanslarını sergilemelerini sağlayan temel bir yetenek olduğu düşünülmektedir.

Direnç, bir psikolojik fenomen olarak, bireyin yaşam boyunca çeşitli zorluklarla başa çıkma yeteneğini ve bu zorlukların üstesinden gelerek olumlu bir gelişim süreci yaşamasını anlamak için kullanılan bir kavramdır (Masten ve O'Dougherty Wright, 2010). Direnç, özellikle zorlu durumlar ve stresli koşullarla karşılaşıldığında, olumlu adaptasyonu içeren dinamik bir süreç olarak tanımlanabilir (Luthar, Cicchetti ve Becker, 2000). Sun (2022)'a göre; bu kavram,

insanların hayatlarında karşılaştıkları güçlükleri ve sıkıntıları nasıl aşabileceğini anlamak ve incelemek için kullanılmaktadır.

Fletcher ve Sarkar (2013)'a göre; takım direnci, bir grup bireyin toplu olarak maruz kaldığı stres faktörlerinin olası negatif etkilerinden korunmalarına yardımcı olan dinamik ve psikolojik bir süreç olarak tanımlanmaktadır. Sun (2022)'a göre; takımların, zorlu durumlarla karşılaştıklarında tekrar toparlanma yeteneği ve eski performans düzeylerine geri dönme kapasitesi, takım direncinin en önemli göstergelerinden biridir.

Takım direnci, takımların zorlayıcı koşullarla karşılaştığında tekrar yeniden enerji toplama ve normale dönme yeteneklerini ifade eder. Aynı zamanda, yüksek sorumluluk gerektiren durumlarda başarılı bir şekilde performans gösterebilme yeteneği, stresli koşullara uyum sağlama yeteneği ve olumsuz durumlarla etkili bir şekilde başa çıkabilme yeteneği, takımın direnç seviyesinin göstergelerindedir (West, Patera ve Carsten, 2009). Takımların bu tür yetenekleri sergileyebilmesi, takım direncinin yüksek olduğunu ve olumsuz durumların potansiyel zararlı etkilerini deneyimleme olasılığının daha düşük olduğunu göstermektedir. Bu durum takım üyelerinin birbirlerine destek sağlama, iş birliği yapma ve çeşitli stres faktörleriyle başa çıkma konusundaki yeteneklerini yansıtmaktadır. Takım direnci, takımların zorlu koşullar altında bile etkili bir şekilde işlev görebilme yeteneklerini ve esnekliğini vurgular (Sun, 2022).

Spor alanı, doğal bir laboratuvar gibi işlev görmektedir. Bu alanda bireylerin zorlu koşullar altında sergiledikleri davranışlar ve çalışma yöntemleri incelenerek önemli veriler elde edilmektedir (Fletcher ve Sarkar, 2012). Spor psikolojisi literatüründe, takım direnci konusuna dair ilk çalışma, Morgan, Fletcher ve Sarkar (2013) tarafından yapılmıştır. Morgan, Fletcher ve Sarkar (2013) tarafından yapılan araştırmada; beş farklı takım sporundan gelen sporcularla yapılan nitel bir çalışma sonucunda, takım direncinin spor alanındaki tanımı yapılmıştır. Direnç kavramı, bireylerin zorlu durumlarla başa çıkma yöntemlerini anlamak amacıyla önemli bir odak noktası olarak değerlendirilmiştir (Masten ve Osofsky, 2010). Ancak zorluklar yalnızca bireyleri etkilemez; aynı şekilde takımlar da zaman zaman zorluklar yaşayabilirler. Hem takım sporu yapan sporcular hem de bireysel sporcular, bu zorlukların üstesinden gelirken performanslarını düşürmeden etkili bir şekilde başa çıkabilme becerisine sahip olmalıdırlar (Sun, 2022).

Spor, psikolojik ve fiziksel açıdan çeşitli zorlukların üstesinden gelme, liderlik ve takım iş birliği gibi özellikleri değerlendirmek için ideal bir platform sunmaktadır. Bu nedenle spor alanında yapılan araştırmalar hem bireysel hem de takım düzeyinde psikolojik süreçleri

anlamak ve geliştirmek için önemli bir rol oynamaktadır. Takım direnci gibi kavramlar, spor alanını bir araştırma ve öğrenme ortamı olarak kullanmanın önemini vurguladığı düşünülmektedir. Sporda takım direnci ile ilgili alanyazın incelendiğinde, bu konuda sadece Akgün (2022) ve Sun (2022) tarafından yapılan çalışmaların yer aldığı görülmektedir. Bu bağlamda, voleybolcuların duygusal zekâ seviyelerinin, takım direnci üzerindeki etkisini değerlendirmek amacıyla yapılan bu araştırmanın, spor bilimleri alanına önemli katkılar sağlayacağı düşünülmektedir.

Gereç ve Yöntem

Bu araştırmanın gerçekleştirilmesi sürecinde “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” çerçevesinde hareket edilmiştir.

Araştırmanın Modeli

Voleybolcular ile gerçekleştirilen bu çalışmada, ilişkisel tarama modelinden yararlanılmıştır. Karasar (2011)’a göre ilişkisel tarama modeli, mevcut literatürden yararlanarak geçmiş dönemlerden günümüze kadar varlığını sürdüren bir durumu mevcut haliyle betimlemeyi amaçlamaktadır.

Evren ve Örneklem

Voleybolcular ile gerçekleştirilen bu çalışmada örnekleme yöntemi olarak; basit tesadüfi örnekleme yönteminden yararlanılmıştır. Basit seçkisiz örnekleme olarak da adlandırılan basit tesadüfi örneklemede evrendeki her birim örnekleme eşit ve bağımsız seçilme şansına sahiptir. Basit seçkisiz örnekleme yönteminde evrenle ilgili bilgiye ihtiyaç duyulur, iç-dış geçerliği yüksektir ve verileri incelemek kolaydır (Acharya, Prakash, Saxena ve Nigam 2013). Voleybolcuların duygusal zekâ ve takım direnci düzeylerinin incelenmesi amacıyla gerçekleştirilen bu araştırmanın evrenini Antalya ilinde mücadele eden sporcular oluştururken, örneklem grubunu ise Antalya ilinde ikamet eden, 18 yaş üstünde olan 150 voleybolcu oluşturmaktadır.

Tablo 1

Araştırmaya Katılım Sağlayan Voleybolcuların Demografik Özellikleri

Değişkenler		f	%
Cinsiyet	Kadın	87	58,0
	Erkek	63	42,0
Yaş	18-21	89	59,3
	22-25	25	16,7
	26 yaş ve üzeri	36	24,0
Spor Yaşı	5 yıl ve altı	50	33,3
	6-10 yıl	64	42,7
	11 yıl ve üzeri	36	24,0
Toplam		150	100,0

Tablo 1’de araştırmaya katılım voleybolcuların demografik özelliklerine yer verildiği görülmektedir. Buna göre voleybolcular ile gerçekleştirilen bu araştırmaya 87’si kadın 63’ü erkek olmak üzere 150 sporcunun katılım sağladığı görülmektedir. Araştırmaya katılım sağlayan voleybolcular yaşlarına göre incelendiğinde bu sporcuların 89’unun 18-21 yaş, 25’inin 22-25 yaş, 36’sının ise 26 yaş üzerinde olduğu görülmektedir. Bunun yanında araştırmaya katılım sağlayan sporcuların 50’sinin 5 yıl ve altında spor yılına sahip olduğu, 64’ünün 6-10 yıl arasında spor yılına sahip olduğu, 36’sının da 11 yıl ve üzerinde spor yılına sahip olduğu görülmektedir.

Veri Toplama Araçları

Voleybolcular ile gerçekleştirilen bu araştırmada araştırmacı tarafından hazırlanmış olan demografik bilgi formunun yanında sporda duygusal zekâ ve sporda takım direnci envanterlerinden yararlanılmıştır.

Sporda Duygusal Zekâ Envanteri

Schutte ve diğerleri (1998) tarafından geliştirilen duygusal zekâ ölçeği Lane, Thelwell, Lowther ve Devonport (2009) tarafından spor alanına uyarlanmıştır. Bu ölçek, sporcular için 19 madde ve 5 alt boyuttan oluşan bir yapıya sahiptir. Ölçeğin Türkçe çevirisi, geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Adiloğulları ve Görgülü (2015) tarafından gerçekleştirilmiştir. Adiloğulları ve Görgülü (2015)’e göre; duygusal Zekâ ölçeği alt boyutlarının güvenilirlik düzeyleri şu şekildedir; Başkalarının duygularını değerlendirme alt boyutu için 0,66; kendi duygularını değerlendirme,0,85; duyguları düzenleme, 0,67; Sosyal beceriler, 0,61; duyguların kullanımı, 0,85;ölçeğin genel cronbach alpha katsayısı ise 0,91 olduğu tespit edilmiştir.

Bu araştırmada elde edilen Cronbach alpha katsayıları aşağıdaki gibidir:

- Başkalarının duygularını değerlendirme alt boyutu için: 0,92
- Kendi duygularını değerlendirme alt boyutu için: 0,75
- Duyguları düzenleme alt boyutu için: 0,78
- Sosyal beceriler alt boyutu için: 0,93
- Duyguların kullanımı alt boyutu için: 0,93

Ayrıca, ölçeğin genel anlamda tamamı için Cronbach alpha katsayısının 0,84 olduğu tespit edilmiştir. Araştırma kapsamında elde edilen Cronbach alpha değerleri oldukça kabul edilebilir düzeylerde bulunmaktadır. Bu, ölçeğin alt boyutlarının ve genel ölçeğin güvenilir olduğunu ve iç tutarlılığının iyi olduğu yorumu yapılabilir.

Takım Direnci Özellikleri Envanteri

Voleybolcuların takım direncine ilişkin verileri değerlendirmek için kullanılan takım direnci özellikleri envanteri, Decroos ve diğerleri (2017) tarafından geliştirilen 20 maddeli ve 2 alt boyutlu bir yapıya sahiptir. Bu envanter, sporcuların kendi takımlarına yönelik takım direnci algılarını değerlendirmeyi amaçlamaktadır. Envanter, 7'li Likert tipinde bir ölçek kullanılarak uygulanmaktadır. Sporda takım direnci özellikleri envanter iki alt boyuta sahiptir. Bu alt boyutlar;

- Direnç Özellikleri Gösterme
- Baskı Altında Gösterilen Zayıflıklar

Bu alt boyutlar, katılımcıların takım direnci ile ilgili algılarını farklı yönlerden değerlendirmek amacıyla oluşturulmuştur. Envanterin Türkçe uyarlaması ise Görgülü, Şenel, Adiloğulları ve Yıldız (2018) tarafından yapılmıştır. Ayrıca, envanterin tamamı için Cronbach alpha katsayısı 0.74 olarak belirlenmiştir. Voleybolcular ile gerçekleştirilen bu araştırmada ise Cronbach alpha katsayıları şu şekildedir;

- Direnç özellikleri gösterme alt boyutu için: 0,93
- Baskı altında gösterilen zayıflıklar alt boyutu için: 0,94
- Ölçeğin tamamı için: 0,80

Verilerin Analizi

Voleybolcular ile gerçekleştirilen bu araştırmada elde edilen verilerin analizi SPSS 26.0 programında yapılmıştır. Buna göre öncelikle verilerin arpıklık ve basıklık değerleri incelenmiştir. Araştırma kapsamında yer alan ölçeklerin arpıklık ve basıklık değerleri tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2

Sporda duygusal zekâ ve sporda takım direnci envanterlerine ilişkin arpıklık ve basıklık değerleri

Ölçekler	Alt Boyutları	arpıklık	Basıklık
Sporda Duygusal Zekâ	Başkalarının Duygularını Değerlendirme	-0,48	-1,35
	Kendi Duygularını Değerlendirme	-0,13	-1,44
	Duyguları Düzenleme	-0,13	-1,37
	Sosyal Beceriler	-0,74	-0,62
	Duyguların Kullanımı	0,91	1,44
	Duygusal Zekâ Ortalama	0,20	-0,26
Sporda Takım Direnci	Direnç zellikleri Gösterme	0,56	-1,42
	Baskı Altında Gösterilen Zayıflıklar	-0,20	-1,75
	Takım Direnci Ortalama	-1,05	-0,28

Tablo 2’ye göre Skewness ve Kurtisios (arpıklık ve basıklık) değerlerinin -2 ile +2 arasında yer aldığı görülmektedir. George ve Mallery (2010)’e göre Skewness ve Kurtisios değerlerinin 2 ile +2 arasında yer alması bu verilerin normal dağılım sağladığını göstermektedir. Bu bağlamda sporda duygusal zekanın takım direncine etkisinin incelenebilmesi amacıyla gerçekleştirilen bu araştırmada; iki kategorili değişkenlerin analizi için bağımsız örneklem t testi, ikiden fazla sayıda olan değişkenlerin analizinde ise ANOVA analizinden yararlanılmıştır. Bunun yanında duygusal zekâ ile sporda takım direnci arasındaki ilişki, pearson korelasyon analizi ile incelenmiştir.

Araştırmanın Etiği

Voleybolcular ile gerçekleştirilen bu araştırmanın etik kurul onayı, Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi, Sosyal ve Beşerî Bilimler Alanı Bilimsel Araştırmaları kurulundan 06.06.2023 tarihinde 2023/12 karar numarası ile alınmıştır.

Bulgular

Tablo 3

Voleybolcuların cinsiyetlerine göre duygusal zekâ düzeylerinin bağımsız örneklem T-testi ile incelenmesi

Sporda Duygusal Zekâ	Cinsiyet	N	Ort.	SS	t	p
Başkalarının Duygularını Değerlendirme	Kadın	87	10,25	3,19	1,59	0,00*
	Erkek	63	9,16	4,73		
Kendi Duygularını Değerlendirme	Kadın	87	5,99	2,06	0,50	0,00*
	Erkek	63	5,77	3,01		
Duyguları Düzenleme	Kadın	87	5,13	1,60	2,09	0,65
	Erkek	63	4,59	1,48		
Sosyal Beceriler	Kadın	87	7,07	2,94	-0,83	0,42
	Erkek	63	7,45	2,67		
Duyguların Kullanımı	Kadın	87	12,76	4,56	-4,18	0,00*
	Erkek	63	15,41	2,47		
Sporda Duygusal Zekâ Ortalama	Kadın	87	48,80	6,18	-0,41	0,00*
	Erkek	63	49,49	13,81		

*p<0,05

Tablo 3 incelendiğinde araştırmaya katılım sağlayan voleybolcuların sporda duygusal zekâ ortalamaları ile bu ölçeğin alt boyutu olan başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme ve duyguların kullanımı alt boyutlarında istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde farklılaşmanın meydana geldiği görülmektedir (p<0.05). Buna göre araştırmaya katılım sağlayan kadın voleybolcuların başkalarının duygularını değerlendirme ile kendi duygularını değerlendirme alt boyut puan ortalamalarının erkek voleybolculara oranla daha yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Bunun yanında erkek voleybolcuların sporda duygusal zekâ puan ortalamaları ile duyguları yönetme alt boyutuna ilişkin puan ortalamaları kadın voleybolculara oranla daha yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 4

Voleybolcuların yaşlarına göre duygusal zekâ düzeylerinin ANOVA testi ile incelenmesi

Sporda Duygusal Zekâ	Yaş	N	Ort.	SS	F	p	Post-Hoc (Bonferroni)
Başkalarının Duygularını Değerlendirme	18-21 ^a	89	10,70	3,15	64,96	0,00*	b>a,c
	22-25 ^b	25	13,10	0,94			
	26 yaş ve üzeri ^c	36	5,26	3,05			
Kendi Duygularını Değerlendirme	18-21 ^a	89	6,28	2,04	46,60	0,00*	b>a,c
	22-25 ^b	25	8,13	1,33			
	26 yaş ve üzeri ^c	36	3,40	2,12			
Duyguları Düzenleme	18-21 ^a	89	5,30	1,52	24,29	0,00*	b>c
	22-25 ^b	25	5,48	1,12			
	26 yaş ve üzeri ^c	36	3,51	1,09			
Sosyal Beceriler	18-21 ^a	89	7,10	3,12	2,51	0,08	-
	22-25 ^b	25	8,33	1,44			
	26 yaş ve üzeri ^c	36	6,77	2,64			
Duyguların Kullanımı	18-21 ^a	89	13,30	4,46	8,84	0,00*	c>a,b
	22-25 ^b	25	12,62	3,05			
	26 yaş ve üzeri ^c	36	16,18	2,28			
Sporda Duygusal Zekâ Ortalama	18-21 ^a	89	49,13	8,00	16,67	0,00*	c>a,b
	22-25 ^b	25	57,16	9,72			
	26 yaş ve üzeri ^c	36	43,38	11,25			

*p<0,05

Tablo 4 incelendiğinde araştırmaya katılım sağlayan voleybolcuların sporda duygusal zekâ envanterine ilişkin puan ortalamaları ile bu ölçeğin alt boyutları arasında yer alan başkalarının duygularının değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, duyguların kullanımı alt boyutlarında istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde farklılaşmanın meydana geldiği tespit edilmiştir (p<0.05). Meydana gelen farklılığın hangi gruplar arasında oluştuğunun tespit edilebilmesi için bonferroni testinden yararlanılmıştır. Buna göre; 22-25 yaş aralığında olan voleybolcuların başkalarının duygularını değerlendirme ve kendi duygularını değerlendirme alt boyut puan ortalamalarının 18-21 ile 26 yaş ve üzerinde olan sporculara oranla daha yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Bunun yanında araştırmaya katılım sağlayan 26 yaş ve üzerinde olan voleybolcuların sporda duygusal zekâ envanterine ilişkin puan ortalamalarının diğer yaş gruplarında yer alan voleybolculara oranla daha yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca Tablo 4'e göre; 22-25 yaş aralığında olan voleybolcuların duyguları düzenleme alt boyutuna ilişkin puan ortalamalarının 26 yaş ve üzerinde olan voleybolculara oranla daha yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 5

Voleybolcuların spor yıllarına göre duygusal zekâ düzeylerinin ANOVA testi ile incelenmesi

Sporda Duygusal Zekâ	Spor Yılı	N	Ort.	SS	F	p	Post-Hoc (Bonferroni)
Başkalarının Duygularını Değerlendirme	5 yıl ve altı ^a	50	12,9	1,51	82,42	0,00*	a>b,c
	6-10 yıl ^b	64	9,91	3,21			
	10 yıl ve üzeri ^c	36	5,26	3,05			
Kendi Duygularını Değerlendirme	5 yıl ve altı ^a	50	7,70	1,03	51,97	0,00*	a>b,c
	6-10 yıl ^b	64	5,89	2,30			
	10 yıl ve üzeri ^c	36	3,40	2,12			
Duyguları Düzenleme	5 yıl ve altı ^a	50	4,73	0,80	37,15	0,00*	a>b,c
	6-10 yıl ^b	64	5,81	1,65			
	10 yıl ve üzeri ^c	36	3,51	1,09			
Sosyal Beceriler	5 yıl ve altı ^a	50	8,72	1,51	12,35	0,00*	a>b,c
	6-10 yıl ^b	64	6,32	3,24			
	10 yıl ve üzeri ^c	36	6,77	2,64			
Duyguların Kullanımı	5 yıl ve altı ^a	50	11,30	2,77	21,85	0,00*	a>b,c
	6-10 yıl ^b	64	14,59	4,55			
	10 yıl ve üzeri ^c	36	16,18	2,28			
Sporda Duygusal Zekâ Ortalama	5 yıl ve altı ^a	50	53,02	4,48	10,83	0,00*	ab>c
	6-10 yıl ^b	64	49,23	11,10			
	10 yıl ve üzeri ^c	36	43,38	11,25			

*p<0,05

Tablo 5'e göre voleybolcuların duygusal zekâ düzeyleri spor yılı değişkenine göre incelenmiştir. Buna göre voleybolcuların spor yıllarına göre sporda duygusal zekâ envanterine ilişkin puan ortalamaları ile bu ölçeğin alt boyutları arasında yer alan başkalarının duygularının değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, duyguların kullanımı alt boyutlarında istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde farklılaşmanın meydana geldiği tespit edilmiştir. (p<0.05). Meydana gelen farklılığın hangi gruplar arasında oluştuğunun tespit edilebilmesi için bonferroni testinden yararlanılmıştır. Yapılan bu teste göre; spor yılı 5 yıl ve altında olan voleybolcuların, başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler ve duyguların kullanımına ilişkin alt boyut puan ortalamalarının 6-10 ile 10 yıl ve üzerinde spor yılına sahip olan voleybolculara oranla daha yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Bunun yanında voleybolcuların sporda

duygusal zekâ envanterine ilişkin puan ortalamaları incelendiğinde; spor yılı 5 yıl ve altında olan voleybolcular ile 6-10 yıl arasında olan voleybolcuların sporda duygusal zekâ puan ortalamalarının spor yılı 10 yıl üzerinde olan voleybolculara oranla daha yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 6

Voleybolcuların cinsiyetlerine göre takım direnci düzeylerinin bağımsız örneklem T-testi ile incelenmesi

Sporda Takım Direnci	Cinsiyet	N	Ort.	SS	t	p
Direnci Özellikleri Gösterme	Kadın	87	20,63	8,77	3,03	0,00
	Erkek	63	16,89	6,31		
Baskı Altında Gösterilen Zayıflıklar	Kadın	87	24,61	14,36	-2,55	0,52
	Erkek	63	30,80	15,00		
Sporda Takım Direnci Ortalama	Kadın	87	54,26	15,44	-0,99	0,11
	Erkek	63	56,83	17,25		

*p<0,05

Tablo 6 incelendiğinde araştırmaya katılım sağlayan voleybolcuların takım direnci envanterinin alt boyutu olan direnci özellikleri gösterme alt boyunun cinsiyet değişkenine göre farklılaştığı görülmektedir (p<0.05). Buna göre kadın voleybolcuların direnci özellikleri gösterme alt boyutuna ilişkin puan ortalamalarının erkek voleybolculara oranla daha yüksek düzeyde olduğu görülmektedir.

Tablo 7

Voleybolcuların Yaşlarına Göre Takım Direnci Düzeylerinin ANOVA analizi ile incelenmesi

Takım Direnci	Yaş	N	Ort.	SS	F	p	Post-Hoc (Bonferroni)
Direnci Özellikleri Gösterme	18-21 ^a	89	19,58	9,22	7,30	0,00	a,b>c
	22-25 ^b	25	22,67	7,08			
	26 yaş ve üzeri ^c	36	15,27	1,00			
Baskı Altında Gösterilen Zayıflıklar	18-21 ^a	89	18,88	13,19	69,60	0,00	c>a,b
	22-25 ^b	25	34,67	8,34			
	26 yaş ve üzeri ^c	36	42,61	0,38			
Sporda Takım Direnci Ortalama	18-21 ^a	89	47,09	16,35	45,85	0,00	a<b,c
	22-25 ^b	25	65,22	3,52			
	26 yaş ve üzeri ^c	36	68,86	2,94			

*p<0,05

Tablo 7'ye göre araştırmaya katılım sağlayan voleybolcuların yaşları ile takım direnci düzeyleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde farklılaşmanın meydana geldiği tespit edilmiştir (p>0.05). Buna göre 18-21 ve 22-25 yaş aralığında olan voleybolcuların direnci

özellikleri gösterme düzeyleri 26 yaş ve üzerinde olan sporculara oranla daha yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Bunun yanında; 26 yaş ve üzerinde olan sporcuların 18-21 ve 22-25 yaş aralığında olan sporculara oranla baskı altında gösterilen zayıflıklar alt boyut puan ortalamalarının yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca araştırmaya katılım sağlayan voleybolcuların sporda takım direnci envanterine ilişkin puan ortalamaları incelendiğinde, 18-21 yaş aralığında olan voleybolcuların sporda takım direncine ilişkin puan ortalamalarının 26 yaş ve üzerinde olan voleybolculara oranla daha düşük düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 8

Voleybolcuların Spor Yıllarına Göre Takım Direnci Düzeylerinin ANOVA analizi ile incelenmesi

Takım Direnci	Spor Yılı	N	Ort.	SS	F	p	Post-Hoc (Bonferroni)
Direnç Özellikleri Gösterme	5 yıl ve altı ^a	50	22,40	8,10	9,43	0,00	a>b,c
	6-10 yıl ^b	64	18,58	9,13			
	10 yıl ve üzeri ^c	36	15,27	1,00			
Baskı Altında Gösterilen Zayıflıklar	5 yıl ve altı ^a	50	29,09	11,44	63,07	0,00	c>b,c
	6-10 yıl ^b	64	17,08	13,44			
	10 yıl ve üzeri ^c	36	42,61	0,38			
Sporda Takım Direnci Ortalama	5 yıl ve altı ^a	50	61,66	6,58	66,68	0,00	c>bc
	6-10 yıl ^b	64	42,79	16,96			
	10 yıl ve üzeri ^c	36	68,86	2,94			

*p<0,05

Tablo 8 incelendiğinde araştırmaya katılım sağlayan voleybolcuların sporda takım direncine ilişkin puan ortalamaları ile bu envanterine alt boyutları olan direnç özellikleri gösterme ve baskı altında gösterilen zayıflıklar alt boyutunda istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde farklılaşmanın meydana geldiği görülmektedir (p<0.05). Meydana gelen farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunun belirlenebilmesi için bonferroni testinden yararlanılmıştır. Buna göre; spor yılı 5 yıl ve altı olan voleybolcuların direnç özellikleri göstermeye ilişkin alt boyut puan ortalamaları, spor yılı 6-10 ile 10 yıl üzeri olan voleybolculara oranla yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Bunun yanında; spor yılı 10 yıl ve üzeri olan voleybolcuların baskı altı altında gösterilen zayıflıklara ilişkin alt boyut puan ortalamaları, spor yılı 5 yıl ve altı ile 6-10 yıl arasında olan sporculara oranla daha yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Araştırmaya katılım sağlayan voleybolcuların sporda takım direncine ilişkin puan ortalamaları incelendiğinde spor yılı 10 yıl ve üzeri olan voleybolcuların sporda takım direncine ilişkin puan

ortalamalarının, spor yılı 5 yıl ve altı ile 6-10 yıl arasında olan sporculara oranla daha yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 10

Sporda duygusal zekâ ve sporda takım direnci arasındaki ilişkin pearson korelasyon analizi ile incelenmesi

Envanterler ve Alt boyutları	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.Sporda Duygusal Zekâ		0,82**	0,85**	0,61**	0,58**	0,10	0,27**	0,07	0,24*
2. Başkalarının Duygularını Değerlendirme			0,94**	0,57**	0,41**	-0,24**	0,16*	0,29**	0,00
3. Kendi Duygularını Değerlendirme				0,51**	0,58**	-0,31**	0,31**	0,30**	0,15
4. Duyguları Düzenleme					0,06	0,09	-0,29**	0,06	-0,32**
5. Sosyal Beceriler						-0,40**	0,53**	0,37**	0,33**
6. Duyguların Kullanımı							-0,28**	-0,54**	0,01
7. Sporda Takım Direnci								0,24**	0,84**
8 .Direnç Özellikleri Gösterme									-0,29**
9. Baskı Altında Gösterilen Zayıflıklar									

Korelasyon 0.01 düzeyinde ve 0.05* düzeyinde anlamlıdır.**

Sporcuların duygusal zekâ ve takım direnci düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek için Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Bu testin sonuçlarına göre sporda duygusal zekâ ile sporda takım direnci arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=0.27;p<0.05$). Bunun yanında; sporda duygusal zekâ ile, sporda takım direncinin alt boyutu olan baskı altında gösterilen zayıflıklar alt boyutunda negatif yönde anlamlı düzeyde bir ilişki bulunmuştur ($r=0.24;p>0.01$). Buna göre sporcuların baskı altında gösterdikleri zayıflıklar arttığında, sporda duygusal zekâ düzeylerinin düştüğü yorumu yapılabilir.

Tartışma ve Sonuç, Öneriler

Eğitim, bilgi, deneyim veya zihinsel kapasite, bireylerin başarılı ya da başarısız olacağını kesin ve yeterli bir şekilde belirlemek için tek başına yeterli değildir. Aslında, başarıyı etkileyen pek çok faktör vardır ki bunlar genellikle kabul edilenlerden daha farklıdır (Bradberry ve Greaves, 2017). Bu bağlamda, son dönemde yapılan birçok araştırma IQ'nun bireylerin

hayatındaki başarının anahtarı olmadığını, duygusal yeterliliklerin de önemli bir rol oynadığını açıkça ortaya koymaktadır. Bilimsel çalışmaların artan ilgisiyle birlikte, duygusal zekânın, psikoloji biliminden iş dünyasına kadar geniş bir yelpazede dikkat çekmeye başladığı görülmektedir (Doğan ve Şahin, 2007).

Goleman (1995), duygusal zekayı, bireyin hedeflerine uygun şekilde harekete geçebilme yeteneği, zorluklarla karşılaştığında pes etmeme kapasitesi, içgüdülerini kontrol ederek anlık tatmini erteleme yetisi, olumsuz düşünceleri engelleyebilme yetisi, duygusal dengeyi sağlayabilme yetisi, başkalarını anlayabilme yetisi ve daima umutlu olabilme yetisi olarak tanımlamaktadır (Goleman, 2018). Duygusal zekâ, neredeyse yüz yıllık bir geçmişi olan bilişsel zekâ (IQ) kavramının aksine oldukça yeni bir kavramdır. Kavramsal olarak hâlâ yeni sayılabilecek olması sebebiyle, bireyler arasındaki farklılıkların ne derecede bu kavramla ilişkilendirilebileceği konusunda kesin bir yargıya varmak henüz mümkün değildir. Ancak, kısa bir süre içinde elde edilen veriler, duygusal zekanın kişisel farklılıkların oluşumunda oldukça etkili, hatta bazen bilişsel zekâdan daha etkili bir faktör olabileceğini göstermektedir (Goleman, 2018).

Sporda duygusal zekanın takım direncine etkisinin belirlenebilmesi amacıyla gerçekleştirilen bu araştırmaya Antalya ilinde amatör düzeyde voleybol oynayan 150 sporcu bu araştırmaya gönüllü olarak katılım sağlamıştır. Çalışma kapsamında voleybolcuların duygusal zekâ düzeyleri cinsiyet değişkenine göre incelenmiştir. Bu bağlamda mevcut araştırmada, kadın voleybolcuların başkalarının duygularını değerlendirme ve kendi duygularını değerlendirme alt boyutlarında daha yüksek puanlar elde ettiği saptanmıştır. Araştırma kapsamında elde edilen bulgu; kadın sporcuların empati yeteneklerinin ve duygusal farkındalıklarının daha yüksek olduğunu, takım içi iletişimde ve sosyal etkileşimlerde daha etkili olduklarını göstermektedir. Bunun yanında bu araştırmada erkek voleybolcuların duygusal zekâ puan ortalamaları ile duyguları yönetme alt boyut puan ortalamalarının kadın voleybolculara oranla daha yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Elde edilen bu bulgu, erkek sporcuların duygusal dengeyi koruma ve stresle başa çıkma yeteneklerinin daha gelişmiş olabileceği göstermektedir. Farklı liglerde mücadele eden basketbolcuların duygusal zekâ düzeylerini inceleyen Akgün (2022) kadın basketbolcuların duygusal zekâ puan ortalamaları ile, bu envanterin alt boyutu olan başkalarının duygularını değerlendirme ile sosyal beceriler alt boyut puan ortalamalarının erkek basketbolculara oranla daha yüksek düzeyde olduğunu tespit etmiştir. Akgün (2022) tarafından elde edilen bu sonuç ile mevcut araştırmada elde edilen bu bulgu, sporda duygusal zekanın cinsiyete ve aslında spor branşlarına göre farklılaştığını göstermektedir.

Bu araştırma kapsamında voleybolcuların duygusal zekâ düzeyleri yaş değişkenine göre incelenmiş ve yaşın arttıkça duygusal zekaya ilişkin puan ortalamalarının da arttığı tespit edilmiştir. Mevcut araştırmada elde edilen bu bulgu, yaşın duygusal zekâ üzerinde olumlu yönde bir etkisinin olduğunu göstermektedir. Ayrıca mevcut araştırmada elde edilen bu bulgu; voleybolcuların yaşlarının arttıkça, duygusal farkındalık, empati, duygularını yönetme ve iletişim becerilerinde artış olduğu da gösterebilmektedir. Çeşitli spor branşlarında mücadele eden sporcuların sporda duygusal zekâ düzeylerini yaş değişkenine göre inceleyen Güler (2022) mevcut araştırmada elde edilen bulguya benzer şekilde yaşın arttıkça sporcuların duygusal zekâ düzeylerinin arttığı sonucuna ulaşmıştır.

Bu araştırmada voleybolcuların duygusal zekâ düzeyleri spor yılı değişkenine göre incelemiştir. Buna göre, spor yılı 5 yıl ve altında olan voleybolcuların başkalarının duygularını değerlendirme, kendi duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler ve duyguların kullanımına ilişkin alt boyut puan ortalamalarının, 6-10 yıl ve 10 yıl üzerinde spor yılına sahip olan voleybolculara göre daha yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Araştırma kapsamında elde edilen bu bulgu; voleybola yeni başlayan veya kısa süreli spor kariyerine sahip olan sporcuların duygusal farkındalık, duygularını yönetme ve sosyal etkileşim becerilerinin daha gelişmiş düzeyde olduğu göstermektedir. Sporcuların duygusal zekâ düzeylerini spor yılı değişkenine göre inceleyen Özkul (2022) duyguların değerlendirmesi alt boyutunda istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde farklılaşmanın bulunmadığını tespit etmiştir.

Voleybolcular ile gerçekleştirilen bu araştırmada voleybolcuların takım direnci düzeyleri cinsiyet değişkenine göre incelenmiş ve kadın voleybolcuların direnç özellikleri göstermeye ilişkin alt boyut puan ortalamalarının erkek voleybolculara göre daha yüksek düzeyde olduğu saptanmıştır. Buna göre; kadın voleybolcuların zorluklarla başa çıkma, stresle mücadele etme ve olumsuz durumları pozitif bir şekilde yönetme konusunda daha etkili oldukları, kadın sporcuların duygusal zekâ becerilerini etkili bir şekilde kullanarak olumsuz durumları aşma yeteneklerinin erkek voleybolculara oranla daha yüksek olduğu yorumu yapılabilir. Farklı liglerde mücadele eden basketbolcuların takım direnci düzeylerini inceleyen Akgün (2022) basketbolcuların duygusal zekaya ilişkin alt boyut puan ortalamalarının istatistiksel açıdan farklılaşmadığını tespit etmiştir.

Yapılan bu araştırmada voleybolcuların yaşlarına göre takım direnci düzeyleri incelenmiştir. Buna göre; 18-21 ve 22-25 yaş aralığında olan voleybolcuların direnç özellikleri gösterme düzeylerinin, 26 yaş ve üzerinde olan sporculara göre daha yüksek düzeyde olduğu

tespit edilmiştir. Çalışma kapsamında elde edilen bu bulgu; genç ve orta yaş aralığındaki voleybolcuların zorluklarla başa çıkma ve olumsuz durumları yönetme becerilerinin daha gelişmiş olduğunu göstermektedir. Futbolcuların takım direnci düzeylerini yaş değişkenine göre inceleyen Karayel (2022) futbolcuların yaşlarının arttıkça takım direncine ilişkin algılarının düştüğü sonucuna ulaşmıştır. Karayel (2022) tarafından yapılan araştırmada elde edilen bu sonuç mevcut araştırmada ulaşılan bulgular ile benzerlik göstermektedir. Bu araştırmada; 26 yaş üzerinde olan sporcuların voleybolcuların direnç özellikleri gösterme alt boyut puan ortalamalarının düşük düzeyde olduğu saptanmıştır.

Voleybolcular ile gerçekleştirilen bu araştırmada sporcuların takım direnci düzeyleri spor yılı değişkenine göre incelenmiştir. Buna göre spor yılı 10 yıl ve üzeri olan voleybolcuların sporda takım direncine ilişkin puan ortalamalarının, spor yılı 5 yıl ve altı ile 6-10 yıl arasında olan sporculara göre daha yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Çalışmadan elde edilen bu bulgu; sporcuların deneyim kazandıkça takım direnci becerilerinin artabileceğini göstermektedir. Spor yılı değişkenine göre basketbolcuların takım direnci düzeylerini inceleyen Akgün (2022), basketbolcuların takım direnci düzeylerinin spor yılına göre değişmediği sonucuna ulaşmıştır. Futbolcuların futbol oynama yıllarına göre takım direnci düzeylerini inceleyen Sun (2022) futbolcuların spor yıllarının arttıkça direnç özellikleri gösterme düzeylerinin azaldığı sonucuna ulaşmıştır.

Sporda duygusal zekanın takım direncine etkisinin incelenebilmesi amacıyla gerçekleştirilen bu araştırmada sonuç olarak; sporcuların duygusal zekâ düzeylerinin arttıkça buna bağlı olarak takım direnci düzeylerinin de arttığı tespit edilirken, baskı altında gösterilen zayıflıkların azaldığı tespit edilmiştir.

Bu bağlamda araştırma kapsamında şu önerilerde bulunulabilir;

- Spor alanında takım direnci konusunda yapılan araştırmaların sınırlı olduğu göze çarpmaktadır. Bu bağlamda, bu alanda daha fazla araştırma yapılması gerekliliği ortaya çıkmaktadır.
- Mevcut literatürde, sporda takım direncini etkileyen faktörlerin ayrıntılı bir şekilde incelenmediği görülmektedir. Bu noktada, etkili iletişim becerileri, liderlik, karar verme ve problem çözme gibi unsurların takım direnci ile ilişkilendirilmesi önem arz etmektedir.

- Bu araştırma, amatör voleybolcuların sporda duygusal zekâ ve takım direnci düzeylerini Antalya ilinde incelemiştir. Ancak, farklı bölgelerde faaliyet gösteren voleybolcuların ve farklı spor branşlarındaki sporcuların takım direnci düzeylerinin de incelenmesi önerilmektedir. Bu şekilde daha kapsamlı sonuçlar elde edilebilir.

Etik Kurul İzin Bilgileri

Etik değerlendirme kurulu: Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi Rektörlüğü Sosyal ve Beşerî Bilimler Alanı Bilimsel Araştırma Etiği Kurulu

Etik değerlendirme belgesinin tarihi: 06.06.2023

Etik değerlendirme belgesinin sayı numarası: 2023/12

Araştırmacıların Katkı Oranları Beyanı

Araştırmanın tamamı, araştırmanın tek yazarı tarafından gerçekleştirilmiştir.

Çatışma Beyanı

“Yazarın araştırma ile ilgili bir çatışma beyanı bulunmamaktadır.”

Kaynakça

- Acharya, A. S., Prakash, A., Saxena, P. ve Nigam, A. (2013). Sampling: Why and how of it. *Indian Journal of Medical Specialties*, 4(2), 330-333.
- Adiloğulları, İ. ve Görgülü, R. (2015). Sporda duygusal zekâ envanteri'nin uyarlama çalışması. *Uluslararası Spor Egzersiz ve Antrenman Bilimi Dergisi*, 1(2), 83-94.
- Akgün, D. (2022). *Farklı Liglerde Oynayan Basketbolcularda Duygusal Zekâ ile Takım Direnci Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Çanakkale.
- Awla, A. A. (2023). *Üniversite Öğrencilerinin Duygusal Zekâ ve Dönüşümcü Liderlik Özelliklerinin İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı, Konya.
- Bradberry, T. ve Greaves, J. (2017). *Duygusal Zekâ 2.0*. (çev. Azmi Ulaş). İstanbul: Solo Yayınları.
- Çakar, U. ve Arbak, Y. (2004). Modern yaklaşımlar ışığında değişen duygu zekâ ilişkisi ve duygusal zekâ. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(3).
- Decroos, S., Lines, R. L., Morgan, P. B., Fletcher, D., Sarkar, M., Fransen, K. ve Vande Broek, G. (2017). Development and validation of the Characteristics of Resilience in Sports Teams Inventory. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 6(2), 158.
- Doğan, D. S. ve Şahin, F. (2007). Duygusal Zekâ: Tarihsel Gelişimi ve Örgütler İçin Öneme Kavramsal Bir Bakış. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 16 (1): 231-252.
- Fletcher, D. ve Sarkar, M. (2012). A grounded theory of psychological resilience in Olympic champions. *Psychology of sport and exercise*, 13(5), 669-678.
- George, D. ve Mallery, M. (2010). *SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference*, 17.0 update (10a ed.). Boston: Pearson.
- Girgin, G. (2009). Öğretmen Adaylarında Duygusal Zekanın Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Manas Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 11(22), 131-140.
- Goleman, D. (2018). *İşbaşında Duygusal Zekâ*. (çev. Handan Balkara). İstanbul: Varlık Yayınları.
- Görgülü, R., Şenel, E., Adiloğulları, İ. ve Yıldız, M. (2018). Spor takım envanterinde dayanıklılık özelliklerine yönelik ölçüm özelliklerinin uyarlama çalışması. *Eğitim Bilimleri*, 8 (3), 139.
- Güler, İ. (2022). *Sporcularda Duygusal Zekâ ile Motivasyon Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Namık Kemal Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Tekirdağ.
- Karasar, N. (2011). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Karayel, E. (2022). *Antrenör – Sporcu İlişkinin Takım Direnci Üzerine Etkisinde Dönüşümcü Liderliğin Rolü (Profesyonel Futbolcular Üzerine Bir Uygulama)*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Çanakkale.
- Lane, A. M., Thelwell, R. C., Lowther, J. ve Devonport, T. J. (2009). Emotional intelligence and psychological skills use among athletes. *Social Behavior And Personality*, 37(2), 195-201.
- Luthar, S. S., Cicchetti, D. ve Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child development*, 71(3), 543-562.
- Masten, A. S. ve O'Dougherty Wright, M. (2010). *Resilience over the lifespan handbook of adult resilience*.
- Masten, A. S. ve Osofsky, J. D. (2010). Disasters and their impact on child development: Introduction to the special section. *Child development*, 81(4), 1029-1039.
- Morgan, P. B., Fletcher, D. ve Sarkar, M. (2013). Defining and characterizing team resilience in elite sport. *Psychology of sport and exercise*, 14(4), 549-559.
- Özkul, K. (2022). *Spor Yapan Üniversite Öğrencilerinin Duygusal Zekâ ve Hedef Bağlılığı Düzeylerinin, Sosyal Medya Bağımlılığı Düzeyi ile Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Bartın Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Bartın.
- Schutte, N. S., Malouff, J. M., Hall, L. E., Haggerty, D. J., Cooper, J. T., Golden, C. J. ve Dornheim, L. (1998). Development and validation of a measure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 25(2), 167-177.
- Sun, Ö. (2022). *Elit Genç Sporcularda Duygusal Zekanın Takım Direncine Etkisi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Balıkesir Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Balıkesir.
- West, B. J., Patera, J. L. ve Carsten, M. K. (2009). Team level positivity: Investigating positive psychological capacities and team level outcomes. *Journal of Organizational Behavior: The International Journal of Industrial, Occupational and Organizational Psychology and Behavior*, 30(2), 249-267.
- Wigglesworth, G. ve Storch, N. (2012). What role for collaboration in writing and writing feedback. *Journal of second language writing*, 21(4), 364-374.

Yerli, S, (2009). *İlk ve Orta Öğretim Okullarındaki Yöneticilerin Duygusal Zekâ ve Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişki. İstanbul Anadolu Yakası Örneği*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.



Üniversite Öğrencilerinin Deprem Sonrası Eğlence Amaçlı Spor Kaynaklı İyilik Hallerinin Belirli Değişkenler Açısından İncelenmesi

Gamze ÜNALDI

<https://orcid.org/0000-0001-7412-6798>

Artvin Çoruh Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Artvin/Türkiye

ORJINAL MAKALE

Özet

Amaç: Bu çalışma Üniversite öğrencilerinin deprem sonrası eğlence amaçlı spor kaynaklı iyilik hallerinin belirli değişkenler açısından incelenmesi amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Araştırmada ilgili verilerin toplanması için kullanılan anket iki kısımdan oluşmuştur. Birinci kısımda demografik bilgiler, ikinci kısımda Pi L-L, vd., (2022) tarafından geliştirilen Koç (2022) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan Rekreatif Spor İyi Oluş Ölçeği oluşturulmuştur. İstatistiksel açıdan, frekans ve yüzde hesaplamaları, güvenilirlik katsayısı hesaplamaları ve Manova analizi yapılmıştır.

Bulgular: Araştırma bulgularında katılımcıların cinsiyet, sınıf düzeyi ve fakülte değişkenlerinde anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$).

Sonuç: Sonuç olarak katılımcıların rekreatif iyi oluş düzeyleri genel olarak orta düzeyde olduğu bulunmuştur. Farklı gruplarla yapılacak benzer çalışmaların çalışmaya katkı sağlayarak farkındalık oluşturabilecektir.

Anahtar kelimeler: Rekreatif, İyi Oluş, Öğrenci.

Examining the Well-Being of University Students Post-Earthquake Recreational Sports-Related in Terms of Certain Variables

Abstract

Objective: This study was conducted to examine the Recreational Well-Being Levels of University Students.

Method: The questionnaire used to collect the relevant data in the study consisted of two parts. The first part consisted of demographic information, and the second part consisted of the Recreational Sports Well-Being Scale developed by Pi L-L, et al. (2022) and adapted into Turkish by Koç (2022). Statistically, frequency and percentage calculations, reliability coefficient calculations and Manova analysis were performed.

Findings: In the research findings, it was determined that there was a significant difference in the gender, grade level and faculty variables of the participants ($p<0.05$).

Conclusion: As a result, it was found that the participants' recreational well-being levels were generally at a moderate level. Similar studies to be conducted with different groups will contribute to the study and raise awareness.

Keywords: Recreation, Well-being, Student.

Giriş

Rekreasyonel faaliyetler insan yaşamının önemli bir parçasıdır. Boş zaman etkinliklerine katılmak refahı artırabilir ve sağlıklı bir yaşam tarzına katkıda bulunabilir. Üniversite öğrencileri genellikle akademik performans gösterme konusunda büyük bir baskı altındadır ve bu durum onların fiziksel ve zihinsel sağlıklarına zarar verebilir. Bu nedenle üniversite öğrencilerinin rekreasyonel iyi oluş düzeylerinin araştırılması ve onların refahını artırmanın yollarının belirlenmesi önemlidir. Rekreasyonel refah kavramı, boş zaman aktiviteleriyle yakından ilişkilidir. Boş zamanı tanımlamak ve boş zaman, iş ve sağlığı birbirine bağlayan kavramsal bir çerçeve sunmak, rekreasyonel refahın teorik çerçevesini anlamak için gereklidir. Boş zaman etkinliklerine katılmak fiziksel, psikolojik ve sosyal refah da dahil olmak üzere refahın çeşitli boyutlarını potansiyel olarak destekleyebilir. Teorik çerçeveler ve kanıtlar, boş zaman ve refah arasında pozitif bir ilişki olduğunu öne sürmüş ve desteklemiştir. Örneğin fizyolojik tatmin ve sağlık alanı daha yüksek değere sahip olabilir. Ayrıca, öznel refah (SWB) çerçeveleri, ulusal refahı değerlendirmek için büyük ölçüde kullanılmaktadır. Boş zaman etkinliklerinin optimal işleyişi, psikolojik sağlığı, refahı ve yaşam memnuniyetini teşvik etmedeki önemi küresel olarak kabul edilmiştir. Bu nedenle rekreasyonel refahın teorik çerçevesi, boş zaman ve refah arasındaki ilişkinin anlaşılması açısından önemlidir. Rekreasyonel refah, üniversite öğrencileri için genel refahın önemli bir yönüdür. Boş zaman aktivitelerine katılmanın öznel refah üzerinde olumlu bir etkisi olduğu gösterilmiştir (Erkmen vd., 2022). Önceki araştırmalar aynı zamanda üniversite öğrencileri için rekreasyonel etkinliklerin öneminin yanı sıra katılımlarını engelleyebilecek engelleri de vurgulamıştır (Kırtepe, 2018). Alan yazında yer alan çalışmalarda, rekreasyonel refah ile cinsiyet, sınıf düzeyi, gelir ve akademik öz yeterlik gibi çeşitli faktörler arasındaki ilişkiyi incelemiştir (Koç, 2022; Ayhan vd., 2022; Elmas vd., 2021). Ek olarak, araştırmalar üniversite öğrencilerinin psikolojik ve fiziksel iyilik düzeylerini ve bunların fiziksel aktivite ile ilişkilerini araştırmıştır (Elmas vd., Sevin ve Şen, 2019). Bu çalışmaların bulguları, rekreasyonel refaha katkıda bulunan faktörlere dair değerli bilgiler sağlayabilir ve üniversite öğrencileri arasında boş zaman aktivitelerine katılımı teşvik etmeyi amaçlayan müdahaleler için bilgi sağlayabilir. Bunun yanısıra 6 Şubat 2023'te meydana gelen Kahramanmaraş Merkezli Deprem felaketi ülke genelinde olduğu gibi üniversite öğrencileri özelinde de belirli derecelerde travmalara sebep olmuştur. Bilindiği üzere depremler insan yaşamını önemli ölçüde etkileyen en yıkıcı doğal afetlerden biridir. Depremden sağ çıkmak, yalnızca felaketin neden olduğu fiziksel zarardan korunmak değil, aynı zamanda duygusal ve psikolojik sonuçlarıyla da başa çıkmaktır.

Depremın travması ve stresıyla başa çıkmanın bir yolu yaratıcı ve eğlenceli aktivitelerdir. Bu çalışmanın amacı üniversite öğrencilerinin rekreasyonel iyi oluş düzeylerini araştırmak ve boş zaman aktivitelerine katılımlarına katkıda bulunabilecek veya engel olabilecek faktörleri belirlemektir. Araştırma özellikle üniversite öğrencilerinin rekreasyonel faaliyetlere ilişkin bilinçli farkındalık düzeylerini ve bu tür faaliyetlerden yararlanma düzeylerini belirlemeyi amaçlamaktadır. Üniversite öğrencilerinin rekreasyonel refah düzeylerini inceleyerek ve katılımın önündeki potansiyel engelleri belirleyerek bu çalışma, üniversite öğrencileri arasında rekreasyonel refahı teşvik etmeyi amaçlayan müdahaleler için bilgi sağlayabilir. Çalışma tasarımında aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır;

- Öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre rekreasyonel iyi oluş düzeyleri arasında farklılık var mıdır?
- Öğrencilerin bölüm değişkenine göre rekreasyonel iyi oluş düzeyleri arasında farklılık var mıdır?
- Öğrencilerin sınıf değişkenine göre rekreasyonel iyi oluş düzeyleri arasında farklılık var mıdır?

Gereç ve Yöntem

Bu kısımda araştırmanın modeli, evren ve örneklem büyüklüğü, verilerin toplanma süreci ve verilerin analizi ile ilgili bilgilere yer verilmiştir. Çalışma süresince “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” çerçevesinde hareket edilmiştir

Araştırmanın Modeli

Bu araştırma, tarama modeli kapsamında betimsel tarama modeli kullanılmıştır. Betimsel tarama modelinde bir değişkene ilişkin sayısal verilerin toplanması, betimlenmesi ve sunulmasına fırsat sunan istatistiksel işlemlerdir (Büyüköztürk ve ark. 2014).

Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın çalışma grubunu kolayda örnekleme yöntemiyle 2022-2023 Eğitim-Öğretim döneminde Artvin Çoruh Üniversitesinde Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Eğitim Fakültesi ve Sağlık Bilimleri Fakültelerinde öğrenim gören 229’u kadın ve 143’ü erkek öğrenci olmak üzere toplam 372 kişi oluşturmuştur.

Veri Toplama Araçları

Veriler katılımcılara Google formlar aracılığıyla ulaştırılmış ve araştırmaya katılımda gönüllülük esas alınmıştır. Ayrıca katılımcılara çalışmanın amacını anlatarak çalışmada gönüllü katılım sağlayacaklarını ve sonuçların başkalarıyla paylaşılmayacağına dair bilgi verilmiştir.

Araştırmada ilgili verilerin toplanması için kullanılan anket iki kısımdan oluşmuştur. Birinci kısımda demografik bilgiler, ikinci kısımda Pi L-L, vd., (2022) tarafından geliştirilen Koç (2022) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan Rekreatyoneel Spor İyi Oluş Ölçeği oluşturmuştur.

Rekreatyoneel Spor İyi Oluş Ölçeği (Recreational Sport Well-Being Scale)

Pi L-L, vd., (2022) tarafından geliştirilen Koç (2022) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan Rekreatyoneel Spor İyi Oluş Ölçeği, 14 maddeden oluşmaktadır. Ölçek boyutları Fiziksel ve Mental Sağlık, Yaşam Doyumu, Aile İlişkisi Geliştirme ve Pozitif Duygu olmak üzere toplam 4 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçek Kesinlikle Katılmıyorum (1), Katılmıyorum ve Kesinlikle Katılıyorum (5) şeklinde beşli likert tipine derecelendirmeye sahiptir. Ölçeğe ilişkin Cronbach alpha katsayısı 0,86 hesaplanmıştır (Koç, 2022). Bu araştırmada ise 0.90 olarak hesaplanmıştır.

Verilerin Analizi

Verilerin analizinde SPSS 25.0 paket programı kullanılmıştır. İstatistiksel açıdan, frekans ve yüzde hesaplamaları, güvenilirlik katsayısı hesaplamaları ve Manova analizi yapılmıştır. Analiz yapılırken %95 güven aralığına göre analiz yapılmıştır

Araştırmanın Etiği (İkinci Seviye Başlık, Bold, İtalik)

Bu araştırmanın veri toplama aşamasına geçmeden önce Artvin Çoruh Üniversitesi Etik kurulundan 14.06.2023 tarih ve E-18457941-50.99-94502 numaralı etik izin alınmıştır.

Bulgular

Araştırmanın bu bölümünde üniversite öğrencilerden elde edilen verilerin analizleri ve analizlere ilişkin açıklamaları yer almaktadır.

Tablo 1

Demografik Değişkenler

Değişkenler		f	%
Cinsiyet	Kadın	229	61,6

	Erkek	143	38,4
Sınıf	1. Sınıf	7,3	27
	2. Sınıf	6,7	25
	3. Sınıf	51,6	192
	4. sınıf	34,4	128
Bölüm	Besyo	234	62,9
	Eğitim Fakültesi	101	27,2
	Sağlık Bilimleri Fakültesi	37	9,9
Toplam		372	100

(Besyo= Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu)

Tablo 1’de katılımcılardan elde edilen tanımlayıcı istatistiklerde en yüksek oranlar cinsiyet değişkeninde kadın öğrenciler (%61,6), sınıf değişkeninde 3. Sınıf öğrencileri (%51,6) ve bölüm değişkeninde Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencileri oluşturmaktadır (%62,9).

Tablo 2

Ölçek Boyutlarına ilişkin tanımlayıcı değerler

Değişkenler	\bar{x}	SD	Kurtosis	Skewness
Pozitif Duygu	8,19	3,13	-,422	-1,229
Fiziksel Mental Sağlık	7,81	3,79	,620	-,826
Yaşam Doyumu	8,61	5,56	,765	-1,008
Aile İlişkisi Geliştirme	10,37	2,51	-,715	,135

Tablo 2’e göre katılımcıların pozitif duygu boyutu puanlarının orta düzeyde olduğu, fiziksel mental sağlık durumlarının düşük düzeyde olduğu, yaşam doyum düzeylerinin orta düzeyde olduğu ve aile ilişkisi geliştirme puanlarının yüksek düzeyde olduğu görülmektedir.

Tablo 3

Katılımcıların Rekreatif İyi Oluş Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Manova Analizi Sonuçları

Boyutlar	Cinsiyet	N	\bar{X}	SS	F	p
Pozitif Duygu	Kadın	229	8,83	2,91	26,552	,000
	Erkek	143	7,16	3,21		
Fiziksel Mental Sağlık	Kadın	229	9,09	3,73	82,453	,000
	Erkek	143	5,76	2,91		
Yaşam Doyumu	Kadın	229	7,81	3,79	66,768	,000
	Erkek	143	10,32	5,95		
Aile İlişkisi Geliştirme	Kadın	229	5,86	3,41	14,678	,000
	Erkek	143	9,99	2,72		

Pillai’s Trace =,409 F=63,409

p<0,05*

Tablo 3’e bakıldığında öğrencilerinin rekreatif iyi oluş düzeyleri ile cinsiyet değişkeni arasında tüm alt boyutlarda anlamlı farklılık tespit edilmiştir. (p<0,05). Pozitif duygu ve fiziksel mental sağlık alt boyutlarında kadın katılımcılar lehine, yaşam doyum ve aile

ilişkisi geliştirme alt boyutlarında erkek katılımcılar lehine ortalamaların daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 4

Katılımcıların Rekreatif İyi Oluş Düzeylerinin Sınıf Değişkenine Göre Manova Analizi Sonuçları

Boyutlar	Sınıf	N	\bar{X}	SS	F	p	Bonferonni
Pozitif Duygu	1.sınıf	27	6,74	2,85	5,818	,001	4>1,3
	2.sınıf	25	7,52	3,01			
	3.sınıf	192	7,94	3,07			
	4.sınıf	128	9,00	3,14			
Fiziksel Mental Sağlık	1.sınıf	27	6,88	4,29	13,201	,000	4>1,3
	2.sınıf	25	8,24	3,50			
	3.sınıf	192	6,84	2,61			
	4.sınıf	128	9,37	4,65			
Yaşam Doyumu	1.sınıf	27	5,96	3,77	4,866	,002	4>1
	2.sınıf	25	7,84	3,80			
	3.sınıf	192	8,23	5,97			
	4.sınıf	128	9,88	5,25			
Aile İlişkisi Geliştirme	1.sınıf	27	9,29	3,30	16,134	,000	4>1,2,3
	2.sınıf	25	9,48	2,27			
	3.sınıf	192	9,87	2,25			
	4.sınıf	128	11,53	2,34			

Pillai's Trace =,759 F=8,333

p<0,05*

Tablo 4'e bakıldığında öğrencilerinin rekreatif iyi oluş düzeyleri ile sınıf düzeyi değişkeni arasında tüm alt boyutlarda anlamlı farklılık tespit edilmiştir. (p<0,05). Gruplar arası farkı belirlemek amacıyla yapılan analizde pozitif duygu ve fiziksel mental sağlık alt boyutlarında 4. Sınıf öğrencilerin puanlarının 1. ve 3. Sınıf öğrencilerinden yüksek olduğu, yaşam doyumu alt boyutunda 4. Sınıf öğrencilerin puanlarının 1.Sınıf öğrencilerinden yüksek olduğu, aile ilişkisi geliştirme boyutunda 4. Sınıf öğrencilerin puanlarının 1. 2. ve 3. Sınıf öğrencilerinden yüksek olduğu ortaya çıkmıştır.

Tablo 5

Katılımcıların Rekreatif İyi Oluş Düzeylerinin Bölüm Değişkenine Göre Manova Analizi Sonuçları

Boyutlar	Bölüm	N	\bar{X}	SS	F	p	Bonferonni
Pozitif Duygu	Besyo	234	8,41	3,04	1,634	,197	-
	Eğitim	101	7,82	3,21			
	Sağlık	37	7,78	3,42			
Fiziksel Mental Sağlık	Besyo	234	8,41	3,90	8,258	,000	1>2
	Eğitim	101	6,76	3,41			
	Sağlık	37	6,86	3,35			
	Besyo	234	9,39	5,90			

Yaşam	Eğitim	101	6,77	4,06			
Doyumu	Sağlık	37	8,64	5,81			
	Besyo	234	10,43	2,24			
Aile İlişkisi	Eğitim	101	10,34	2,91	,282	,755	-
Geliştirme	Sağlık	37	10,10	2,97			

Pillai's Trace =,759 F=8,333

$p<0,05^*$ (Besyo= Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu; Eğitim= Eğitim Fakültesi; Sağlık= Sağlık Bilimleri Fakültesi)

Tablo 5'e bakıldığında öğrencilerinin rekreasyonel iyi oluş düzeyleri ile bölüm değişkeni arasında fiziksel mental sağlık ve yaşam doyumu boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. ($p<0,05$). Gruplar arası farkı belirlemek amacıyla yapılan analizde fiziksel mental sağlık ve yaşam doyumu alt boyutlarında Besyo öğrencilerin puanlarının eğitim bilimleri fakültesi öğrencilerinden yüksek olduğu ortaya çıkmıştır.

Tartışma ve Sonuç, Öneriler

Bu çalışmanın üniversite öğrencileri ve onların refahı üzerindeki etkileri önemlidir. Üniversiteler, rekreasyonel spor faaliyetlerini teşvik ederek ve bunlara erişim sağlayarak öğrencilerinin refahının iyileştirilmesine katkıda bulunabilir. Bunun akademik performansları ve genel yaşam kalitesi üzerinde olumlu bir etkisi olabilir. Ayrıca çalışma, öğrencilerin rekreasyonel spor faaliyetlerine erişimini etkileyebilecek sosyoekonomik faktörlerin ele alınmasının önemini vurgulamaktadır. Üniversiteler bu faktörleri ele alarak tüm öğrencilerin refahlarını artıracak faaliyetlere katılma konusunda eşit fırsatlara sahip olmasını sağlayabilir.

Çalışma bulgularına göre katılımcıların pozitif duygu boyutu puanlarının orta düzeyde olduğu, fiziksel mental sağlık durumlarının düşük düzeyde olduğu, yaşam doyum düzeylerinin orta düzeyde olduğu ve aile ilişkisi geliştirme puanlarının yüksek düzeyde olduğu görülmektedir.

Öğrencilerinin rekreasyonel iyi oluş düzeyleri ile cinsiyet değişkeni arasında tüm alt boyutlarda anlamlı farklılık tespit edilmiştir. ($p<0,05$). Pozitif duygu ve fiziksel mental sağlık alt boyutlarında kadın katılımcılar lehine, yaşam doyumu ve aile ilişkisi geliştirme alt boyutlarında erkek katılımcılar lehine ortalamaların daha yüksek olduğu görülmektedir.

Öğrencilerinin rekreasyonel iyi oluş düzeyleri ile sınıf düzeyi değişkeni arasında tüm alt boyutlarda anlamlı farklılık tespit edilmiştir. ($p<0,05$). Gruplar arası farkı belirlemek amacıyla yapılan analizde pozitif duygu ve fiziksel mental sağlık alt boyutlarında 4. Sınıf

öğrencilerin puanlarının 1. ve 3. Sınıf öğrencilerinden yüksek olduğu, yaşam doyumu alt boyutunda 4. Sınıf öğrencilerin puanlarının 1.Sınıf öğrencilerinden yüksek olduğu, aile ilişkisi geliştirme boyutunda 4. Sınıf öğrencilerin puanlarının 1. 2. ve 3. Sınıf öğrencilerinden yüksek olduğu ortaya çıkmıştır.

Öğrencilerinin rekreasyonel iyi oluş düzeyleri ile bölüm değişkeni arasında fiziksel mental sağlık ve yaşam doyumu boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. ($p<0,05$). Gruplar arası farkı belirlemek amacıyla yapılan analizde fiziksel mental sağlık ve yaşam doyumu alt boyutlarında Besyo öğrencilerin puanlarının eğitim bilimleri fakültesi öğrencilerinden yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Araştırmanın sonuç ve bulguları, genel bir özetle üniversite öğrencilerinin cinsiyet, bölüm ve sınıf değişkenlerinin rekreasyonel iyi oluş düzeyleri ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Bu, rekreasyonel spor aktivitelerine erişim sağlamanın ve farklı kökenden gelen öğrencilere bu aktivitelerin faydalarını tanıtmının onların genel refahını artırmaya katkıda bulunabileceğini göstermektedir. Ek olarak, bu çalışmanın bulguları, spora katılım ile öznel iyi oluş arasındaki pozitif ilişkiyi gösteren önceki araştırmalarla da uyumludur(Elmas vd., 2021; Kuyulu, 2022; Soybalı vd., 2020; Polat, 2017). Üniversite öğrencilerinin rekreasyonel refahı alanında gelecekteki araştırmalar için öneriler arasında öğrencilerin toplumdaki refah düzeyleri ile sportif rekreasyon faaliyetlerine katılımları arasındaki ilişkinin araştırılması yer almaktadır (Yavuz vd., 2023). Daha ileri araştırmalar, spor aktiviteleri olan ve olmayan üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluş profillerini de araştırabilir(Balcı vd., 2006). Ayrıca özellikle son yıllarda psikolojik iyi oluşa yönelik daha fazla çalışmaya ihtiyaç duyulmaktadır. Son olarak, gelecekteki araştırmalar Türkiye'de ve diğer ülkelerde üniversite öğrencilerinin rekreasyonel faaliyetlere katılım düzeylerini inceleyebilir. Bu tür araştırmalar, üniversite öğrencilerinin rekreasyonel refahına katkıda bulunan faktörlere dair değerli bilgiler sağlayabilir ve onların refahını iyileştirmeye yönelik müdahalelerin geliştirilmesine bilgi sağlayabilir. Sonuç olarak, üniversite öğrencilerinin rekreasyonel iyi oluş düzeyleri üzerine yapılan çalışma, yaşamlarının bu yönünün önemine ışık tutmuştur. Araştırmanın sonuçları, rekreasyonel iyi oluş düzeylerinde cinsiyete ve akademik performansa göre farklılıklar olduğunu göstermiştir. Araştırmanın bulguları üniversite öğrencileri ve onların refahı açısından önemli çıkarımlar içeriyor. Üniversitelerin öğrenciler arasında rekreasyonel faaliyetleri teşvik edecek adımlar atması ve öğrencilere bu tür faaliyetlerde bulunma fırsatları sunması önerilmektedir. Üniversite öğrencilerinin rekreasyonel refahı alanında gelecekte yapılacak araştırmalar, rekreasyonel refah düzeylerini etkileyen faktörleri keşfetmeye ve refahlarını iyileştirmeye yönelik müdahaleler geliştirmeye odaklanmalıdır. Genel olarak bu

Çalışma, üniversite öğrencileri için rekreasyonel refahın önemini ve hayatlarının bu yönüne öncelik verme ihtiyacını anlamamıza katkıda bulunmuştur.

Etik Kurul İzin Bilgileri

Etik değerlendirme kurulu: Artvin Çoruh Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu

Etik değerlendirme belgesinin tarihi: 14.06.2023

Etik değerlendirme belgesinin sayı numarası: E- 18457941-050.99-94502

Araştırmacıların Katkı Oranları Beyanı

Araştırmanın tamamı, araştırmanın tek yazarı tarafından gerçekleştirilmiştir.

Çatışma Beyanı

Yazarın/yazarların araştırma ile ilgili bir çatışma beyanı bulunmamaktadır.

Kaynakça

- Pi, L. L., Chang, C. M. and Lin, HH. (2022). Development and Validation of Recreational Sport Well-Being Scale. *International Journal of Environmental Research and Public Health*,19(14), 8764.
- Koç, M. C. (2022). Rekreasyonel Spor İyi Oluş Ölçeği (Rsioö) Türkçe Versiyonu: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Journal of Recreation and Tourism Research*, 9(4), 86-97.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. Ve Demirel, F. (2014). Bilimsel araştırma yöntemleri. (18. Baskı) Ankara: Pegem Akademi.
- Erkmen-Hadi, G., Balcı-Şen, M. Ve Havuz, Y. (2022) Üniversite Öğrencilerinin Öznel İyi Oluşlarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Türk Spor Bilimleri Dergisi*, 5(1), 13-20.
- Kırtepe, A. (2018). Üniversite Öğrencilerinin Rekreasyonel Aktivitelere Katılımına Engel Olan Unsurlar. *Journal Of Turkish Studies*. 13. 901-910. 10.7827/Turkishstudies.14142.
- Kurtipek, S., Güngör, N. Ve Ayyıldız Durhan, T. (2022). Rekreasyonel Faydanın Açıklanmasında Bilinçli Farkındalığın Rolüthe Role Of Mindfulness In Explaining Recreational Benefit. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*. 5. 10.38021/Asbid.1199206.
- Elmas, L. , Yüceant, M. , Ünlü, H. Ve Bahadır, Z. (2021). Üniversite Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite Düzeyleri İle Psikolojik İyi Oluş Durumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi . *Sportive* , 4 (1) , 1-17
- Ayhan, R. , Akay, B. , Öçalan, M. ve Orhan, R. (2022). Üniversite Öğrencilerinin Rekreasyon Fayda Düzeyleri İle Akademik Öz-Yeterlikleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi . *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi* , 7 (3) , 258-276 . Doi: 10.31680/Gaunjss.1146884
- Sevin H. ve Şen K. (2019). Öğretmenlerin Rekreasyon Aktivitelerine Katılım Düzeyleri İle Yaşam Mutluluğu Ve İş Performansları Arasındaki İlişki. *Dini Araştırmalar*, 22(55), 213 - 232. 10.15745/Da.564201
- Kızılkoca, M. (2023). Üniversite Öğrencilerinin Aile Aidiyeti Ve Rekreasyon Deneyim Tercihlerinin İncelenmesi . *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi* , 6 (2) , 612-624 . Doi: 10.38021/Asbid.1249836
- Bölükbaş, S. ve Büyükipekci, S. (2020). Kop Bölgesi Üniversiteleri Turizm Fakültesi Öğrencilerinin Boş Zaman Faaliyetlerine Bakış Açılarının İncelenmesi . *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu Dergisi* , 23 (1) , 341-357 . Doi: 10.29249/Selcuksbmyd.691936
- Doğru, N. (2018). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik İyi Oluş Düzeylerinin Stres, Stresle Başa Çıkma Tarzları Ve Sosyal Destek Değişkenleri Bakımından İncelenmesi/An Investigation Of Psychological Well-Being, Stress, Coping And Social Support Of University Students.
- Gümüşay, M., Koç, M. C. ve Turhan, M. (2023). Kick Boks Sporcularının Rekreasyonel Spor İyi Oluş Düzeylerinin İncelenmesi. *International Sport Science Student Studies Journal*, 5(1), 46-59.
- Kuyulu, İ. (2022). Lise Öğrencilerinin Rekreatif Faaliyetlere Katılım Motivasyonları Ve Engelleri İle Mental İyi Oluşları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 5(Özel Sayı 2), 1111-1124.
- Soybali, H., Kabakulak, A. ve Başar, B. (2020). Üniversite Öğrencilerinin Kişilik Özelliklerinin Rekreasyon Faaliyetlerine Katılım Düzeyi Üzerindeki Etkisi: Afyon Kocatepe Üniversitesi Örneği. 7. 107-134. 10.31771/Jrtr.2020.57.
- Polat, C. (2017). Üniversite Öğrencilerinin Rekreasyonel Etkinliklere Katılım Engellerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi (Kütahya İli Örneği) (Master's Thesis, Kütahya Dumlupınar Üniversitesi/Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
- Yavuz, Ü. Ve İlhan, El. (2023). Spor Yapmak Ve Psikolojik İyi Oluş: Üniversite Öğrencileri Profili. *Gazi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, 28(1), 1-7.

Balcı, V. Ve İlhan, A. (2006). Türkiye'deki Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Etkinliklere Katılım Düzeylerinin Belirlenmesi. Ankara Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Spormetre Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi. 011-018. 10.1501/Sporm_0000000117.



Spor Lisesi Öğrencilerinin Kariyer Kaygılarına Yönelik İnceleme: İstanbul İli Örneği

Yusuf DİLEKÇİ¹

¹Milli Eğitim Bakanlığı, Ankara, Türkiye

<https://orcid.org/0000-0001-7859-0301>

ORJINAL MAKALE

Özet

Bu araştırmada, spor lisesinde öğrenim gören öğrencilerin kariyer kaygılarının bazı demografik değişkenlere göre incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma evreni Türkiye genelinde spor liselerinde öğrenim gören öğrenciler oluştururken, araştırma örneklemini İstanbul ilinde bulunan spor liselerinde öğrenim gören 670 spor lisesi öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama araçları olarak araştırmacının hazırladığı “Kişisel Bilgi Formu” ve “Kariyer Kaygısı Ölçeği” kullanılmıştır. Katılımcılardan elde edilen verilerin analizinde $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde Bağımsız Gruplarda T-Testi ve ANOVA, fark grubunu tespit etmek için de Post Hoc testlerinden Tukey HSD kullanılmıştır. Araştırmada sınıf seviyesi değişkeni ($p<0.05$), cinsiyet değişkeni ($p<0.05$), maddi gelir değişkeni ($p<0.05$), anne eğitim durumu değişkenlerinde ($p<0.05$), gruplar arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Kariyer, Kariyer Kaygısı, Spor Lisesi, Öğrenci

Examination of Career Anxieties of Sports High School Students: Example of Istanbul Province

Summary

This research aims to examine the career concerns of students studying at a sports high school according to some demographic variables. The research population consists of students studying in 93 public sports high schools across Turkey. The research sample consists of 670 sports high school students studying in official sports high schools in Istanbul. "Personal Information Form" and "Career Anxiety Scale" prepared by the researcher were used as data collection tools in the study. In the analysis of the data obtained from the participants, Independent Groups T-Test and ANOVA were used at the $\alpha=0.05$ significance level, and Tukey HSD, a Post Hoc test, was used to detect the difference group. In the study, significant differences were detected in the class level variable ($p<0.05$), gender variable ($p<0.05$), financial income variable ($p<0.05$), and mother's education level variable ($p<0.05$).

Key Words: Career, Career Anxiety, Sports High School, Student

Giriş

Bireylerin mesleki devamlılığı için son derece önemli olan kariyer kavramı genel anlamda onun mesleki yönde ilerlemesini ifade etmektedir. Mesleki yönden ilerleme de bireyin geçmiş yıllarda kendisi için yaptığı kariyer hedeflerine yönelik bir şekilde gelişme göstermektedir. Bireysel kariyer planlamasının erken yaşta başlaması, bireyin mesleki geleceğine yönelik olumlu katkısını da üst seviyelere çekmektedir.

Bireysel kariyer planlamalarının araştırmaya konu olan spor lisesi öğrencilerinde ortaokul son yıllarına doğru, mesleki anlamda gelecek planlamalarının spor alanında olacağını net bir şekilde göstermektedir. Ortaokul seviyesinde spor liselerini tercih etmeleri yükseköğretim tercihlerini de bu alanda kullanacaklarına yönelik ipucu vermektedir.

Spor lisesi öğrencileri yükseköğretime geçiş konusu ya da devamlılık konusunda kariyer planlamalarında yaşam koşulları, sosyal çevre ya da yoğun aile etkisiyle tercih noktasında olumsuz durumlar yaşayabilirler. Dört yıl boyunca eğitim gördüğü spor alanı yani kariyer mesleğine devamlılık konusunda önemli bir kaygı yaşayabilir. Yaşadıkları kaygı özellikle spor lisesi öğrencilerinin sosyal hayatlarını da son derece olumsuz etkilemektedir. Kaygı seviyesinin kariyere devamlılık noktasında fazlalaştığı bu dönemde yapılan araştırma öğrencilerin kariyer kaygılarına yönelik nedenlerin de araştırılmasını sağlayacaktır. Bu nedenle de yapılan araştırmanın amacı spor lisesinde öğrenim gören öğrencilerin kariyer kaygılarının bazı demografik değişkenler açısından incelenmesi olarak belirlenmiştir.

Birey dünyaya geldikten ve belli bir yaşa ulaştıktan sonra ihtiyaçlarını karşılayabilmek ve yaşamını sürdürebilmek için bir meslekte çalışarak hayatını devam ettirir. Hayatının büyük bir bölümünü bu meslekte geçirdiği ve bu mesleğinde tüm hayatını etkilemesi kaynaklı olarak hayatını mutlu bir şekilde devam ettirebileceği bir meslek seçimi yapmasının onun için çok önemli olduğu ifade edilmektedir. Bireyin yaşamında mesleki ve diğer yaşamsal rollerin etkileşimiyle birlikte ortaya çıkan genel görüntüsü kariyer olarak ifade edilmektedir (Niles & Harris, 2009). Kariyer bireyin yaşamında önemli ve birçok alanda da yüksek şekilde etkisini gösteren bir süreç olarak ifade edilse de bireyin hayattan beklediklerinin de cevabı olarak da değerlendirilmektedir (Sampson JP vd., 1999). Çocukluk yıllarında başlayan kariyer planlamaları yaşam boyu eden bir süreç haline gelmektedir (Kırdök & Kayadibi, 2018).

Kariyer gelişiminde en önemli dönem yaşamın sürdürülebileceği bir mesleğe karar verilen lise yılları olmakla birlikte bu dönem ergenlik dönemine rast geldiği için meslek seçimi gibi önemli bir gelişim görevi de tercih edilmek için bireyi bekler (Rowland, 2004). Birey bu

dönemde ergenliğin getirdiği fiziksel değişimlere uyum sağlamaya çalışırken mesleki kimliğini de oluşturmaya çalışır (Santrock, 2012). Ergenlik gibi önemli dönemde bireyin kariyer gelişimini etkileyen en önemli sorunlardan biri de yaşadığı kariyer kaygısıdır (Vignoli vd., 2005).

Kaygı gerçekleşmemiş bir olay ya da durumun geleceğe yönelik olarak yaşattığı endişe ve gerginliği ifade ederken sonucunun tam olarak kestirilemediği bir tehlikeyle karşılaşma bireye gerginlik hissettirir (Cüceloğlu, 1996). Kariyer kaygısı, bireyin meslek ve kariyer planlamaları konusunda bilgi eksiklikleri, mesleğe karar vermede yaşadığı zorluklar gibi kararsızlıklarının bir devamı olarak ifade edilebilir (Pisarık vd., 2017; Vignoli, 2015). Bireyin ergenlik döneminde mesleğe karar vermenin sorumluluğu yanında işe yerleşememe v bulamama gibi ihtimallerde kariyer hedeflerine ilişkin olarak kaygı yaşamalarına sebebiyet vermektedir (Vignoli, 2015).

Spor liseleri bireyin ortaokulu bitirmesiyle birlikte özel yetenek sınavıyla girerek dört yıl boyunca akademik derslerin olduğu gibi spor derslerinin de yoğunlukta olduğu, öğrencilerin kariyer hedeflerine uyumlu olarak gelecekte mesleki anlamda devamlılık sağlayacakları spor alanına nitelikli personel yetiştiren resmi müfredatı uygulayan eğitim kurumlarıdır.

Spor liseleri yükseköğretim öğrenimi öncesinde spora ilgi ve yeteneği bulunan 8. sınıftan 9. sınıfa geçen öğrencilere, ortaöğretim süreçleri boyunca akademik spor eğitimi veren okullar olduğu ifade edilmiştir. Ayrıca spor liselerinin bir spor kulübü değil, Milli Eğitim Bakanlığına bağlı resmi müfredatı uygulayan ve bu müfredatın içerisinde de spor derslerinin olduğu kadar akademik derslerin de olduğu bir okul türüdür (Dilekçi, 2022).

Ülkemizde spor eğitimiyle ilgili kariyer planlamaları öğrenci ve veliler tarafından genel anlamda öğrencinin üniversite eğitimi seviyesine geldiği yaş aralığında planlanmaktadır. Bu planlamanın spor liseleri sayesinde daha erken yaşlara çekilmesi kariyer farkındalığı da oluşturmaktadır. Ortaokul eğitiminden sonra öğrencilere akademik bir spor eğitimi alabilecekleri Spor liselerinin tanıtılması öğrencilere kariyer planlamalarında yardımcı olacağı gibi küçük yaşlarda kariyer planlaması yapmalarını da sağlayabilir (Dilekçi, 2022). Meslek seçimine yönelik kariyer kaygısında spor lisesi öğrencilerinin kariyer kaygıları diğer okul türlerine göre daha düşüktür. Spor ile ilgili mesleklerin artması, sağlıklı yaşam faaliyetlerinde bilinçlenme gibi nedenlerden dolayı spor lisesi öğrencilerinin kariyer kaygılarının az olduğunu ifade edebilir (Karakaş, 2021).

Kariyer kaygısı ile ilgili yapılan araştırmalar çoğunlukla üniversite öğrencilerine yönelik olarak yapıldığı görülmektedir (Nalbantoğlu & Çetin, 2018). Lise öğrencilerinin kariyer kaygılarını belirleme yönelik yapılan araştırmaların sınırlı sayıda olduğu tespit edilmiştir. Kariyer kaygısıyla ilgili olarak spor lisesi öğrencilerine yönelik yapılacak olan araştırmanın literatüre katkı sağlayacağı düşünölmektedir. Yapılan araştırmada da spor liselerinde öğrenim gören öğrencilerin kariyer kaygılarını bazı demografik özelliklere göre belirlemek amaçlanmıştır. Spor lisesi öğrencilerinin kariyer gelişim süreçlerinde herhangi bir kariyer kaygısı yaşayıp yaşamadıklarına yönelik olarak yapılan bu araştırmada İstanbul ilinde bulunan spor lisesi öğrencilerinin kariyer kaygı düzeyleri bazı sosyo-demografik değişkenlere göre incelenmiştir. Araştırmanın ilgili literatüre katkı sağlayacağı düşünölmektedir.

Araştırma hipotezleri aşağıdaki şekilde belirlenmiştir.

- Spor lisesi öğrencilerinin kariyer kaygıları sınıf değişkenine göre farklılaşmakta mıdır?
- Spor lisesi öğrencilerinin kariyer kaygıları cinsiyet değişkenine göre farklılaşmakta mıdır?
- Spor lisesi öğrencilerinin kariyer kaygıları aile gelir durumu değişkenine göre farklılaşmakta mıdır?
- Spor lisesi öğrencilerinin kariyer kaygıları anne eğitim değişkenine göre farklılaşmakta mıdır?
- Spor lisesi öğrencilerinin kariyer kaygıları baba eğitim değişkenine göre farklılaşmakta mıdır?
- Spor lisesi öğrencilerinin kariyer kaygıları kendine ait çalışma odası değişkenine göre farklılaşmakta mıdır?

Gereç ve Yöntem

Araştırma Evren ve Örneklemi

Araştırma evrenini Türkiye genelinde eğitim öğretim faaliyetlerine devam spor lisesi öğrencileri oluştururken araştırma örneklemini ise İstanbul ilinde bulunan spor liselerinde öğrenim gören 670 öğrenci oluşturmaktadır. Spor lisesi öğrencilerinin kariyer kaygılarının çeşitli değişkenlere göre incelendiği bu araştırmada katılımcıların belirlenmesinde ulaşılabilirlik ilkesi ön plana çıkmıştır. Araştırma grubunu oluşturan öğrencilerin sınıf, cinsiyet, sınıf, aile gelir düzeyi, anne eğitim seviyesi, baba eğitim seviyesi, kendine ait çalışma odası değişkenlerine göre dağılımları Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1. Spor lisesi öğrencilerinin sınıf, cinsiyet, sınıf, aile gelir düzeyi, anne eğitim seviyesi, baba eğitim seviyesi, kendine ait çalışma odası göre dağılımları

Kişisel Bilgiler	Değişkenler	f	%
Sınıf	9	149	22,2
	10	174	26,0
	11	159	23,7
	12	188	28,1
Cinsiyet	Erkek	268	40,0
	Kız	402	60,0
Aile Gelir Durumu	7500-12500 TL	157	23,4
	12501-17500 TL	177	26,4
	17501-22500 TL	116	17,3
	22501-27500 TL	94	14,0
	27501 TL ve üstü	126	18,8
Anne Eğitim	İlkokul	75	11,2
	Ortaokul	127	19,0
	Lise	387	57,8
	Üniversite	73	10,9
	Lisansüstü	8	1,2
Baba Eğitim	İlkokul	39	5,8
	Ortaokul	156	23,3
	Lise	345	51,5
	Üniversite	111	16,6
	Lisansüstü	19	2,8
Kendinize ait çalışma odanız var mı?	Evet	152	22,7
	Hayır	518	77,3

Veri Toplama Araçları

Araştırma veri toplama araçları “Kişisel Bilgi Formu” ve Çetin Gündüz ve Nalbantoğlu Yılmaz (2016) tarafından geliştirilen “Kariyer Kaygısı Ölçeği” kullanılmıştır. Kişisel bilgi formunda araştırma katılımcısı grup öğrencilerinin sınıf düzeyi, cinsiyet, aile gelir durumu, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu ve kendilerine ait çalışma odası ile ilgili bilgiler yer almaktadır. Kariyer kaygısı ölçeği, aile etkisine yönelik kariyer kaygısı (5) ve meslek seçimine yönelik kariyer kaygısı (9) olmak üzere toplamda 14 madde içermektedir. Ölçekte 5’li likert tipi derecelendirme kullanılmıştır. Ölçeğin aile etkisine ve meslek seçimine yönelik kaygı kısımlarından alınan yüksek puan yaşanan kaygının yüksek olduğuna işaret etmektedir. Ölçeğin geliştirilme sürecinde aile etkisine yönelik kariyer kaygılarına ait Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı 0.742, meslek seçimine yönelik kariyer kaygılarına ait Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı ise 0.797 bulunmuştur.

Yapılan araştırmada ise aile etkisine yönelik kariyer kaygılarının Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı 0.902, meslek seçimine yönelik kariyer kaygılarının güvenilirlik katsayısı

0.889 bulunmuştur. Yapılan analiz sonuçları araştırmada kullanılan ölçeklerin güvenilirlik seviyesinin yüksek düzeyde olduğunu göstermektedir (Cronbach's Alpha>0,70).

Verilerin Analizi

Araştırma da yapılan normallik testinde araştırma verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek için Kolmogorov – Smirnov testinden yararlanılmıştır. Araştırma verilerine yapılan normallik test sonuçları Tablo 1’de gösterilmiştir.

Tablo 1. Normallik Test Sonuçları

	Statistic	df	Sig.	X	Median	Skewness	Kurtosis
Aile etkisine yönelik kariyer kaygısı	,170	670	,000	8,72	8,00	1,131	0,626
Meslek seçimine yönelik kariyer kaygısı	,061	670	,000	26,20	26,00	0,099	-0,804
Kariyer Kaygısı Toplam Puan	,047	670	,001	35,32	35,00	0,338	-0,422

Aritmetik ortalama, medyan, çarpıklık ve basıklık katsayıları Tablo 1’de incelenmiştir. Bu doğrultuda aritmetik ortalama ve medyanın eşit ya da yakın olması, çarpıklık ve basıklık katsayılarının ± 2 sınırları içinde olmasından dolayı araştırma verilerinin normal dağılım gösterdiğini söylenilebilir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Ayrıca çarpıklık ve basıklık değerlerinin -2 ile +2 arasında yer alması durumunda da ilgili verilerin normal dağıldığı söylenebilir (George ve Mallery, 2010).

Araştırma verileri normal bir dağılıma sahip olduğu için parametrik testler uygulanmıştır. İki bağımsız değişkenler için örneklem T testi (Independent Samples T test); ikiden fazla değişkenin karşılaştırılmasında tek yönlü varyans analizi (One Way ANOVA) testi uygulanmıştır. ANOVA testinde gruplar arasında anlamlı farklılık görüldüğünde farkın hangi iki grup arasında olduğunu belirlemek amacıyla Post Hoc (Tukey) testinden yararlanılmıştır. Analizlerde anlamlılık düzeyi 0,05 ($p < 0,05$) olarak belirlenmiştir. Araştırmada spor lisesi öğrencilerinin aile etkisine yönelik ve meslek seçimine yönelik kariyer kaygılarının sınıf düzeyine, cinsiyete, aile gelir durumuna, anne eğitim durumuna, baba eğitim durumuna ve kendilerine ait çalışma odası varlığına göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek için yapılan analiz sonuçları çalışmanın bulgular kısmında detaylı olarak verilmiştir.

Tablo 2. Spor lisesi öğrencileri sınıf seviyesi değişkenine göre kariyer kaygılarının karşılaştırılması

	Sınıf	N	\bar{x}	ss	F	p	Fark
Aile etkisine yönelik kariyer kaygısı	(1) 9.	149	8,96	4,37	2,15	,093	
	(2) 10.	174	9,58	4,90			
	(3) 11.	159	9,92	5,00			
	(4) 12.	188	10,29	5,36			
Meslek seçimine yönelik kariyer kaygısı	(1) 9.	149	22,54	8,87	9,26	,000	4>1,
	(2) 10.	174	26,28	8,80			4>2,
	(3) 11.	159	26,81	8,98			4>3,
	(4) 12.	188	27,44	9,52			2>1
Kariyer Kaygısı Toplam Puan	(1) 9.	149	31,50	11,95	7,89	,000	2>1
	(2) 10.	174	35,86	11,72			3>1
	(3) 11.	159	36,74	12,25			4>1
	(4) 12.	188	37,73	13,07			

*p<0.05

Spor lisesi öğrencilerinin sınıf seviyesi değişkenine göre herhangi bir farklılık olup olmadığının tespiti amacıyla yapılan Anova testi sonucu Tablo 2’de verilmiştir. Tablo 2 incelendiğinde araştırmaya katılan spor lisesi öğrencilerinin sınıf seviyesi değişkeni aile etkisine yönelik kariyer kaygılarında anlamlı farklılık tespit edilememiştir ($p>0.05$). Spor lisesi öğrencilerinin sınıf seviyesi değişkeni meslek seçimine yönelik kariyer kaygılarında ($f=9,26$; $p=0,000$; $p<0.05$) ve kariyer kaygısı toplam puanlarında ($f=7,89$; $p=0,000$; $p<0.05$) anlamlı fark tespit edilmiştir. Spor lisesi öğrencilerinin meslek seçimine yönelik kariyer kaygısında anlamlı farklılığın gruplarını belirlemek için yapılan Post Hoc (Tukey) testi sonuçlarına göre 9. sınıf seviyesinde ki öğrencilerin 12. sınıf seviyesinde ki öğrencilerin ($X=27,44$), 11. sınıf ($X=26,8$), 10. sınıf ($X=26,28$), 9. sınıf ($X=22,54$) seviyesinde ki öğrencilerden, 10. sınıf ($X=26,28$), öğrencilerinin 9. sınıf ($X=22,54$), öğrencilerinden, 11. sınıf ($X=26,81$), öğrencilerinin 9. sınıf ($X=22,54$), öğrencilerinden mesleki seçime yönelik kariyer kaygıları daha yüksek tespit edilmiştir. Meslek seçimine yönelik kariyer kaygısında sınıf seviyesinin yükseldikçe kariyer kaygısının arttığı da tespit edilmiştir. Kariyer kaygısı toplam puanına anlamlı farklılığın gruplarını belirlemek için yapılan Post Hoc (Tukey) testi sonuçlarına göre 9. sınıf ($X=31,50$) öğrencilerinin 10. sınıf ($X=35,86$), 11. sınıf ($X=36,74$), 12. sınıf ($X=37,73$) öğrencilerine göre daha kariyer kaygısı toplam puanlarının daha düşük olduğu tespit edilmiştir. 10. sınıf ($X=35,86$) öğrencilerinin, 9. sınıf ($X=31,50$) öğrencilerinden kariyer kaygısı toplam puanlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 3. Spor lisesi öğrencilerinin cinsiyet değişkenine göre kariyer kaygılarının karşılaştırılması

	Cinsiyet	N	\bar{x}	ss	F	p
Aile etkisine yönelik kariyer kaygısı	Kadın	268,00	9,51	4,71	1,19	0,68
	Erkek	402,00	9,87	5,12		
Meslek seçimine yönelik kariyer kaygısı	Kadın	268,00	27,49	8,60	3,45	0,00
	Erkek	402,00	24,85	9,50		
Kariyer Kaygısı Toplam Puan	Kadın	268,00	37,00	11,59	6,01	0,02
	Erkek	402,00	34,71	12,97		

*p<0.05

Spor lisesi öğrencilerinin cinsiyet değişkenine göre herhangi bir farklılık olup olmadığının tespiti amacıyla yapılan T testi sonucu Tablo 3'te verilmiştir. Tablo 3 incelendiğinde araştırmaya katılan spor lisesi öğrencilerinin cinsiyet değişkeni aile etkisine yönelik kariyer kaygılarında anlamlı farklılık tespit edilememiştir ($p>0.05$). Spor lisesi öğrencilerinin cinsiyet değişkeni meslek seçimine yönelik kariyer kaygılarında ($f=3,45$; $p=0,000$; $p<0.05$) ve kariyer kaygısı toplam puanlarında ($f=6,01$; $p=0,002$; $p<0.05$) anlamlı fark tespit edilmiştir. Spor lisesi öğrencilerinin meslek seçimine yönelik kariyer kaygısında anlamlı farklılığın cinsiyeti kadın ($X=27,49$) öğrencilerin cinsiyeti erkek ($X=24,85$) öğrencilere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Kariyer kaygısı toplam puanına testi sonuçlarına göre cinsiyeti kadın ($X= 37,71$) öğrencilerin kariyer kaygıları cinsiyeti erkek ($X= 34,71$) öğrencilerden daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 4. Spor lisesi öğrencileri aile gelir durumu değişkenine göre kariyer kaygılarının karşılaştırılması

	Maddi Gelir	N	\bar{x}	ss	F	p	Fark
Aile etkisine yönelik kariyer kaygısı	(1) 7500-12500 TL	157	10,48	4,80	2,59	0,04	3<1
	(2) 12501-17500 TL	177	9,29	4,41			
	(3) 17501-22500 TL	116	8,77	4,69			
	(4) 22501-27500 TL	94	10,00	5,28			
	(5) 27501 TL ve üstü	126	10,06	5,72			
Meslek seçimine yönelik kariyer kaygısı	(1) 7500-12500 TL	157	27,34	8,75	1,72	0,14	2<1
	(2) 12501-17500 TL	177	25,18	9,18			
	(3) 17501-22500 TL	116	24,99	9,27			
	(4) 22501-27500 TL	94	26,57	9,67			
	(5) 27501 TL ve üstü	126	25,45	9,42			
Kariyer Kaygısı Toplam Puan	(1) 7500-12500 TL	157	37,83	11,98	2,41	0,05	2<1
	(2) 12501-17500 TL	177	34,47	11,81			
	(3) 17501-22500 TL	116	33,76	12,54			
	(4) 22501-27500 TL	94	36,57	12,70			

*p<0.05

Spor lisesi öğrencilerinin aile gelir durumu değişkenine göre herhangi bir farklılık olup olmadığının tespiti amacıyla yapılan Anova testi sonucu Tablo 4'te verilmiştir. Tablo 4 incelendiğinde araştırmaya katılan spor lisesi öğrencilerinin öğrencilerin aile gelir durumu değişkeni, aile etkisine yönelik kariyer kaygılarında ($f=2,59$; $p=0,004$; $p<0.05$), meslek seçimine yönelik kariyer kaygılarında ($f=1,72$; $p=0,014$; $p<0.05$) ve kariyer kaygısı toplam puanlarında ($f=2,41$; $p=0,005$; $p<0.05$) anlamlı fark tespit edilmiştir. Spor lisesi öğrencilerinin aile etkisine yönelik kariyer kaygısında anlamlı farklılığın gruplarını belirlemek için yapılan Post Hoc (Tukey) testi sonuçlarına göre 7500-12500 TL aile gelir grubunda olan öğrencilerin 17501-22500 TL aile gelir grubuna ait öğrencilerden daha yüksek kariyer kaygısına sahip oldukları tespit edilmiştir. Spor lisesi öğrencilerinin meslek seçimine yönelik kariyer kaygısında anlamlı farklılığın gruplarını belirlemek için yapılan Post Hoc (Tukey) testi sonuçlarına göre 7500-12500 TL aile gelir grubunda olan öğrencilerin 12501-17500 TL aile gelir grubunda olan öğrencilerden ve 17501-22500 TL aile gelir grubunda olan öğrencilerden daha yüksek meslek seçimine yönelik kariyer kaygısına sahip oldukları tespit edilmiştir. Spor lisesi öğrencilerinin kariyer kaygısı toplam puan anlamlı farklılığın gruplarını belirlemek için yapılan Post Hoc (Tukey) testi sonuçlarına göre 7500-12500 TL aile gelir grubunda olan öğrencilerin 12501-17500 TL aile gelir grubunda olan öğrencilerinden daha yüksek kariyer kaygısı toplam puanına sahip oldukları tespit edilmiştir.

Tablo 5. Spor lisesi öğrencilerinin anne eğitim durumu değişkenine göre kariyer kaygılarının karşılaştırılması

	Eğitim Seviyesi	N	\bar{x}	ss	F	p	Fark
Aile etkisine yönelik kariyer kaygısı	(1) İlkokul	70,00	10,84	5,37	4,81	0,00	4<1 4<3
	(2) Ortaokul	128,00	9,35	4,46			
	(3) Lise	391,00	9,95	5,06			
	(4) Üniversite	73,00	7,78	3,77			
	(5) Lisansüstü	8,00	12,50	8,30			
Meslek seçimine yönelik kariyer kaygısı	(1) İlkokul	70,00	27,59	9,98	0,84	0,89	
	(2) Ortaokul	128,00	25,77	8,93			
	(3) Lise	391,00	25,76	9,07			
	(4) Üniversite	73,00	25,08	9,51			
	(5) Lisansüstü	8,00	27,75	12,67			
Kariyer Kaygısı Toplam Puan	(1) İlkokul	70,00	38,43	13,52	2,12	0,08	4<1
	(2) Ortaokul	128,00	35,12	12,04			
	(3) Lise	391,00	35,71	12,38			
	(4) Üniversite	73,00	32,86	11,66			

(5) Lisansüstü 8,00 40,25 17,82

*p<0.05

Spor lisesi öğrencilerinin anne eğitim durumu değişkenine göre herhangi bir farklılık olup olmadığının tespiti amacıyla yapılan Anova testi sonucu Tablo 5’de verilmiştir. Tablo 5 incelendiğinde araştırmaya katılan spor lisesi öğrencilerinin anne eğitim durumu değişkenine göre meslek seçimine yönelik kariyer kaygılarında anne eğitim durumu değişkenine göre anlamlı farklılık tespit edilememiştir ($p>0.05$). Spor lisesi öğrencilerinin anne eğitim durumu değişkeni aile etkisine yönelik kariyer kaygılarında ($t=4,81$; $p=0,000$; $p<0.05$) ve kariyer kaygısı toplam puanlarında ($t=2,12$; $p=0,08$; $p<0.05$) anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Spor lisesi öğrencilerinin aile etkisine yönelik kariyer kaygısında anlamlı farklılığın gruplarını belirlemek için yapılan Post Hoc (Tukey) testi sonuçlarına göre anne ilkökul mezunu ($X=10,84$) öğrencilerin, anne üniversite mezunu öğrencilerden ($X=10,84$) daha yüksek aile etkisine yönelik kariyer kaygısına, anne lise mezunu öğrencilerin de ($X=9,95$), anne üniversite mezunu öğrencilerden ($X=7,78$), daha yüksek aile etkisine yönelik kariyer kaygısına sahip oldukları tespit edilmiştir. Spor lisesi öğrencilerinin kariyer kaygısı toplam puanına anlamlı farklılığın gruplarını belirlemek için yapılan Post Hoc (Tukey) testi sonuçlarına göre anne ilkökul mezunu ($X=10,84$) öğrencilerin anne üniversite mezunu öğrencilerden ($X=10,84$) daha yüksek kariyer kaygısı toplam puanına sahip oldukları tespit edilmiştir.

Tablo 6. Spor lisesi öğrencilerinin baba eğitim durumu değişkenine göre kariyer kaygılarının karşılaştırılması

	Eğitim Seviyesi	N	\bar{x}	ss	F	p
Aile etkisine yönelik kariyer kaygısı	İlkokul	38	10,08	5,42	0,40	0,81
	Ortaokul	156	9,79	4,74		
	Lise	346	9,79	4,94		
	Üniversite	111	9,22	4,96		
Meslek seçimine yönelik kariyer kaygısı	Lisansüstü	19	10,16	6,29	0,63	0,64
	İlkokul	38	26,11	9,86		
	Ortaokul	156	26,80	8,90		
	Lise	346	25,72	9,45		
Kariyer Kaygısı	Üniversite	111	25,41	8,53	0,48	0,75
	Lisansüstü	19	24,32	10,93		
	İlkokul	38	36,18	13,73		
	Ortaokul	156	36,60	12,04		
Toplam Puan	Lise	346	35,51	12,73	0,48	0,75
	Üniversite	111	34,63	11,38		
	Lisansüstü	19	34,47	15,41		

*p<0.05

Spor lisesi öğrencilerinin baba eğitim durumu değişkenine göre herhangi bir farklılık olup olmadığının tespiti amacıyla yapılan Anova testi sonucu Tablo 6’da verilmiştir. Tablo 6 incelendiğinde araştırmaya katılan spor lisesi öğrencilerinin öğrencilerin baba eğitim durumu değişkenine göre aile etkisine yönelik kariyer kaygıları, meslek seçimine yönelik kariyer kaygıları ve kariyer kaygısı toplam puanlarında anlamlı fark tespit edilememiştir ($p>0.05$).

Tablo 7. Spor lisesi öğrencilerinin kendilerine ait çalışma odası değişkenine göre kariyer kaygılarının karşılaştırılması

	Kendinize ait çalışma odası	N	\bar{x}	ss	F	p
Aile etkisine yönelik kariyer kaygısı	Evet	152,00	9,71	4,93	0,25	0,97
	Hayır	518,00	9,73	4,97		
Meslek seçimine yönelik kariyer kaygısı	Evet	152,00	25,78	9,53	0,46	0,85
	Hayır	518,00	25,94	9,15		
Kariyer Kaygısı Toplam Puan	Evet	152,00	35,49	12,67	0,29	0,88
	Hayır	518,00	35,67	12,43		

* $p<0.05$

Spor lisesi öğrencilerinin kendilerine ait çalışma odası değişkenine göre herhangi bir farklılık olup olmadığının tespiti amacıyla yapılan T testi sonucu Tablo 7’de verilmiştir. Tablo 7 incelendiğinde araştırmaya katılan spor lisesi öğrencilerinin öğrencilerin kendilerine ait çalışma odası değişkenine göre aile etkisine yönelik kariyer kaygıları, meslek seçimine yönelik kariyer kaygıları ve kariyer kaygısı toplam puanlarında anlamlı fark tespit edilememiştir ($p>0.05$).

Tartışma ve Sonuç, Öneriler

Araştırmada, İstanbul ilinde spor liselerinde öğrenim gören öğrencilerin sınıf seviyesi, cinsiyet, aile gelir durumu, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu, kendine ait bir oda değişkenlerine göre kariyer kaygıları incelenmiştir.

Spor lisesi öğrencilerinin sınıf seviyesi değişkenine göre meslek seçimine yönelik kariyer kaygısı ve kariyer kaygısı toplam puanlarında gruplar arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Spor lisesi öğrencilerinin sınıf seviyelerinin yükseldikçe kariyer kaygılarının da arttığı tespit edilmiştir. Spor lisesi öğrencilerinin meslek seçimine yönelik kariyer kaygılarının 12.sınıf öğrencilerinin 9.10. ve 11. sınıf öğrencilerinden anlamlı ve yüksek olduğu tespit edilmiştir. Kariyer kaygısı toplam puanlarında 12. sınıf öğrencilerinin 9. sınıf öğrencilerinden, 11. sınıf öğrencilerinin 9. sınıf öğrencilerinden, 10. sınıf öğrencilerinin 9. sınıf öğrencilerinden anlamlı ve yüksek olduğu tespit edilmiştir. Köksal (2016), yapmış olduğu araştırmada 1. ve 4.

sınıf öğrencilerinin lehine 2. ve 3. sınıf aleyhine anlamlı bir farklılık tespit etmiştir. Gündüz ve Yılmaz (2018), yaptığı araştırmada öğrencilerin kariyer kaygılarının sınıf seviyesine göre anlamlı farklılık göstermediği ifade edilmiştir. Maingi (2016), üniversite öğrencilerini sınıf değişkenine göre en yüksek olumlu yüzdelerin 1. ve 4. sınıf öğrencileri arasında olduğu tespit edilmiştir. Akdaş (2013), yaptığı araştırmada katılımcıların sınıf değişkeni ile algılanan aile desteği puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı çıktığı görülmüştür. Spor lisesi öğrencilerinin sınıf seviyesi ile kariyer kaygısı puanları 12. sınıf öğrencilerinin meslek seçimine yönelik ve kariyer kaygısı puanlarının tüm sınıf seviyelerinden yüksek tespit edilmesi bu yaş grubu öğrencilerin kariyer kaygısını yüksek yaşadıklarını göstermektedir. 12. sınıf öğrencilerinde meslek seçimi ve kariyer kaygısı yönünden yüksek puanlar öğrencilerin girecekleri TYT ve AYT sınavlarına bağlı olarak girecekleri sınavda başarılı olma isteklerinden kaynaklı olarak kaygı seviyelerinin yükseldiği söylenilebilir.

Spor lisesi öğrencilerinin cinsiyet değişkenine göre meslek seçimine yönelik kariyer kaygısı ve kariyer kaygısı toplam puanlarında gruplar arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Spor lisesi öğrencilerinin meslek seçimine yönelik kariyer kaygısı ve kariyer kaygısı toplam puanlarında spor liselerinde öğrenim gören kız öğrencilerin kariyer kaygılarının erkek öğrencilere nazaran daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Başkal (2009), ve Zhou ve Santos (2007), yaptıkları araştırmada kadın öğrencilerin erkeklere oranla daha fazla kariyer kaygısı yaşadıklarını tespit etmişlerdir. Okutan ve Akbaş (2019), yapmış oldukları araştırmada kadın öğrencilerin genel kariyer kaygı durumlarının erkeklere oranla daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Literatürde farklı yönde sonuçlar tespit eden araştırmalarda vardır. Başkal (2009), yapmış olduğu çalışmada araştırmamızın aksine erkek öğrencilerin kariyer kaygı durumlarının kadınlardan yüksek olduğunu ifade etmiştir. Aydın (2014), ve Kırdök ile Harman (2017), yapmış oldukları araştırmalarda cinsiyet ile kariyer kaygısı arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmediğini ifade etmektedirler. Spor liselerinde öğrenim gören kız öğrencilerin kariyer kaygılarının yüksek olması, mesleki anlamda güçlü bir rekabet alanı olan ve her geçen gün yeni gelişmelerin yaşandığı dinamik bir mesleki alan olarak görülen spor alanında mesleki çalışmalarını yürütecek olmaları kaynaklı olarak kaygı seviyelerinin yükseldiği söylenilebilir. Spor lisesi kız öğrencilerinde kariyer hedeflerinin yüksek olması ve geleceğe yönelik önemli planlamalarla mesleki önemli bir kariyer hedefi kaynağı olabileceği de söylenilebilir.

Spor lisesi öğrencilerinin aile gelir durumu değişkenine göre aile etkisine yönelik kariyer kaygısı meslek seçimine yönelik kariyer kaygısı ve kariyer kaygısı toplam puanlarında gruplar arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Spor lisesi öğrencilerinin aile etkisine yönelik kariyer kaygısı, meslek seçimine yönelik kariyer kaygısı ve kariyer kaygısı toplam

puanlarında aile maddi geliri en düşük olan öğrencilerde kariyer kaygı seviyesi diğer gelir gruplarına göre daha yüksek tespit edilmiştir. Spor lisesi öğrencilerinde ailenin maddi durumu iyileştikçe kariyer kaygılarında önemli bir azalma tespit edilmiştir. Gökçe ve Traş (2017), tarafından yapılan araştırmada algılanan sosyo-ekonomik düzeye göre anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Ailesinin maddi gelir seviyesi yüksek öğrencilerin maddi gelir seviyesi düşük öğrencilere göre kariyer planlamalarını daha dikkatli ve kendilerine yüksek fayda getirecek şekilde planladıkları ifade edilmiştir (Greenbank & Hepworth, 2008). Akbaş (2019), yaptığı araştırmada ailenin aylık gelir durumuna göre anlamlı farklılık tespit edemezken, aile etkisi düzeyinde gelir durumu göre anlamlı farklılık tespit etmiştir. Ailenin gelir seviyesinin yükselmesiyle araştırma katılımcısı öğrencilerin kaygı puanlarının da azaldığı tespit edilirken algılanan ekonomik durum seviyesi yükseldikçe kariyer kararı verme güçlükleri puanlarının da düştüğü görülmüştür (Şanlı & Saraç 2016). Çetin ve Karalar (2016), tarafından yapılan araştırmada maddi geliri düşük ailelerde ki öğrencilerin kariyer algılarının daha yüksek maddi kazançta sahip aile bireylerine göre yüksek düzeyde olduğu görülmüştür. Spor lisesi öğrencilerin aile gelir düzeyi değişkenine göre mesleki anlamda göreve başlamaları ve kendilerini kariyer basamakları içerisinde görme ihtiyacı hissettikleri söylenilebilir. Ailenin gelir düzeyinin bu kariyer planlamaları ve kariyer kaygısı için önemli bir etken oluşturduğu da ortada olan önemli bir gerçektir. Aile maddi geliri az olması çeşitli yaşamsal ve sosyal kaynakların sınırlı olması sebebiyle öğrencilerde kariyer kaygısı yarattığı söylenilebilir. Öğrencilerin maddi kaynaklarının yükselmesi ve sosyal yaşamlarının güçlenmesine yönelik ve aile bireylerinin yaşam kalitelerinin yükselmesi adına kariyer kaygılarının yüksek olduğu söylenilebilir.

Spor lisesi öğrencilerinin anne eğitim seviyesi değişkenine göre aile etkisine yönelik kariyer kaygısı ve kariyer kaygısı toplam puanlarında gruplar arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Spor lisesi öğrencilerinin baba eğitim seviyesi değişkenine göre aile etkisine yönelik kariyer kaygısı meslek seçimine yönelik kariyer kaygısı ve kariyer kaygısı toplam puanlarında anne eğitim seviyesinin aksine gruplar arasında anlamlı farklılıklar tespit edilememiştir. Spor lisesi öğrencilerinde anne eğitim seviyesinin düşük olan öğrencilerde kariyer kaygı seviyelerinin yüksek olduğu tespit edilmiştir. Spor lisesi öğrencilerinin aile etkisine yönelik kariyer kaygılarında annesi ilkököl eğitim seviyesine sahip öğrenciler ve annesi lise eğitim seviyesine sahip öğrenciler arasında annesi ilkököl eğitim seviyesine sahip öğrenciler ve lise mezunu seviyesine sahip öğrenciler arasında anlamlı farklılık tespit edilmiş ve anne ilkököl eğitim seviyesine sahip öğrencilerin diğer öğrencilere nazaran daha yüksek kariyer kaygısına sahip oldukları tespit edilmiştir. Spor lisesi öğrencilerinin kariyer kaygısı toplam puanlarında

ise annesi ilköğretim seviyesine sahip öğrenciler ve annesi üniversite eğitim seviyesine sahip öğrenciler arasında anlamlı farklılık tespit edilmiş bu farklılıkta da annesi ilköğretim mezun öğrencilerin daha yüksek kariyer kaygısına sahip olduğu tespit edilmiştir. Özellikle annenin eğitim seviyesi yükseldikçe de öğrencilerin kaygı seviyelerinin azaldığı tespit edilmiştir. Adıgüzel (2008), yaptığı araştırmada kariyer hedefleri ile alakalı ele almış olduğu faktörlerden bir bölümünde anne eğitim durumuna göre anlamlı farklılıklar olduğunu tespit etmiştir. Super (1990), kariyer gelişiminde aile yapısı, aile içi ilişkiler ve çocuk, ergen ve ebeveyn ilişkileri önemli rol oynamaktadır. Guavain ve Perez'e (2007), göre, anne-babalar, ergenler için bilgiyi bulan, ilişkileri kuran seçenekleri yapılandırmalarına yardım eden, rehberlik yapan yöneticiler olarak önemli bir rol alırlar (Akt. Santrock, 2012). Köküsoy (2008), katılımcıların algılanan aile desteği puanlarının anne ve babanın eğitim düzeyine göre öğrencilerin algıladıkları aile desteği ölçüğü puanları ile babanın eğitim düzeyi arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Katılımcıların annenin ve babanın eğitim durumu ile algılanan aile desteği puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamsız olduğu tespit edilmiştir (Akdaş, 2013). Uçar (2020), tarafından yapılan çalışmada, anne eğitim durumu üniversite olan öğrencilerin kariyer ve hedef belirleme noktasında planlı bir şekilde hareket ettiklerini ve gelecek kaygısı nedeniyle meslek seçimlerinde esnek olabileceklerini tespit etmiştir. Bireylerin kaygı durumlarını yükselten bir başka önemli değişken de anne ve babasının eğitim seviyesidir. Çocukları için daha iyi gelecek kurma hayali olan ebeveynler çocuklarına bu yönde baskı yapmalarıyla onların kaygı seviyelerinin yükselmelerine neden olabilmektedirler. Araştırmada anne ve baba eğitim seviyesi değişkenlerinde farklı sonuçlar tespit edilmiştir. Spor lisesi öğrencilerinde baba eğitim seviyesi değişkeninde kariyer kaygılarında farklılık görülmezken anne eğitim değişkeninde spor lisesi öğrencilerinde kariyer kaygısı farklılık göstermektedir. Anlamlı farklılığın eğitim anne eğitim seviyesi değişkeninde tespit edilmesi çocuk yetiştirme sürecinde annenin çocukla kurduğu duygusal bağın yüksekliği kaynaklı olarak ortaya çıktığı ifade edilebilir. Kariyer kaygısını en çok yaşayan öğrencilerin anne eğitim seviyelerinin ilköğretim seviyesinde olduğu tespit edilmiştir. Bunun yanında bireyin annesinin eğitim seviyesinin düşüklüğü çocuğu için daha iyi bir gelecek isteğiyle çocuğuna karşı eğitim alması yönünde baskı yapması öğrencilerin kariyer kaygısı yaşamalarına sebep olabilir sonucuna ulaşılabilir.

Spor lisesi öğrencilerinin kendine ait bir oda değişkenine göre aile etkisine yönelik kariyer kaygısı meslek seçimine yönelik kariyer kaygısı ve kariyer kaygısı toplam puanlarında gruplar arasında anlamlı farklılıklar tespit edilememiştir. Öğrencilerin kendilerine ait odalarının olması kişisel alanları gibi akademik başarılarını da artırmak için önemli bir araçtır. Bireyin kendi odasının olması akademik anlamda hazırlık yapmasına sınavlarda başarı göstermesini

sağlayacaktır. Akademik anlamda başarı sağlayan bireylerde kariyer kaygısı diğer bireylere göre daha düşük seviyededir.

Spor lisesi öğrencilerinin diğer okul öğrencilerine nazaran daha farklı bir eğitim almaları ve yaşamlarını sürdürebilmeleri için muhakkak ilgili alanda kariyer sahibi olmaları gerekmektedir. Bu noktadan hareketle spor lisesi öğrencilerine özellikle okullarda kariyer planlamaları için destek verilmesi, ailelere öğrencilerin kariyer planlamaları konusunda bilgilendirici eğitimler verilmesi kariyer kaygısının azaltılmasında önemli bir çözüm aracı olabilir. Öğrenci ve ailelere ek olarak spor liselerinde görev yapan öğretmen ve idarecilere de öğrencilerin kariyer gelişimlerini planlama gibi önemli fayda sağlayacak hizmetiçi eğitimlerin verilmesi önem arz etmektedir.

Öğrencilerin ailelerinden kaynaklı kaygı düzeylerini en aza indirgeyebilmek için de çalışmaların yapılması gerekmektedir. Kariyer kaygısıyla ilgili olarak değişik evren ve örneklem guruplarında nitel araştırmaların yapılması da önem arz etmektedir. Spor lisesi öğrencilerinin kariyer hedefleri ve kariyer kaygısı taşımamaları için ders programlarına kariyer dersi eklenebilir. Spor liseleri gibi önemli okul türü üzerine bilimsel araştırma sayısı oldukça sınırlıdır bunun yanında öğrencilerin kariyer kaygısını ölçen araştırmaların artırılması ve tüm spor liseleri üzerinde yapılması önem arz etmektedir.

Etik Kurul İzin Bilgileri

Etik değerlendirme kurulu:

Etik değerlendirme belgesinin tarihi:

Etik değerlendirme belgesinin sayı numarası:

Makalenin yönteminde “mevcut araştırma süresince “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” çerçevesinde hareket edilmiştir.” ibaresini kullanınız.

Araştırmacıların Katkı Oranları Beyanı

Araştırmacı sayısına bağlı olarak aşağıdaki örneklerden birini kullanınız ya da bu örneklere benzer yeni bir beyan yazınız.

Örnek: Araştırmanın tamamı, araştırmanın tek yazarı tarafından gerçekleştirilmiştir.

Örnek: Araştırmanın tüm aşamalarında iki yazar da eşit katkıda bulunmuştur.

Örnek: Araştırmanın yöntem ve bulgular kısmıyla ilgili süreçler birinci yazar, giriş kısmı ile ilgili süreçler ikinci yazar, tartışma ve sonuç kısmı ile ilgili süreçler ise üçüncü yazar tarafından gerçekleştirilmiştir.

Çatışma Beyanı

Yazarın/yazarların araştırma ile ilgili bir çatışma beyanı bulunmamaktadır.

Kaynakça

- Adıgüzel O. (2008). Türkiye’de gençlerin kariyer planlamasını etkileyen faktörler ve üniversite hazırlık öğrencileri üzerine bir araştırma. Doktora Tezi, Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Kütahya
- Akbaş M. (2019). Lise öğrencilerinin kariyer kaygısı üzerine bir araştırma: Antalya ili örneği. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Sakarya
- Akdaş G. (2013). Sağlık meslek lisesi öğrencilerinin mesleki olgunluk düzeylerinin ve algıladıkları aile desteğinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Erzurum: Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Erzurum
- Aydın, Ç. (2014). Üniversite öğrencilerinde kariyer kararsızlığının özsaygı, denetim odağı ve mükemmeliyetçilik bakımından incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Başkal, S. (2009). Anadolu, Fen ve Genel Liselerde Eğitim Alan Son Sınıf Öğrencilerinin Bir Üst Öğrenime Geçişte Meslek Seçimi ile İlgili Yaşadıkları Kaygıların Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi (Muğla İli Örneği). Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi. Yeditepe Üniversitesi, İstanbul
- Cüceloğlu, D. (1996). İnsan ve davranışları. Basım, Ankara: Remzi Kitabevi.
- Çetin Gündüz, H. ve Nalbantoğlu Yılmaz, F. (2016). Lise öğrencilerinin kariyer kaygılarını belirlemeye yönelik ölçek geliştirme çalışması. Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 12. 3, 1008-1022.
- Çetin C, Karalar S. (2016). X, Y Ve Z kuşağı öğrencilerin çok yönlü ve sınırsız kariyer algıları üzerine bir araştırma. Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Yönetim Bilimleri Dergisi; 14(28): 173-196.
- Dilekçi, (2022). Spor Liselerinde Adanmışlık. Nobel Akademik Yayıncılık, Ankara ISBN: 978-625-433-997-4
- George, D. ve Mallery, M. (2010). SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference, 17.0 update (10a ed.) Boston: Pearson.
- Gökçe Z., Traş Z. (2017). Lise öğrencilerinin kariyer karar verme güçlükleri ve ego kimlik statülerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. Türk Eğitim Bilimleri Dergisi. 15(1), 58-69.
- Gündüz HÇ., Yılmaz FN. (2018). Lise öğrencilerinin kariyer kaygılarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi. 18(3), 1585-1602.
- Greenbank P. Hepworth S. (2008). Working class students and the career decision-making process: A qualitative study. Putting research outcomes into practice, 1-105.
- Karakaş, U. (2021). Spor Lisesi Öğrencileri ile Diğer Lise Öğrencilerinin Demografik ve Kişilik Özellikleri Bağlamında Kariyer Kaygılarının İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Gedik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi.
- Kırdök, O. Kayadibi S..(2018). Lise Öğrencilerinin Mesleki Kararsızlığının Yordayıcısı Olarak Kişilik Özellikleri. Journal of Strategic Research in Social Science.
- Kırdök, O. Harman E. (2017). Lise Öğrencilerinin Denetim Odaklarına Göre Mesleki Olgunluklarının Kariyer Karar Verme Güçlüklerini Yordama Gücü Universal Journal Of Educational Research 6.2 (2018) 242 - 248.

- Köksal K. (2016). Üniversite ve meslek tercihini etkileyen unsurlara yönelik bir alan araştırması. *Kara Harp Okulu Bilim Dergisi* 2016; 26(2): 39-69.
- Köküsoy K. (2008). Endüstri Meslek Liselerinde Bir Meslek Alanına Yönelmiş Olan Öğrencilerin Mesleki Olgunluk ve Algıladıkları Aile Desteği Düzeylerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Niles, S. G., & Harris-Bowlsbey, J. (2013). 21. yüzyılda kariyer gelişimi müdahaleleri. Nobel Akademik Yayıncılık.
- Maingi Lw, (2007). Certainty In Career Choice Among Kenyatta University Students: Implications For Career Counseling (Doctoral dissertation, Kenyatta University), 2007.
- Okutan, E., & Akbaş, M. G. (2019). 15-24 Yaş arası öğrencilerin kariyer kaygılarını incelemeye yönelik literatür araştırması. *Siyaset, Ekonomi ve Yönetim Araştırmaları Dergisi*, 7(1).
- Pisarik, C.T., Rowell, P.C. & Thompson, L.K. (2017). A Phenomenological Study of Career Anxiety Among College Students. *National Career Development Association*. 65, 339-362.
- Rowland, K. D. (2004). Career decision-making skills of high school students in the Bahamas. *Journal of career development*, 31(1), 1-13
- Sampson JP., Lenz JG., Reardon RC., Peterson GW. (1999). A cognitive information processing approach to employment problem solving and decision making. *The Career Development Quarterly*. 48(1), 3-18.
- Santrock, J. W. (2012). Ergenlik. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Super, D.E. (1990). A life span, life space approach to career development. D. Brown & L. Brooks (Ed.) içinde, *Career choice and development: Applying contemporary theories to practice* (2. ed., ss. 197–261). San Fransico: Jossey-Bass.
- Şanlı KK., Saraç T. (2016). Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 13(33), 227-242.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics* (Sixth edition). United States: Pearson Education.
- Nalbantoğlu Yılmaz, F. & Çetin Gündüz, H. (2018). Lise öğrencilerinin kariyer kaygılarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18 (3), 1585-1602.
- Uçar B. (2020). Spor Eğitimi Alan Öğrencilerin Mesleki Kimlik Durumları, Girişimcilik Niyetleri Ve Kariyer Planlama Tutumları Arasındaki İlişki. Yüksek Lisans Tezi, Elazığ: Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Vignoli, E. (2015). Career indecision and career exploration among older French dolescents: the specific role of general trait anxiety and future school and career anxiety. *Journal of Vocational Behavior*, doi: 10.1016/j.jvb.2015.06.005.
- Vignoli, E., Croity-Belz, S., Chapeland, V., Fillipis, A., & Garcia, M. (2005). Career exploration in adolescents: The role of anxiety, attachment and parenting style. *Journal of Vocational Behavior*, 67(153-168).

Zhou, D., & Santos, A. (2007). Career Decision-Making Difficulties Of British And Chinese International University Students. *British Journal Of Guidance & Counselling*, 35(2), 219-235.



Spor Merkezlerinde Egzersiz Yapan Bireylerin Beden İmajı ve Özgüven Düzeylerinin İncelenmesi

Mihraç KÖROĞLU¹, Sezai ÇELİK² M. Ersin TÜT³

¹Batman Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu,
Batman/Türkiye

<https://orcid.org/0000-0001-6865-413X>

²Sakarya Milli Eğitim Müdürlüğü, Erenler İlçe Milli
Eğitim Sakarya/Türkiye

<https://orcid.org/0000-0002-9917-1066>

³Sakarya Milli Eğitim Müdürlüğü, Ölçme Değerlendirme Merkezi Sakarya/Türkiye
<https://orcid.org/0009-0000-0453-3961>

ORJINAL MAKALE

Özet

Batman ilinde spor merkezlerinde egzersiz yapan bireylerin beden imajı ve özgüven düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre araştırıldığı bu çalışmada ilişkisel tarama modeli yöntemi kullanılmıştır. Araştırmada veriler vücut algısı ölçeği ve özgüven ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Bu çalışmanın evrenini Batman ilinde spor merkezlerine gitmekte olan bireyler oluşturmakta olup örneklem ise iki yüz altı katılımcıdan meydana gelmektedir. Araştırmaya katılacak sporculara vücut algısı ölçeği dağıtılarak elde edilen veriler SPSS programında analiz edilmiştir. Vücut algısı ölçeği ve özgüven düzeyleri ölçeklerinden verilerin analizi için t-testi ve gruplardaki farklar için Anova testi uygulanmıştır. Ortaya çıkan farkların hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek için post-hoc (tukey hsd) testi uygulanmıştır. Katılımcıların beden imajları boy, eğitim durumu, spor salonuna gelme sıklığı ve vücut şekli değişkenlerine göre anlamlı fark görülmektedir. Özgüven düzeyleri ise yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, sosyal ilişki yönü ve vücut şekli değişkenlerine göre anlamlı fark göstermektedir. Yapılan betimsel analizlerde katılımcıların beden imajları yüksek özgüven düzeyleri orta düzeyde çıkmıştır. Kilo, ilgilenilen spor branşı, spor salonuna gelme nedenleri, ciddi spor sakatlığı yaşayıp yaşamama, aynaya bakma sıklığı ve spor yapma süresi değişkenleri ile beden imajları ve özgüven düzeyleri arasında anlamlı bir fark görülmemiştir.

Anahtar kelimeler: Spor merkezi, Beden imajı, Özgüven.

An Examination of Body Image and Self-Confidence Levels of Individuals Exercising in Sports Centers

Abstract

The relational screening model method was used in this study, in which the body image and self-confidence levels of individuals exercising in sports centers in Batman province were investigated according to various variables. In the study, data were collected using the body perception scale and self-confidence scale. The population of this study consists of individuals who go to sports centers in Batman province, and the sample consists of two hundred and six participants. The data obtained by distributing a body perception scale to the athletes participating in the research were analyzed in the SPSS program. T-test was applied to analyze the data from the body perception scale and self-confidence levels scales, and ANOVA test was applied for the differences in the groups. Post-hoc (Tukey hsd) test was applied to determine which group caused the differences. There is a significant difference in the body image of the participants according to the variables of height, education level, frequency of coming to the gym and body shape. Self-confidence levels show significant differences according to age, gender, education level, social relationship direction and body shape variables. In the descriptive analysis, the participants' body image was found to be high and their self-confidence levels were

moderate. There was no significant difference between the variables of weight, sports branch of interest, reasons for coming to the gym, whether or not they had a serious sports injury, frequency of looking in the mirror and duration of exercise, as well as body image and self-confidence levels.

Keywords: Sports center, Body Image, Self-confidence

Giriş

Beden imajı, bireyin kendi bedenini algılayarak değerlendirmesi, anlam vermesi ve bu çerçevede duygu ve davranış geliştirmesi biçiminde tanımlanabilmektedir. Bireyin kendi bedenini algılamasında geliştirmiş olduğu duyguların olumlu ve olumsuz olması davranışlara yansiyarak bireylerin özgüvenlerini, sosyal ilişkilerde aktif rol oynama durumunu ve yaşam içerisindeki başarısını etkilemektedir. Beden imajı algısı olumlu olan bireylerin özgüvenlerinin yüksek olduğu, sosyal ilişkilerinden bireysel doyumunu sağlayabildiği ve daha aktif olduğu, iş ve sosyal hayatında daha başarılı olduğu yapılan çalışmalarda vurgulanmıştır. Aynı şekilde beden imajı algısı olumsuz olan kişilerin kendilerini beğenmemelerinden ve kusurlu görmelerinden dolayı iş ve sosyal yaşamlarında güvensiz davranışlar sergilediği, değersizlik duygusuna kapılarak toplumsal yaşamdan kendilerini soyutlamaya başladıkları yapılan çalışmalarda vurgulanmıştır. Görüldüğü gibi beden imajı algısı bireyin zihninde şekillenen ve kendi bedeni ile ilgili olan düşüncelerini tarif eder. Bu noktada beden imajı beden zihin tarafından yorumlanması şeklinde tanımlanabilir (Tümen, Öner 2015).

Özgüven; karar verme ve korkmadan veya endişe duymadan hareket etme ruhuna ve güvenine sahip olmak, kendinizi ve sınırlarınızı bilmek anlamına gelir. Güven, bize hayatta karşılaştığımız sorunlarla yüzleşme gücü veren çok önemli bir kişilik özelliğidir (Özçağlayan, 2012). Özgüven, bireylerin hayatlarında yaşadıklarıyla şekillendiğine göre bu duruma bağlı olarak da bireylerin özgüveni yüksek ya da düşük olabilmektedir. Dolayısıyla özgüven kişiden kişiye değiştiği gibi bireyin içinde bulunduğu koşullara ve yaşadığı deneyimlere göre de değişebilmektedir. Bireyin sahip olduğu özgüven düzeyi ise bireyin hayatını farklı yönler götürebilmektedir (Bilgin, 2011). Özgüven iç özgüven ve dış özgüven olmak üzere iki farklı boyutta ele alınır. İç özgüven; bireylerin kendilerinden hoşnut ve barışık olması ile ilgili olup bireyin kendisiyle özdeşleşmiş duygu ve düşüncelerini ifade eder. Dış özgüven ise, iç özgüvenin dışsal gösterimidir. Yani bireyin kendisinden memnun, olumlu ve emin olduğunu duygu ve düşünceleriyle çevresine gösterebilmesidir (Akagündüz, 2006).

Sporun insanın vücudu üzerinde birçok duyu organını harekete geçirdiği bilinmektedir. Yapılan egzersizler, sadece gelişimin ile sınırlı olmadığı, aynı zamanda kişinin kendini sevmesi, mutlu olması ve kendisine saygı duyması gibi çeşitli katkılarda bulunur. Spor hem fiziksel hem de ruhsal sağlık açısından olumlu bir şekilde değişebilecek çok sayıda araştırmada karşımıza çıkıyor. Sporun vücuttaki ve hormonlardaki bazı değişikliklere yol açtığı bilinmektedir. Bunlardan en önemlisi mutluluktur. Kişisel mutluluk, kişinin kendini sevmesi ve refahını artırması anlamına gelir. Böylelikle spor sayesinde mutluluk hormonları salgılanan bir kişi,

kendine güvenir ve pozitif bir ruh haline sahip olarak ilişkilerin gelişmesi sağlanır (Yaylacı, 2019).

Gereç ve Yöntem

Araştırmanın Modeli

Bu araştırmada, nicel araştırma yöntemlerinden biri olan ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Bu modelin kullanılmasıyla spor yapan bireylerin beden imaj algısı ve özgüven düzeylerini incelemeyi hedeflenmektedir. İlişkisel tarama modeli, iki veya daha fazla değişken arasında değişen, herhangi bir müdahale olmaksızın, bu değişkenlerin birlikte nasıl ilerlemesi ve bu değişimin derece belirlemeyi amaçlayan bir araştırma yöntemidir (Büyüköztürk, Kılıç Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2012).

Evren ve Örneklem

Çalışmamızın evrenini Batman ilinde bulunan spor salonlarına gitmekte olan toplam 843 birey oluşturmakta olup ölçek bu salonlarda spor yapan 206 kişiye uygulanmıştır. Bu kişiler ait demografik bilgiler ve kişisel bilgi ölçeğinden elde edilen veriler tablo 1’de gösterilmiştir.

Tablo 1

Katılımcıların demografik özellikleri

	Demografik Değişkenler	n	%
Yaş	20 yaş ve altı	57	27,8
	21-30 yaş	74	36,1
	31-40 yaş	53	25,9
	41 yaş ve üstü	21	10,2
Cinsiyet	Kadın	84	41,0
	Erkek	121	59,0
Kilo	50-60 kg	59	28,8
	61-70 kg	65	31,7
	71-80 kg	52	25,3
	81-90 kg	18	8,8
	91 kg ve üstü	11	5,4
Boy	150-160 cm	13	6,4
	161-170 cm	62	30,3
	171-180 cm	82	40
	181-190 cm	37	18
	191 cm ve üstü	11	5,5
Eğitim Durumu	Lise	116	56,6
	Ön lisans	8	3,9
	Lisans	74	36,1
	Lisans üstü	7	3,4
Spor Salonuna Gelme Sıklığı	1 gün	55	26,8
	2 gün	30	14,6

	3 gün	42	20,5
	4 gün	21	10,2
	5 gün ve üstü	57	27,9
Yapılan Spor Branşı	Tenis	25	12,2
	Yüzme	30	14,6
	Futbol	48	23,4
	Basketbol	28	13,7
	Voleybol	49	23,9
	Diğer spor branşları	25	12,2
	Spor Salonuna Gelme Nedeni	Kilo vermek	23
Kilo almak/Kas yapmak		38	18,6
Sağlıklı olmak		129	62,9
Arkadaş edinmek/Sosyal çevre		9	4,4
Başkaları tarafından beğenilmek/Dikkat çekmek		6	2,9
Ciddi Sakatlık Yaşama Durumu		Evet	58
	Hayır	147	71,7
Sosyal İlişki Yönü	İçe dönük	93	45,4
	Dışa dönük	112	54,6
Vücut Şekliniz	Çok kötü	27	13,2
	Kötü	24	11,7
	Normal	99	48,3
	İyi	55	26,8
	Çok iyi	27	13,2
Sporda Aynaya Bakma Sıklığı	Az	33	16,1
	Bazen	91	44,4
	Sık	49	23,9
	Çok sık	32	15,6
Spor Yapma Süresi	1 yıl	56	27,3
	2 yıl	26	12,7
	3 yıl	27	13,2
	4 yıl	20	9,8
	5 yıl ve üstü	76	37,1

Tablo 1’de ankete katılan katılımcıların demografik bilgileri verilmiştir. Tablo incelendiğinde en yüksek yaş ortalamasının %36,1 (74 kişi) ile 21-30 yaş grubu en düşük yaş ortalamasının ise %10,2 (21 kişi) ile 41 yaş ve üstü yaş grubu olduğu görülmektedir. Tabloda kadın katılımcıların %41,0 (84 kişi) erkek katılımcıların %59,0 (121 kişi) oldukları görülmektedir. Katılımcıların kilo dağılımına bakıldığında 61-70 kg olanların %31,7 (65 kişi) ile en fazla, 91 kg ve üstü olanların %5,5 (11 kişi), boya bakıldığında ise 171-180 cm olanların %40 (82 kişi) olduğu tespit edilmiştir. Eğitim durumuna göre %56,6 (116 kişi) lise mezununun en fazla, %3,4 (7 kişi) lisans üstü alanların en az olduğu, bekar katılımcıların %71,7 (147 kişi), evli katılımcıların %22,0 (45 kişi), eşinden ayrılmış katılımcıların ise %6,3 (13 kişi) olduğu görülmektedir. Haftada spor yapmak için salona geline gün sayısı %10,2 (21 kişi) ile en az, %27,9(57 kişi) ile haftada 5 gün ve üzeri gelenler oluşturmaktadır. Katılımcıların yaptıkları spor branşında %23,9 (49 kişi) voleybol en fazla, tenis ve diğer branşlar %12,2 (25 kişi) en az

ilgilenilen spor branşıdır Spor salonuna sağlıklı olmak için gelenler %62,9 (129 kişi) ile en fazla, başkaları tarafından beğenilmek/dikkat çekmek isteyenler %2,9 (6 kişi) en az orana sahiptir. Spor yaparken ciddi sakatlık yaşayanların oranı %28,3 (58 kişi), yaşamayanların oranı %71,7 (147 kişi), sosyal ilişkilerinde içe dönük olanların oranı %45,4 (93 kişi), dışa dönük olanların oranı %54,6 (112 kişi)' dir. Vücut şeklini normal bulanlar %48,3 (99 kişi) çok kötü ve çok iyi bulanların oranı %13,2 (27 kişi), spor yaparken aynaya bakma sıklığı %44,4 (91 kişi), çok sık bakanlar %15,6 (76 kişi) olup katılımcıların spor yapma süreleri de 5 yıl ve üstü %37,1 (76 kişi) en fazla, 4 yıl yapanların oranı %9,8 (20 kişi) en az olarak görülmektedir.

Veri Toplama Araçları

Vücut Algısı Ölçeği, Secord ve Jourard (1953) tarafından kişilerin bedenlerinin çeşitli bölgelerinden ve vücut fonksiyonlarından ayırt edilmesi için geliştirilmiş bir öz bildirim aracıdır. Bu ölçek, 5'li likert tipinde olup, farklı beden bölgelerini değerlendirmek için 40 farklı madde içermektedir. Katılımcılar, beden bölgelerini “1 = Hiç beğenmiyorum” ile “5 = Çok beğeniyorum” arasında bir boyutta derecelendirilirler. Türkçe sürümün geçerli ve güvenilirlik çalışması, Hovardaoğlu (1992) tarafından üniversite lisansı üzerinde gerçekleştirilmiş ve Cronbach alfası 0.91 olarak oluşturulmuştur (Hovardaoğlu, 1992).

Özgüven ölçeği, 5'li likert ölçeğine göre 33 maddelik bir yapıdan oluşan “özgüven ölçeği” Akın (2007) tarafından geliştirilmiştir. Sorulara verilen cevaplar neticesinde ölçekten alınabilecek en yüksek puan 165; en düşük puan ise 33'tür. Ölçekten yüksek puan alınması bireyin yüksek derecede özgüven sahibi olduğunu göstermektedir. İçsel ve dışsal özgüven olmak üzere iki alt boyuttan oluşan ölçekte, içsel özgüven 17 maddeden dışsal özgüven ise 16 maddeden oluşmaktadır. İçsel özgüven alt boyutu kişinin kendine güvenine yönelik maddelerden oluşmaktadır ve kendini tanıma, kendini sevme, güçlü yönler ve güçlendirme ihtiyaçları bilgisi, olumlu düşünme ve net hedef belirleme gibi özellikleri içermektedir. Dışsal özgüven alt boyutu ise bireyin sosyal yaşamla ve dış çevreyle ilgili maddelerden oluşmaktadır ve kendini sağlıklı ifade etme, iletişim kolaylığı, risk alma, duyguları kontrol etme vb. özellikleri içermektedir (Akın, 2007).

Verilerin Analizi

Katılımcıların doldurduğu ölçeklerden verilerin analizi için SPSS programı kullanılarak verilere ait tanımlayıcı istatistik, frekans tabloları, güvenilirlik analizi, normallik testi ve fark testleri ile veri analizi gerçekleştirilmiştir. Ölçeklerde yer alan maddelerin normal dağılımda çarpıklık ve basıklık değerleri incelenmiştir. Normallik testi sonuçları aşağıda tablo 2'de belirtilmiştir.

Tablo 2

Normallik Testi

	Ortalama	Std. Sap.	Çarpıklık	Basıklık
Vücut Algısı Ölçeği	4,15	0,78	-1,06	0,92
Özgüven	3,22	1,35	-0,37	-1,24

Verilerin normal dağılım gösterdiğinin bir göstergesi olarak basıklık çarpıklık değerlerinin +1.5 ile-1.5 (Tabachnick ve Fidell, 2013), +2.0 ile-2.0 (George ve Mallery, 2010) arasında olması gerekmektedir. Yapılan normallik testi sonuçlarına göre vücut algısı ve özgüven ölçeğine ait verilerin basıklık ve çarpıklık değerleri normal dağılım aralığındadır bu ölçeklere ait verilerin analizi için parametrik testlerden t-testi ve anova testleri kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan ölçekler daha önceden geçerlik ve güvenilirlik kanıtları elde edilmiş ölçeklerdir. Bu çalışmada da uygulanan örneklem için ölçeklere güvenilirlik ve geçerlilik analizleri uygulanmıştır. Cronbach alfa, iç tutarlılık hesaplamalarında en çok kullanılan bir yöntemdir. Ayrıca Cronbach alfa katsayısı bir maddenin alabileceği değer sayısı ikinin üzerinde olduğunda kullanılır (Akbulut, 2010).

Ölçeklerde yer alan tüm değişkenlere SPSS programında güvenilirlik testi uygulanmış, güvenilirlik örneklem sonuçları tablo 3 ile güvenilirlik testlerinin Cronbach 's Alpha değeri tablo 3'te gösterilmiştir.

Tablo 3

Güvenirlik Analizi Sonucu

Ölçek Adı	Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
Vücut Algısı Ölçeği	,981	40
Özgüven Ölçeği	,995	40

Vücut algısı ölçeği ve özgüven ölçeği güvenilirlik analizlerinde kullanılan Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı tablo 3'te görüldüğü gibi $\alpha > 0,70$ olduğundan ölçekler güvenilir olarak kabul edilmiştir. Ölçeklerden elde edilen veriler SPSS programına aktarılmıştır. Demografik özellikler için betimleyici istatistik uygulanmıştır. Vücut algısı ölçeği ve özgüven düzeyleri ölçeklerinden verilerin analizi için t- testi ve gruptaki farklar için Anova testi uygulanmıştır. Ortaya çıkan farkların hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek için post-hoc (tukey hsd) testi uygulanmıştır. Ortaya çıkan farkların hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek için post-hoc (tukey hsd) testi uygulanmıştır. Tukey HSD testi, iki veri seti arasındaki ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını belirlemek için kullanılan istatistiksel bir araçtır.

Araştırmanın Etiği

Bu araştırma için gerekli izinler “Batman Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurulu”nun 13/06/2023 tarihli ve 2023/04-36 sayılı kararıyla etik kuruldan geçmiştir.

Bulgular

Batman İlinde bulunan Batman Belediyesi Spor Tesislerine devam eden katılımcılara ait beden imajı betimsel analizi tablo 4’te, özgüven düzeyleri betimsel analizi tablo 5’te verilmiştir

Tablo 4

Beden İmajı Betimsel Analizi

Beden imajı	Ort.	Std. Sap.	
S1	Saçlarım	4,34	0,98
S2	Yüzümün Rengi	4,28	0,93
S3	İştahım	4,00	1,17
S4	Ellerim	4,31	0,93
S5	Vücudumdaki kıl dağılımı	3,73	1,35
S6	Burnum	3,97	1,18
S7	Fiziksel gücüm	4,16	1,02
S8	İdrar-dışkı düzenim	3,83	1,21
S9	Kas kuvvetim	4,08	1,07
S10	Belim	4,15	1,05
S11	Enerji düzenim	4,17	1,01
S12	Sırtım	4,18	1,03
S13	Kulaklarım	4,27	0,96
S14	Yaşım	4,29	0,97
S15	Çenem	4,26	1,00
S16	Vücut yapım	4,25	0,91
S17	Profilim	4,32	0,93
S18	Boyum	4,16	1,04
S19	Duyularımın keskinliği	4,24	0,95
S20	Ağrıya dayanıklılığım	4,20	0,99
S21	Omuzlarımın genişliği	4,14	1,00
S22	Kollarım	4,22	0,96
S23	Göğüslerim	4,14	1,00
S24	Gözlerimin şekli	4,23	0,92
S25	Sindirim sistemim	4,14	1,00
S26	Kalçalarım	4,16	1,03
S27	Hastalığa direncim	4,12	1,04
S28	Bacaklarım	4,13	1,01
S29	Dişlerimin şekli	4,11	1,06
S30	Cinsel gücüm	4,05	1,09
S31	Ayaklarım	4,22	0,98
S32	Uyku düzenim	3,97	1,16
S33	Sesim	4,05	1,07
S34	Sağlığım	4,23	0,97
S35	Cinsel faaliyetlerim	4,01	1,09
S36	Dizlerim	4,20	0,98
S37	Vücudumun duruş şekli	4,20	0,93
S38	Yüzümün şekli	4,32	0,87
S39	Kilom	4,10	1,06
S40	Cinsel organlarım	4,10	1,11

	Beden imajı	4,15	1,02
--	--------------------	------	------

Vücut algısı ölçeği 1-5 arasında puanlandırılmış olup ölçeğin ortalama puanı 4,15 olduğundan katılımcıların beden imajı yüksek düzeyde çıkmıştır. En az puan ortalaması “vücutumdaki kıl dağılımı” 3,73, en yüksek ortalama 4,34 ile “saçlarım” almıştır.

Tablo 5

Özgüven Düzeyleri Betimsel Analizi

Özgüven Düzeyleri		Ort.	Std. Sap.
S1	Kendimi başarılı bir insan olarak görürüm.	3,02	1,46
S2	Başkalarının yanında heyecanımı kontrol edebilirim.	3,00	1,48
S3	Seçimlerimde başkalarına bağlı değilim.	3,09	1,47
S4	Yaşamdaki zorluklarla baş edebilirim.	3,21	1,45
S5	Benim için aşılamayacak sorun yoktur.	3,11	1,40
S6	Başkalarının görüşlerine saygı gösteririm.	3,33	1,46
S7	Problemlerimin üstesinden gelebileceğime inanırım.	3,24	1,52
S8	Sosyal etkinliklere katılmaktan çekinmem.	3,25	1,45
S9	Verdiğim kararların arkasında dururum.	3,27	1,50
S10	Kendi kendime yetebileceğime inanırım.	3,33	1,47
S11	Aktif birisi olduğumu düşünürüm.	3,23	1,45
S12	Öz-eleştiri yapabilirim.	3,29	1,46
S13	Anlamadığım konularda başkalarına soru sorabilirim.	3,22	1,49
S14	Yeni girdiğim ortamlara uyum sağlayabilirim.	3,25	1,47
S15	Kendimle barışık bir insanım.	3,27	1,50
S16	Gerektiğinde sonuna kadar hakkımı savunurum.	3,31	1,52
S17	İstedğim şeyleri elde etmek için mücadele edebilirim.	3,31	1,46
S18	Kendimi rahat bir şekilde ifade edebilirim.	3,27	1,47
S19	Kendimi ve başkalarını olduğu gibi ifade edebilirim.	3,22	1,47
S20	Çevremde yeteri kadar güvenebileceğim insan vardır.	3,10	1,43
S21	Sorumluluk almaktan çekinmem.	3,22	1,44
S22	Diğer insanların eleştirilerini anlayışla karşılayabilirim.	3,28	1,44
S23	Sıkıntılı anlarımda bile olumlu düşünmeye çalışırım.	3,23	1,43
S24	Ön plana çıkmaktan korkmam.	3,25	1,46
S25	Başarısız olduğumda hemen pes etmem.	3,24	1,44
S26	Başka insanlarla kolaylıkla iletişim kurabilirim.	3,29	1,45
S27	Değerli birisi olduğuma inanırım.	3,23	1,46
S28	Kolay arkadaş edinebilirim.	3,27	1,43
S29	Düşüncelerimi ifade ederken başkalarından çekinmem.	3,24	1,46
S30	Kolay karar verebilirim.	3,09	1,45
S31	Sosyal bir insan olduğuma inanırım.	3,21	1,44
S32	Kendimi severim.	3,29	1,45
S33	Başka insanların övgülerini hak ettiğime inanırım.	3,28	1,45
	Özgüven Düzeyleri	3,23	1,46

Özgüven düzeyleri ölçeği 1-5 arasında puanlandırılmış olup ölçeğin ortalama puanı 3,23 olduğundan katılımcıların özgüven düzeyleri orta düzeyde çıkmıştır. En düşük puan ortalaması “başkalarının yanında heyecanımı kontrol edebilirim” sorusu 3,00 ortalama, en yüksek ortalama “başkalarının görüşlerine saygı gösteririm” ve “kendi kendime yetebileceğime inanırım” soruları 3,33 ortalama ile almıştır.

Tablo 6

Beden İmajı ve Özgüven Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre Betimsel İstatistikleri

	Yaş	N	\bar{X}	SS
Beden İmajı	20 yaş ve altı (A)	57	4,31	0,74
	21-30 yaş (B)	74	4,13	0,72
	31-40 yaş (C)	53	4,04	0,88
	41 yaş ve üstü (D)	21	4,07	0,78
Özgüven	20 yaş ve altı (A)	57	2,72	1,37
	21-30 yaş (B)	74	3,43	1,44
	31-40 yaş (C)	53	3,31	1,23
	41 yaş ve üstü (D)	21	3,67	0,97

Beden imajı puan ortalamaları yaş değişkenine göre en yüksek 20 yaş ve altı ($X=4,31$), en düşük ise 31-40 yaş ($X=4,04$) katılımcılarda olduğu görülmüştür. Özgüven düzeyleri puan ortalaması en yüksek 41 yaş ve üstü ($X=3,67$), en düşük ortalama ise 20 yaş ve altı ($X=2,72$) katılımcılarda görülmüştür.

Katılımcıların beden imajı ve özgüven düzeylerinin yaşlarına göre fark gösterip göstermediğini anlamak için yapılan Anova tablo 7' dir.

Tablo 7

Beden İmajı ve Özgüven Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre Anova Testi Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anımlı Fark
Beden İmajı	Gruplar arası	2,20	3	0,73	1,22	0,30	-
	Gruplar içi	120,91	201	0,60			
	Toplam	123,11	204				
Özgüven	Gruplar arası	21,94	3	7,31	4,16	0,01*	A-B, A-D
	Gruplar içi	353,57	201	1,76			
	Toplam	375,51	204				

Tablo 7'da katılımcıların beden imajı puan ortalamaları yaş değişkeni bakımından incelendiğinde anlamlı bir fark görülmemiştir $p>0,05$. Ancak özgüven düzeyi puan ortalamaları yaş değişkeni bakımından incelendiğinde anlamlı bir fark görülmüştür $F(3,201)=1,22$, $p<0,05$. Yapılan post-hoc (tukey hsd) sonuçlarına göre 20 yaş ve altı (A) ($X=4,31$) aralığındaki katılımcıların özgüven düzeyleri 21-30 yaş (B) ($X=4,13$) ile 41 yaş ve üstü (D) ($X=4,07$) aralığındaki katılımcılara göre daha yüksek olduğu görülmüştür.

Tablo 8

Beden İmajı ve Özgüven Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre T-Testi Sonuçları

	Cinsiyet	N	\bar{X}	S	sd	t	p
Beden İmajı	Kadın	84	4,11	0,70	203	-0,60	0,55
	Erkek	121	4,18	0,83			

Özgüven	Kadın	84	3,50	1,30	203	2,41	0,02
	Erkek	121	3,04	1,37			

Katılımcıların beden imajı puan ortalamaları ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir fark görülmemiştir $p>0,05$. Yine katılımcıların özgüven düzeyleri puan ortalamaları cinsiyetleri açısından anlamlı bir fark göstermektedir $t(203) = 2,41, p<.05$. Kadın katılımcıların özgüven düzeyleri ($X=3,50$) erkek katılımcılara ($X=3,04$) göre daha yüksektir.

Tablo 9

Beden İmajı ve Özgüven Düzeylerinin Kilo Değişkenine Göre Betimsel İstatistikleri

	Kilo	N	\bar{X}	SS
Beden İmajı	50-60 kg (A)	59	4,16	0,63
	61-70 kg (B)	65	4,18	0,87
	71-80 kg (C)	52	4,00	0,89
	81-90 kg (D)	18	4,21	0,64
	91 kg ve üstü (E)	11	4,59	0,39
Özgüven	50-60 kg (A)	59	3,47	1,27
	61-70 kg (B)	65	3,16	1,44
	71-80 kg (C)	52	3,07	1,32
	81-90 kg (D)	18	3,23	1,33
	91 kg ve üstü (E)	11	3,12	1,62

Tablo 9’de beden imajı puan ortalamalarının kilo değişkenine göre en yüksek 91 kg ve üstü ($X=4,59$) katılımcılarda, en düşük 71-80 kg ($X=4,00$) katılımcılarda olduğu görülmüştür. Özgüven düzeyleri puan ortalamaları en yüksek ortalama 50-60 kg ($X=3,47$) katılımcılarda, en düşük ise 71-80 kg ($X=3,07$) katılımcılarda görülmüştür.

Katılımcıların beden imajı ve özgüven düzeylerinin kilo değişkenine göre fark gösterip göstermediğini anlamak için yapılan Anova tablo 10’ dendir.

Tablo 10

Beden İmajı ve Özgüven Düzeylerinin Kilo Değişkenine Göre Anova Testi Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	P	Anlamlı Fark
Beden İmajı	Gruplar arası	3,47	4	0,87	1,45	0,22	-
	Gruplar içi	119,64	200	0,60			
	Toplam	123,11	204				
Özgüven	Gruplar arası	5,22	4	1,31	0,71	0,59	-
	Gruplar içi	370,29	200	1,85			
	Toplam	375,51	204				

Tablo 10’da katılımcıların beden imajı ve özgüven düzeyleri puan ortalamaları kilo değişkeni bakımından anlamlı bir fark göstermemektedir $p>0,05$.

Tablo 11

Beden İmajı ve Özgüven Düzeylerinin Boy Değişkenine Göre Betimsel İstatistikleri

	Boy	N	\bar{X}	SS
Beden İmajı	150-160 cm (A)	13	4,05	0,58
	161-170 cm (B)	62	3,98	0,86
	171-180 cm (C)	82	4,13	0,77
	181-190 cm (D)	37	4,45	0,66
	191 cm ve üstü (E)	11	4,42	0,68
Özgüven	150-160 cm (A)	13	3,78	0,95
	161-170 cm (B)	62	3,31	1,36
	171-180 cm (C)	82	3,28	1,23
	181-190 cm (D)	37	2,99	1,63
	191 cm ve üstü (E)	11	2,48	1,49

Beden imajı puan ortalamaları boy değişkenine göre en yüksek 181-190 cm ($X=4,45$), en düşük ortalamanın ise 161-170 cm ($X=3,98$) aralığındaki katılımcılarda olduğu görülmüştür. Katılımcıların özgüven düzeyleri puan ortalamaları en yüksek 150-160 cm ($X=3,78$) aralığındaki katılımcılarda, en düşük ortalama 191 cm ve üstü ($X=2,48$) katılımcılarda tespit edilmiştir.

Katılımcıların beden imajı ve özgüven düzeylerinin boylarına göre fark gösterip göstermediğini anlamak için yapılan Anova sonuçları tablo 12' dedir.

Tablo 12

Beden İmajı ve Özgüven Düzeylerinin Boy Değişkenine Göre Anova Testi Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	P	Anlamlı Fark
Beden İmajı	Gruplar arası	6,01	4	1,50	2,57	0,04*	D-B
	Gruplar içi	117,10	200	0,59			
	Toplam	123,11	204				
Özgüven	Gruplar arası	12,79	4	3,20	1,76	0,14	-
	Gruplar içi	362,72	200	1,81			
	Toplam	375,51	204				

Tablo 12'e bakıldığında katılımcıların beden imajı ölçeği puan ortalamaları boy değişkeni açısından anlamlı bir fark göstermektedir $F(4,200) = 2,57, p < .05$. Yapılan post-hoc (tukey hsd) sonuçlarına göre 181-190 cm (D) ($X=4,31$) aralığındaki katılımcıların beden imajı düzeylerinin 161-170 cm (B) ($X=3,98$) aralığındaki katılımcılara göre daha yüksek olduğu görülmüştür.

Katılımcıların özgüven düzeyi ölçeği puan ortalamaları ile boy değişkeni arasında anlamlı bir fark görülmemiştir $p > .05$.

Tablo 13

Beden İmajı ve Özgüven Düzeylerinin Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Betimsel İstatistikleri

	Eğitim Durumu	N	\bar{X}	SS
Beden İmajı	Lise (A)	116	4,34	0,72
	Ön Lisans (B)	8	3,82	0,72
	Lisans (C)	74	3,86	0,81
	Lisans üstü (D)	7	4,51	0,41
Özgüven	Lise (A)	116	2,95	1,45
	Ön Lisans (B)	8	3,09	1,16
	Lisans (C)	74	3,64	1,15
	Lisans üstü (D)	7	3,57	0,93

Tablo 13'e göre katılımcıların beden imajları puan ortalamaları eğitim durumu değişkenine göre en yüksek lisans üstü ($X=4,51$), en düşük ise ön lisans ($X=3,82$) eğitimi alanlarda olduğu görülmüştür. Özgüven düzeyleri ortalaması en yüksek lisans ($X=3,64$), en düşük ise lise ($X=2,95$) grubu katılımcılarda görülmüştür.

Katılımcıların beden imajı ve özgüven düzeylerinin eğitim durumlarına göre fark gösterip göstermediğini anlamak için yapılan Anova tablo 14' dendir.

Tablo 14

Beden İmajı ve Özgüven Düzeylerinin Eğitim Durumu Değişkenine Göre Anova Testi Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	P	Anlamlı Fark
Beden İmajı	Gruplar arası	11,96	3	3,99	7,21	0,00*	A-C
	Gruplar içi	111,15	201	0,55			
	Toplam	123,11	204				
Özgüven	Gruplar arası	22,62	3	7,54	4,30	0,01*	C-A
	Gruplar içi	352,89	201	1,76			
	Toplam	375,51	204				

Katılımcıların beden imajı puan ortalamaları eğitim durumu değişkeni açısından anlamlı bir fark göstermektedir $F(3,201)=7,21$ $p<.05$. Bu farkın hangi eğitim durumu grupları arasında olduğunu bulmak için yapılan post-hoc (tukey hsd) sonuçlarına göre lise (A) ($X=4,34$) mezunlarının beden imaj düzeyleri lisans (C) ($X=3,86$) mezunu katılımcılardan daha yüksektir.

Özgüven düzeyleri puan ortalamaları eğitim durumu değişkeni açısından anlamlı bir fark göstermektedir $F(3,201)=4,30$ $p<.05$. Bu farkın hangi eğitim durumu grupları arasında olduğunu bulmak için yapılan post-hoc (tukey hsd) sonuçlarına göre lisans (C) ($X=3,64$) mezunlarının özgüven düzeyleri lise (A) ($X=2,95$) mezunu katılımcılardan daha yüksektir.

Tablo 17

Beden İmajı ve Özgüven Düzeylerinin Spor Salonuna Gelme Sıklığı Değişkenine Göre Betimsel İstatistikleri

	Spor Salonuna Gelme Sıklığı	N	\bar{X}	SS
Beden İmajı	1 gün (A)	55	3,96	0,82
	2 gün (B)	30	4,19	0,61
	3 gün (C)	42	4,05	0,83
	4 gün (D)	21	4,12	0,59
	5 gün ve üstü (E)	57	4,42	0,78
Özgüven	1 gün (A)	55	3,26	1,24
	2 gün (B)	30	3,55	1,30
	3 gün (C)	42	3,42	1,19
	4 gün (D)	21	3,06	1,29
	5 gün ve üstü (E)	57	2,95	1,60

Tablo 17’da beden imajları puan ortalamalarının spor salonuna gelme sıklığı değişkenine göre en yüksek 5 gün ve üstü ($X=4,42$), en düşük ise 1 gün ($X=3,96$) gelen katılımcılarda olduğu görülmüştür. Özgüven düzeyleri puan ortalamalarının ise spor salonuna gelme sıklığı değişkenine göre en yüksek 5 gün ve üstü ($X=3,42$), en düşük ise 1 gün ($X=2,95$) gelen katılımcılarda görülmüştür.

Katılımcıların beden imajı ve özgüven düzeylerinin spor salonuna gelme sıklığı değişkenine göre fark gösterip göstermediğini anlamak için yapılan Anova sonuçları tablo 18’de dir.

Tablo 18

Beden İmajı ve Özgüven Düzeylerinin Spor Salonuna Gelme Sıklığı Değişkenine Göre Anova Testi Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler		Kareler		F	P	Anlamlı Fark
		Toplamı	sd	Ortalaması				
Beden İmajı	Gruplar arası	6,55	4	1,64	2,81	0,03*	E-A	
	Gruplar içi	116,55	200	0,58				
	Toplam	123,11	204					
Özgüven	Gruplar arası	9,88	4	2,47	1,35	0,25	-	
	Gruplar içi	365,63	200	1,83				
	Toplam	375,51	204					

Katılımcıların beden imajları puan ortalamaları ile spora gelme sıklığı değişkeni arasında anlamlı bir fark görülmüştür $F(4,200)=2,81$ $p<.05$. Yapılan post-hoc (tukey hsd) sonuçlarına göre 5 gün spora gelenlerin (E) ($X=4,42$) vücut algı düzeyleri, 1 gün (A) ($X=3,96$) spora gelen katılımcılardan daha yüksektir.

Katılımcıların özgüven düzeyleri puan ortalamaları ile spora gelme sıklığı değişkeni bakımından anlamlı bir fark görülmemiştir $p>.05$.

Tablo 19

Beden İmajı ve Özgüven Düzeylerinin İlgilenilen Spor Branşı Değişkenine Göre Betimsel İstatistikleri

	Spor Branşı	N	\bar{X}	SS
Beden İmajı	Tenis (A)	25	4,11	0,74
	Yüzme (B)	30	3,95	0,86
	Futbol (C)	48	4,05	0,77
	Basketbol (D)	28	4,42	0,70
	Voleybol (E)	49	4,32	0,78
	Diğerleri (F)	25	4,00	0,74
Özgüven	Tenis (A)	25	3,37	1,42
	Yüzme (B)	30	3,50	1,14
	Futbol (C)	48	3,50	1,05
	Basketbol (D)	28	3,00	1,62
	Voleybol (E)	49	2,82	1,50
	Diğerleri (F)	25	3,28	1,35

Beden imajları puan ortalamaları ilgilenilen spor branşı değişkenine göre en yüksek basketbol ($X=4,42$), en düşük ise yüzme ($X=3,95$) branşında görülmüştür. Özgüven düzeyleri puan ortalamaları ilgilenilen spor branşı değişkenine göre en yüksek futbol ve yüzme ($X=3,50$), en düşük ise voleybol ($X=2,82$) branşında görülmüştür.

Katılımcıların beden imajı ve özgüven düzeylerinin ilgilenilen spor branşı değişkenine göre fark gösterip göstermediğini anlamak için yapılan Anova sonuçları tablo 20’de gösterilmiştir.

Tablo 20

Beden İmajı ve Özgüven Düzeylerinin İlgilenilen Spor Branşı Değişkenine Göre Betimsel İstatistikleri

	Varyansın	Kareler Toplamı	sd	Kareler	F	P	Anlamlı Fark
	Kaynağı			Ortalaması			
Beden İmajı	Gruplar arası	5,87	5	1,17	1,99	0,08	-
	Gruplar içi	117,24	199	0,59			
	Toplam	123,11	204				
Özgüven	Gruplar arası	15,64	5	3,13	1,73	0,13	-
	Gruplar içi	359,87	199	1,81			
	Toplam	375,51	204				

Tablo 20’e göre katılımcıların beden imajı ve özgüven düzeyleri puan ortalamaları ilgilenilen spor branşı değişkeni açısından anlamlı bir fark göstermemektedir $p>.05$.

Tablo 21

Beden İmajı ve Özgüven Düzeylerinin Spor Salonuna Gelme Nedeni Değişkenine Göre Betimsel İstatistikleri

Spor Salonuna Gelme Nedeni	N	\bar{X}	SS
----------------------------	---	-----------	----

Beden İmajı	Kilo vermek (A)	23	3,88	0,96
	Kilo almak/Kas yapmak (B)	38	4,08	0,81
	Sağlıklı olmak (C)	129	4,23	0,72
	Arkadaş edinmek/Sosyal çevre edinmek (D)	9	4,03	0,74
	Başkaları tarafından beğenilmek (E)	6	4,25	0,93
Özgüven	Kilo vermek (A)	23	3,03	1,19
	Kilo almak/Kas yapmak (B)	38	3,21	1,29
	Sağlıklı olmak (C)	129	3,36	1,37
	Arkadaş edinmek/Sosyal çevre edinmek (D)	9	2,36	1,25
	Başkaları tarafından beğenilmek (E)	6	2,58	1,81

Tablo 21'e göre beden imajları puan ortalamalarının spor salonuna gelme nedeni değişkenine göre en yüksek başkaları tarafından beğenilmek ($X=4,25$), en düşük ise kilo vermek ($X=3,88$) nedeni olduğu görülmüştür. Özgüven düzeyleri puan ortalamalarının spor salonuna gelme nedenleri değişkenine göre en yüksek sağlıklı olmak ($X=3,36$), en düşük ise arkadaş edinmek/sosyal çevre edinmek ($X=2,36$) nedeninin olduğu görülmüştür.

Katılımcıların beden imajı ve özgüven düzeylerinin spor salonuna gelme nedeni değişkenine göre fark gösterip göstermediğini anlamak için yapılan Anova sonuçları tablo 22'dir.

Tablo 22

Beden İmajı ve Özgüven Düzeylerinin Spor Salonuna Gelme Nedeni Değişkenine Göre Anova Testi Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler		Kareler			Anlamlı Fark
		Toplamı	sd	Ortalaması	F	P	
Beden İmajı	Gruplar arası	2,79	4	0,70	1,16	0,33	-
	Gruplar içi	120,31	200	0,60			
	Toplam	123,11	204				
Özgüven	Gruplar arası	12,54	4	3,13	1,73	0,15	-
	Gruplar içi	362,98	200	1,81			
	Toplam	375,51	204				

Katılımcıların beden imajı ve özgüven düzeyleri puan ortalamaları spor salonuna gelme nedeni değişkeni açısından anlamlı bir fark göstermemektedir $p>.05$.

Tablo 23

Beden İmajı ve Özgüven Düzeylerinin Ciddi Spor Sakatlığı Değişkenine Göre T-Testi Sonuçları

	Ciddi Spor Sakatlığı	N	\bar{X}	S	sd	t	p
Hayır	147	4,13	0,81				
Özgüven	Evet	58	3,06	1,40	203	-1,13	0,26
	Hayır	147	3,29	1,34			

Tablo 23'e göre katılımcıların beden imajı ve özgüven düzeyleri ile ciddi spor sakatlığı yaşama değişkeni anlamlı bir fark göstermemektedir $p>.05$.

Tablo 24

Beden İmajı ve Özgüven Düzeylerinin Sosyal İlişki Yönü Değişkenine Göre T-Testi Sonuçları

	Sosyal İlişki Yönü	N	\bar{X}	S	sd	t	p
Beden İmajı	İçer Dönük	93	4,16	0,81	203	0,06	0,95
	Dışer Dönük	112	4,15	0,75			
Özgüven	İçer Dönük	93	2,93	1,33	203	-2,92	0,00*
	Dışer Dönük	112	3,47	1,33			

Tablo 24'e bakıldığında katılımcıların beden imajı puan ortalamaları ile sosyal ilişki yönü arasında anlamlı bir fark görülmemiştir $p>0,05$. Tabloya göre katılımcıların özgüven düzeyleri puan ortalamaları ile sosyal ilişki yönü arasında anlamlı bir fark görülmüştür $t(203)=-2,92$, $p<0,05$. Sosyal ilişkilerde dışer dönük katılımcıların özgüven düzeyleri ($X=3,47$) içer dönük ($X=2,93$) olan katılımcılara göre daha yüksektir.

Tablo 25

Beden İmajı ve Özgüven Düzeylerinin Vücut Şekli Değişkenine Göre T-Testi Sonuçları

	Vücut Şekli	N	\bar{X}	SS
Beden İmajı	Çok kötü (A)	27	3,71	1,15
	Kötü (B)	24	4,62	0,50
	Normal (C)	99	4,14	0,68
	İyi (D)	55	4,19	0,71
Özgüven	Çok kötü (A)	27	2,64	1,24
	Kötü (B)	24	2,49	1,53
	Normal (C)	99	3,35	1,32
	İyi (D)	55	3,61	1,21

Tablo 25'e göre katılımcıların beden imajları puan ortalamaları vücut şekli değişkenine göre en yüksek kötü ($X=4,62$), en düşük ise çok kötü ($X=3,71$) olduğu görülmüştür. Özgüven düzeyleri puan ortalamaları vücut şekli değişkenine göre en yüksek iyi ($X=3,61$), en düşük ise çok kötü ($X=2,49$) olduğu görülmüştür.

Katılımcıların beden imajları ve özgüven düzeylerinin vücut şekli değişkenine göre fark gösterip göstermediğini anlamak için yapılan Anova tablo 26' dendir.

Tablo 26

Beden İmajı ve Özgüven Düzeylerinin Vücut Şekli Değişkenine Göre Anova Testi Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	P	Anlamlı Fark
Beden İmajı	Gruplar arası	10,70	3	3,57	6,38	0,00*	B-A, C-A, D-A, C-B
	Gruplar içi	112,41	201	0,56			
	Toplam	123,11	204				
Özgüven	Gruplar arası	31,61	3	10,54	6,16	0,00*	D-A,D-B,C-B
	Gruplar içi	343,90	201	1,71			

Tablo 26'e göre beden imajları puan ortalamaları vücut şekli değişkeni bakımından anlamlı bir fark göstermektedir $F(3,201) = 6,38$ $p > .05$. Bu farkın gruplar arasında olduğunu bulmak için yapılan post-hoc (tukey hsd) sonuçlarına göre çok kötü vücut şekline (A) ($X=3,71$) sahip katılımcıların vücut algı düzeyleri kötü (B) ($X=4,62$), normal (C) ($X=4,14$) ve iyi (D) ($X=4,19$) vücut şekline sahip katılımcılardan daha düşük düzeydedir. Ayrıca kötü (B) ($X=4,62$) vücut şekline sahip katılımcıların vücut algı düzeyleri normal (C) ($X=4,14$) vücut şekline sahip olanlardan daha yüksektir.

Yine katılımcıların özgüven düzeyleri puan ortalamaları vücut şekli değişkeni açısından anlamlı bir fark göstermektedir $F(3,201) = 6,16$ $p < .05$. Yapılan post-hoc (tukey hsd) sonuçlarına göre iyi (D) ($X=3,61$) vücut şekline sahip olan katılımcıların özgüven düzeyleri çok kötü (A) ($X=2,64$) ve kötü (B) ($X=2,49$) vücut şekline sahip katılımcılardan daha yüksektir. Ayrıca normal (C) ($X=3,35$) vücut şekline sahip olan katılımcıların da özgüven düzeyleri kötü (B) ($X=2,64$) vücut şekline sahip katılımcılardan daha yüksektir.

Tablo 27

Beden İmajı ve Özgüven Düzeylerinin Spor Yaparken Aynaya Bakma Sıklığı Değişkenine Göre T-Testi Sonuçları

	Sporda Aynaya Bakma Sıklığı	N	\bar{X}	SS
Beden İmajı	Az (A)	33	4,02	0,69
	Bazen (B)	91	4,20	0,72
	Sık (C)	49	4,12	0,94
	Çok sık (D)	32	4,21	0,76
Özgüven	Az (A)	33	3,56	1,21
	Bazen (B)	91	3,26	1,34
	Sık (C)	49	3,09	1,42
	Çok sık (D)	32	3,00	1,45

Katılımcıların beden imajları puan ortalamaları spor yaparken aynaya bakma sıklığı değişkenine göre en yüksek çok sık ($X=4,21$), en düşük ise az ($X=4,02$) aynaya bakarlarda görülmüştür. Özgüven düzeyleri puan ortalamaları ise spor yaparken aynaya bakma sıklığı değişkenine göre en yüksek az ($X=3,56$), en düşük ise çok sık ($X=3,00$) aynaya bakarlarda görülmüştür.

Katılımcıların beden imajı ve özgüven düzeylerinin spor yaparken aynaya bakma sıklığı değişkenine göre fark gösterip göstermediğini anlamak için yapılan Anova tablo 28' dedir.

Tablo 28

Beden İmajı ve Özgüven Düzeylerinin Spor Yaparken Aynaya Bakma Sıklığı Değişkenine Göre Anova Testi Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	P	Anlamlı Fark
Beden İmajı	Gruplar arası	0,93	3	0,31	0,51	0,67	-
	Gruplar içi	122,17	201	0,61			
	Toplam	123,11	204				
Özgüven	Gruplar arası	6,18	3	2,06	1,12	0,34	-
	Gruplar içi	369,33	201	1,84			
	Toplam	375,51	204				

Tablo 28'e göre katılımcıların beden imajları ve özgüven düzeyleri puan ortalamaları spor yaparken aynaya bakma sıklığı değişkeni bakımından anlamlı bir fark göstermemektedir $p>.05$.

Tablo 29

Beden İmajı ve Özgüven Düzeylerinin Spor Yapma Süresi Değişkenine Göre T-Testi Sonuçları

	Spor Yapma Süresi	N	\bar{X}	SS
Beden İmajı	1 yıl (A)	56	3,99	0,90
	2 yıl (B)	26	4,28	0,59
	3 yıl (C)	27	3,87	0,84
	4 yıl (D)	20	4,17	0,72
	5 yıl ve üstü (E)	76	4,32	0,69
Özgüven	1 yıl (A)	56	3,13	1,34
	2 yıl (B)	26	3,27	1,26
	3 yıl (C)	27	3,25	1,06
	4 yıl (D)	20	2,85	1,25
	5 yıl ve üstü (E)	76	3,37	1,52

Tablo 29'e göre katılımcıların beden imajı ortalamaları spor yapma süresi değişkenine göre en yüksek 5 yıl ve üstü ($X=4,32$) spor yapanlarda, en düşük ortalamanın ise 3 yıl ($X=3,87$) spor yapanlarda olduğu görülmüştür. Özgüven düzeyleri puan ortalamaları spor yapma süresi değişkenine göre en yüksek 5 yıl ve üstü ($X=3,37$) spor yapanlarda, en düşük ortalamanın ise 1 yıl ($X=3,13$) spor yapanlarda olduğu görülmüştür.

Katılımcıların beden imajı ve özgüven düzeylerinin spor yapma süresi değişkenine göre fark gösterip göstermediğini anlamak için yapılan anova tablo 30' dendir.

Tablo 30

Beden İmajı ve Özgüven Düzeylerinin Spor Yapma Süresi Değişkenine Göre Anova Testi Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	P	Anlamlı Fark
Beden İmajı	Gruplar arası	6,13	4	1,53	2,62	0,14	-

	Gruplar içi	116,98	200	0,58			
	Toplam	123,11	204				
	Gruplar arası	5,01	4	1,25	0,68	0,61	-
Özgüven	Gruplar içi	370,50	200	1,85			
	Toplam	375,51	204				

Katılımcıların beden imajları ve özgüven düzeyleri spor yapma süresi değişkenine göre anlamlı bir fark göstermemektedir $p > .05$.

Tartışma ve Sonuç, Öneriler

Bu araştırmada Batman ilinde spor merkezlerinde egzersiz yapan bireylerin beden imajı ve özgüven düzeylerine çeşitli değişkenlerin etkisi olup olmadığına bakılmıştır. Katılımcıların beden imajı yüksek, özgüven düzeyleri ise orta düzeyde bulunmuştur. Bu çalışmada beden imajı ve özgüven düzeyleri ile yaş, cinsiyet, kilo, boy, eğitim düzeyi, spor salonuna gelme sıklığı, ilgilenilen spor branşı, spor salonuna gelme nedeni, sporda ciddi sakatlık yaşama durumu, sosyal ilişki yönü, vücut şekli, spor yaparken aynaya bakma sıklığı ve spor yapma süresi değişkenlerine bakılmıştır.

Çalışmamızda yaş değişkeni ile beden imajı ve özgüven düzeylerinin ilişkisine bakıldığında, beden imajı ile yaş arasında anlamlı bir fark görülmemiştir. Ancak özgüven düzeyleri ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir fark görülmüştür. Beden imajı yaş ortalaması en yüksek 20 yaş ve altı katılımcılarda, en düşük ise 31-40 yaş arasındaki katılımcılarda görülmüştür. Özgüven düzeylerinde ise en yüksek yaş ortalaması 41 yaş ve üstü katılımcılarda, en düşük ise 20 yaş ve altı katılımcılarda görülmüştür. Katılımcıların cinsiyet değişkeni ile beden imajı ve özgüven düzeyleri arasında anlamlı farka bakıldığında, cinsiyet ile vücut algısı arasında anlamlı bir fark görülmemiştir. Özgüven düzeyleri ile cinsiyet değişkeni arasında ise anlamlı bir fark olup, kadın katılımcıların özgüven düzeyleri erkek katılımcıların özgüven düzeylerinden daha yüksektir.

Çalışmamızda kilo değişkeni ile beden imajı ve özgüven düzeyleri arasında anlamlı bir fark görülmemiştir. Beden imajı ölçeği puan ortalamalarının kilo değişkenine göre en yüksek 91 kg ve üstü katılımcılarda, en düşük ortalamanın ise 71-80 kg aralığındaki olduğu görülmüştür. Özgüven düzeyleri ölçeği puan ortalamaları en yüksek ortalama 50-60 kg katılımcılarda, en düşük ortalama ise 71-80 kg aralığındaki olduğu görülmüştür. Katılımcıların boy değişkeni ile beden imajı ve özgüven düzeyleri arasındaki anlamlı farka bakıldığında beden imajı ile boy değişkeni arasında anlamlı fark görülmüştür. 181-190 cm aralığındaki katılımcıların beden imajları 161-170 cm aralığındaki katılımcılara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Özgüven düzeyi ile boy değişkeni arasında anlamlı fark görülmemiştir. Beden

imajı ölçeği puan ortalamaları boy değişkenine göre en yüksek 181-190 cm, en düşük ortalamanın ise 161-170 cm aralığındaki katılımcılarda görülmüştür. Özgüven düzeyleri ölçeği puan ortalamaları en yüksek 150-160 cm aralığındaki katılımcılarda, en düşük ortalama 191 cm ve üstü katılımcılarda tespit edilmiştir.

Eğitim düzeyi değişkeni ile beden imajı ve özgüven düzeyleri arasında anlamlı fark görülmüştür. Lise grubu beden imajları lisans grubu katılımcılardan daha yüksek çıkmıştır. Özgüven düzeyleri ise lisans grubu olanların lise gruplarına göre daha yüksektir. Beden imajı puan ortalamaları eğitim durumu değişkenine göre en yüksek lisans üstü, en düşük ortalama ise ön lisans grubunda, özgüven ölçeği ortalaması ise en yüksek lisans grubu katılımcılarda en düşük ise lise grubu katılımcılarda görülmüştür. Çalışmamızda medeni durum değişkeni ile beden imajı ve özgüven düzeyleri arasında anlamlı fark görülmemiştir. Beden imajı puan ortalamaları medeni durum değişkenine göre en yüksek ayrılmış olan bireylerde, en düşük ise bekar bireylerde olduğu görülmüştür. Özgüven düzeyleri ölçeği puan ortalamaları medeni durum değişkenine göre en yüksek ayrılmış olan bireylerde, en düşük ortalama ise bekar bireylerde görülmüştür.

Katılımcıların spor salonuna gelme sıklığı ile beden imajı ve özgüven düzeyleri arasındaki anlamlı farka bakıldığında, spor salonuna gelme sıklığı ile beden imajı arasında anlamlı fark vardır. 5 gün spora gelenlerin beden imajları 1 gün spora gelen katılımcılardan daha yüksektir. Özgüven düzeyleri ile spor salonuna gelme sıklığı arasında anlamlı bir fark yoktur. Beden imajı puan ortalamalarının spor salonuna gelme sıklığı değişkenine göre en yüksek 5 gün ve üstü, en düşük ise 1 gün spor salonuna gelenlerde görülmüştür. Özgüven düzeyi ölçeği puan ortalamaları ise en yüksek 5 gün ve üstü gelenlerde, en düşük ise 1 gün gelenlerde görülmüştür. İlgi duyulan spor branşı ile beden imajı ve özgüven düzeyleri arasında anlamlı bir fark görülmemiştir. Beden imajı ölçeği puan ortalamaları ilgilenilen spor branşı değişkenine göre en yüksek basketbol, en düşük ise yüzme branşında görülmüştür. Özgüven düzeyi ölçeği puan ortalamaları ise en yüksek futbol ve yüzme branşlarında, en düşük voleybol branşında görülmüştür.

Katılımcıların spor yaparken yaşadıkları ciddi spor sakatlanması yaşama değişkeni ile beden imajı ve özgüven düzeyleri arasında anlamlı bir fark görülmemiştir. Sosyal ilişki yönü değişkeni ile beden imajı ve özgüven düzeyleri arasındaki anlamlı farka bakıldığında, beden imajı ile anlamlı fark çıkmamış ancak özgüven düzeyleri ile anlamlı fark çıkmıştır. Sosyal ilişkilerde dışa dönük katılımcıların özgüven düzeyleri içe dönük olan katılımcılara göre daha yüksektir. Çalışmamızda katılımcıların vücut şekil değişkenleri ile beden imajı ve özgüven düzeyleri arasında anlamlı fark görülmüştür. Çok kötü vücut şekline sahip katılımcıların beden

imajları kötü, normal ve iyi vücut şekline sahip katılımcılardan daha düşük düzeydedir. Ayrıca kötü vücut şekline sahip katılımcıların beden imajları normal vücut şekline sahip olanlardan daha yüksektir. İyi vücut şekline sahip olan katılımcıların öz güven düzeyleri çok kötü ve kötü vücut şekline sahip katılımcılardan daha yüksektir. Ayrıca normal vücut şekline sahip olan katılımcıların da özgüven düzeyleri kötü vücut şekline sahip katılımcılardan daha yüksektir. Beden imajı ölçeği puan ortalamaları vücut şekli değişkenine göre en yüksek kötü, en düşük ortalama ise çok kötü olduğu görülmüştür. Özgüven ölçeği puan ortalamaları vücut şekli değişkenine göre en yüksek iyi, en düşük ise çok kötü olduğu görülmüştür.

Katılımcıların spor yaparken aynaya bakmaya sıklığı ile beden imajı ve özgüven düzeyleri arasında anlamlı bir fark görülmemiştir. Beden imajı ölçeği puan ortalamaları spor yaparken aynaya bakma sıklığı değişkenine göre en yüksek çok sık aynaya bakanlarda, en düşük az aynaya bakanlarda görülmüştür. Özgüven ölçeği puan ortalamaları ise en yüksek az aynaya bakanlarda en düşük ise çok sık aynaya bakanlarda görülmüştür. Karagöz ve Karagün (2015), “profesyonel sporcuların beden imajı üzerine betimsel bir çalışma” adlı çalışmalarında beden imajı puanları; cinsiyet, spor branşı, herhangi bir rahatsızlık geçirilip geçirilmediği, geçirilen rahatsızlık türü gibi değişkenler açısından anlamlı bulunurken; spor dışı bir etkinliğe düzenli katılımın olup olmaması, ayrıca düzenli ilaç kullanılıp kullanılmaması, yaş, eğitim durumu, ailenin toplam geliri ve spor yapma yılına göre ise anlamsız bulunmuştur.

Çalışmamızda katılımcıların spor yapma süreleri ile beden imajı ve özgüven düzeyleri arasında anlamlı bir fark görülmemiştir. Katılımcıların beden imajı ölçeği puan ortalamaları spor yapma süresi değişkenine göre en yüksek 5 yıl ve üstü spor yapanlarda, en düşük ortalamanın ise 3 yıl spor yapanlarda görülmüştür. Özgüven düzeyleri ölçeği puan ortalamaları spor yapma süresi en yüksek 5 yıl ve üstü, en düşük ise 1 yıl spor yapanlarda görülmüştür.

Çalışmamızın sonuçlarına bakıldığı zaman katılımcıların beden imajları boy, eğitim durumu, spor salonuna gelme sıklığı ve vücut şekli değişkenlerine göre anlamlı fark görülmektedir. Özgüven düzeyleri ise yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, sosyal ilişki yönü ve vücut şekli değişkenlerine göre anlamlı fark göstermektedir. Yapılan betimsel analizlerde katılımcıların beden imajları yüksek özgüven düzeyleri orta düzeyde çıkmıştır. Kilo, ilgilenilen spor branşı, spor salonuna gelme nedenleri, ciddi spor sakatlığı yaşayıp yaşamama, aynaya bakma sıklığı ve spor yapma süresi değişkenleri ile beden imajları ve özgüven düzeyleri arasında anlamlı bir fark görülmemiştir.

Gelecek çalışmalarda beden imajı ve özgüven yerine farklı psikolojik değişkenlere bakılabilir. Ayrıca çalışma grupları ile yapılacak olan çalışmalarda nicel ölçme araçları

kullanılabilir. Katılımcıların beden memnuniyeti ve kitle indeksleri de çalışmalara dahil edilebilir. Ayrıca spor salonlarında değil kulüplerle çalışma yapılarak branş bazında çalışma yapılması gelecekte bu konuyu çalışacak uzmanlara önerilmektedir.

Etik Kurul İzin Bilgileri

Etik değerlendirme kurulu: Batman Üniversitesi

Etik değerlendirme belgesinin tarihi:13.06.2023

Etik değerlendirme belgesinin sayı numarası:2023/04-34

Araştırmacıların Katkı Oranları Beyanı

Araştırmanın yöntem ve bulgular kısmıyla ilgili süreçler M. Ersin TÜT, giriş kısmı ile ilgili süreçler Sezai ÇELİK, tartışma ve sonuç kısmı ile ilgili süreçler ise Mihraç KÖROĞLU tarafından gerçekleştirilmiştir.

Çatışma Beyanı

Yazarın/yazarların araştırma ile ilgili bir çatışma beyanı bulunmamaktadır.

Kaynakça

- Akagündüz N, (2006). *İnsan Yaşamında Özgüven Kavramı*. İstanbul: Ümraniye Rehberlik ve Araştırma Merkezi Müdürlüğü Yayınları.
- Akbulut, Y. (2010). *Sosyal bilimlerde SPSS uygulamaları*. İstanbul: İdeal Kültür Yayıncılık.
- Akın, A. (2007). Özgüven ölçeğinin geliştirilmesi ve psikometrik özellikleri. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(2), 167-176.
- Bilgin, O. (2011). *Ergenlerde özgüven düzeyinin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek Lisans tezi, Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Sakarya.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2012). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Hovardaoğlu, S. (1992). Vücut algısı ölçeği. *Psikiyatri, Psikoloji, Psikofarmakoloji Dergisi*, 1(1), 11–26.
- Karagöz, N. ve Karagün, E. (2015). Profesyonel sporcuların beden imajı üzerine betimsel bir çalışma. *Spor Bilimleri*, 10(4), 34-43. Doi :10.12739/NWSA.2015.10.4.2B0102
- Özçağlayan, M. (2012). *Futbolda Özgüven ve Motivasyon*. Ankara.
- Tümen Öner, S. (2015). Bipolar Bozukluk Hastalarında Beden İmajının Klinik Özelliklerle İlişkisi. Uzmanlık Tezi, İstanbul: Bakırköy Bölgesi Kamu Hastaneleri Birliği Genel Sekreterliği.
- Yaylacı S., T. (2019). Sportif Faaliyetlerin 13-14 Yaşındaki Bireylerin Özgüven Düzeylerine Etkisi. Yüksek Lisans tezi, Hitit Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Anabilim Dalı, Çorum.



Spor Okullarında Görev Alan Bireysel ve Takım Sporları Antrenörlerin Sportmenlik Davranışlarının İncelenmesi

Cüneyt SEYDİOĞLU¹, İhsan YAĞCI², Eyüp UĞUR³

¹İstanbul Topkapı Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul/Türkiye

<https://orcid.org/0000-0002-4595-0574>

²Milli Eğitim Bakanlığı, Afyon Lisesi, İstanbul/Türkiye

<https://orcid.org/0000-0002-3607-8585>

³İstanbul/Türkiye

<https://orcid.org/0009-0004-9032-0100>

ORJINAL MAKALE

Özet

Bu çalışmanın amacı İstanbul ili içerisinde eğitim veren spor okulları antrenörlerinin sportmenlik davranışlarının branşlarına göre farklılık gösterip göstermediğinin incelenmesidir. Bu amaçla çalışmaya spor okullarında görev yapan 85 futbol, 76 basketbol, 70 voleybol, 64 tenis, 55 jimnastik ve 79 yüzme antrenörü gönüllü olarak katılmıştır. Araştırma amacı doğrultusunda nicel araştırma; ilişkisel tarama yöntemi ve nedensel karşılaştırma yönteminden yararlanılmıştır. Veri toplama yöntemi olarak anket tekniği uygulanarak gönüllülük esasına dayalı online ve yüz yüze veri toplanmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak “Kişisel Bilgi Formu” ile Vallerand ve arkadaşları (1997) tarafından oluşturulan, Türkçeye uyarlaması Sezen-Balçıkınlı (2009) tarafından gerçekleştirilen “Çok Boyutlu Sportmenlik Yönelimi Ölçeği” uygulanmıştır. Ölçeğin orijinalinde “Sosyal Normlara Uyum”, “Kurallara ve Yönetime Saygı”, “Sporda Sorumluluklara Bağlılık”, “Rakibe Saygı” ve son olarak “Negatif Yaklaşımlar” bulunmaktadır. Uyarlama çalışmasında yapılan faktör analizi sonucunda “Negatif Yaklaşımlar” boyutu çıkartılmıştır. Ölçeğin Türkçe versiyonu 4 alt faktöre ve 20 maddeye sahiptir. Elde edilen verilerin çözümlenmesinde SPSS 25 paket programı kullanılmıştır. Verilerin analizinde ise T-testi ve Anova analizleri kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki fark p.0,05 anlamlılık düzeyi esas alınarak yorumlanmıştır. Araştırmada yapılan istatistiksel analizler neticesinde spor okullarında görev yapan antrenörlerin sportmenlik düzeyleri ile branş türü değişkeni arasında Rakibe Saygı ve Kurallara ve Yönetime Saygı alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bir diğer sonuca göre kadın antrenörlerin puan ortalamalarının erkek antrenörlerden yüksek olduğu gözle çarpılmaktadır. Kadın antrenörlerin rakibe daha saygılı olduğu söylenebilir.

Anahtar kelimeler: Spor, takım sporları, bireysel sporlar, sportmenlik

Investigation of Sportsmanship Behaviors of Individual and Team Sports Coaches Working in Sports Schools

Abstract

This study aims to examine whether the sportsmanship behaviors of sports school coaches teaching in Istanbul vary according to their branches. For this purpose, 85 football, 76 basketball, 70 volleyball, 64 tennis, 55 gymnastics and, 79 swimming coaches working in sports schools participated in the study voluntarily.

Quantitative research aligned with the research purpose, relational screening, and causal comparison methods were used. A survey technique was utilized as a means of collecting data, with both online and face-to-face methods being employed on a voluntary basis. In the research, "Personal Information Form" and "Multidimensional Sportsmanship Orientation Scale", created by Vallerand et al. (1997) and adapted into Turkish by Sezen-Balçıkanlı (2009), were used as data collection tools. The original scale includes "Compliance with Social Norms", "Respect for the Rules and Management", "Commitment to Responsibilities in Sports", "Respect for the Opponent" and finally "Negative Approaches". As a result of factor analysis, the "Negative Approaches" dimension was removed. The Turkish version of the scale has 4 sub-factors and 20 items. SPSS 25 package program was used to analyze the data obtained. The data was analyzed using T-test and ANOVA analyses. The difference between the variables was interpreted based on the p.0.05 significance level. As a result of the statistical analysis conducted in the research, a statistically significant difference was detected between the sportsmanship levels of the coaches working in sports schools and the branch type variable in the sub-dimensions of Respect for the Opponent and Respect for the Rules and Management. Another result shows that female coaches' average score is higher than male coaches. It can be said that female coaches are more respectful to their opponents.

Keywords: *Sports, team sports, individual sports, sportsmanship*

Giriş

Spor; fiziksel aktiviteler olarak hayatta kalma ve yaşamını devam ettirme sebeplerine dayalı, farklı amaçlarla yapılmış olan ve ilk insanlardan günümüze kadar varlığı bilinen, farklı medeniyetlerde izler bırakan bir olgudur (Özçakır, 2017). Bireylerin bedensel, zihinsel ve ruhsal olarak kendilerini iyi hissederek yaşamlarını daha rahat sürdürebilmeleri için yaptıkları faaliyetlerin bütünüdür (Bayarslan ve Çevik, 2023). Spor olgusu; ilk çağlardan bu yana insanların hareket etmesiyle başladığı bilinen bir durumdur. O dönemde spor olarak fiziksel hareket becerisi ön plandaydı. İlerleyen zamanlarda ise fiziksel hareket becerisi hayatta kalmak adına oldukça önemli hale gelen bir güç göstergesi olarak benimsenmiştir (Öntürk ve Ekici, 2018).

Bireysel spor, belirli kurallar çerçevesinde, çoğunlukla yarışmaya dayalı, kişisel oyun biçiminde gerçekleştirilen beden hareketleri şeklinde ifade edilebilir (Çoknaz, 1998). Bireysel sporlar bireylerde yüksek düzeyde çeviklik ve dikkat gerektirmektedir. Sorumluluk duygusu ve kazanma kaybetme gibi durumlar sporcunun kendisine aittir. Bu sorumluluk duygusu da sporcularda stres duygusunun daha yoğun yaşanmasına sebep olmaktadır (Kat, 2009). Bireysel sporlar ile uğraşan bireylerde karar verebilme mekanizmaları, kendini denetleme, hakkaniyet, kendine güven gibi özellikler olumlu anlamda gelişme gösterir (Hazar, 1996). Bu sporcular, yaptıkları spor branşı gereği, günlük hayat içindeki problemlerini hiç kimseden yardım almadan kendileri çözme eğilimine sahiptirler (Yıldırım, 2011).

En az iki veya daha fazla sporcudan oluşan grupların yapmış oldukları spor faaliyetleri takım sporlarını oluşturmaktadır. Takım sporlarında amaç iş birliği içerisinde birlikte hareket ederek amaca ulaşmaktır. Takım arkadaşları kendi aralarında kararlar alır, hedef belirler, iletişim kurar, kendi aralarındaki çatışmaları yöneterek amaçlanan hedefe ulaşmak için birlikte çalışırlar. Dikkatli bir stratejik planlama ve iyi bir hazırlık ile zihinsel ve fiziksel olarak dayanıklı hale gelmek amaçlanır (Kabamba ve Bailey, 2011). Takım sporu ile uğraşan bireylerde taktik ve strateji bilinci olması onlar için önemli bir kazanımdır. Takım halinde gerçekleştirilen spor etkinlikleri farklılaşırken, olimpik anlamda katılımcı sayısı ve sporcusu fazla olan başlıca spor branşları basketbol, ragbi, hentbol, futbol, voleybol, hokeydir. Takım sporlarında genel olarak taktik ağır basmaktadır. Bu bağlamda sporcuların çalıştırıcının belirlediği taktiklere uyma zorunluluğu vardır. Bu sporlarda olası galibiyet ya da mağlubiyet bütün takımın sorumluluğunda olduğu için sporcuların psikolojik zorlanmaları bireysel sporculara oranla daha azdır. Takım sporlarında, yardımlaşma, paylaşma, arkadaşlarının

özelliklerini bilme ve onların müsabaka sırasında neler yapabileceklerini ön görme gibi özellikler önem arz etmektedir. Bu noktada sporcu ve antrenörlerin bilgiyi nasıl geliştirdiği, bu bilgilere uygun zamanlarda nasıl eriştikleri ve bunun karar alma süreçlerini nasıl etkilediği önemlidir (Bayarslan, 2023). Takım sporlarında, ekiple çalışabilme, iş birliğine uyum, olumlu ya da olumsuz durumları ve duyguları paylaşabilme gibi özellikler ön plana çıkar (Kat, 2009).

Sporda ne pahasına olursa olsun kazanma zihniyetinin ortaya çıkması sporun aslında fiziksel, zihinsel ve ruhsal olarak sağlıklı bireyler yetişmesinin önüne geçmektedir (Yıldırım, 2005). Profesyonel sporda oluşan bu durum sosyal öğrenme yoluyla küçük yaştaki veya okul sporlarındaki sporcularında bu davranışı öğrenmesine ve benimsemesine neden olmuştur. Bu şekilde ilerleyen düşünce yapısı fair play kavramının öne çıkmasına neden olmaktadır. Fair play, toplumsal yaşamın tüm alanlarındaki ilişkilerin düzeni ve düzeyine ilişkin bir kavram olmakla birlikte tarihsel olarak incelendiğinde gelişim çizgisinin sporla hemen hemen aynı olduğu görülmektedir. Sportmenlik, spor aktiviteleri içerisinde sosyal ve ahlaki değerlerle ilişkili, kapsamlı ve örnek oluşturan, kurallara uygun tutarlı bir davranış biçimi gibi görünse de; aynı zamanda sportmence sergilenen davranışlar rekabetçi spor ortamında uygun olmayan davranışların azalmasına yardımcı olmaktadır (Gencheva ve ark., 2017). Sportmenlik temelde, sporun gelişim göstermesinde büyük rol üstlenen ve tarafsızlık, adalet, dürüstlük ve saygı benzeri genel kabul görmüş değerleri korumaya çalışan değerler bütünüdür (Stornes ve Ommundsen, 2004). Bu kavramın temel amacı, bireylerin sportif anlamda evrensel ilkeleri içselleştirerek tutum ve davranışa dönüştürmelerini sağlamaktır (Tarakçıoğlu ve Doğan, 2013). Spor ve fair play kavramları incelendiğinde, sporun eylemi, fair play kavramının ise sportif eylemin ahlaki kısmını ifade ettiği görülmektedir. Adil oyun kavramının Türkçe karşılığı sportif erdem olarak ifade edilen “adil” kelimesi; güzel, hoş, asil, dürüst, kibar, hoşgörülü, sakin, ölçülü, uygun, adil, eşit ve yasal gibi anlamlara gelmektedir. Bu bakımdan fair play, sporcuların müsabaka sırasında erdemle, sağduyulu ve tutarlı bir şekilde kurallara uymasını sağlayacak, fırsat eşitliğini bozmamak için hak etmeyecek avantaj yaratacak durumlardan kaçınarak, oyunun dezavantajlı durumlarından yararlanmamasını sağlayacak bir anlayış olarak değerlendirilmektedir (Yıldırım, 2011). “Fair play” kavramı sporun temel bileşenlerinden biridir. Fair play’in kelime anlamı “dürüst oyun” anlamına gelmektedir. Ayrıca sporda kurallara uymanın da ilerisinde bir davranış tarzını gerçekleştiren bir kavramdır. Böylece rakipler bir düşman olarak değil, oyunlarının bir parçası şeklinde görülür ve yoğun mücadele ve karşılaşmalarda dahi rakibinin onuruna saygı duyulur (Ekinci, 2018). Takım sporları ve bireysel

sporlar, farklı dinamiklere, baskılara ve sosyal faktörlere sahip olduklarından dolayı sporcular arasında sportmenlik davranışlarında farklılıklar gözlenebilir.

Çalışmanın amacı İstanbul ili içerisinde eğitim veren spor okulları antrenörlerinin sportmenlik davranışlarının branşlarına göre farklılık gösterip göstermediğinin incelenmesi olarak belirenmiş ve çalışmanın sonucunda spora ilk adım olarak görülen spor okullarında eğitim veren antrenörlerin sportmenlik düzeylerini daha iyi seviyelere getirmek ve ülkemizde daha iyi bir spor kültürü oluşturulması için neler yapılabileceğini tartışmak noktasında önem arz etmektedir.

Yöntem

Bu bölümde araştırmanın modeli, çalışma grubu, veri toplama araçları, verilerin analizi ve araştırma etiğine ilişkin bilgiler aktarılacaktır.

Araştırmanın Modeli

Araştırma, tarama modeli türlerinden biri olan ilişkisel tarama modeli ile tasarlanmıştır. Tarama modelleri, geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımlarıdır. Tarama modelleri, geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımlarıdır. Araştırmaya konu olan şey, birey ya da nesne, kendi koşulları içinde ve olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır. Onları, herhangi bir şekilde değiştirme, etkileme çabası gösterilmez. Tarama modelinin bir türü olan ilişkisel tarama modeli ise, iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelidir (Karasar, 2002).

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini, İstanbul ili içerisinde faaliyet sürdüren spor okullarında çalışan antrenörler oluştururken araştırmanın örneklemini İstanbul ilinde faaliyet gösteren Beşiktaş, Galatasaray ve Fenerbahçe spor okullarının ilgili branşlarında görev yapan 429 antrenör oluşturmaktadır.

Veri Toplama Yöntemi

Katılımcıların serbest zamanlarında veri toplama işlemi gerçekleştirilmiştir. Ölçekler ile ilgili, araştırmanın amacı hakkında açıklamalar yapılarak veri toplama aracının doldurulması hakkında detaylı bilgilere yer verilmiştir. Katılımcılara ilk olarak araştırmacı tarafından geliştirilen, 4 sorudan oluşan demografik bilgi anketi uygulanmıştır. Daha sonra ise ikinci

bölümde, antrenörlere Vallerand (2007) tarafından geliştirilen ve Sezen-Balçıkınlı (2010) tarafından Türk dilimize adapte edilen Çok boyutlu sportmenlik yönelimi ölçeği uygulanmıştır.

Veri Toplama Araçları

Demografik Bilgi Anketi

Katılımcılara ilk olarak araştırmacı tarafından geliştirilen, cinsiyet, yaş, spor branşları ve spor yılı değişkenlerine ait 4 sorudan oluşan demografik bilgi anketi uygulanmıştır.

Çok Boyutlu Sportmenlik Yönelimi Ölçeği

Vallerand (2007) tarafından geliştirilen ve Sezen-Balçıkınlı (2010) tarafından Türk diline adapte edilen Çok boyutlu sportmenlik yönelimi ölçeği 25 madde ve 5 alt boyuttan oluşan 5'li likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin orjinalinde “Sosyal normlara Uyum”, “Kurallara ve Yönetime Saygı”, “Sporda Sorumluluklara Bağlılık”, “Rakibe Saygı” ve son olarak “Negatif Yaklaşımlar” bulunmaktadır. Faktör analizi sonucunda “Negatif Yaklaşımlar” boyutu çıkartılmıştır. Ölçeğin Türkçe versiyonu 4 alt faktöre ve 20 maddeye sahiptir. Cronbach Alpha değerleri; “Sosyal Normlara Uyum” $\alpha = 0,86$; “Kurallara ve Yönetime Saygı” $\alpha = 0,83$; “Sporda Sorumluluklara Bağlılık” $\alpha = 0,91$; “Rakibe Saygı” $\alpha = 0,82$ 'dir. Bu çalışma kapsamında elde edilen güvenilirlik katsayıları ölçeğin tümü için $\alpha = 0.920$ şeklindedir. Alt boyutlar için “Sosyal Normlara Uyum” $\alpha = 0.788$; “Kurallara ve yönetime saygı” $\alpha = 0.816$; “Sorumluluk” $\alpha = 0.892$; “Rakibe Saygı” $\alpha = 0.782$ şeklindedir.

Verilerin Analizi

Elde edilen veriler SPSS 25,00 istatistik paket programı vasıtası ile analiz edilmiştir. Çalışmada demografik faktörler frekans analizine tabi tutulmuştur. Mevcut verilerin analizinde; öncelikle verilerin normal dağılım gösterip göstermedikleri incelenmiş ve sonucunda parametrik testlerin yapılması uygun görülmüştür. Araştırmada analiz yöntemleri olarak; bağımsız olan gruplar t-testi, farklı değişkenler arasında çoklu karşılaştırmalar için tek yönlü varyans analizi ve farklılıkların kaynağının belirlenmesi amacı ile tukey testinden yararlanılmıştır.

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-49846378-050.01.04-2300010579 sayılı etik kurul kararı ile onaylanmıştır.

Bulgular

Bulgular kapsamında ilk olarak araştırmaya katılan sporcuların demografik dağılımları incelenmiş, daha sonra ise katılımcıların saldırganlık düzeylerini belirlemek amacıyla öğrencilerin demografik özelliklerine göre analizler gerçekleştirilmiştir.

Tablo 1

Araştırmaya katılan sporculara ilişkin demografik bulgular

Çalışmaya katılan antrenörlerin demografik değişkenlere göre cinsiyet, yaş, spor branşları ve spor yılı değişkenlerine ilişkin elde edilen verilerin dağılımı Tablo 1’de sunulmaktadır.

Değişken	Frekans (n)	Yüzde (%)
Cinsiyet		
Kadın	176	41,1
Erkek	253	58,9
Yaş		
22-25	156	36,3
26-29	182	42,4
30 ve üstü	91	21,3
Spor Branşı		
Futbol	85	19,8
Basketbol	76	17,7
Voleybol	70	16,3
Tenis	64	14,9
Jimnastik	55	12,8
Yüzme	79	18,5
Antrenörlük Süresi		
2 yıl ve altı	185	43,1
3-6 yıl	118	27,6
7 yıl ve üstü	126	29,3
Toplam	429	100

Demografik özelliklere bakıldığında çalışmaya katılan Antrenörlerin 231’i Takım Sporları, 198’i bireysel spor branşı antrenörüdür. Katılımcıların 176’sı kadın, 253’ü erkek antrenörlerden oluşmaktadır. 156 antrenör 22-25 yaş aralığında iken 182’si 26-29 yaş ve 91 antrenörde 30 ve üstü yaş aralığındadır. Katılımcıların antrenörlük sürelerine bakıldığında 185’i 2 yıl ve altı süre, 118’i 3-6 yıl arası ve 126 antrenörde 7 yıl ve üstünde antrenörlük yaptığı belirlenmiştir.

Tablo 2

Antrenörlerin çok boyutlu sportmenlik yönelimi ölçeğine ilişkin alt boyut puan ortalamaları

Değişkenler	N	Min	Max	X	sd
Sosyal Normlara Uyum	429	2.48	5.00	3.98	.59
Kurallara ve Yönetime Saygı	429	1.67	5.00	4.08	.67
Sporda Sorumluluklara Bağlılık	429	2.00	5.00	3.86	.63
Rakibe saygı	429	2.40	5.00	3.97	.51

Tablo 2'ye göre araştırmaya katılan antrenörlerin çok boyutlu sportmenlik ölçeği alt boyutları Sosyal Normlara Uyum ($x=3.98$), Kurallara ve Yönetime Saygı ($x=4.08$), Sporda Sorumluluklara Bağlılık ($x=3.86$) ve Saldırganlık ve Rakibe saygı ($x=3.97$) olarak bulunmuştur. Buna göre antrenörlerin sportmenlik yönelim düzeyleri yüksek düzeyde görülmüştür.

Tablo 3

Araştırmaya katılan antrenörlerin cinsiyet değişkenine göre yapılan t testi sonuçları

	Cinsiyet	N	X	S.S.	t	p
Sosyal Normlara Uyum	Kadın	176	3.80	0.66	- 1.24	.218
	Erkek	253	3.89	0.62		
Kurallara ve Yönetime Saygı	Kadın	176	3.87	0.82	- 0.58	.561
	Erkek	253	3.92	0.81		
Sporda Sorumluluklara Bağlılık	Kadın	176	3.90	0.63	1.40	.163
	Erkek	253	3.80	0.64		
Rakibe saygı	Kadın	176	4.23	0.58	2.63	.009
	Erkek	253	4.01	0.71		

Spor okullarında görev yapan bireysel spor ile takım sporu antrenörlerinin sportmenlik düzeylerini belirlemek için yapılan Bağımsız örneklem t testi analizi sonucunda Rakibe Saygı alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$). Kadın antrenörlerin puan ortalamalarının erkek antrenörlerden yüksek olduğu göze çarpmaktadır. Kadın antrenörlerin rakibe daha saygılı olduğu söylenebilir. Sosyal Normlara Uyum, Kurallara ve Yönetime Saygı ve Sporda Sorumluluklara Bağlılık alt boyutlarında istatistiksel olarak bir fark tespit edilememiştir ($p>0,05$).

Tablo 4

Araştırmaya katılan antrenörlerin çalışma sürelerine göre yapılan tek yönlü varyans analizi sonuçları

	Ant. süresi	N	X	S.S.	f	p
Sosyal Normlara Uyum	2 yıl ve altı	185	4,20	0,57	0,292	0,747
	3-6 yıl	118	4,23	0,63		
	7 yıl ve üstü	126	4,27	0,81		
Kurallara ve Yönetime Saygı	2 yıl ve altı	185	3,92	0,74	1,037	0,356
	3-6 yıl	118	3,82	0,90		
	7 yıl ve üstü	126	3,87	0,85		
Sporda Sorumluluklara Bağlılık	2 yıl ve altı	185	3,80	0,88	0,586	0,567
	3-6 yıl	118	3,79	0,77		
	7 yıl ve üstü	126	3,94	0,64		
Rakibe saygı	2 yıl ve altı	185	3,81	0,76	1,844	0,165
	3-6 yıl	118	3,71	0,85		
	7 yıl ve üstü	126	3,92	0,89		

Tablo 4’de Antrenörlerin çalışma süresi değişkenine ilişkin bulgular incelendiğinde, çalışmaya katılan antrenörlerin meslekte çalışma sürelerine göre çok yönlü sportmenlik yönelimleri ölçeğinden aldıkları puanlar istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemiştir ($p>0.05$).

Tablo 5

Araştırmaya Katılan Antrenörlerin Spor Türü Değişkenine Göre Yapılan t Testi Sonuçları

		N	X	S.S.	f	p
Sosyal Normlara Uyum	Takım Sporları	231	3,88	1,04	0,579	0,561
	Bireysel Sporlar	198	3,92	0,89		
Kurallara ve Yönetime Saygı	Takım Sporları	231	3,76	1,04	1,831	0,027
	Bireysel Sporlar	198	4,18	0,72		
Sporda Sorumluluklara Bağlılık	Takım Sporları	231	3,75	0,88	-1,053	0,302
	Bireysel Sporlar	198	3,89	0,77		
Rakibe saygı	Takım Sporları	231	3,94	0,64	2,691	0,005
	Bireysel Sporlar	198	4,15	0,71		

Spor okullarında görev yapan bireysel spor ile takım sporu antrenörlerinin sportmenlik düzeylerini belirlemek için yapılan Bağımsız örneklem t testi analizi sonucunda Rakibe Saygı ve Kurallara ve Yönetime Saygı alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$). Bireysel Spor antrenörlerinin Kurallara ve Yönetime Saygı alt boyutunda çok yönlü sportmenlik yönelimleri ölçeği puanlarının takım sporu antrenörlerinden yüksek olduğu göze çarpmaktadır. Bireysel spor branşı antrenörlerinin kurallara ve yönetime daha

saygılı olduğu söylenebilir. Sosyal Normlara Uyum ve Sporda Sorumluluklara Bağlılık alt boyutlarında istatistiksel olarak bir fark tespit edilememiştir ($p>0.05$).

Tartışma ve Sonuç Öneriler

Bu çalışma İstanbul ili içerisinde eğitim veren spor okulları antrenörlerinin sportmenlik davranışlarının branşlarına göre farklılık gösterip göstermediğinin araştırılması amacı ile yapılmıştır. Elde edilen bulgulara göre sonucunda Cinsiyet değişkeni ile sportmenlik davranışları ölçeğinin Rakibe Saygı alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$). Kadın antrenörlerin puan ortalamalarının erkek antrenörlerden yüksek olduğu gözle çarpılmaktadır. Koç ve Güllü (2017) kadınların erkeklerden daha çok sportmen davranışlar gösterdiği ve kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre agresif davranışlar sergileme eğiliminin daha az olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Şenel ve Yıldız (2016) çalışmalarında spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören ve aktif sporcu olan kadın sporcuların erkek sporculardan daha fazla sportmenlik eğilimine sahip olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Yılmaz vd. (2017) ile Gümüş vd. (2016)'nın çalışmaları sonucu bizim çalışmamız ile benzerlik göstermektedir. Güllü ve Şahin (2018)' in milli güreşçiler üzerinde yaptıkları ve erkek güreşçilerin kadın güreşçilere göre rakibe daha saygılı olduğunu tespit ettikleri araştırmalarının sonuçları ile tezatlık göstermektedir.

Çalışmaya katılan antrenörlerin antrenörlük sürelerine göre sportmenlik anlamlı farklılık göstermemiştir. Tekeli (2017) tarafından ortaöğretim öğrencileri üzerinde yapılan çalışmada, oynama yılı değişkenine göre anlamlı bir farklılık olduğu saptanmıştır. Elik (2017) tarafından futbolcular üzerinde yapılan çalışmada, sportmenlik yöneliminin spor yaşı değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı ve bu farklılaşmanın 1-5 yıl kategorisinde bulunan amatör futbolcuların lehine olduğu tespit edilmiştir. Kolayış vd. (2017)'nin yaptığı çalışmalar sonucunda; artistik buz pateni yapan sporcularında spor yapma yılı arttıkça sportmenlik yönelimlerinin de arttığını ifade etmiştir. Literatürde antrenörlerin sportmenlik düzeylerini araştıran bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Çalışmamızda spor okullarında görev yapan antrenörlerin sportmenlik düzeyleri ile branş türü değişkeni arasında Rakibe Saygı ve Kurallara ve Yönetime Saygı alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Lee ve arkadaşlarının (2007) yapmış oldukları araştırmada, takım sporlarıyla ilgilenen sporcuların sportmenlik yönelimi sergileme davranışlarının bireysel sporlarla ilgilenen sporculardan daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yıldırım (2011), takım sporu ve bireysel sporlarla ilgilenen bireylerin çok yönlü

sportmenlik ölçeği puanlarını belirlediği çalışmasında takım sporu ile ilgilenen bireylerin BYSÖ puanları ortalamalarının bireysel spor branşlarıyla ilgilenen bireylere oranla daha yüksek düzeyde olduğunu tespit etmiştir. Yine yapılan bir araştırmada takım sporlarından birinde faaliyet gosteren öğrencilerin, bireysel sporlardan birinde faaliyet gosteren öğrencilere göre sportmenlik yönelimlerinin daha fazla olduğu ve daha az saldırgan tutumlar sergiledikleri anlaşılmıştır (Koç ve Güllü, 2017). Ramazanoğlu vd. (2002) taekwondo ve futbol sporlarıyla ilgilenen bireylerin saldırganlık düzeyleri ve sportmenlik yönelimlerini incelediği çalışmasında, taekwondo sporcularının çok boyutlu sportmenlik yönelimi ölçeğine ilişkin puan ortalamalarının futbolculara oranla daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Literatüre bakıldığında spor branşlarındaki temas oranı arttığında sportmenlik davranışlarının da azaldığı düşünölebilir. Kılınç (2020) Farklı spor branşlarıyla uğraşan bireylerin sportmenlik düzeylerinin incelenmesi isimli çalışmasında kurallara ve yönetime saygı alt boyutunda güreşçi sporcuların futbolculara göre daha yüksek ortalamalara sahip olduğunu tespit etmiştir. Sporda sorumluluklara bağlılık ve rakibe saygı alt boyutlarında branşlar arasında sportmenlik puanlarında anlamlı fark olmadığını tespit etmiştir.

Sonuç olarak takım sporları ile bireysel spor antrenörlerinin sportmenlik davranışlarının farklılık göstermesinin çeşitli sebepleri olabilir. Bu sebepleri Grup Dinamikleri, Rekabet Baskısı, Sorumluluk ve Rol Farklılıkları, İletişim Tarzları, Basınç ve Stres Seviyeleri, Başarı Kavramları şeklinde sıralayabiliriz. Bu faktörler, takım sporları ve bireysel sporlar arasındaki farklılıklardan kaynaklanan antrenör davranışlarındaki çeşitliliği açıklayabilir. Ancak unutulmaması gereken, her antrenörün kişisel özellikleri, değerleri ve deneyimleri de sportmenlik davranışlarını etkileyebilir.

Bu alışma İstanbul ili içeresinde faaliyet gosteren spor okulları ile sınırlı bir örneklem grubu ile yapılmıştır. Farklı bölgeler ve farklı branşlar ile yapılacak çalışmaların alana katkı sağlayacağı düşünölmektedir.

Spor okulları ile sınırlı kalmayıp Profesyonel faaliyet gosteren kulüplerin alt yapılarında çalışan antrenörlere yönelik yapılacak çalışmaların alana ciddi anlamda katkı sağlayacağı düşünölmektedir.

Yaptığımız araştırma nicel bir çalışmadır. Boş zaman yönetiminin yaşam kalitesine etkisini daha farklı bir şekilde incelemek için nitel çalışmalarla desteklenmesi önerilmektedir.

Kaynakça

- Bayarslan, B., Metin, S. C., & Yavuz, M. (2023). Antrenörlükte Örtük Bilgi ve Deneyim. *Spor Bilimlerinde Öncü ve Çağdaş Çalışmalar*, 157-158.
- Bayarslan, B., & Çevik, A. Examining the Relative Age Effect of Elite Paralympic Athletes. *International Journal of Disabilities Sports and Health Sciences*, 6(3), 296-306.
- Çoknaz H, (1998). Takım ve bireysel spor antrenörlerinin iş doyumu düzeylerinin karşılaştırılması. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu.
- Elik T (2017). Güneydoğu Anadolu Bölgesi futbol takımlarında amatör olarak futbol oynayan sporcuların sportmenlik yönelimleri ve empatik eğilim düzeyleri. Yüksek lisans tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antrenörlük Eğitimi Ana Bilim Dalı, İstanbul
- Esentürk, K., İlhan, L., Çelik, B. (2015). Examination of high school students' sportsmanlike conducts in physical education lessons according to some variability. *Science, Movement And Health*, Vol. Xv, Issue 2,
- Gencheva, N., Angelcheva, M., Marinov, T., & Ignatov, I. (2017). Assessment of Sportmanship in Case of Institutionalized Adolescents, Deprived of Parental Cares. *Journal of Health, Medicine and Nursing*, 42, 103-109. Giriş. İkinci Baskı. Spor Yayınevi, Ankara
- Güllü, S. ve Şahin, S. (2018). Milli güreşçilerin sportmenlik yönelim düzeyleri üzerine bir araştırma. *Turkish Studies*. 13 (18): 705-718. DOI Number: <http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.14152>
- Gümüş, H. Saraçlı, S., Karakullukçu Ö., F., Doğanay G. ve Kurtipek S. (2016). Ortaöğretim öğrencilerinde fair play kavramı. *International Journal of Science Culture and Sport*. 4(2):430-438.
- Hazar M, 1996. Beden eğitimi ve sporda oyunla eğitim. Ankara, Tutibay yayınları, s.127-133.
- Kabamba C, Bailey, 2011. J. Personality differences among team and individual sport athletes. *Randolph college sport preferences*. 1, 2-17.
- Kat H, 2009. Bireysel sporcularla takım sporcularının stres düzeyleri ve problem çözme becerilerinin karşılaştırılması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Erciyes üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kayseri.
- Kilinç, B. (2020) Farklı spor branşlarıyla uğraşan kişilerin sportmenlik düzeylerinin incelenmesi (Master's thesis, Sa. ğlık Bilimleri Enstitüsü).
- Koç, Y., ve Güllü, M. (2017). Research into sportpersonship behavior of high school students in physical education course in terms of some variables. *Sportmetre*, 15(1), 19-30.
- Kolayış H, Çelik N, Narin M (2017). Examining the relationship coach-athlete relationship of the athletes participating in the artistic ice-kating competition. 15th International Sport Sciences Congress. Antalya, 15-18 Kasım 2017, 374-375.
- Lee, M. J., Whitehead, J. Ve Ntoumanis, N. (2007). "Development of the Attitudes to Moral Decision Making in Youth Sport Questionnaire (AMDYSQ)", *Psychology of Sport and Exercise*, cilt 8, sayı 3, ss. 369-392.
- Öntürk Y, Ekici S., (2018). Evaluation of The Effect of Physical Education and Sports Lessons on Children. *New Horizons in Social Sciences*. Riga: LAP Lambert Academic Publication Press.
- Özçakır S (2017). Tarih Temeller; Eski Çağlarda Spor. Mirzeoğlu N (Ed.), *Spor Bilimlerine*
- Ramazanoğlu F, Canikli A, Saygın Ö (2002). Futbolcular ile Taek-Wondocuların saldırganlık düzeylerinin karşılaştırılması. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi* 4(2): 37-39.
- Şenel, E., Yıldız, M. (2016). Hedef bağlılığı ölçeği: Türkçe uyarlaması, beden eğitimi ve spor alanında öğrenim gören öğrencilerde geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 11(2), 58-65.
- Tarakçıoğlu, S., Doğan B., (2013). "Spor etiği bağlamında gen dopingi". *Spor Bilimleri Dergisi*, 24(1), 45-54.
- 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, Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi Ana Bilim Dalı, Burdur.
- Yıldırım İ (2011). Fair play eğitiminde beden eğitiminin rolü. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi* 5(1): 3-16.

- Yıldırım, S. (2011). Lisanslı olarak takım sporu ve bireysel spor yapan ile spor yapmayan ortaöğretim öğrencilerinin sosyal beceri düzeylerinin karşılaştırılması. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bolu.
- Yılmaz A, Esentürk OK, İlhan EL (2017). Ortaokul öğrencilerinin ahlaki gelişimleri açısından sportmenlik yönelimleri. Journal of Human Sciences 14(4): 4969-4988



Spor Bilimleri Öğrencilerinin Yapay Zekaya Yönelik Tutumları ile İş Bulma Kaygıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Gürkan ÇETİNKAYALI¹, Pınar KARACAN DOĞAN², İsa DOĞAN³

¹Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü

<https://orcid.org/0000-0002-3840-4276>

²Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

<https://orcid.org/0000-0002-2654-2751>

³Karabük Üniversitesi, Hasan Doğan Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

<https://orcid.org/0000-0002-4132-3274>

ORJINAL MAKALE

Özet

Bu araştırmanın amacı, Karabük Üniversitesi Hasan Doğan Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda öğrenim gören öğrencilerin yapay zekaya yönelik tutumları ve iş bulma kaygıları arasındaki ilişkinin analiz edilerek, incelenmesidir. Yöntem olarak ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Veri toplama aracı olarak Schepman ve Rodway (2020) tarafından geliştirilen ve Türkçe'ye uyarlaması Kaya vd. (2022) tarafından yapılan "Yapay Zekaya Yönelik Genel Tutum Ölçeği" ile Aslan ve Uğraş (2021) tarafından geliştirilen "Spor Bilimleri Öğrencilerin İş Bulma Kaygısı Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmanın örneklemini 2022-2023 yılında Karabük Üniversitesi Hasan Doğan Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda öğrenim gören öğrenciler arasından random yöntemiyle belirlenen 234 gönüllü katılımcı oluşturmaktadır. Araştırma verilerinin değerlendirilmesinde istatistiki yöntem olarak frekans, yüzde dağılımları, ikili gruplar için t-testi, çoklu gruplar için tek yönlü varyans analizi ve ilişkiyi belirlemek için Pearson Korelasyon analizi kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgular değişkenler açısından incelendiğinde, katılımcıların cinsiyet ve bölüm değişkeni açısından bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Yapay zeka hakkında genel bilgi sahibi olma değişkeni ile YZPT ve İBK düzeyi arasında anlamlı farklılık olduğu; yapay zekada kullanılan teknolojiler hakkında bilgi ve günlük hayatta kullanılan çoğu uygulamada yapay zeka kullanımı hakkında bilgi sahibi olma değişkenleri ile YZPT arasında anlamlı farklılık olduğu ve günlük internet kullanım sıklığı değişkeni ile YZPT ve İBK düzeyi arasında anlamlı farklılık olduğu görülmüştür. Ölçekler arası korelasyon sonuçlarına göre; katılımcıların İBK ile YZPT arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunurken; YZNT arasında anlamlı ilişki olmadığı görülmektedir.

Anahtar kelimeler: Yapay zeka, Yapay zekaya yönelik tutum, İş bulma kaygısı

Examining the Relationship Between Sports Sciences Students' Attitudes Towards Artificial Intelligence and Job Finding Anxiety

Abstract

The purpose of this study is to analyze and examine the relationship between the attitudes of students studying at Karabük University Hasan Doğan School of Physical Education and Sports towards artificial intelligence and their job-finding anxieties. The relational screening model was used as the method. The data collection tool was the "General Attitude Scale Toward Artificial Intelligence", developed by Schepman and Rodway (2020) and

adapted into Turkish by Kaya et al. (2022), and the "Job-Finding Anxiety Scale for Sports Sciences Students" developed by Aslan and Uğraş (2021). The sample of the study consisted of 234 volunteer participants determined by the random method among the students studying at Karabük University Hasan Doğan School of Physical Education and Sports in the 2022-2023 academic year. In the evaluation of the research data, statistical methods such as frequency, percentage distributions, t-test for binary groups, one-way analysis of variance for multiple groups, and Pearson Correlation analysis to determine the relationship were used. When the findings obtained from the research were examined in terms of variables, it was determined that there was no difference in terms of gender and department variables of the participants. It was observed that there was a significant difference between having general knowledge about artificial intelligence and the levels of AIPT (Artificial Intelligence Positive Attitude) and JFA (Job-Finding Anxiety); there was a significant difference between knowledge about technologies used in artificial intelligence and daily use of most applications related to artificial intelligence and AIPT; and there was a significant difference between daily internet usage frequency and AIPT and JFA levels. According to the correlation results between the scales; it was found that there was a low-level significant positive relationship between participants.

Keywords: *Artificial intelligence, Attitude towards artificial intelligenc, Job finding anxiety.*

Giriş

Son dönemlerde yapay zeka, işletme, tıp, eğitim, medya, spor ve birçok sektörde yeni bir teknoloji olarak öne çıkmaktadır. Önceleri mühendislerin, bilgi teknolojisi profesyonellerinin ve analistlerin odak noktası olan bu teknoloji, şimdi sosyal bilimler dahil daha geniş bir alanda karşımıza çıkmaktadır (Jarek ve Mazurek, 2019). Hatta yapay zeka felsefi açıdan bile ele alınmış ve canlılığı taklit bakımından makinelerin rolü başlığında incelenmiştir (Doğan, 2002). Yapay zeka kavramı ilk olarak 1956 yılında Dortmund Konferansı'nda John McCarthy ve arkadaşları tarafından sunulan bir öneri mektubunda dile getirilmiştir. Bu kavramın mucidi olarak da John McCarthy kabul edilmektedir (Alpaydın, 2013). McCarthy zekayı, hedeflere erişme kapasitesinin bir yansıması şeklinde tanımlarken; yapay zekayı, insan benzeri zekaya sahip makinelerin ve akıllı bilgisayar programlarının oluşturulmasına yönelik bilim ve mühendislik olarak ifade etmiştir. Genesereth ve Nilsson (2012)'na göre yapay zeka akıllı davranış üzerine bir çalışmadır ve ana hedefi, doğadaki varlıkların akıllı davranışlarını yapay olarak üretmeyi amaçlayan bir kuramın oluşturulmasıdır (Charniak and McDermot, 1985). Aydın ve Değirmenci (2018) yapay zekayı genel olarak, herhangi bir canlı kullanmadan, yalnızca yapay yöntemlerle insan benzeri davranışlar gösterebilen makineleri geliştirme teknolojisi olarak açıklamışlardır. Fakat, insanoğlu bu tanımlar ve hedefler doğrultusunda ilerlemesine rağmen yapay zekayı istenen seviyeye getirebilmiş değildir.

Yapay zeka literatürü incelendiğinde üç ana seviyenin varlığına rastlanmaktadır: Zayıf yapay zeka, güçlü yapay zeka ve yapay süper zeka. Zayıf yapay zeka, belirli kurallara ve özel görevlerle sınırlıdır (Strelkova, 2017; Fouad, 2019). Bu, belirli bir bağlamda ve belirli sınırlar içerisinde çalışan bir yapay zeka türüdür. Video oyunları, sanal asistanlar, otonom araçlar gibi alanlarda görülmektedir (Kaplan ve Haenlein, 2019). Güçlü yapay zeka, insan zekası ve davranışını taklit etmektedir. Makinenin öğrenme, anlama ve problem çözme yeteneklerinin insan seviyesinde olduğu anlamına gelir. Öte yandan, yapay süper zeka, makinenin zekasının insan zekasını büyük ölçüde aştığı bir seviyeyi temsil eder (Strelkova, 2017; Fouad, 2019). Bu, bilgisayarın insan zekasının birkaç katına çıkabileceği bir zeka seviyesini belirtir. Yapay genel zeka, belirli bir alanda insana eşdeğer ya da daha üstün bir zekaya sahip olabilirken; yapay süper zeka, insandan çok daha ileri bir zeka seviyesini açıklamaktadır (Pohl, 2015).

Yapay zeka, adım adım ilerleyişini sürdürürken spor bilimlerindeki kullanımı da giderek artmaktadır. Spor eğitimi alanındaki öğrencilere yapay zeka hakkında bilgi ve

farkındalık kazandırmak büyük önem taşımaktadır. Hızla ilerleyen yapay zeka teknolojilerini anlamak adına, spor bilimleri öğrencileri bu konuda eğitim arayışı içerisinde. Üniversiteler, yapay zeka konusundaki eğitimlerle bu öğrencilere gelecekteki meslek yaşamlarında bu teknolojileri nasıl etkin kullanacakları konusunda rehberlik edebilir (Bailey ve Kirk, 2008). Spor bilimleri öğrencileri, sadece geleneksel spor eğitimi ve performans analizine değil, aynı zamanda yapay zeka teknolojilerine de artan bir ilgi göstermektedir. Yapay zekanın spor sektöründeki potansiyelini fark eden bu öğrenciler, bu teknolojiyi antrenman yöntemleri ve performans analizlerinde kritik bir araç olarak görmektedir. Özellikle büyük veri ve makine öğrenimi tekniklerinin sporcu performans değerlendirmesi ve kişiye özel antrenman planları hazırlama potansiyeli, aynı zamanda sporcu yaralanmalarını nasıl önleyebileceği üzerine araştırmaları teşvik etmektedir (Davenport ve Patil, 2012). Ayrıca, spor bilimleri öğrencilerinin yapay zeka konusunda eğitim almaları ve etik sorunlar konusunda bilinçli olmaları da önemlidir. Yapay zeka uygulamaları sporcuların kişisel verilerini kullanabilir ve kişiselleştirilmiş analizler sunabilmektedir. Bu nedenle veri gizliliği ve etik endişeler ortaya çıkabilmektedir (Etzet ve Skvarla, 2017).

Yapay zeka, spor eğitimi alan öğrenciler arasında hem heyecan hem de kaygı uyandırmaktadır. Yapay zekanın gelecekte işgücü dinamiklerini etkileme potansiyeli, öğrencilerin gelecek kariyer seçimleri üzerinde düşüncelerine neden olmaktadır. Bazı öğrenciler yapay zekanın rutin işleri otomatikleştireceği ve yaratıcı düşünme gerektiren görevlerin öne çıkacağı görüşünü benimserken, bazı öğrenciler de bu teknolojinin yol açabileceği işsizlikten endişe duymaktadır (Manyika vd., 2017). Özellikle fiziksel performans izleme ve analizi gibi alanlarda yapay zeka sistemlerinin kullanılması, geleneksel yöntemlere olan talebi azaltmaktadır (Brynjolfsson ve McAfee, 2014). Bu durum da öğrencilerin iş bulma kaygılarının artmasına yol açmaktadır.

Bu bilgiler doğrultusunda, araştırmanın amacı da Karabük Üniversitesi Hasan Doğan Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda okuyan öğrencilerin yapay zekaya yönelik tutumları ile iş bulma kaygıları arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesidir.

Gereç ve Yöntem

Araştırmanın Modeli

Bu araştırma kapsamında, öğrencilerin yapay zekaya yönelik tutumları ile iş bulma kaygıları arasındaki ilişkinin analiz edilerek, incelenmesi amaçlanmıştır. Bu doğrultuda araştırma ilişkisel tarama modeline örnektir. Araştırmada ayrıca öğrencilerin bazı

değişkenlere göre yapay zekaya yönelik tutumları ve iş bulma kaygı düzeylerinin arasındaki ilişki incelenmiştir (Karasar, 2005).

Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın evrenini 2022-2023 eğitim öğretim yılında Karabük Üniversitesi Hasan Doğan Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda okuyan 660 öğrenci oluşturmaktadır. Örneklemine ise, seçkisiz random yöntemi ile belirlenen 234 gönüllü öğrenci temsil etmektedir.

Tablo 1

Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları

	Kategoriler	F	%
Cinsiyet	Erkek	88	37,6
	Kadın	146	62,4
Bölüm	Antrenörlük Eğitimi	46	19,7
	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	90	38,5
	Spor Yöneticiliği	98	41,9
Yapay Zeka Hakkında Genel Bilgi	Evet	198	84,6
	Hayır	36	15,4
Yapay zekada kullanılan Teknolojiler Hakkında Temel Bilgi	Evet	164	70,1
	Hayır	70	29,9
Günlük Hayatta Kullanılan Çoğu Uygulamada Yapay Zeka Kullanımı Hakkında Bilgi	Evet	186	79,5
	Hayır	48	20,5
Günlük İnternet Kullanım Sıklığı	0-60 Dakika	18	7,7
	61-120 Dakika	46	19,7
	121-180 Dakika	78	33,3
	181-240 Dakika	52	22,2
	241 Dk ve üzeri	40	17,1
Toplam		234	100,0

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu: Araştırma kapsamında katılımcıların kişisel bilgilerini ortaya çıkarmak için sorular hazırlanmıştır. Katılımcıların cinsiyet, bölüm, yapay zeka hakkında genel bilgi sahibi olma durumları, yapay zekada kullanılan teknolojiler hakkında temel bilgi sahibi olma durumları, günlük hayatta kullanılan çoğu uygulamada yapay zeka kullanımı hakkında bilgi sahibi olma durumu ve günlük internet kullanım sıklığı olmak üzere 6 maddelik kişisel bilgi formu hazırlanmıştır.

Yapay Zekaya Yönelik Genel Tutum Ölçeği: Schepman ve Rodway (2020) tarafından geliştirilen ölçek Kaya ve arkadaşları (2022) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Ölçek yapay zekaya yönelik negatif tutum ve yapay zekaya yönelik pozitif tutum olmak üzere iki alt boyuttan oluşmak ve 20 soru içermektedir. Yapay zekaya yönelik negatif tutum maddeleri ters kodlanmaktadır. 5'li likert tipi ile derecelendirilmiştir. Ölçeğin uyarlandığı çalışmada Cronbach Alpha değerlerinin .82 ile .88 arasında olduğu; güvenirlik değerlerinin ise, pozitif tutum için 0.77 negatif tutum için 0.83 olduğu tespit edilmiştir.

Spor Bilimleri Öğrencilerinin İş Bulma Kaygısı Ölçeği: Aslan ve Uğraş (2021) tarafından geliştirilen ölçek 8 madde ve tek boyuttan oluşmaktadır. 5'li likert tipi ile derecelendirilen ölçekte tersine kodlanan maddeler bulunmamaktadır. Ölçeğin geliştirildiği çalışmada, tek boyutlu yapının özdeğerinin 4,987 ve açıkladığı varyans oranının ise %62,341 olduğu; Cronbach alpha değerinin .95 olduğu tespit edilmiştir.

Verilerin Analizi

Araştırma kapsamında öğrencilerin veri toplama araçlarına vermiş oldukları cevaplar doğrultusunda öncelikle veri setinin dağılımı incelenmiştir. Bu doğrultuda ilk olarak çarpıklık ve basıklık katsayısı hesaplanmıştır. Değişkenlerin normallik varsayımı için hesaplanan çarpıklık-basıklık katsayıları incelendiğinde katsayıların -1 ile +1 arasında değer aldığı tespit edilmiştir (Büyüköztürk, 2007). Yapay zekaya yönelik genel tutum ölçeği ile spor bilimleri öğrencilerin iş bulma kaygısı ölçeğinin normal dağılım gösterdiği görülmüştür. Normallik varsayımının incelenmesi amacıyla ayrıca histogram grafiği incelenmiştir. Ayrıca araştırmada, istatistiki yöntem olarak frekans, yüzde dağılımları, İkili gruplar için t-testi, çoklu gruplar için tek yönlü varyans analizi ve ilişkiyi belirlemek için Pearson Korelasyon analizi kullanılmıştır.

Tablo 2

Ölçeklere ilişkin betimsel istatistikler

Ölçekler	N	\bar{X}	S	Min.	Max.	Skewness	Kurtosis
Yapay Zeka Pozitif Tutum	234	43,52 (3,62)	6,81	24,00	60,00	-,089	,247
Yapay Zeka Negatif Tutum	234	23,58 (2,94)	5,32	8,00	34,00	-,358	-,130
İş Bulma Kaygısı	234	30,02 (3,75)	6,92	8,00	40,00	-,471	,171

Aralıklar (5-1)/5=0,80 Kriter: 1,00-1,79=Çok Düşük; 1,80-2,59=Düşük; 2,60-3,39=Orta; 3,40-4,19=Yüksek; 4,20-5,00=Çok Yüksek

Katılımcılardan elde edilen tanımlayıcı istatistik sonuçlarına göre yapay zekaya yönelik tutum ölçeği alt boyutları; yapay zekaya yönelik pozitif tutum (\bar{x} = 3,62) yüksek,

yapay zekaya yönelik negatif tutum ($\bar{x}= 2,94$) orta, spor bilimleri öğrencilerinin iş bulma kaygısı ölçeği ($\bar{x}= 3,75$) ise yüksek düzeydedir.

Araştırmanın Etiği

Bu araştırma; Karabük Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu'nun 29.03.2023 tarihli ve 2023/03-31 sayılı kararı ile etik kurul onayı alınmıştır. "Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi" çerçevesinde hareket edilmiştir.

Bulgular

Tablo 3

Ölçekler arasındaki ilişkiye ait Pearson korelasyon analizi sonuçları

		Yapay Zeka Pozitif Tutum	Yapay Zeka Negatif Tutum
İBKÖ	r	,203	-,117
	p	,002*	,074

* $p<0,05$ Kategoriler: 0-0,30=Düşük ilişki; 0,40-0,60= Orta düzeyde ilişki; 0,70-1,00= Yüksek düzeyde ilişki

Tablo 3 incelendiğinde katılımcıların iş bulma kaygı düzeyleri ile yapay zekaya yönelik negatif ve pozitif tutumları arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Katılımcıların iş bulma kaygı düzeyi ile yapay zekaya yönelik pozitif tutumları arasında $r=0,20$, $p=,002<0,05$ 'e göre pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Negatif tutumları arasında $r=-0,11$, $p=,074>0,05$ göre anlamlı ilişki olmadığı görülmektedir.

Tablo 4

Katılımcıların cinsiyet değişkeni ile ölçekler arasındaki farklılığa ilişkin t-testi sonuçları

	Cinsiyet	n	\bar{X}	Ss	t	p
YZPT	Kadın	88	42,75	6,71	1,348	,179
	Erkek	146	43,98	6,84		
YZNT	Kadın	88	22,95	4,19	1,541	,125
	Erkek	146	23,97	5,88		
İBKÖ	Kadın	88	30,81	6,64	1,362	,175
	Erkek	146	29,54	7,07		

Tablo 4 incelendiğinde katılımcıların cinsiyet değişkeni ile yapay zekaya yönelik pozitif tutumları arasında $t=1,348$, $p=,179>,05$ 'göre anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Yapay zekaya yönelik negatif tutumları arasında $t=1,541$, $p=,125>,05$ 'göre anlamlı

farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Katılımcıların cinsiyet değişkeni ile iş bulma kaygı düzeyleri arasında $t=1,362$, $p=,175>,05$ ' göre anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

Tablo 5

Katılımcıların yapay zeka hakkında genel bilgileri değişkeni ile ölçekler arasındaki farklılığa ilişkin t-testi sonuçları

	Genel Bilgi	n	\bar{X}	Ss	t	p
YZPT	Evet	198	44,53	6,46	5,690	,000*
	Hayır	36	37,94	5,97		
YZNT	Evet	198	23,73	5,42	0,995	,321
	Hayır	36	22,77	4,69		
İBKÖ	Evet	198	30,79	6,74	4,136	,000*
	Hayır	36	25,77	6,46		

* $p<,05$

Tablo 5 incelendiğinde katılımcıların yapay zeka hakkında genel bilgi sahibi olmaları değişkeni ile yapay zekaya yönelik pozitif tutumları arasında $t=5,690$, $p=,000<,05$ 'göre anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Yapay zekaya yönelik negatif tutumları arasında $t=0,995$, $p=,321>,05$ 'göre anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Katılımcıların yapay zeka hakkında genel bilgi sahibi olmaları değişkeni ile iş bulma kaygı düzeyleri arasında $t=4,136$, $p=,000<,05$ 'göre anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 6

Katılımcıların yapay zekada kullanılan teknolojiler hakkında bilgi sahibi olma değişkeni ile ölçekler arasındaki farklılığa ilişkin t-testi sonuçları

	Temel Bilgi	n	\bar{X}	Ss	t	p
YZPT	Evet	164	44,58	6,19	3,476	,001*
	Hayır	70	41,02	7,54		
YZNT	Evet	164	23,40	5,60	0,891	,375
	Hayır	70	24,02	4,60		
İBKÖ	Evet	164	30,57	6,72	1,860	,064
	Hayır	70	28,74	7,26		

* $p<,05$

Tablo 6 incelendiğinde katılımcıların yapay zekada kullanılan teknolojiler hakkında bilgi sahibi olmaları değişkeni ile yapay zekaya yönelik pozitif tutumları arasında $t=3,476$, $p=,001<,05$ 'göre anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Yapay zekaya yönelik negatif tutumları arasında $t=0,891$, $p=,321>,05$ 'göre anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Katılımcıların yapay zekada kullanılan teknolojiler hakkında bilgi sahibi olmaları değişkeni

ile iş bulma kaygı düzeyleri arasında $t=1,860$, $p=,064>,05$ 'göre anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

Tablo 7

Katılımcıların günlük hayatta kullanılan çoğu uygulamada yapay zeka kullanımı hakkında bilgi sahibi olma değişkeni ile ölçekler arasındaki farklılığa ilişkin t-testi sonuçları

	Kullanım	n	\bar{X}	Ss	t	p
YZPT	Evet	186	44,17	6,48	2,923	,004*
	Hayır	48	41,00	7,48		
YZNT	Evet	186	23,84	5,40	1,473	,142
	Hayır	48	22,58	4,90		
İBKÖ	Evet	186	30,32	7,16	1,293	,197
	Hayır	48	28,87	5,86		

* $p<,05$

Tablo 7 incelendiğinde katılımcıların günlük hayatta kullanılan çoğu uygulamada yapay zeka kullanımı hakkında bilgi sahibi olma değişkeni ile yapay zekaya yönelik pozitif tutumları arasında $t=2,923$, $p=,001<,05$ 'göre anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Yapay zekaya yönelik negatif tutumları arasında $t=1,473$, $p=,142>,05$ 'göre anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Katılımcıların günlük hayatta kullanılan çoğu uygulamada yapay zeka kullanımı hakkında bilgi sahibi olma değişkeni ile iş bulma kaygı düzeyleri arasında $t=1,293$, $p=,197>,05$ 'göre anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

Tablo 8

Katılımcıların bölüm değişkeni ile ölçekler arasındaki farklılığa ilişkin ANOVA sonuçları

	Bölüm	N	\bar{X}	S	F	p	Post Hoc (Tukey)
YZPT	Antrenörlük Eğ.	46	43,47	5,87	0,047	,954	---
	BES Öğr.	90	43,68	7,09			
	Spor Yön.	98	43,38	7,00			
YZNT	Antrenörlük Eğ.	46	23,52	5,66	0,423	,656	---
	BES Öğr.	90	23,97	5,34			
	Spor Yön.	98	23,26	5,17			
İBKÖ	Antrenörlük Eğ.	46	30,91	5,65	0,478	,621	---
	BES Öğr.	90	29,73	6,53			
	Spor Yön.	98	29,87	7,79			

Tablo 8 incelendiğinde, katılımcıların bölümlerine göre yapay zekaya yönelik tutum ve iş bulma kaygı ölçekleri arasında bir farklılık tespit edilmemiştir.

Tablo 9

Katılımcıların günlük internet kullanım sıklığı değişkeni ile ölçekler arasındaki farklılığa ilişkin ANOVA sonuçları

	Kullanım Sıklığı	N	\bar{X}	S	F	p	Post Hoc (Tukey)
YZPT	0-60 Dk.	18	42,77	5,69	3,891	,004*	5-2
	61-120 Dk.	46	41,52	7,52			
	121-180 Dk.	78	42,43	7,17			
	181-240 Dk.	52	45,30	6,11			
	241 Dk ve üzeri	40	45,95	5,43			
YZNT	0-60 Dk.	18	21,44	2,99	2,317	,058	---
	61-120 Dk.	46	23,39	5,41			
	121-180 Dk.	78	24,64	5,68			
	181-240 Dk.	52	24,00	4,50			
	241 Dk ve üzeri	40	22,20	5,88			
İBKÖ	0-60 Dk.	18	30,66	5,71	3,529	,008*	5-2
	61-120 Dk.	46	29,13	5,99			
	121-180 Dk.	78	28,20	8,35			
	181-240 Dk.	52	31,42	5,48			
	241 Dk ve üzeri	40	32,50	6,10			

*p<,05 Kategoriler: 0-60 Dk=1; 61-120 Dk=2; 121-180 Dk=3; 181-240 Dk=4; 241 Dk ve üzeri=5

Tablo 9 incelendiğinde, katılımcıların günlük internet kullanım sıklığı ile yapay zekaya yönelik negatif tutumları arasında bir farklılık tespit edilmemiştir. Yapay zekaya yönelik pozitif tutumları arasında F=3,891, p=,004<,05'e göre anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Bu anlamlı farklılık, günlük interneti 241 dakika ve üzerinde kullanan öğrencilerinin 61-120 dakika kullanan öğrencilere göre yapay zekaya yönelik pozitif tutumlarının daha yüksek olduğu görülmektedir. Katılımcıların günlük internet kullanım sıklığı ile iş bulma kaygısı arasında F=3,529, p=,008<,05'e göre anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Bu anlamlı farklılık, günlük interneti 241 dakika ve üzerinde kullanan öğrencilerinin 121-180 dakika kullanan öğrencilere iş bulma kaygılarının daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tartışma ve Sonuç, Öneriler

Bu araştırmada, Karabük Üniversitesi Hasan Doğan Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda öğrenim gören öğrencilerin yapay zekaya yönelik tutumları ile iş bulma kaygısı arasındaki ilişki düzeyinin belirlenerek, çeşitli değişkenler açısından incelenmesi amaç edinilmiştir.

Bu amaç kapsamında, tablo 2'deki betimsel istatistiklere bakıldığında öğrencilerin yapay zekaya yönelik tutum ölçeği alt boyutlarından; yapay zekaya yönelik pozitif

tutumlarının ($\bar{x}= 3,62$) yüksek, yapay zekaya yönelik negatif tutumlarının ($\bar{x}= 2,94$) orta, spor bilimleri öğrencilerinin iş bulma kaygı düzeylerinin ($\bar{x}= 3,75$) ise yüksek düzeyde olduğu görülmektedir. Spor eğitimi alan öğrencilerin yapay zekaya yönelik tutumlarının yüksek olması yapay zekanın sporcuların performansını ölçme, değerlendirme ve analiz etme konularında büyük potansiyel taşıması, kişiselleştirilmiş antrenman programları oluşturmada ve sakatlıkları önlemede yardımcı olması, yeni kariyer fırsatlarının ortaya çıkması ve teknolojik yeniliklere açık olması söylenilebilir. Yapay zekaya yönelik negatif tutumlarının orta düzeyde olması; yapay zekanın sunduğu faydaların farkında olmalarına rağmen, olası olumsuzluklarını ve etik kaygılarını da göz önünde bulundurma eğiliminde oldukları fikrini düşündürebilir. Spor bilimleri öğrencilerinin iş bulma kaygı düzeylerinin yüksek olması, yapay zeka ve diğer teknolojik gelişmeler spor endüstrisinde birçok işi otomatik hale getirebilir. Bu durum mevcut işlerin gereksiz hale gelmesine sebep olabilir. Ancak bu endişe, öğrencilerin adaptasyon kabiliyetleri, sürekli öğrenme istekleri ve gelişen teknolojilere ayak uydurma yetenekleri ile hafifletilebileceği düşünülmektedir.

Araştırmada veri toplama aracı olarak kullanılan ölçekler arasındaki korelasyon sonuçlarına yönelik olarak katılımcıların iş bulma kaygı düzeyleri ile yapay zekaya yönelik negatif ve pozitif tutumları arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Katılımcıların iş bulma kaygı düzeyi ile yapay zekaya yönelik pozitif tutumları arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmaktadır. Bu durumun nedeni, öğrencilerin spor sektöründeki yapay zeka ile ilgili yeniliklere hakim olmaları ve bu yeniliklerin iş olanaklarını genişleteceğine inanmaları olabilir. Negatif tutumlar arasında ise, anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Spor eğitimi öğrencilerinin iş bulma endişeleri ile yapay zekaya dair olumsuz düşünceleri arasındaki bağlantısızlık, öğrencilerin yapay zekanın potansiyel zorluklarını doğrudan iş olanaklarıyla ilişkilendirememiş olmalarından kaynaklanıyor ya da diğer bir deyişle, yapay zeka hakkındaki olumsuz görüşler, iş bulma potansiyelleri üzerinde direkt bir etkisi olduğu şeklinde algılanmıyor olabilir.

Öğrencilerin cinsiyet ve bölüm değişkenleri ile yapay zekaya yönelik pozitif ve negatif tutumları ve iş bulma kaygıları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Öğrencilerin yapay zeka hakkında genel bilgi sahibi olma değişkeni ile yapay zekaya yönelik pozitif tutumları arasında bilgi sahibi olanların lehine anlamlı farklılık olduğu, negatif tutumları arasında ise anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Öğrenciler, yapay zekanın sunduğu potansiyel avantajları ve uygulama alanlarını anladığında, bu teknolojiye olan

güvenleri artabilir. Yapay zeka hakkında bilgi sahibi olan öğrenciler, bu bilginin kariyerleri ve gelecekteki projeleri için bir avantaj olduğunu hissedebilirler. Bu, onların teknolojiye karşı daha olumlu bir tutum geliştirmelerini teşvik edebilir. Literatürde, mevcut çalışmaya destekler nitelikte çalışmaların olduğu görülmektedir (Fast ve Horvitz, 2017; Rouhiainen, 2019; Karsenti, 2019; İşler ve Kılıç, 2021).

Öğrencilerin yapay zeka hakkında genel bilgi sahibi olma değişkeni ile iş bulma kaygı düzeyleri arasında bilgi sahibi olanların lehine anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Buna göre, genel bilgi sahibi olan katılımcıların, iş bulma kaygı düzeyleri daha yüksektir. Yapay zeka hakkında bilgi sahibi olan spor bilimleri öğrencilerinin iş bulma kaygı düzeylerinin yüksek olmasının nedeni, bu teknolojinin getireceği otomatikleştirmenin potansiyel olarak bazı meslekleri gereksiz hale getireceği endişesi, kariyer yollarındaki değişiklikler, sektördeki artan rekabet, etik ve gizlilik konularındaki endişeler ve bu değişikliklere dair yüksek farkındalığın bir kombinasyonudur. Bu faktörler, öğrencilerin gelecekteki kariyer olanaklarına dair belirsizlikleri artırarak iş bulma konusunda daha kaygılı olmalarına neden olabilir. Literatür incelendiğinde, mevcut çalışmaya destekler nitelikte çalışmaların varlığı söz konusudur (Rainie ve Anderson, 2017;Huang ve Rust, 2018; Mehic Dzanic, 2019).

Öğrencilerin yapay zekada kullanılan teknolojiler hakkında bilgi sahibi olma değişkeni ile yapay zekaya yönelik pozitif tutumları arasında bilgi sahibi olanların lehine anlamlı farklılık olduğu, negatif tutumlarına yönelik ise anlamlı bir ilişki olmadığı tespit edilmiştir. Spor bilimleri öğrencileri, yapay zeka teknolojileri hakkında bilgi sahibi olduklarında, bu alandaki yanlışları ve korkuları aşarak teknolojinin sunduğu avantajları daha net görebilirler. Yapay zekanın spor bilimlerinde nasıl devrim yaratabileceğini anlamaları, onların kariyer olanaklarını genişletebilir. Aynı zamanda, bu teknolojik değişiklikleri kabullenme ve adaptasyon yetenekleri, onların yeniliklere daha açık ve olumlu yaklaşımlarını teşvik ediyor olabilir. Literatürde, mevcut çalışmaya destekler nitelikte çalışmaların olduğu görülmektedir (Ra vd., 2019; Mehic Dzanic, 2019).

Öğrencilerin yapay zekada kullanılan teknolojiler hakkında bilgi sahibi olma değişkeni ile iş bulma kaygı düzeyleri arasında anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

Öğrencilerin günlük hayatta kullanılan çoğu uygulamada yapay zeka kullanımı hakkında bilgi sahibi olma değişkeni ile yapay zekaya yönelik pozitif tutumları arasında bilgi sahibi olanların lehine anlamlı farklılık olduğu, negatif tutumları arasında ise anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Spor bilimleri öğrencileri, günlük hayatta sıklıkla kullandıkları

uygulamalarda yapay zeka kullanımı hakkında bilgilendiklerinde, bu teknolojinin pratikte nasıl işlediğini ve hayatlarını nasıl kolaylaştırdığını doğrudan deneyimler. Bu somut deneyimler, öğrencilere yapay zekanın reel avantajlarını ve potansiyelini gösterir. Ayrıca, teknolojiye aşinalık, onların kariyerlerinde yapay zeka ile ilgili potansiyel uygulamaları daha rahat benimsemelerine yardımcı olabilir. Günlük yaşantılarında yapay zeka ile olumlu deneyimler yaşayan öğrenciler, bu teknolojiyi daha olumlu bir şekilde algılar ve bu da onların genel tutumlarını olumlu yönde etkileyeceği düşünülebilir. Literatür incelendiğinde, mevcut çalışmayı destekleyen araştırmalar bulunmaktadır (Lee ve See, 2004; Huang ve Rust, 2018).

Öğrencilerin günlük hayatta kullanılan çoğu uygulamada yapay zeka kullanımı hakkında bilgi sahibi olma değişkeni ile iş bulma kaygı düzeyleri arasında anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

Öğrencilerin günlük internet kullanım sıklığı ile yapay zekaya yönelik negatif tutumları arasında bir farklılık tespit edilmemiştir. Yapay zekaya yönelik pozitif tutumları arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Bu anlamlı farklılığa göre, günlük interneti 241 dakika ve üzerinde kullanan öğrencilerin, 61-120 dakika kullanan öğrencilere göre yapay zekaya yönelik pozitif tutumlarının daha yüksek olduğu görülmektedir. Günlük internet kullanım süresi yüksek olan spor bilimleri öğrencileri, çevrim içi platformlarda ve uygulamalarda sıkça karşılaştıkları yapay zeka destekli sistemlerle daha fazla etkileşimde bulunurlar. Bu sık etkileşim, öğrencilere yapay zeka teknolojilerinin etkinliğini, verimliliğini ve kullanılabilirliğini doğrudan deneyimleme fırsatı sunar. Ayrıca, sürekli internet kullanımı, öğrencilere yapay zeka hakkında daha fazla bilgi edinme ve bu konuda güncel gelişmeleri takip etme olanağı sağlar. Bu bilgilendirme ve deneyimler, öğrencilerin yapay zeka teknolojilerini daha objektif bir şekilde değerlendirmelerine ve potansiyel faydalarını görmelerine olanak tanır. Sonuç olarak, internetin yoğun kullanımı, öğrencilerin yapay zekaya karşı daha bilinçli ve olumlu bir tutum geliştirmelerine katkıda bulunuyor olabilir.

Öğrencilerin günlük internet kullanım sıklığı ile iş bulma kaygısı arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Bu anlamlı farklılık, günlük interneti 241 dakika ve üzerinde kullanan öğrencilerinin 121-180 dakika kullanan öğrencilere iş bulma kaygılarının daha yüksek olduğu görülmektedir. Günlük internet kullanım süresi yüksek olan spor bilimleri öğrencileri, çevrim içi kaynaklarda ve platformlarda yer alan bilgi ve haberlere daha fazla maruz kalırlar. Bu durum, onların teknolojinin hızla ilerlediği, yapay zeka ve otomasyonun

birçok iş kolunda etkili olmaya başladığı ve bazı mesleklerin gelecekte yok olabileceği ya da dönüşebileceği konusunda daha bilinçli olmalarına yol açabilir.

Bulunan sonuçlar doğrultusunda, yapılacak çalışmalara aşağıdaki önerilerde bulunulabilir:

Spor bilimleri öğrencilerinin yapay zekaya yönelik tutumlarına nelerin etki ettiğini derinlemesine incelemek için nitel araştırmalar yapılabilir. Bu, öğrencilerin iç dünyalarını ve bu konudaki duygusal yüklerini daha iyi anlamamızı sağlar.

Öğrencilere yapay zekanın spor bilimleri sektöründeki rolü ve potansiyeli hakkında eğitimler düzenlenerek, bu alandaki kariyer fırsatları hakkında bilgilendirilmelidir. Bu durum, iş bulma kaygılarını azaltmaya yardımcı olabilir.

Yapay zekanın potansiyel etik sorunları hakkında öğrencilere bilgi verilmesi, onların bu konudaki endişelerini azaltabilir ve daha bilinçli bir yaklaşım geliştirmelerine yardımcı olabilir.

Öğrencilere yapay zeka ve ilgili teknolojilere dair pratik kurslar sunularak, bu alandaki teknolojik yetkinliklerini artırabiliriz. Bu, onların kendi yeteneklerine olan güvenlerini artırarak iş bulma kaygılarını azaltabilir.

Spor bilimleri sektöründeki profesyoneller ve işverenlerle işbirliği yaparak, sektörde yapay zekanın nasıl bir rol oynadığına dair gerçekçi bilgiler alınabilir.

Etik Kurul İzin Bilgileri

Etik değerlendirme kurulu: Karabük Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu

Etik değerlendirme belgesinin tarihi: 29.03.2023

Etik değerlendirme belgesinin sayı numarası: 2023/03-31

Araştırmacıların Katkı Oranları Beyanı

Araştırmanın tüm aşamalarında üç yazar da eşit katkıda bulunmuştur.

Çatışma Beyanı

Yazarların araştırma ile ilgili bir çatışma beyanı bulunmamaktadır.

Kaynakça

- Alpaydın, E. (2013). *Yapay öğrenme*. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınevi.
- Aslan, M., & Uğraş, S. (2021). Validity and reliability study of the sports sciences students' job finding anxiety scale. *International Journal of Eurasian Education and Culture*, 6(13), 1143-1170. <http://dx.doi.org/10.35826/ijoecc.366>
- Aydın, İ. H., ve Değirmenci, C. H. (2018). *Yapay zeka*. İstanbul: Girdap Kitap.
- Bailey, R., & Kirk, D. (2008). *The Routledge physical education reader*. London: Routledge.
- Brynjolfsson, E., & McAfee, A. (2014). *The second machine age: Work, progress, and prosperity in a time of brilliant technologies*. WW Norton & Company.
- Charniak, E., & McDermot, D. (1985). *Introduction to Artificial Intellingence*. Boston: Addison-Wesley Company.
- Davenport, T. H., & Patil, D. J. (2012). Data scientist. *Harvard Business Review*, 90(5), 70-76.
- Doğan, A. (2002). *Yapay zeka*. Ankara: Kariyer Yayınevi.
- Etzel, E. F., & Skvarla, L. A. (2017). Ethical considerations in sport and performance psychology. *In Oxford Research Encyclopedia of Psychology*. <https://doi.org/10.1093/acrefore/9780190236557.013.141>
- Fast, E., & Horvitz, E. (2017, February). Long-term trends in the public perception of artificial intelligence. *In Proceedings of the AAAI Conference on Artificial Intelligence*, 31(1).
- Fouad, F. (2019). The fourth industrial revolution is the AI revolution an academy prospective. *Int J Inf*, 8(5), 155-167.
- Genesereth, M. R., & Nilsson, N. J. (2012). *Logical foundations of artificial intelligence*. Morgan Kaufmann.
- Huang, M. H., & Rust, R. T. (2018). Artificial intelligence in service. *Journal of service research*, 21(2), 155-172.
- İşler, B., ve Kılıç, M. (2021). Eğitimde yapay zeka kullanımı ve gelişimi. *Yeni Medya Elektronik Dergisi*, 5(1), 1-11.
- Jarek, K., & Mazurek, G. (2019). Marketing and artificial intelligence. *Central European Business Review*, 8(2), 46-55.
- Kaplan, A., & Haenlein, M. (2019). Siri, Siri, in my hand: Who's the fairest in the land? On the interpretations, illustrations, and implications of artificial intelligence. *Business Horizons*, 62(1), 15-25.
- Karasar, N. (2005). Bilimsel araştırma yöntemleri. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Karsenti, T. (2019). Artificial intelligence in education: The urgent need to prepare teachers for tomorrow's schools. *Formation Et Profession*, 27(1). 112-116. doi:10.18162/fp. 2019.al66
- Kaya, F., Aydın, F., Schepman, A., Rodway, P., Yetişensoy, O., & Demir Kaya, M. (2022). The roles of personality traits, AI anxiety, and demographic factors in attitudes towards artificial intelligence. *International Journal of Human-Computer Interaction*. <https://doi.org/10.1080/10447318.2022.2151730>
- Lee, J. D., & See, K. A. (2004). Trust in automation: Designing for appropriate reliance. *Human factors*, 46(1), 50-80.
- Manyika, J., Lund, S., Chui, M., Bughin, J., Woetzel, J., Batra, P., ... & Sanghvi, S. (2017). Jobs lost, jobs gained: Workforce transitions in a time of automation. *McKinsey Global Institute*, 150(1), 1-148.
- McCarthy, J. (2004). What is artificial intelligence?. <http://www.formal.stanford.edu/jmc/whatisai/> adresinden 14 Ağustos 2023 tarihinde alınmıştır.
- Mehic Dzanic, A. (2019). AI and the future of work (Doctoral dissertation, Wien).
- Pohl, J. (2015). *Artificial superintelligence: Extinction or Nirvana?*. In Proceedings of InterSymp-2015, IIAS, 27th International Conference on Systems Research, Informatics, and Cybernetics.

- Ra, S., Shrestha, U., Khatiwada, S., Yoon, S. W., & Kwon, K. (2019). The rise of technology and impact on skills. *International Journal of Training Research*, 17(sup1), 26-40.
- Rainie, L., & Anderson, J. (2017). *The future of jobs and jobs training*. USA: Pew Research Center.
- Rouhiainen, L. (2019, 14 Ekim). How AI and data could personalize higher education. <https://hbr.org/2019/10/how-ai-and-data-could-personalize-higher-education> adresinden 14 Ağustos 2023
- Schepman, A. & Rodway, P. (2020). Initial validation of the general attitudes towards Artificial Intelligence Scale. *Computers in Human Behavior Reports* (1), 100014. <https://doi.org/10.1016/j.chbr.2020.100014>
- Strelkova, O. (2017). *Three types of artificial intelligence*. IV All Ukrainian Scientific and Practical Conference Current Trends in Young Scientists Research (ss. 142-146). Zhytomyr: ZSTU.
- Büyüköztürk, Ş. (2007). *Sosyal Bilimler için Veri Analizi El Kitabı*. Ankara: Pegem A Yayıncılık.



Spor Federasyonlarının Mali Yapısının Olimpik Federasyonlar Özelinde İncelenmesi ve Gelir Gider Tabloları Üzerinden Değerlendirilmesi

Pınar KARACAN DOĞAN¹, Muhammet ÇOLAK²

¹Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

<https://orcid.org/0000-0002-2654-2751>

²Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü

<https://orcid.org/0000-0002-8076-1920>

ORJINAL MAKALE

Özet

Günümüzde hızla gelişen spor olgusu ve spor sektörü, spor yönetiminin yapı taşlarından biri olan spor federasyonlarını çağın gelişim ve değişimine uygun bir yapılanmaya mecbur bırakmaktadır. Spor federasyonları da bu değişimden etkilenmektedir. Türkiye’de sporun sevk ve idaresinden sorumlu Gençlik ve Spor Bakanlığının bağlı birimi olan Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğü, Anayasanın 59. maddesindeki hükmünü gerçekleştirirken, faaliyetlerini sürdüren spor federasyonlarına da belli sorumluluklar yüklemektedir. Araştırma kapsamında federasyonlara yönelik kanun ve yönetmelikler incelenmiş, federasyonların mali yapılarıyla ilgili bilgilere yer verilmiştir. Federasyonların mali yapılarını analiz amacıyla gelir kalemleri ile en fazla gelir elde ettiği/edebileceği kalemler açıklanmış, ayrıca 2019-2021 yıllarına ait Denetim Kurulu raporlarından elde edilen gelir-gider kalemleri ile ilgili analizler yapılmıştır. Yapılan analiz sonuçlarına göre; yaz olimpiyat oyunları olan federasyonların 2019-2021 mali yılları içerisinde gelir kalemleri bakımından en büyük payın Spor Toto gelirine ait olduğu, ikinci sırada Bakanlık Yardımının yer aldığı, diğer gelir kalemlerinin ise toplam gelirlerine oranla düşük olduğu, yani öz gelir elde etmekte yetersiz olduğu tespit edilmiştir. Federasyonların gider kalemlerine bakıldığında yurt içi ve yurt dışı faaliyet giderlerinin birçok federasyon için düşük, personel giderinin yüksek, eğitim alt yapı harcamalarının yetersiz, yıl sonu durumlarında ise bir sonraki yıla borç devirlerinin olduğu tespit edilmiştir. Tüm bu analiz sonuçları göz önünde bulundurularak federasyonların gelirlerini nasıl artırtabileceği ve giderlerini amaçlarına uygun nasıl dengeleyebileceği konusunda öneriler sunulmuştur.

Anahtar kelimeler: Spor Federasyonları, Mali Yapı, Olimpik Federasyon.

Analysis of The Financial Structure of Sports Federations Especially of Olympic Federations and Evaluation on Income Expense Statements

Abstract

Nowadays, the rapidly developing sports phenomenon and the sports sector oblige sports federations, which are one of the building blocks of sports management, to structure by the development and change of the age. Sports federations have also been affected by this change. The General Directorate of Sports Services, the subordinate unit of the Ministry of Youth and Sports responsible for the administration and administration of sports in Turkey, imposes specific responsibilities on sports federations that continue their activities, while carrying out the provision in Article 59 of the Constitution.. Within the scope of the research, information about the definition of federations, the phases they have gone through and their structures are given. In addition, the laws and regulations concerning our subject were examined and information about the financial structures of the

federations was given. In order to analyze the financial structures of the federations, income items and the items that they can earn / can earn the most income were announced, and analyzes were made about the income-expenditure items obtained from the reports of the Board of Auditors for the years 2019-2021. According to the results of the analysis; It has been determined that the biggest share among the income items of the Summer Olympic games federations in the 2019-2021 financial years is Spor Toto income, the Ministry's Aid is the second, which is low compared to the total income of other income items, that is, they insufficient to generate own income. Looking at the expense items of the federations, it has been determined that the domestic and international operating expenses are low for many federations, the personnel expenses of many federations are high, the education infrastructure expenditures are insufficient in most of them, and there are debt transfers to the next year at the end of the year. Based on the results of all these analyzes, suggestions have been made that are thought to increase the incomes of the federations and contribute to the formation of expenses in accordance with the objectives and activities of their expenses.

***Keywords:** Sport Federations, Financial Structure, Olympic Federation.*

***Bu araştırma Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü'nde yüksek lisans tezi olarak yayımlanmıştır.**

Giriş

Teknolojik ilerlemelerin hız kazanmasıyla birlikte, küreselleşme daha da ivme kazanmış ve ulusal sınırların eski anlamı ortadan kalkmıştır. Artık spor, sanat, eğitim, kültür ve sosyal faaliyetler daha geniş kitlelere eş zamanlı olarak erişebilmektedir. Ayrıca, spor artık sadece fiziksel ve zihinsel aktivitelerin toplamı olmanın ötesine geçmiş, bireylerin ve toplulukların ruhsal ve fiziksel sağlığına, ilişkilerine ve genel gelişimine büyük bir etki yapar hale gelmiştir.

Spor, insanların bedensel, ruhsal ve sosyal gelişimine katkı sağlamayı amaçlayan önemli bir faaliyettir. Hem bireylerin kişisel sağlığını koruyup geliştirmesine yardımcı olurken hem de toplumların sosyal, ekonomik ve kültürel açıdan ilerlemesine katkıda bulunmaktadır. Spor, çeşitli biçimlerde uygulanarak hem sağlıklı bireylerin oluşumuna yardımcı olmakta hem de toplumsal birlik ve beraberliği desteklemektedir. Bu nedenle, sporun hayatımızdaki önemi ve etkisi göz ardı edilemez konumdadır (Yetim, 2011).

1982 Anayasası'nın 58. ve 59. maddeleri, beden eğitimi ve sporla ilgili düzenlemeleri içermektedir. "Gençliğin korunması" başlığı altındaki ilk madde, devlete gençleri uyuşturucu madde kullanımı, alkol bağımlılığı, kumar ve suç işleme gibi zararlı alışkanlıklardan korumak için gerekli önlemleri alma sorumluluğunu yüklemektedir. Aynı şekilde, ikinci madde olan "sporun geliştirilmesi" başlığı, Türk vatandaşlarının her yaş grubundaki bireylerin beden ve ruh sağlığını koruyacak, geliştirecek tedbirlerin alınmasını, sporun yaygınlaşmasını teşvik etmeyi ve başarılı sporcuların desteklenmesini içeren sorumlulukları belirtmektedir.

Bu anlamda sporun doğru, verimli ve etkin şekilde yönetilmesi bu günlerde devletler için ihtiyacın ötesinde zorunluluk haline gelmiştir. Türkiye Cumhuriyeti anayasasının 59'uncu maddesinde de belirtildiği üzere devletin spora maddi katkısı devlet politikası haline gelmiştir. Bu desteğin bir kısmını Gençlik ve Spor Bakanlığının bir birimi olan Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğü aracılığıyla spor federasyonlarına maddi destek sağlayarak gerçekleştirmektedir.

3289 sayılı kanun ya da Cumhurbaşkanlığı kararnamesi ile kurulmuş 63 spor federasyonu ve kendine özgü bir kanunla oluşturulmuş "Türkiye Futbol Federasyonu" olmak üzere, iki farklı statüde hizmet veren toplam 64 spor federasyonu mevcuttur.

Federasyonlar, uluslararası kurallara uygun olarak kendi spor dallarındaki faaliyetleri düzenleyen, yöneten, eğiten, yaygınlaştıran, geliştiren ve yurt dışında temsilini sağlayan teknik kuruluşlardır. Bu faaliyetlerin yürütülmesinde moral ve sağlık kuralları ön planda tutulur (Talismenler, 2002).

Olimpiyatlar, yaz ve kış döneminde farklı kategorilerde düzenlenen branşlara sahiptir. Normal şartlarda dört yılda bir düzenlenen olimpiyatlar, çok uluslu bir spor etkinliği olduğundan dolayı spor dünyasında önemli bir yere sahiptir.

Olimpiyat Oyunları'ndaki spor dallarının belirlenme süreci, çeşitli faktörlerin birleşimi sonucunda gerçekleşmektedir. IOC, sporun evrenselliğini ve çeşitliliğini yansıtmak amacıyla Olimpiyat programını sürekli olarak gözden geçirmekte ve güncellemektedir. IOC tarafından yapılan incelemeler ve değerlendirmeler neticesinde olimpik spor dallarının neler olduğu, bir sonraki olimpiyatlarda hangi branşlarda yarışmaların olacağı belirlenmekte ve ilan edilmektedir.

Araştırmanın yapıldığı dönem itibariyle (2019-2021) IOC tarafından belirlenmiş spor dallarında yaz oyunları olan spor dallarından 32 spor branşı ve kış oyunları olan spor dallarında 15 spor branşı olduğu belirlenmiştir.

Gereç ve Yöntem

Araştırmanın Modeli

Spor federasyonlarının mali yapısının olimpik federasyonlar özelinde incelenmesi ve gelir gider tabloları üzerinden değerlendirilmesi ile ilgili literatür taraması sonucunda yeterli çalışma olmadığı görülmektedir. Bu çalışma federasyonların mali yapıları hakkında mevcut durumlarının istatistiki göstergelere göre tespiti ve genel fikir sahibi olunması amacıyla yapılmıştır. Çalışmada, kaynak tarama modeli kullanılarak yapılan federasyonların mevcut durumunu ortaya koyan, tanımlayıcı bir çalışmadır.

Araştırmada genel kaynak tarama modeli kullanılmıştır. Genel kaynak tarama modelleri, çok sayıda elemanlardan oluşan bir evrende, evren hakkında genel bir yargıya varmak amacıyla evrenin tümü ya da ondan alınacak bir grup örnek ya da örneklem üzerinde yapılan tarama düzenlemeleri olarak ifade edilmektedir (Karasar, 1994).

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni, ülkemizde 2019-2021 yılları arasında faaliyet gösteren 64 spor federasyonu, örnekleme ise 29 Yaz Olimpiyat oyunları olan spor federasyonlarından oluşmaktadır.

Verilerin Toplanması

Türkiye’deki Spor Federasyonlarının Mali Yapısının Olimpik Federasyonlar Özelinde İncelenmesi ve Gelir Gider Tabloları Üzerinden Değerlendirilmesi kaynak tarama modeli kullanılarak yapılmıştır. Yapılan taramalar neticesinde Gençlik ve Spor Bakanlığı’nın İnternet sitesinde ve 29 Yaz Olimpiyat oyunları olan spor federasyonun [Futbol, Judo ve Kaykay (Denetim kurulu raporu gelir gider kalemi ayrıntılı verilmemiş), hariç] internet sitesinde kamuoyu erişimine açık olan 2019-2021 yıllarına ait Denetim Kurulu raporları incelenmiştir.

Verilerin Analizi

İstatistiksel analiz aşamasında yaz olimpiyat oyunları olan olimpik spor federasyonlarının 2019, 2020 ve 2021 yıllarına ait denetim kurulu raporlarından elde edilen bilgiler ışığında gelir-gider tabloları incelenmiştir. Raporlardan elde edilen bilgilere göre yüzde frekans dağılımları ortaya konularak analizler yapılmıştır.

Araştırmanın Etiği

Bu araştırma; Gazi Üniversitesi Etik Komisyonu’nun 23.02.2023 tarihli ve E-77082166-302.08.01-595110 sayılı kararı ile etik kurul onayı alınmıştır. “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” çerçevesinde hareket edilmiştir.

Bulgular

Tablo 1

Federasyonların 2019 mali yılı ayrıntılı gelir ve gider verileri

		GSB	SPOR TOTO	DIĞER GELİR	TOPLAM GELİR	TOPLAM GİDER
NO	FEDERASYON	2019	2019	2019	2019	2019
1	ATLETİZM	12.970,000	22.000,000	5.441,977	40.411,977	54.459,332
2	ATICILIK	2.570,000	3.600,000	1.108,979	7.278,979	7.377,230
3	BADMİNTON	1.095,000	2.450,000	2.467,864	6.012,864	8.805,555
4	BASKETBOL (GSB+S TOTO)	37.600,000		101.935,782	139.535,782	193.599,949
5	BİNİCİLİK	0	3.300,000	4.429,868	7.729,868	8.488,093
6	BİSİKLET	720.000	31.000,000	4.442,205	36.162,205	27.671,389
7	BOKS	1.765,000	4.000,000	885.181	6.650,181	8.024,523
8	CİMNASTİK	5.390,000	7.000,000	9.065,124	21.455,124	23.039,966
9	DAĞCILIK	125.000	600.000	691.252	1.416,252	1.250,093
10	ESKRİM	2.120,000	3.000,000	3.527,590	8.647,590	9.270,871
11	GOLF	350.000	15.000,000	37.109,329	52.459,329	67.190,616
12	GÜREŞ	11.975,000	40.000,000	2.664,810	54.639,810	52.997,746
13	HALTER	1.620,000	5.850,000	227.415	7.697,415	11.371,050

14	HENTBOL	110.000	5.500,000	2.721,634	8.331,634	10.667,167
15	HOKEY	120.000	5.000,000	1.213,018	6.333,018	7.017,973
16	KANO	2.110,000	3.500,000	396.706	6.006,706	5.051,274
17	KARATE	7.310,000	10.000,000	3.470,718	20.780,718	18.005,636
18	KÜREK	2.765,000	3.000,000	297.512	6.062,512	6.077,963
19	MASA TENİSİ	875.000	3.330,000	1.416,860	5.621,860	2.938,716
20	M.PENTATLON	1.065,000	3.500,000	377.921	4.942,921	4.628,263
21	OKÇULUK	5.330,000	3.750,000	3.559,978	12.639,978	10.444,429
22	RAGBİ	150.000	2.600,000	348.566	3.098,566	4.250,257
23	SU TOPU	120.000	4.500,000	647.928	5.267,928	4.085,112
24	TAEKWONDO	7.775,000	15.000,000	7.891,225	30.666,225	29.882,554
25	TENİS	1.560,000	5.000,000	9.134,845	15.694,845	14.283,878
26	TRİATLON	310.000	1.800,000	453.565	2.563,565	2.793,752
27	VOLEYBOL	1.860,000	35.000,000	39.791,177	76.651,177	67.045,940
28	YELKEN	5.060,000	8.000,000	1.972,562	15.032,562	15.340,136
29	YÜZME	5.045,000	15.000,000	4.043,406	24.088,406	24.955,609

Tablo 1’de görüldüğü gibi, 2019 yılında en fazla Bakanlık yardımı alan spor federasyonları; atletizm 12.970,000 TL, güreş 11.975,000 TL, taekwondo 7.775,000 TL olmak üzere ilk üç sırayı oluşturmaktadır. En az Bakanlık yardımı alan federasyonlar binicilik 0 TL, hentbol 110.000,00 TL, su topu ve hokey 120.000 TL olmak üzere ilk üç sırayı oluşturmaktadır (basketbol federasyonu denetim kurulu raporunda Bakanlık Yardımı ve Spor Toto geliri Kamu katkısı olarak birleşik verildiği için hariç tutulmuştur).

En fazla Spor Toto geliri elde eden federasyonlar ise güreş 40.000,000 TL, voleybol 35.000, 000 TL, bisiklet 31.000,000 TL olmak üzere ilk üç sırayı oluşturmaktadır. En az Spor Toto geliri elde eden federasyonlar ise dağcılık 600.000 TL, triatlon 1.800,000 TL, badminton 2. 450,000 TL olmak üzere ilk üç sırayı oluşturmaktadır (basketbol federasyonu denetim kurulu raporunda Bakanlık Yardımı ve Spor Toto geliri Kamu katkısı olarak birleşik verildiği için hariç tutulmuştur).

Kamu Katkısı (Bakanlık Yardımı + Spor Toto) olarak en fazla gelir alan 3 federasyon sırasıyla; güreş 51.975.000 TL, basketbol 37.600,000 TL, voleybol 36.860,000 TL olmak üzere ilk üç sırayı oluşturmaktadır. En az Kamu Katkısı (Bakanlık Yardımı + Spor Toto) alan 3 federasyon sırasıyla; dağcılık 725.000 TL, triatlon 2.110,000 TL, ragbi 2.750,000 TL olmak üzere son 3 sırada yer almaktadır.

Diğer gelirler içerisinde en fazla gelir elde edebilen ilk 3 federasyon; basketbol 101.935,782 TL, voleybol 39.791,177 TL, golf 37.109,329 TL, en az gelir elde eden ilk üç

federasyon ise halter 227.415 TL, kürek 297.512 TL, ragbi 348.566 TL olmak üzere son üç sırada yer almaktadır.

Tablo 2

Federasyonların 2020 mali yıllı ayrıntılı gelir ve gider verileri

NO	FEDERASYON	GSB	SPOR	DİĞER	TOPLAM	TOPLAM GİDER
		2020	TOTO	GELİR	GELİR	2020
1	ATLETİZM	15.850,000	25.000,000	3.931,095	44.781,095	34.743,474
2	ATICILIK	4.000,000	3.000,000	2.059,873	9.059,873	5.408,377
3	BADMİNTON	900.000	3.200,000	575.492	4.675,492	3.660,121
4	BASKETBOL (GSB+S TOTO)	28.150,000		100.030,701	128.180,701	142.197,769
5	BİNİCİLİK	350.000	2.750,000	2.812,958	5.912,958	6.009,898
6	BİSİKLET	1.100,000	4.000,000	207.760	5.307,760	4.660,029
7	BOKS	2.800,000	4.000,000	650.790	7.450,790	6.371,195
8	CİMNASTİK	6.200,000	15.000,000	8.666,894	29.866,894	28.080,868
9	DAĞCILIK	150.000	400.000	512.678	1.062,678	749.921
10	ESKRİM	2.750,000	3.500,000	1.540,000	7.790,000	5.566,580
11	GOLF	300.000	8.000,000	3.934,287	12.234,287	12.842,717
12	GÜREŞ	12.450,000	35.000,000	1.591,328	49.041,328	45.224,987
13	HALTER	2.700,000	6.000,000	639.229	9.339,229	3.579,351
14	HENTBOL	150.000	2.750,000	3.855,903	6.755,903	5.567,054
15	HOKEY	150.000	3.750,000	265.741	4.165,741	2.741,976
16	KANO	2.200,000	3.350,000	374.809	5.924,809	4.466,146
17	KARATE	7.700,000	8.400,000	2.200,000	18.300,000	10.413,249
18	KÜREK	2.650,000	2.800,000	278.039	5.728,039	4.413,781
19	MASA TENİSİ	600.000	3.750,000	995.153	5.345,153	1.122,365
20	M.PENTATLON	2.200,000	2.400,000	154.971	4.754,971	3.048,310
21	OKÇULUK	4.050,000	4.000,000	804.413	8.854,413	7.458,064
22	RAGBİ	150.000	2.200,000	114.940	2.464,940	833.000
23	SU TOPU	150.000	3.250,000	211.079	3.611,079	1.342,812
24	TAEKWONDO	9.400,000	12.000,000	4.209,415	25.609,415	18.115,543
25	TENİS	1.500,000	21.000,000	8.962,520	31.462,520	29.491,532
26	TRİATLON	500.000	2.250,000	690.645	3.440,645	1.845,198
27	VOLEYBOL	5.800,000	25.000,000	38.148,792	68.948,792	52.746,496
28	YELKEN	5.550,000	8.000,000	1.356,274	14.906,274	10.671,844
29	YÜZME	6.550,000	13.000,000	2.981,037	22.531,037	15.557,814

Tablo 2’de görüldüğü gibi, 2020 yılında en fazla Bakanlık yardımı alan spor federasyonları; atletizm 15.850,000 TL, güreş 12.450,000 TL, taekwondo 9.400,000 TL olmak üzere ilk üç sırayı oluşturmaktadır. En az Bakanlık yardımı alan federasyonlar dağcılık 150.000 TL, hentbol, hokey, su topu ve ragbi 150.000 TL olmak üzere en az katkı alanlar sıralamasını

oluşturmaktadır (basketbol federasyonu denetim kurulu raporunda Bakanlık Yardımı ve Spor Toto geliri Kamu katkısı olarak birleşik verildiği için hariç tutulmuştur).

En fazla Spor Toto geliri elde eden federasyonlar ise güreş 35.000,000 TL, atletizm 25.000, 000 TL, voleybol 25.000,000 TL olmak üzere ilk üç sırayı oluşturmaktadır. En az Spor Toto geliri elde eden federasyonlar ise dağcılık 400.000 TL, ragbi 2.200,000 TL, triatlon 2.250,000 TL, olmak üzere ilk üç sırayı oluşturmaktadır (basketbol federasyonu denetim kurulu raporunda Bakanlık Yardımı ve Spor Toto geliri Kamu katkısı olarak birleşik verildiği için hariç tutulmuştur).

Kamu Katkısı (Bakanlık Yardımı + Spor Toto) olarak en fazla gelir alan 3 federasyon sırasıyla; güreş 47.450,000 TL, atletizm 40.850,000 TL, voleybol 30.800,000 TL olmak üzere ilk üç sırayı oluşturmaktadır. En az Kamu Katkısı (Bakanlık Yardımı + Spor Toto) alan 3 federasyon sırasıyla; dağcılık 550.000 TL, ragbi 2.350,000 TL, triatlon 2.750,000 TL olmak üzere son 3 sırada yer almaktadır.

Diğer gelirler içerisinde en fazla gelir elde edebilen ilk 3 federasyon; basketbol 100.030,701 TL, voleybol 38.148,792 TL, tenis 8.962,520 TL, en az gelir elde eden ilk üç federasyon ise ragbi 114.940 TL, modern pentatlon 154.971 TL, bisiklet 207.760 TL olmak üzere son üç sırada yer almaktadır.

Tablo 3

Federasyonların 2021 mali yıllı ayrıntılı gelir ve gider verileri

	GSB	SPOR TOTO	DİĞER GELİR	TOPLAM GELİR	TOPLAM GİDER	
NO	FEDERASYON	2021	2021	2021	2021	
1	ATLETİZM	11.500,000	20.000,000	2.435,125	33.935,125	45.935,125
2	ATICILIK	1.250,000	2.750,000	3.024,470	7.024,470	8.574,233
3	BADMİNTON	300.000	2.000,000	514.987	2.814,987	2.845,432
4	BASKETBOL (GSB+S TOTO)	25.000,000		74.638,651	99.638,651	124.638,651
5	BİNİCİLİK	0	1.750,000	6.316,557	8.066,557	5.024,805
6	BİSİKLET	0	42.500,000	3.760,746	46.260,746	40.782,391
7	BOKS	2.750,000	3.200,000	1.465,971	7.415,971	7.838,695
8	CİMNASTİK	5.050,000	10.000,000	6.378,185	21.428,185	19.183,792
9	DAĞCILIK	200.000	250.000	623.064	1.073,064	1.306,959
10	ESKRİM	700.000	3.000,000	855.403	4.555,403	5.273,893
11	GOLF	0	2.500,000	1.445,046	3.945,046	7.712,061

12	GÜREŞ	8.050,000	47.000,000	2.088,434	57.138,434	73.653,046
13	HALTER	700.000	5.500,000	377.051	6.577,051	9.415,618
14	HENTBOL	0	3.000,000	2.539,674	5.539,674	6.848,842
15	HOKEY	0	4.000,000	329.293	4.329,293	5.604,080
16	KANO	2.500,000	1.100,000	427.516	4.027,516	5.538,653
17	KARATE	500.000	6.500,000	2.439,303	9.439,303	12.078,611
18	KÜREK	2.000,000	2.500,000	159.345	4.659,345	7.017,501
19	MASA TENİSİ	100.000	1.750,000	899.054	2.749,054	3.164,740
20	M.PENTATLON	1.650,000	3.500,000	107.252	5.257,252	5.501,201
21	OKÇULUK	5.000,000	4.250,000	2.290,823	11.540,823	11.937,544
22	RAGBİ	0	1.800,000	270.715	2.070,715	3.379,399
23	SU TOPU	0	2.500,000	315.001	2.815,001	4.780,504
24	TAEKWONDO	6.000,000	11.500,000	5.113,329	22.613,329	26.903,304
25	TENİS	1.500,000	9.000,000	9.355,698	19.855,698	30.488,089
26	TRİATLON	250.000	2.500,000	1.178,281	3.928,281	3.962,080
27	VOLEYBOL	2.800,000	28.000,000	25.303,554	56.103,554	52.274,617
28	YELKEN	6.000,000	9.000,000	2.575,880	17.575,880	19.934,603
29	YÜZME	5.800,000	15.500,000	1.428,453	22.728,453	28.202,852

Tablo 3’de görüldüğü gibi, 2021 yılında en fazla Bakanlık yardımı alan spor federasyonları; atletizm 11.500,000 TL, güreş 8.050,000 TL, taekwondo ve yelken 6.000,000 TL olmak üzere ilk sıraları oluşturmaktadır. En az Bakanlık yardımı alan federasyonlar binicilik, bisiklet, golf, hentbol, ragbi, su topu, federasyonları hiç yardım almamıştır. masa tenisi 100.000 TL, dağcılık 200.000 TL, triatlon 250.000 TL olmak üzere en az katkı alanlar sıralamasını oluşturmaktadır (basketbol federasyonu denetim kurulu raporunda Bakanlık Yardımı ve Spor Toto geliri Kamu katkısı olarak birleşik verildiği için hariç tutulmuştur).

En fazla Spor Toto geliri elde eden federasyonlar ise güreş 47.000,000 TL, bisiklet 42.500, 000 TL, voleybol 28.000,000 TL olmak üzere ilk üç sırayı oluşturmaktadır. En az Spor Toto geliri elde eden federasyonlar ise dağcılık 250.000 TL, kano 1.100,000 TL, binicilik 1.750, 000 TL olmak üzere ilk üç sırayı oluşturmaktadır (basketbol federasyonu denetim kurulu raporunda Bakanlık Yardımı ve Spor Toto geliri Kamu katkısı olarak birleşik verildiği için hariç tutulmuştur).

Kamu Katkısı (Bakanlık Yardımı + Spor Toto) olarak en fazla gelir alan 3 federasyon sırasıyla; güreş 55.050,000 TL, bisiklet 42.500,000 TL, atletizm 31.500,000 TL olmak üzere ilk üç sırayı oluşturmaktadır. En az Kamu Katkısı (Bakanlık Yardımı + Spor Toto) alan 3

federasyon sırasıyla; dağcılık 550.000 TL, ragbi 2.350,000 TL, triatlon 2.750,000 TL olmak üzere son 3 sırada yer almaktadır.

Diğer gelirler içerisinde en fazla gelir elde edebilen ilk 3 federasyon; basketbol 74.638,651 TL, voleybol 25.303,554 TL, tenis 9.355,698 TL en az gelir elde eden ilk üç federasyon ise; modern pentatlon 107.252 TL, kürek 159.345 TL, ragbi 270 715 TL olmak üzere son üç sırada yer almaktadır.

Tablo 4

Federasyonların 2019 mali yılı ayrıntılı gider verileri

GİDERLER	YURT İÇİ FAALİYET GİD	YURT DIŞI FAALİYET GİD	PERSONEL GİD	EĞİTİM ALT YAPI GİD	DİĞER GİDER	TOPLAM GİDER
FEDERASYON	2019	2019	2019	2019	2019	2019
ATLETİZM	7.014.726,65	7.297.659,75	5.350.644,26	5.734.783,23	29.061.518,24	5.459.332,13
ATICILIK	1.880.638,88	2.252.411,70	955.350,25	833.085,73	3.336.382,04	7.377.229,72
BADMİNTON	631.515,89	1.428.104,13	854.733,48	1.895.736,89	3.995.464,93	8.805.555,32
BASKETBOL	3.089.051,68	5.652.733,96	-	9.175.215,51	175.682.947,64	193.599.948,79
BİNİCİLİK	3.577.634,25	452.864,22	1.397,582,35	959.289,92	2.100.722,50	8.488.093,24
BİSİKLET	22.524.745,98	1.121.284,59	975.088,10	470.877,46	2.579.393,30	27.671.389,43
BOKS	547.650,13	1.489.540,40	1.967.317,51	1.118.396,87	2.901.618,20	8.024.523,11
CİMNASTİK	2.673.039,10	6.055.911,10	3.360.867,33	3.894.284,64	7.055.863,54	23.039.965,71
DAĞCILIK	178.088,61	220.515,59	111.014,95	249.469,12	491.004,31	1.250.092,58
ESKRİM	804.044,82	2.436.417,00	2.709.695,23	1.392.958,20	1.927.755,76	9.270.871,01
GOLF	55.882.943,76	450.897,20	3.595.452,58	133.795,90	7.127.526,72	67.190.616,16
GÜREŞ	9.389.382,45	10.108.726,86	7.183.497,32	4.480.701,81	21.835.437,23	52.997.745,67
HALTER	1.790.687,25	3.400.675,18	596.298,92	1.435.116,47	4.148.272,57	11.371.050,39
HENTBOL	1.209.285,04	1.634.742,36	1.698.188,02	1.528.858,98	4.596.092,25	10.667.166,65
HOKEY	2.189.520,13	1.249.702,91	551.877,06	1.085.692,10	1.941.181,20	7.017.973,40
KANO	690.013,49	852.740,59	1.033.900,74	1.067.002,07	1.407.617,34	5.051.274,23
KARATE	1.084.001,90	5.331.722,89	1.856.847,73	6.040.851,46	3.692.211,52	18.005.635,50
KÜREK	989.602,92	792.155,48	1.733.526,81	114.482,38	2.448.195,51	6.077.963,10
MASA TENİSİ	1.204.228,98	984.468,85	128.264,88	295.258,50	326.495,25	2.938.716,46
M.PENTATLON	317.614,49	2.726.540,19	553.966,52	122.142,15	907.999,95	4.628.263,30
OKÇULUK	745.191,15	4.008.890,44	904.938,23	785.928,83	3.999.480,44	10.444.429,09
RAGBİ	837.599,26	1.143.373,41	298.373,26	109.797,23	1.861.113,93	4.250.257,09
SU TOPU	780.691,79	1.142.065,30	634.609,59	954.620,62	573.124,22	4.085.111,52
TAEKWONDO	6.174.640,74	7.278.809,02	3.217.971,96	4.885.838,74	8.325.293,43	29.882.553,89
TENİS	3.538.855,62	2.789.627,53	1.543.304,42	2.144.775,30	4.267.315,48	14.283.878,35
TRİATLON	886.840,60	345.923,58	345.660,14	272.223,03	943.104,66	2.793.752,01
VOLEYBOL	19.895.215,39	4.565.476,11	9.258.754,23	11.604.317,39	21.722.177,24	67.045.940,36
YELKEN	1.912.325,82	5.156.125,84	1.583.209,48	1.876.296,26	4.812.178,48	15.340.135,88
YÜZME	4.796.109,21	8.462.067,74	1.805.352,99	338.986,55	9.553.092,30	24.955.608,79

Tablo 4'te görüldüğü gibi, 2019 yılında en fazla gidere sahip ilk üç federasyon; basketbol 193.599.948,79 TL, golf 67.190.616,16 TL, voleybol 67.045.940,36 TL olmak üzere ilk üç sırayı oluşturmaktadır. En az gidere sahip federasyonlar ise; dağcılık 1.50.092,58 TL, triatlon 2.793.752,01 TL, masa tenisi 2.938.716,46 olmak üzere en az gidere sahip federasyonlar olmuştur.

Tablo 5

Federasyonların 2020 mali yıllı ayrıntılı gider verileri

GİDERLER	YURT İÇİ FAALİYET GİD	YURT DIŞI FAALİYET GİD	PERSONEL GİD	EĞİTİM ALT YAPI GİD	DİĞER GİDER	TOPLAM GİDER
FEDERASYON	2020	2020	2020	2020	2020	2020
ATLETİZM	5.588.670,58	1.77.627,62	6.784.753,29	3.493.211,46	17.100.211,00	34.743.473,95
ATICILIK	1.204.244,14	603.782,91	1.094.811,38	535.016,71	1.970.521,73	5.408.376,87
BADMİNTON	62.620,09	251.976,18	677.430,30	1.384.026,12	1.284.068,82	3.660.121,51
BASKETBOL	4.085.651,02	771.537,00	-	4.500.176,78	132.840.404,51	142.197.769,31
BİNİCİLİK	1.700.386,74	62.999,25	1.616.516,51	1.319.218,96	1.310.776,67	6.009.898,13
BİSİKLET	1.207.769,46	58.498,09	934.723,36	6.934,09	2.452.103,82	4.660.028,82
BOKS	308.500,30	819.904,30	2.120.257,52	401.418,54	2.721.114,39	6.371.195,05
CİMNASTİK	2.752.848,36	1.081.024,36	3.963.005,02	1.389.414,85	18.894.575,22	28.080.867,81
DAĞCILIK	171.117,34	6.116,46	96.017,37	167.518,31	309.151,09	749.920,57
ESKRİM	132.805,42	675.216,14	1.902.493,45	803.748,74	2.052.316,66	5.566.580,41
GOLF	301.834,35	0,00	4.393.942,06	5.600,00	8.141.340,59	12.842.717,00
GÜREŞ	1.886.089,13	3.335.318,00	9.481.345,43	16.125.353,77	14.396.881,60	45.224.987,93
HALTER	314.406,29	393.736,03	687.872,95	408.950,07	1.774.386,17	3.579.351,51
HENTBOL	732.858,25	433.658,26	1.959.051,87	410.180,55	2.031.304,67	5.567.053,60
HOKEY	894.998,00	241.976,39	394.805,88	136.510,28	1.073.685,41	2.741.975,96
KANO	289.878,25	1.985,23	878.845,37	2.064.348,07	1.231.089,15	4.466.146,07
KARATE	407.209,36	1.890.694,17	2.092.578,88	3.077.763,50	2.945.002,63	10.413.248,54
KÜREK	511.183,06	373.462,47	2.139.807,42	282.368,25	1.106.959,65	4.413.780,85
MASA TENİSİ	495.369,27	153.753,36	135.212,90	227.759,16	110.270,30	1.122.364,99
M. PENTATLON	96.712,15	780.491,56	850.287,46	235.776,35	1.085.042,85	3.048.310,37
OKÇULUK	700.788,25	62.163,50	1.240.138,30	291.667,64	5.163.306,03	7.458.063,72
RAGBİ	38.226,21	51.660,57	297.186,87	45.868,31	400.058,04	833.000,00
SU TOPU	136.477,39	319.632,90	434.053,51	78.495,01	374.152,81	1.342.811,62
TAEKWONDO	3.371.192,43	2.670.688,38	3.656.214,03	1.694.433,84	6.723.014,47	18.115.543,15
TENİS	6.628.559,92	936.142,53	1.842.588,90	3.047.790,05	17.036.450,36	29.491.531,76
TRİATLON	323.227,13	6.899,56	402.750,64	364.483,74	747.837,22	1.845.198,29
VOLEYBOL	8.471.671,55	1.304.902,69	10.108.471,60	5.950.908,00	26.910.542,58	52.746.496,42
YELKEN	179.510,60	1.773.220,96	1.772.463,13	1.810.654,04	5.135.995,12	10.671.843,85
YÜZME	1.181.543,29	856.110,82	2.064.496,56	186.812,25	11.268.850,80	15.557.813,72

Tablo 5’de görüldüğü gibi, 2020 yılında en fazla gidere sahip ilk üç federasyon; basketbol 142.197.769,31 TL, voleybol 52.746.496,42 TL, güreş 45.224.987,93 TL olmak üzere ilk üç sırayı oluşturmaktadır. En az gidere sahip federasyonlar ise; dağcılık 749.920,57 TL, ragbi 833.000 TL, masa tenisi 1.122.364,99 TL olmak üzere en az gidere sahip federasyonlar olmuştur.

Tablo 6

Federasyonların 2021 mali yıllı ayrıntılı gider verileri

GİDERLER	YURT İÇİ FAALİYET GİD	YURT DIŞI FAALİYET GİD	PERSONEL GİD	EĞİTİM ALT YAPI GİD	DİĞER GİDER	TOPLAM GİDER
FEDERASYON	2021	2021	2021	2021	2021	2021
ATLETİZM	10.194.824,43	9.095.122,95	5.454.681,26	3.396.847,96	17.793.648,44	45.935.125,04
ATICILIK	1.856.285,83	1.740.241,53	939.427,07	876.236,53	4.101.468,98	8.574.232,87
BADMİNTON	315.911,01	810.540,92	580.205,18	252.280,02	886.494,51	2.845.431,64
BASKETBOL	17.213,34	2.564.089,35	-	587.840,44	128.990.045,95	132.159.189,08
BİNİCİLİK	1.500.355,84	375.455,19	1.260.419,58	1.085.021,30	800.552,98	5.021.804,89
BİSİKLET	30.136.056,69	317.900,97	786.900,60	252.318,26	9.289.214,66	40.782.391,18
BOKS	1.664.458,20	2.060.742,82	1.509.229,29	135.103,29	2.469.161,65	7.838.695,25
CİMNASTİK	518.377,16	5.374.149,18	3.826.673,39	1.372.541,36	8.092.051,08	19.183.792,17
DAĞCILIK	215.702,69	293.791,16	145.628,44	159.549,36	492.287,47	1.306.959,12
ESKRİM	255.614,31	854.177,92	1.028.185,95	340.411,23	2.795.503,52	5.273.892,93
GOLF	5.618,58	33.652,20	1.848.023,56	1.836,82	5.822.929,60	7.712.060,76
GÜREŞ	4.414.426,98	5.235.805,77	7.967.749,84	41.321.650,45	14.713.412,87	73.653.045,91
HALTER	696.658,48	2.948.289,05	543.744,99	1.854.140,75	3.372.785,07	9.415.618,34
HENTBOL	1.240.766,25	1.089.914,75	1.608.283,82	387.075,09	2.522.802,17	6.848.842,08
HOKEY	1.132.396,09	1.352.988,12	439.753,36	372.245,67	2.306.696,91	5.604.080,15
KANO	736.280,30	1.170.924,09	771.019,83	1.069.459,91	1.790.969,21	5.538.653,34
KARATE	734.899,29	2.309.502,23	1.480.469,82	3.819.371,76	3.734.367,90	12.078.611,00
KÜREK	785.994,20	1.826.028,67	1.885.862,56	355.757,42	2.163.858,14	7.017.500,99
MASA TENİSİ	743.789,89	1.512.446,41	138.385,34	449.862,64	320.255,78	3.164.740,06
M.PENTATLON	343.117,87	2.946.953,38	534.578,67	275.297,52	1.401.253,70	5.501.201,14
OKÇULUK	1.974.064,28	3.913.915,77	1.021.831,36	266.784,56	4.760.948,23	11.937.544,20
RAGBİ	352.446,47	1.439.627,58	258.308,13	127.462,67	1.201.554,63	3.379.399,48
SU TOPU	517.576,02	2.147.542,87	324.297,44	1.220.159,54	570.927,79	4.780.503,66
TAEKWONDO	8.084.251,21	3.801.491,53	3.195.832,44	1.954.164,19	9.867.564,70	26.903.304,07
TENİS	5.215.927,64	1.580.159,60	1.999.464,74	2.184.198,16	19.508.338,46	30.488.088,60
TRİATLON	1.067.379,33	349.259,03	479.808,86	77.349,57	1.988.282,98	3.962.079,77
VOLEYBOL	9.309.574,12	6.652.598,36	8.436.045,48	5.292.102,34	22.584.296,45	52.274.616,75
YELKEN	1.066.345,36	7.969.926,78	1.951.371,30	1.209.220,55	7.737.738,58	19.934.602,57
YÜZME	5.064.056,58	4.788.133,55	1.672.242,78	492.459,97	16.185.959,19	28.202.852,07

Tablo 6’da görüldüğü gibi, 2021 yılında en fazla gidere sahip ilk üç federasyon; basketbol 132.159.189,08 TL, güreş 73.653.045,91 TL, voleybol 52.274.616,75 TL olmak üzere ilk üç sırayı oluşturmaktadır. En az gidere sahip federasyonlar ise; dağcılık 1.306.959,12

TL, badminton 2.845.431,64, masa tenisi 3.164.740,06 TL olmak üzere en az gidere sahip federasyonlar olmuştur.

Tartışma ve Sonuç, Öneriler

Gelirler açısından

Yapılan analizler doğrultusunda, federasyonların durumları hakkında 2019-2021 yılları için üç yıllık gelirlerinin ortalamasına göre en büyük paydan en küçüğüne göre yorum yapılmıştır.

Gelirleri içerisinde GSB yardımının oranı %45-%30 aralığında olan federasyonlar sırasıyla; Kürek, Kano, Okçuluk, Yelken, Atletizm, Boks, Modern Pentatlon, Atıcılık olmak üzere 8 federasyon olduğu, %29-%20 aralığında olan federasyonlar sırasıyla; Taekwondo, Karate, Yüzme, Eskrim, Cimnastik, Güreş ve Halter olmak üzere 7 federasyon olduğu, %19-%10 aralığında olan federasyonlar sırasıyla; Badminton, Dağcılık, Triatlon, Masa Tenisi olmak üzere 4 federasyon olduğu, %10-%1 aralığında olan federasyon sayısının Bisiklet, Tenis, Voleybol, Ragbi, Su Topu, Binicilik, Hokey, Hentbol, Golf federasyonu olmak üzere 9 olduğu yapılan analizlerde görülmüştür (Basketbol federasyonu denetim kurulu raporlarında GSB+ Spor Toto geliri birleşik verildiği için değerlendirmeye dâhil değildir). Gelirler içerisinde Spor Toto geliri oranı %89-%70 aralığında olan federasyonlar sırasıyla; Su Topu, Hokey, Ragbi, Bisiklet, Güreş, Halter olmak üzere 6 federasyon olduğu, %65-%50 aralığında olan federasyonlar sırasıyla; Triatlon, Masa Tenisi, Yüzme, Modern Pentatlon, Badminton, Atletizm, Karate, Hentbol, Yelken, Golf, Boks, Kürek olmak üzere 12 federasyon olduğu, %49-%40 aralığında olan federasyonlar sırasıyla; Taekwondo, Eskrim, Tenis, Kano, Voleybol, Cimnastik, Atıcılık 7 federasyon olduğu, %39-%0 aralığında olan federasyon sayısının Okçuluk, Binicilik, Dağcılık federasyonu olmak üzere 3 olduğu yapılan analizlerde görülmüştür (Basketbol federasyonu denetim kurulu raporlarında GSB+ Spor Toto geliri birleşik verildiği için değerlendirmeye dâhil değildir). Gelirler içerisinde Kamu Katkısı (Bakanlık yardımı + Spor Toto geliri) oranı; %0-20 aralığında Basketbol, %21-30 aralığında spor federasyonu bulunmamakta, %31-40 aralığında Binicilik, %41-50 aralığında Dağcılık ve Voleybol, %51-60 aralığında Golf, Hentbol ve Tenis, %61-70 aralığında Cimnastik, %71-80 aralığında Atıcılık, Eskrim, Masa Tenisi, Badminton, Triatlon, Taekwondo, %81-90 aralığında Okçuluk, Karate, Boks, Yelken, Yüzme, Hokey, Atletizm, Su Topu, Ragbi, %91-100 aralığında Bisiklet, Kano, Halter, Kürek, Modern Pentatlon, Güreş federasyonları bulunmaktadır. Yapılan analizler doğrultusunda federasyonların yıllar geçmesine rağmen gelir kalemleri içerisinde en

büyük payın Spor Toto geliri olduğu, bu gelirden sonra en fazla Bakanlık yardımının geldiği görülmektedir.

Kamu katkısı oranını üç yıllık ortalamaya göre %50 ve altındaki federasyonları kendi kendine yetebilir olarak varsayırsa; Basketbol, Binicilik, Dağcılık ve Voleybol federasyonlarının gelir etmede başarılı olduğu düşünülmektedir. Gelir elde etmede başarılı durumun oluşmasında, özellikle Basketbol ve Voleybol branşları son yıllardaki başarıları, medyada daha fazla yer alması, kurumsallaşmış federasyon yapısının da etkili olduğu düşünülmektedir.

Yaz Olimpiyat oyunları olan federasyonların birçoğunun incelenen yıllar itibariyle mali anlamda bağımsızlık elde edemediği, kamu kaynağı olmadan kendi kendine yetemediği düşünülmektedir. Spor federasyonlarının aslında hem mali hem de idari anlamda bağımsız olmadığı durumu Devicioğlu ve Çoban (2003), Fişek (2003), İmamoğlu (2011), Avcı (2012), Bal (2013), Çolakoğlu ve Solmaz (2017) tarafından da yaptıkları çalışmalarla yinelenmiştir. Ayrıca Solmaz (2016) tarafından yapılan çalışmada da federasyonların mali açıdan hala devlete bağlı olduğunu ifade edilmiştir. Yapılan bu çalışmalar da araştırma bulgularını destekler niteliktedir.

Giderler açısından

Gider kalemleri açısından değerlendirildiğinde 2019-2021 yılları için üç yıllık giderlerin ortalamasına göre sırasıyla yorum yapıldığında;

Gider kalemleri içerisinde yurt içi faaliyet giderleri; %61-%40 aralığında olan federasyonlar; Bisiklet olmak üzere 1 olduğu, %39-%30 aralığında olan federasyonlar; Masa Tenisi, Binicilik olmak üzere 2 olduğu, %29-%20 aralığında olan federasyonlar; Golf, Hokey, Triatlon, Taekwondo, Atıcılık, Tenis, Voleybol olmak üzere 7 olduğu, %19-%10 aralığında olan federasyonlar; Dağcılık, Atletizm, Yüzme, Hentbol, Su, Topu, Kürek, Ragbi, Kano, Okçuluk, Boks, Halter olmak üzere 11 olduğu, %9-%1 aralığında olan federasyonlar; Güreş, Cimnastik, Badminton, Yelken, Modern Pentatlon, Karate, Eskrim, Basketbol olmak üzere 8 olduğu Şekil 3.1-3.29 aracılığı ile gösterilmiştir. Yani 29 yaz olimpiyat oyunları olan federasyondan 19 tanesinin yurt içi faaliyet gideri % 20'nin altındadır.

Gider kalemleri içerisinde yurt dışı faaliyet giderleri %50-%40 aralığında olan federasyonlar; Modern Pentatlon olmak üzere 1 olduğu, %39-%30 aralığında olan federasyonlar; Su, Topu, Masa Tenisi, Yelken olmak üzere 3 olduğu, %29-%20 aralığında olan

federasyonlar; Ragbi, Halter, Okçuluk, Karate, Atıcılık olmak üzere 5 olduğu, %19-%10 aralığında olan federasyonlar; Cimnastik, Boks, Yüzme, Eskrim, Taekwondo, Badminton, Hokey, Kürek, Dağcılık, Hentbol, Atletizm, Kano, Güreş, Tenis olmak üzere 13 olduğu, %9-%0,4 aralığında olan federasyonlar; Voleybol, Triatlon, Binicilik, Bisiklet, Basketbol, Golf olmak üzere 7 olduğu Şekil 3.1-3.29 aracılığı ile gösterilmiştir. Yani 29 yaz olimpiyat oyunları olan federasyondan 20 tanesinin yurt dışı faaliyet gideri % 20'nin altındadır.

Denetim kurullarından elde edilen istatistiki verilere göre federasyonların mali durumlarının bir durum tespitini ortaya koymak amacıyla incelenen yaz olimpiyat oyunları olan 29 federasyonun;

2019-2021 mali yılları içerisinde gelir kalemleri içerisinde en büyük payın Spor Toto geliri olduğu ikinci sırada Bakanlık Yardımı olduğu, diğer gelir kalemleri yani sponsorluk geliri başta olmak üzere; yayın geliri, sporcu tescil vize transfer geliri, eğitim-kurs seminer geliri, kira geliri, yardım ve bağışlar gibi vb. kalemlerinin toplam gelirlerine oranlandığında düşük olduğu, yani öz gelir oranının yetersiz olduğu tespit edilmiştir. Federasyonların gider kalemleri incelendiğinde toplam giderler içerisinde yurt içi ve yurt dışı faaliyet giderlerinin birçok federasyon için düşük olduğu, birçok federasyonun personel giderinin yüksek olduğu, eğitim alt yapı harcamalarının birçok federasyon için yetersiz olduğu, yıl sonu bütçe devirlerinde eksi bakiyelerle bir sonraki yıla borç devirlerinin olduğu, 2021 mali yılı baz alındığında eksi bakiyeler ile bir sonraki yıla devir yapan yaz olimpiyat oyunları olan federasyon sayısının 24 (Atletizm, Atıcılık, Badminton, Boks, Dağcılık, Eskrim, Golf, Güreş, Halter, Hentbol, Hokey, Kano, Karate, Kürek, Masa Tenisi, M. Pentatlon, Okçuluk, Ragbi, Su Topu, Taekwondo, Tenis, Triatlon, Yelken, Yüzme) olduğu, 5 (Basketbol, Binicilik, Bisiklet, Cimnastik, Voleybol,) spor federasyonunun artı bakiyeler ile bir sonraki yıla devir yaptığı tespit edilmiştir. Ayrıca analizi yapılan federasyonlar içerisinde 2019, 2020, 2021 dönemlerinde artı bakiyeler ile bir sonraki yıla devir yapanlar; Voleybol, Bisiklet federasyonu olmak üzere toplamda iki olduğu, üç yılın ortalamasına göre birkaç federasyon hariç kamu kaynağı olmadan (Bakanlık Yardımı + Spor Toto geliri hariç diğer gelir oranı %50 ve üzeri olanlar; Basketbol, Binicilik, Dağcılık, Voleybol) mali anlamda kendi kendilerini idame ettirecek gelir elde edemediği gibi durumlar gözlemlenmiştir.

Bu analizlerden yola çıkarak 2019-2021 yılları arasında yaz olimpiyat oyunları olan spor federasyonlarının çoğunun gelir elde etmekte yetersiz olduğu, Federasyonların devlete mali bağımlılığının sürdüğü, yapılan literatür taramasında yapılan benzer çalışmalarda da elde edilen

tespitlerin bu çalışma ile elde edilen sonuçları desteklediği, yıllar geçse de federasyonların mali durumlarında çok değişiklik olmadığı düşünülmektedir.

Gelir artırabilmesi için öneriler;

- Federasyonlar bütçe çalışmaları için bütçe planlama kurulu oluşturmalı gerekirse profesyonel destek almalı, bütçe planını gelir gider denklığı gözetilerek bütçe hazırlanmalı,
- Denetim Kurulları için yılda 3-4 kez denetim çalışması yapılarak eksi bakiyeler oluşmadan gerekli önlemler alınmalı ve denetim sonuçları denetim yapılan periyotlara göre internet sitelerinde yayınlanmalı,
- Federasyonların öz gelir elde etme amacıyla Avrupa Birliği, Erasmus Plus, IPA gibi proje çalışmaları yapmalı,
- Sponsorlukla ilgili yasal mevzuatların güncellenmesi sağlanarak federasyonların tamamında sponsorluk birimi kurulmalı, gerekirse bu amaçla profesyonel destek alınmalı,

Gider azaltması için öneriler;

- Federasyonlar yurtiçi-yurt dışı kamp ve faaliyetlerini elde edebileceği gelir kalemleri dikkate alarak esnek bir yapıda olacak şekilde planlanma yapmalı,
- Federasyonlar eğitim ve alt yapıya daha fazla kaynak ayrılmalı,
- Federasyonlar yıllık planlamasında personel ücretleri ile ilgili bütçesine göre hareket etmeli,
- Federasyonun eksi bakiyeleri de göz önüne alınarak harcamalarında daha dikkatli olmalı ve bu eksi bakiyelerini kapatmak amacıyla yıllara yaygın olacak şekilde planlama yapmalıdır.

Etik Kurul İzin Bilgileri

Etik değerlendirme kurulu: Gazi Üniversitesi Etik Komisyonu

Etik değerlendirme belgesinin tarihi: 23.02.2023

Etik değerlendirme belgesinin sayı numarası: E-77082166-302.08.01-595110

Araştırmacıların Katkı Oranları Beyanı

Araştırmanın tüm aşamalarında iki yazar da eşit katkıda bulunmuştur.

Çatışma Beyanı

Yazarların araştırma ile ilgili bir çatışma beyanı bulunmamaktadır.

Kaynakça

- Karasar, N. (1994). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Yetim, A. (2011). *Sosyoloji ve spor*. Ankara: Berikan Yayınevi.
- Talimciler, A. (2002). *Futbolun metalaşması*. İstanbul: Bağlam Yayınları.
- Devecioğlu, S., ve Çoban, B. (2003). Türkiye Futbol Federasyonu'nun özerkliği. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 8(3), 49-58.
- İmamoğlu, A. F. (2011). Türkiye'de sporun yönetsel yapısı içinde spor federasyonları. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(16).
- Fişek, K. (2003). *Devlet politikası ve toplumsal yapıyla ilişkileri açısından Dünyada ve Türkiye'de Spor Yönetimi* (1. Baskı). İstanbul: Mart Matbaası.
- Avcı, M. (2012). Spor Federasyonlarının Hukukî niteliği, idarî teşkilât içindeki konumu ve bağımsızlığı sorunu. *İstanbul Üniversitesi Hukuk Fakültesi Dergisi*, 70(2).
- Bal, A. (2013). Avrupa Birliği Sürecinde Spor Federasyonlarının Yapısal Bakımdan Değerlendirilmesi (Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Çolakoğlu, T., ve Solmaz, S. (2017). Spor federasyonlarında uygulanan bağımsızlık paradoksu. *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 19(3), 24-35.
- Solmaz, S. (2016). Bağımsızlık Sürecinde Spor Federasyonlarına Yapılan Yasal Düzenlemelerin Değerlendirilmesi (Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- İnternet: Spor Kulüpleri ve Spor Federasyonları Kanunu. Web: <https://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2022/04/20220426-8.htm> adresinden 20 Haziran 2022'de alınmıştır.
- İnternet: 3289 Gençlik ve Spor Hizmetleri Kanunu. Web: <https://mevzuat.gov.tr/MevzuatMetin/1.5.3289.pdf> adresinden 20 Aralık 2021'de alınmıştır.
- İnternet: Bağımsız Spor Federasyonları Muhasebe ve Bütçe Uygulamaları Yönergesi ve Ekleri Web: <https://shgm.gsb.gov.tr/Sayfalar/190/241/Mevzuat> adresinden 29 Aralık 2021'de alınmıştır.
- İnternet: Bağımsız Spor Federasyonlarının Çalışma Usul ve Esasları Hakkında Yönetmelik. <https://shgm.gsb.gov.tr/Sayfalar/190/241/Mevzuat> adresinden 20 Eylül 2021'de alınmıştır.
- İnternet: Bağımsız Spor Federasyonu Başkanlıkları Proje Ödeneği Tahsis ve Uygulama Talimatı. Web: <https://shgm.gsb.gov.tr/Sayfalar/190/241/Mevzuat> adresinden 21 Aralık 2021'de alınmıştır.
- İnternet: Gençlik ve Spor Bakanlığının Teşkilat ve Görevleri Hakkında Kanun Hükmünde Kararname. Web: <https://resmigazete.gov.tr/eskiler/2011/06/20110608M1-6.pdf> adresinden 20 Aralık 2021'de alınmıştır.



Examining The Effects Of Performing Individual Fitness Exercise In The Form Of Group Fitness Exercises On Some Parameters

Ömür GÜLFİRAT¹

¹ Çanakkale Onsekiz Mart University, Faculty of Sport Sciences, Istanbul/Turkey

<https://orcid.org/0000-0003-1664-8664>

ORJINAL MAKALE

Abstract

This study was conducted to examining the effects of performing individual fitness exercise in the form of group fitness exercises on some parameters. The sample of the study consists of a healthy male individual (N=18) Participants were divided into two equal study groups Group Fitness Group (GFG) (n=9) and Individual Fitness Group (IFG) (n=9). GFG applied for the exercise program as a group fitness activity, while IFG applied for the same program individually 2 days a week for 8 weeks. To determine the muscle strength ratios of the participants; fitness tests were applied. Body fat ratio was determined using a skinfold caliper, and balance ability was determined by a static balance test on the sigma balance platform. Within the scope of the research model, which was designed as a statistical procedure, the Two-Way Repeated Measures ANOVA test was applied to compare the between-group and in-group values of the participants. According to the results of the research, in the evaluation between the groups, it was determined that there was no statistically significant difference in all values ($p>0.05$). According to the results of the study, although it was determined that performing group fitness exercises individually or in a group did not cause different effects on increasing the physical performance of individuals, It was seen that the increase in all pre-and post-test scores of GFG was higher than IFG.

Key Words: Group fitness, Individual fitness, Strength, Balance, Body composition

Grup Fitness Egzersizlerinin Bireysel Olarak Yapılmasının Bazı Parametreler Üzerindeki Etkilerinin İncelenmesi

Özet

Bu çalışma grup fitness egzersizlerinin bireysel olarak yapılmasının bazı parametreler üzerindeki etkilerinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırmanın örneklemini (N=18) sağlıklı erkek birey oluşturmaktadır. Katılımcılar, Grup Fitness Grubu (GFG) (n=9), Bireysel Fitness Grubu (BFG) (n=9) olarak iki eşit çalışma grubu şeklinde ayrılmıştır. GFG egzersiz programını grup fitness aktivitesi olarak, BFG ise aynı programı bireysel olarak 8 hafta boyunca haftada 2 gün uygulamıştır. Katılımcıların kas kuvveti oranlarını belirlemek için; fitness testleri uygulanmıştır. Vücut yağ oranı skinfold kaliper kullanılarak, denge becerisi ise sigma balance platform üzerinde statik denge testiyle belirlenmiştir. İstatistiki işlem olarak kurgulanan araştırma modeli kapsamında, katılımcıların gruplar arası ve grup içi değerlerinin karşılaştırılması amacıyla Two-Way Repeated Measures ANOVA testi uygulanmıştır. Araştırma sonuçlarına göre katılımcıların gruplar arası değerlendirmede tüm değerlerde istatistiksel olarak anlamlı farklılığın olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$). Araştırmanın sonuçlarına göre grup fitness egzersizlerinin bireysel veya grup halinde yapılmasının bireylerin fiziksel performansını arttırmada, farklı etkilere neden olmadığı tespit edilmekle birlikte, GFG'ye ait tüm ön ve son test skorlarında BFG'ye göre artışın daha fazla olduğu görülmektedir.

Introduction

The term fitness is derived from English and means health, wellness, efficiency. This term is often used in conjunction with ability. In addition, fitness refers to the ability to quickly return to the initial state/resting state after heavy loads. Concepts such as health are concepts that develop together with the concept of fitness (Röthig & Prohl, 2003). These activities, generally applied as recreational exercise activities, can be healthy and beneficial only if these exercise programs are carried out following the purpose. These exercise protocols applied in fitness centers should be explicitly planned for different age groups and gender (Kurt, Hazar, Ibiş, Altay & Kurt, 2010).

It is thought that it is important to individualize fitness exercises as in all other exercise applications and to do them with different exercise models. Individual fitness exercises, which are one of these models; It is a form of education in healthy individuals, which consists of the application of a program determined by an instructor or individually decided by an individual in a gym or a fitness center (Çolak, 2008). Individual fitness; At the same time, it can be defined as an education that helps individuals to increase their physical fitness levels and/or achieve their health-related goals through one-to-one practices, in a safe environment, and appropriate exercises (Reiff et al., 1996). Fact that these pieces of training and training processes include a series of scientific measurements, the form status of the client can be followed instantly by the trainer, and they have an uninterrupted guidance process distinguish them from traditional and other group training methods. In addition to the fact that individuals feel their health is at risk, their desire to strengthen their self-confidence (Kipp, 2016) and their position in the society (Schmidt, 2015) by making their bodies more aesthetic or desirable can be counted as another reason for them to prefer a personal trainer.

The other exercise model that is the subject of our research is group fitness exercises, a form of exercise training in which the movements performed with the participation of two or more people are accompanied by a trainer. Group exercise training is important in line with the demands of individuals to exercise under supervision and control. In some studies, it has been determined that group exercise training has a positive effect on the quality of life (Yakut, 2006). Performing group exercise training through positive communication and sharing among individuals and active

participation in the presence of a trainer or physiotherapist is important in terms of increasing recovery, improving performance, and providing adaptation and motivation. In group fitness training, individuals will be able to gain the proper form of movements in a short time through visual imagery. This method, which is used during group fitness training, keeps the individual's interest in concentration and exercise alive. The contact of individuals in the group with each other positively affects the feedback received from the exercise (Yakut, 2006; Olney et al., 2006). This study was conducted to examining the effects of performing individual fitness exercise in the form of group fitness exercises on some parameters

Method

Study Group

The sample of the study consists of a healthy male individual (N=18) with an average age of 20 and at least 5 years of regular fitness strength training history. Participants were divided into two equal study groups as Group Fitness Group (GFG) (n=9) and Individual Fitness Group (IFG) (n=9).

Data Collection Tools

Fitness Tests

Push-up: In order to determine the chest, arm and shoulder muscle strength ratios of the participants, the maximum number of push-ups they did in a single push-up position for 30 seconds at the beginning, until the body touched the ground (elbows 90 degrees) and when they came back to the starting position, with the elbows straight and tense, were recorded.

Sit-up: In order to determine the dynamic body strength ratios of the participants, as many sit-ups as possible in a 30-second period were performed and scores were recorded at once, on their backs on the floor and feet in a bent position, hands together on the chest, while the soles were completely on the mat.

Plank: In this test, participants' bodies are in pronation and in a straight line to determine static core strength and endurance. Only the elbows, forearms, and toes touch the ground, and the

legs are shoulder-width apart. The time that the participants could stand in the correct position was recorded at one time.

Wall squat: In order to determine the leg strength and endurance of the participants, the maximum time they could stand at one time, in the head upright position, feet shoulder-width apart, back (upright) and hips touching the wall, after the knees were lowered down to 90 degrees, was recorded.

Anthropometric measurement

Skinfold caliper: In order to determine the subcutaneous fat tissue ratio of the participants, the Jackson/Pollock 4 Caliper Method was used to measure the abdominal, thigh, triceps, and suprailiac regions with a skinfold caliper, and the results were calculated with a mathematical formula. Measurements were applied to the right side of the body and to each region twice.

- J-P(Jackson-Pollock) Methods

For man (total of three body's part) abdominal + thighs + triceps+suprailiac = total of skinfolds

Body Density = $1.10938 - (0.0008267 \times ST) + (0.0000016 \times ST^2) - (0.0002574 \times \text{age}) \%$
Body Fat = $(495 / \text{Body Density}) - 450$ http://www.linear-software.com/online.html#google_vignette.

Balance: Static balance measurements of the participants were made on the SIGMA Balance Platform with the eyes open, on both legs and standing, with a 30-second stabilometric test application. As a result of the measurement, the average deviation rates of the participants from the platform center point to the x-axis are in cm, the average deviation rates towards the x-axis are also in cm/sec, and the frequency and intensity of vibration were calculated also in Hz.

Exercise Design

The exercise program is designed to increase strength and resistance and to balance calorie consumption and body composition. The group fitness exercise program consists of three parts, warm-up exercises for the movements to be performed in first part. In the second part, the main movements were performed using body weight and additional resistance units, and in the last part, the program was completed with static stretching for cool down. Both groups performed the main

part for 45 minutes, using various resistance apparatus, at the set, repetition, tempo, and resting rates indicated in the table. Participants who did group fitness exercises applied for the exercise program as a group with choreography accompanied by music at 130 BPM, and the individual fitness group applied for the same program individually without music, 2 days a week for 8 weeks, with the classical method (AFAA, 2019)

Table 1
Fitness Exercise Program

WARM UP – MOVEMENT PREP	SETS-REPS	TIME	INTENSITY	REST
SMR pre-class				Minimal
Static stretch: hip flexors, chest, lats				Minimal
Planks	3		progressing each time	Minimal
Floor bridges	2x12			Minimal
Floor crunches	1x12			Minimal
Single-leg squat, all planes of motion	1x5-10			Minimal
BODY OF WORKOUT	SETS-REPS	TIME	TEMPO	REST
Squat Curl to Press	16	3	2/2, 3/1, 1/1	No
Lunge to Balance	16	3	2/2, 3/1, 1/1	No
Push-ups	16	3	2/2, 3/1, 1/1	No
Lunge with Rotation	16	3	2/2, 3/1, 1/1	No
Squat to Press	16	3	2/2, 3/1, 1/1	No
Single-leg Squat	16	3	2/2, 3/1, 1/1	No
Single-leg Squat Touchdown	12	3	2/2, 3/1, 1/1	No
Push-up with Rotation	8	3	2/2, 3/1, 1/1	No
TRANSATION				
SMR		3-5 Minutes		
Static Stretch		3-5 Minutes		

Data Analysis

The analysis of the data obtained for the comparison of the pre-test-post-test values of body composition, strength, and balance levels within and between groups was made in the SPSS-25.0 package program. Parametric and non-parametric distribution of the scores were examined by examining the parametric and non-parametric distribution curves, skewness-kurtosis values. As a statistical procedure, Two-Way Repeated Measure ANOVA analysis was used to determine the effect of training groups over time (pre-test and post-test). To represent the magnitude of the

relationship between variables, (for effect size) $r = 0.10$ small, 0.30 medium, and 0.50 large effect values (Cohen, 1988).

Results

Table 2

Pre-Test And Post-Test Values Of Participants' Body Composition Measurements

Parameters	Groups	N	Pre-test	Post-test	F	*p	η^2
			X±Ss	X±Ss			
Weight (kg)	GFG	9	75.24±13.63	75.04±13.17	.300	.592	.018
	IFG	9	71.51±12.64	72.12±12.15			
	Total	18	73.37±12.89	73.58±12.38			
					**F: .388, p: .542, η^2 : .024		
					***F: 1.510, p: .237, η^2 : .086		
Body Mass Indeks (BMI)	GFG	9	23.43±2.84	23.38±2.70	.276	.606	.017
	IFG	9	22.60±3.06	22.79±2.85			
	Total	18	23.02±2.90	23.09±2.71			
					**F: .461, p: .507, η^2 : .028		
					***F: 1.444, p: .247, η^2 : .083		
Body Fat Percentage (%)	GFG	9	15.56±4.99	13.95±5.14	.008	.930	.000
	IFG	9	14.54±5.52	14.54±5.19			
	Total	18	15.05±5.13	14.25±5.02			
					**F: 8.636, p: .010, η^2 : .351		
					***F: 8.732, p: .009, η^2 : .353		

GFG: Group Fitness Group, IFG: Individual Fitness Group, *Comparison between groups (Tests of between-subjects effects), ** In-group comparison (Tests of within-subjects effects, between Pre-test and post-test), *** Interaction (Tests of within-subjects effects, Time*group), $p=0.05$

As a result of the analysis, there was no significant relationship between the participants' in-group body weight (F: .388, p: .542) and the pre-and post-test values of the body mass index ratio (F: .461, p: .507). and body fat percentage (F: 8.636, p: .010) was found to be a significant relationship. There was a significant correlation between the groups in body weight (F: .300, p: .592), body mass index (F: .276, p: .606), and body fat percentage (F: .008, p: .930) between the groups. found not to exist. When the eta square values were examined, it was determined that the effect ratio was in the body weight (.086) and body mass index (.083) values, but it was not statistically significant. In body fat percentage, the effect value (.353) was found to be moderate and significant. Among these adaptive responses, the use of lipids instead of carbohydrates with exercise is directly proportional to the increase in the amount of oxygen carried to the muscle.

Table 3

Pre-Test And Post-Test Values Of The Participants' Static And Dynamic Force Measurements

Parameters	Groups	N	Pre test	Post test	F	*p	η^2
			X±Ss	X±Ss			
Sit-up	GFG	9	21.67±5.14	24.33±6.40	.668	.426	.040

	IFG	9	18.00±9.20	22.44±8.15			
	Total	18	19.83±7.47	23.39±7.18			
			F: 21.141, p: .000, η^2 : .569		*F: 1.321, p: .267, η^2 : .076		
Push-up	GFG	9	26.56±9.00	35.56±8.44	.041	.842	.003
	IFG	9	30.11±9.59	33.67±8.36			
	Total	18	28.33±9.21	34.61±8.21			
			F: 82.116, p: .000, η^2 : .837		*F: 15.441, p: .001, η^2 : .491		
Plank	GFG	9	92.56±34.78	128.78±41.78	.453	.510	.028
	IFG	9	119.78±60.13	137.22±84.84			
	Total	18	106.17±49.67	133.00±65.02			
			F: 11.308, p: .004, η^2 : .414		*F: 1.384, p: .257, η^2 : .080		
Squat	GFG	9	120.33±52.98	176.22±95.07	2.043	.172	.113
	IFG	9	91.22±31.55	112.78±106.82			
	Total	18	105.78±44.87	144.50±103.38			
			F: 5.008, p: .040, η^2 : .238		*F: .984, p: .336, η^2 : .058		

GFG: Group Fitness Group, IFG: Individual Fitness Group, *Comparison between groups (Tests of between-subjects effects), ** In-group comparison (Tests of within-subjects effects, between Pre-test and post-test), *** Interaction (Tests of within-subjects effects, Time*group), $p=0.05$;

As a result of the analysis; participants' in-group sit-up (F: 21.141, p: .000), push-ups (F: 82.116, p: .000), plank (F: 11.308, p: .004) and squat (F: 5.008, p: .040) A significant relationship was found between test scores. In the comparison between groups, sit-up (F: .668, p: .426), push-ups (F: .041, p: .842), plank (F: .453, p: .510) and squat (F: 2.043, p: .172), it was determined that there was no significant relationship between test scores. It was determined that the training effect size (eta square values) was found in the sit-up test scores (.076), plank test scores (.080), and squat test scores (.058), but it was not statistically significant. It was determined that the push-up scores (.491) were mid-level and found to be significant.

Table 4
Pre-test and post-test values of participants' static balance measurements

Parameters	Groups	N	Pre test	Post test	F	*p	η^2
			X±Ss	X±Ss			
Balance Deviation Rate	GFG	9	.10±.08	.03±.10	1.075	.315	.063
	IFG	9	.10±.09	.10±.08			
	Total	18	.10±.09	.06±.09			
			F: 2.106, p: .166, η^2 : .116		*F: 1.486, p: .240, η^2 : .085		
Balance Speed Rate	GFG	9	.49±.11	.41±.09	.612	.446	.037
	IFG	9	.47±.09	.36±.07			
	Total	18	.48±.10	.39±.08			
			F: 51.998, p: .000, η^2 : .765		*F: 1.740, p: .206, η^2 : .098		
Balance Path Width	GFG	9	14.09±3.21	11.94±2.97	.346	.565	.021
	IFG	9	13.53±2.73	10.96±2.46			
	Total	18	13.81±2.91	11.45±2.69			
			F: 46.745, p: .000, η^2 : .745		*F: .383, p: .545, η^2 : .023		
Balance Area	GFG	9	.02±.01	.02±.01	.041	.841	.003
	IFG	9	.02±.01	.02±.01			

Total	18	.02±.01	.02±.01
		F: 5.878, p: .028, η^2 : .269	*F: .163, p: .692, η^2 : .010

*GFG: Group Fitness Group, IFG: Individual Fitness Group, *Comparison between groups (Tests of between-subjects effects), ** In-group comparison (Tests of within-subjects effects, between Pre-test and post-test), *** Interaction (Tests of within-subjects effects, Time*group), p=0.05'*

As a result of the analysis, pre-and post-tests on the participants' in-group balance speed rate (F: 51.998, p: .000), balance path width (F: 46.745, p: .000), and balance area (F: 5.878, p: .028) It was determined that there was a statistically significant relationship between the two and the balance deviation rate (F: 2.106, p: .166) was not statistically significant. In the comparison between groups, balance deviation rate (F: 1.075, p: .315), balance speed rate (F: .612; p: .446), balance path width (F: .346, p: .565) and balance deviation rate (F: 1.075, p: .315) total balance area (F: .041, p: .841), it was determined that there was no statistically significant difference in the development rate of pre-and post-test values. When the eta square values are examined, the balance deviation rate (.085), the balance speed rate (.098), the balance path width (.023), and the balance area value (.010) were determined. According to the results, it is seen that the impact rate is low and there is no statistically significant relationship. Balance is a very complex skill, and in this and similar studies, it is thought that specific programs should be designed to improve the sensory, auditory and visual parameters of balance with different exercise techniques and the results should be evaluated with different measurement techniques.

Discussion and Conclusion

In our study, examining the effects of performing individual fitness exercise in the form of group fitness exercises on development of strength, body composition, and balance were examined. A statistically significant relationship was found in the ratios of body fat percentages of all participants, both within the group and in the exercise effect size evaluations. It was determined that this change was not the same between the groups. In his study, Badat found similar values to the results of our study in the body composition values of individuals who took part in individual and group exercise training (Badat, 2018). It is known that adaptive responses to exercise, which is one of the factors affecting body composition, occur in different ways. Among these adaptive responses, the use of lipids instead of carbohydrates with exercise is directly proportional to the increase in the amount of oxygen carried to the muscle (Gültekin, 2016). In this context, it is thought that regardless of the type and method of exercises that provide strength increase and muscle activation, they will reduce the body fat ratio. A statistically significant relationship was

found in all ratios of the pre-test and post-test values of the participants' in-group static and dynamic strength measurements. It was determined that this change was not similar between the groups. In the evaluation of the exercise effect size, it was determined that the effect ratio on the push-up test scores was moderate. Yakut et al. (2006) also obtained similar results in their study. Again, the results of the studies of Desbiens et al. (2017) show parallelism with the results of our research. When the studies in the literature are examined, it is seen that exercise training done regularly and at certain intervals has a positive effect on the increase in strength, in parallel with the results we obtained in our study. The fact that participating in exercise training individually or as a group did not make a significant difference in strength increase in our study was supported by other literature studies (Santos, et al., 2012; Guy et al., 2001). The fact that physical activity is applied either as a group or individually does not constitute a disadvantage in any case. If individuals prefer individual or group exercise according to their wishes, exercise plays an active role in increasing muscle strength (Desbiens et al., 2017). In our study, a statistically significant relationship was found in the group evaluations of the participants' balance skills in speed, path, and area test score results. No statistically significant relationship was found in the exercise effect size evaluations. It is known that there is more than one system controlling the balance in the organism, and it is thought that in this and similar studies, specific programs should be designed in order to develop all parameters of balance separately with different exercise techniques and the results should be evaluated with different measurement techniques. Barnett et al. (2003) determined that group exercise training had a positive effect on the development of balance skills. In a study conducted by Angin (2008), it was stated in the literature that group exercises performed with a physiotherapist are effective in improving balance. As a result of this study, it was determined that doing group fitness exercises individually did not cause different effects on increasing the physical performance of individuals; however, it was observed that the increase was slightly higher in all pre-and post-test raw scores of GFG compared to IFG. This increase, especially in applications with higher difficulty levels, suggests that the stress that exercise will create on the organism is not only physical but also those different methods that can work in controlling the level of mental stress. It is thought that choreographically performing group fitness exercises with more than one person accompanied by music will be effective in dispersing the boring and monotonous air that may occur in individual exercises, and thus in providing motivation.

Recommendations

To contribute more to similar studies in the future, we will make some suggestions based on the data obtained in this study:

- The number of samples in the study may be larger.
- Similar studies can be conducted on female participant groups.
- Similar studies can be done on athletes.
- By using various questionnaires and scales, the psychosocial effects of the exercise/training programs applied to the participants can be examined.
- Different exercise/training protocols can be applied.
- The development of different motor and technical skills can be examined.

Information about the ethics committee permission: Responsibility for any violations that may arise in the work done belongs to the author.

Ethics approval

Ethical approval of the study was obtained from the ethics committee of İstanbul Gelişim University (Approval No: 2022-11-32, Date: 24/06/2022).

References

- Angın, E. (2008). *Postmenopozal Osteoporozlu ve Osteopenili Kadınlarda Grup Egzersizinin Kemik Mineral Yoğunluğu, Fiziksel Parametreler, Yaşam Kalitesi Üzerindeki Etkileri*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Anabilim Dalı, Ankara.
- Athletics and Fitness Association of America, (2019). *Principles of group fitness instruction* (2nd ed.), E.A. McGill (Ed.). Burlington: Jones & Bartlett Learning.
- Badat, T. (2018). *Sağlıklı Kadınlarda Bireysel Egzersiz ve Grup Egzersiz Eğitiminin Fiziksel Performans Üzerine Etkilerinin Karşılaştırılması*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Anabilim Dalı, Gaziantep.
- Barnett, A., Smith, B., Lord, S.R., Williams, M., and Baumand, A. (2003). Community-based group exercise improves balance and reduces falls in at-risk older people: a randomised controlled trial. *Age and Ageing*, 32(4), 407-414.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd Ed.). New York: Lawrence Erlbaum Associates. ISBN: 0-8058-0283-5.
- Çolak, F.D. (2008). *Sağlıklı bireylerde aerobik egzersiz ile su içi egzersizlerin fiziksel uygunluk parametrelerine olan etkilerinin karşılaştırılması*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Anabilim Dalı, Ankara.

- Desbiens, C., Filion, M., Brien, M., C., Hogue, J.C., Laflamme, C., and Lemieux, J. (2017). Impact of physical activity in group versus individual physical activity on fatigue in patients with breast cancer: A pilot study. *The Breast*, 35, 8-13.
- Guy, J.A., and Micheli, L.J. (2001). Strength training for children and adolescents. *Journal of The American Academy of Orthopaedic Surgeons*, 9(1), 29-36.
- Gültekin, D., and İrez, G.B. (2016). Aero-pilates çalışmasının üniversite öğrencilerinin bazı fiziksel uygunluk değerleri üzerine etkisi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 11(2), 141-147.
- Kipp, L. (2016). Psychosocial aspects of youth physical activity. *Pediatric Exercise Science*, 28(1), 28-31.
- Kurt, S., Hazar, S., İbiş, S., Albay, B., and Kurt, Y. (2010). Orta yaş sedanter kadınlarda sekiz haftalık step-aerobik egzersizinin bazı fiziksel uygunluk parametrelerine etkilerinin değerlendirilmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7(1), 665-674.
- Olney, S.J., Nymark, J., Brouwer, B., Culha, E., Day, A., Heard, J., and Parvataneni, K. (2006). A randomized controlled trial of supervised versus unsupervised exercise programs for ambulatory stroke survivors. *Stroke*, 37(2), 476-481.
- Reiff, M.A. (1996). Defining personal training. Inside Scott O. Roberts (Ed). *The business of personal training*. USA: Human Kinetics Publishers.
- Röthig, P., and Prohl, R. (2003). *Sportwissenschaftliches Lexikon* (Vol. 49). Hofmann GmbH & Company KG.
- Santos, E.J., and Janeira, M.A. (2012). The effects of resistance training on explosive strength indicators in adolescent basketball players. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 26 (10), 2641-2647.
- Schmidt, M., Blum, M., Valkanover, S., and Conzelmann, A. (2015). Motor ability and self-esteem: The mediating role of physical self-concept and perceived social acceptance. *Psychology of Sport*, 17, 15-23.
- Yakut, E., Yağlı, V.N., Akdoğan, A., and Kiraz, S. (2006). Diz osteoartriti olan hastalarda pilates egzersizlerinin rolü: bir pilot çalışma. *Fizyoterapi Rehabilitasyon*, 17(2), 51-61.
- http://www.linear-software.com/online.html#google_vignette



Özel Gereksinimli Bireylerin Fiziksel Aktiviteye Katılımlarına Yönelik Tutum Ölçeği: Geçerlik Güvenirlilik Çalışması

Berk Hakan YILMAZ¹, Hasibe ERER², Ekrem Levent İLHAN³

¹ Kastamonu Üniversitesi, Kastamonu/Türkiye

<https://orcid.org/0000-0001-6688-648X>

² Gazi Üniversitesi, Ankara/Türkiye

<https://orcid.org/0000-0002-8024-4392>

³ Gazi Üniversitesi, Ankara/Türkiye

<https://orcid.org/0000-0002-1117-2700>

ORJINAL MAKALE

Özet

Gerçekleştirilen bu araştırmanın amacı, toplumun özel gereksinimli bireylerin fiziksel aktiviteye katılımlarına yönelik tutumlarını belirlemeye yönelik bir ölçek geliştirmektir. Araştırmaya, 231'i kadın, 169'u erkek olmak üzere toplam 400 gönüllü katılımcı dâhil edilmiştir. Katılımcılara araştırmacılar tarafından hazırlanmış olan Kişisel Bilgi Formu ve geçerlik, güvenilirlik çalışması gerçekleştirilen Özel Gereksinimli Bireylerin Fiziksel Aktiviteye Katılımlarına Yönelik Tutum Ölçeği sunulmuştur. Araştırma bağlamında elde edilen verilerin analizinde oluşturulan ölçeğin yapı geçerliliği için açımlayıcı faktör, elde edilen yapının doğrulanması için ise doğrulayıcı faktör analizi kullanılmıştır. Ölçeğin güvenilirlik değerlendirmesi iç tutarlık katsayısı ile hesaplanmış ardından madde toplam test korelasyonları da madde ayırt ediciliğine kanıt sağlamak amacı ile incelenmiştir. Araştırmadan elde edilen bulgular neticesinde gerçekleştirilen açımlayıcı faktör analizi sonuçlarına göre ölçme aracının 18 madde ve 3 (bilişsel, davranışsal ve duyuşsal) alt boyuttan oluştuğu tespit edilmiştir. Araştırma kapsamında gerçekleştirilen doğrulayıcı faktör analizi uyum iyiliği indeks değerleri ise χ^2/sd ($\chi^2=393,52$, $sd=128$) = 3,074, RMSEA= ,072, SRMR= ,065, CFI= ,93, GFI= ,90 olduğu tespit edilmiştir. Ölçeğe ilişkin Cronbach Alpha değerlerinin ise bilişsel alt boyutu için ,91, davranışsal alt boyutu için ,79, duyuşsal alt boyutu için ,83 ölçeğin toplam puanına ilişkin Cronbach Alpha değerinin ise ,89 olduğu tespit edilmiştir. Elde edilen bulgular ışığında oluşturulan Özel Gereksinimli Bireylerin Fiziksel Aktiviteye Katılımlarına Yönelik Tutum Ölçeği'nin geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olduğu söylenebilir.

Anahtar kelimeler: Özel Gereksinim, Fiziksel Aktivite, Tutum

Attitude Scale Towards The Participation of Individuals With Special Needs in Physical Activity: Validity and Reliability Study

Abstract

The aim of this research is to develop a scale to determine the attitudes of the society towards the participation of individuals with special needs in physical activity. A total of 400 volunteer participants, 231 women and 169 men, were included in the study.. The Personal Information Form prepared by the researchers and the Attitude Scale Towards Special Needs Individuals To Participate In Physical Activity, whose validity and reliability studies were carried out, were presented to the participants. The exploratory factor was used for the construct validity of the scale created in the analysis of the data obtained in the context of the research, and the confirmatory factor analysis was used for the verification of the obtained construct. The reliability assessment of the scale was calculated with the internal consistency coefficient, and then the item-total test correlations were also examined to provide evidence for item discrimination. According to the results of the exploratory

factor analysis performed as a result of the findings obtained from the research, it was determined that the measurement tool consisted of 18 items and 3 (cognitive, behavioral, and affective) sub-dimensions. The confirmatory factor analysis goodness of fit index values carried out within the scope of the research was found to be χ^2/sd ($\chi^2=393.52$, $sd=128$) = 3.074, RMSEA= .072, SRMR= .065, CFI= .93, GFI= .90 . The Cronbach Alpha values of the scale were found to be .91 for the cognitive sub-dimension, .79 for the behavioral sub-dimension, and .83 for the affective sub-dimension, while the Cronbach Alpha value for the total score of the scale was found to be .89. It can be said that the Attitude Scale Towards Special Needs Individuals To Participate In Physical Activity, which was created in the light of the information and findings, is a valid and reliable measurement tool.

Keywords: *Special Requirement, Physical Activity, Attitude*

Giriş

Fiziksel aktivite, bireylerin ileri yaşlarda obezite başta olmak üzere pek çok kronik hastalıklardan korunmaları noktasında önemli bir rol oynamaktadır (Wallhead ve Buckworth, 2004). Ancak ne yazık ki dünyanın birçok yerinde toplumların en önemli problemlerinden biri hareketsiz yaşam tarzıdır (Miles, 2007).

Hareketsiz yaşamın aksine düzenli olarak fiziksel aktivite yapan bireylerin fiziksel, sosyal ve psikolojik olarak daha iyi durumda oldukları bilinmektedir (Strong vd, 2005). Nitekim spor ve fiziksel aktivitelerin olağan gelişim gösteren bireyler üzerindeki olumlu etkileri, özel gereksinimli bireylerin yaşamlarında da gözlemlenmektedir (Yarımkaya, İlhan ve Karasu, 2019; Karakoç, Çoban ve Konar, 2012). Dolayısıyla fiziksel aktivite, bireylerin yaşamlarını sağlıklı bir şekilde sürdürebilmeleri için gereklidir. Bu noktada bireylerin fiziksel aktivitelere karşı tutumları oldukça önemlidir. Çünkü özel gereksinimli bireylerin fiziksel aktivitelere katılımları yalnızca yetersizlikleri ile değil aynı zamanda toplum ve bu bireylere yönelik yapılan planlamalar ile yakından ilintilidir (Yılmaz, Yarımkaya ve İlhan, 2022). Özel gereksinimli bireylerin fiziksel aktivitelere yönelik tutumu fiziksel aktivitelere katılımın belirleyicisi olarak nitelendirilebilir. Ancak toplumun özel gereksinimli bireylerin fiziksel aktivitelere katılımlarına yönelik tutumu, fiziksel aktiviteye katılım oranını etkileme potansiyeline sahiptir. Çünkü toplumun özel gereksinimli bireylere karşı tutumları, bu bireylerin toplumda çeşitli alanlarda başarı gösterip gösteremeyeceklerini etkileyen bir unsurdur (Nalbant, 2018).

Özel gereksinimli bireylerin toplumda başarı gösterebilmeleri ve topluma kazandırılmaları hususunda ise en önemli unsurlardan biri fiziksel aktivitelerdir (Kırımoğlu Esentürk, İlhan, Yılmaz ve Kaynak, 2016). Özel gereksinimli bireyler daha aktif, daha sosyal ve daha uyumlu bir yaşantı sürebilmek için gerekli bilgi ve becerileri kendiliğinden geliştiremeyebilir (Education, 2006). Bu bağlamda çevreye uyum, yetenek gelişimi, güçlü bir sosyal etkileşim kurabilmeleri adına çocukluk çağından başlayarak desteklenmeleri gerekmektedir (Ayan, Memiş, Eynur ve Kabakçı, 2012). Buradan hareketle özel gereksinimli bireylerin fiziksel aktivitelere katılımlarına yönelik toplum tutumunun incelenmesinin faydalı olacağı söylenebilir. Nitekim özel gereksinimli bireyler yaşantılarında farklı pek çok engel ile karşı karşıya kalabilmektedir (Yılmaz, İlhan ve Yarayan, 2021). Tutum, bireyin çevresindeki nesne ya da herhangi bir olguya yönelik tepki eğilimi olarak tanımlanabilir (Akgül, 2011). Tutumlar, insan davranışlarının sergilenmesinin en önemli tayin edici unsurlarıdır (Kan ve

Akbaş, 2005). Bylece bireylerin davranışları sahip oldukları tutumlar ile şekillenmekte ve dışa vurulmaktadır. Olağan gelişim gösteren bireylerin özel gereksinimli bireylere ilişkin tutumları olumlu veya olumsuz davranışlarla sergilenebilmektedir. Nitekim zel gereksinimli bireyler sahip oldukları farklılıklar nedeniyle toplumda önyargıyla karşılanmakta ve olumsuz tutumlara maruz kalabilmektedirler (Erdoğan ve Vatandaş, 2020). Toplumun nyargılarının özel gereksinimli bireylerin fiziksel aktivitelere katılımlarını olumsuz yönde etkilediği, özel gereksinimli bireylerin büyük bir çoğunluğunun aktivitelere katılım noktasında farklı düzeyde zorlanmalar yaşadıkları dşnlmektedir (Demir ve İlhan, 2019). Bu zorlanmalar spor ortamlarının fiziki koşulları ve ulaşım (Yılmaz, İlhan ve Yarayan, 2021) ile zaman ve motivasyon eksikliği (Tenenbaum ve Eklund, 2007) olarak ifade edilebilir.

İlgili konuda alanyazın incelendiğinde beden eğitimi ğretmenlerinin zihinsel engelli öğrencilerin sportif etkinliklerine yönelik tutumları (Yaşın ve İlhan, 2021); ilk ve ortaokul ğretmenlerinin özel gereksinimli bireylere yönelik tutumları (Pesen ve Demirhan, 2021); zel gereksinimli bireylere ilişkin tutum leği geliştirme (Yaralı, 2015) alışmaları mevcuttur. Ayrıca Manisa ilinde engelli bireylere karşı toplumsal tutum (Altıparmak ve Sarı, 2012) ve niversite ğrencilerinin engelli bireylere ilişkin tutumlarını inceleyen (şahin ve Bekir, 2016) eşitli çalışmalara da alan yazında rastlanılmıştır. Buradan hareketle çalışmada, özel gereksinimli bireylerin fiziksel aktivitelere katılımlarına yönelik toplumun tutumunun belirlenmesinde olağan gelişim gösteren bütün bireylerin tutum derecelerine ulaşılması, toplumun özel gereksinimli bireylerin spor yapmasına yönelik tutumlarına ilişkin kavramsal alt yapının oluşturulması ve oluşturulan bu yapının değerlendirilebilmesi için bir lme aracı geliştirilmesi amaçlanmaktadır.

Gereç ve Yöntem

Çalışma Grubu

Araştırmanın alışma grubunu kolayca ulaşılabilir ve ekonomik olması bakımından uygun rneklemeye yöntemi ile seçilmiştir (Gravetter ve Forzano, 2012). Bu bağlamda araştırmaya 432 katılımcı dāhil edilmiştir. 18 yaşını dolduran bireyler kendi istekleri doğrultusunda çalışma grubunda yer almıştır. Çalışmaya aktif spor yapan 164 birey ile birlikte 236 spor yapmayan birey katılım sağlamıştır. Bununla birlikte katılımcılardan 105'inin özel gereksinimli yakını bulunurken 295'inin ise özel gereksinimli yakını bulunmamaktadır. Analizlerin güvenirliğini etkilememesi için uç değerler temizlendikten sonra 231' kadın 169' u erkek olmak üzere toplamda 400 veri elde edilmiştir. Faktör analizi için grup lt "50" ok

kötü, “100” kötü, “200” orta, “300” iyi, “500” çok iyi, “1000” ve daha fazlası ise mükemmel olarak belirtilmiştir (Comrey ve Lee, 1992). Bu bağlamda örneklem sayısı mevcut araştırma için yeterli olarak görülmüştür. Çalışma grubuna ait demografik bilgilere Tablo 1'de yer verilmiştir.

Tablo 1

Çalışma Grubuna İlişkin Demografik Bilgiler

		N	%
Cinsiyet	Kadın	231	57,8
	Erkek	169	42,3
Eğitim Durumu	İlköğretim	16	4,0
	Ortaöğretim	61	15,3
	Ön Lisans	36	9,0
	Lisans	205	51,2
	Lisansüstü	82	20,5
Özel Gereksinimli Yakını Olma Durumu	Evet	105	26,3
	Hayır	295	73,8
Aktif Spor Yapma Durumu	Evet	164	41,0
	Hayır	236	59,0
Toplam		400	100,0

İşlem

Ölçeğin geliştirilmesi sürecinde gerçekleştirilen işlemler şekil 1'de sunulmuştur.



Şekil 1. Ölçek Geliştirme İşlemleri

Madde Havuzunun Oluşturulması

Bu aşamada literatür detaylı bir şekilde incelenmiştir. Özel gereksinimli bireyler ve bu bireylerin spor yapmalarına yönelik tutumlarına ilişkin kavramsal alt yapılar ve gerçekleştirilen çalışmalar incelenmiştir. Literatürde yer alan tutum ile ilgili ölçeklerin incelenmesi neticesinde 28 maddelik bir madde havuzu oluşturulmuştur.

Uzman Görüşlerinin Alınması (İçerik-Kapsam Geçerliliği)

Araştırmacılar tarafından oluşturulmuş olan form beşli Likert derecelendirmesine uygun olarak “kesinlikle katılmıyorum” ile “kesinlikle katılıyorum” arasında değişkenlik gösteren seçenekler ile değerlendirilmiştir. Oluşturulmuş olan madde havuzu kapsam

geçerliliğini sağlamak üzere Türk Dili ve Edebiyatı bölümünde 3 doçent ve Eğitimde Ölçme ve Değerlendirme 2 doçent ve 1 doktor öğretim üyesi olmak üzere alanında uzman akademisyenlerin görüşlerine sunulmuştur. Uzmanlardan gelen “muğlak, eksik, benzer veya düzeltilmeli” şeklindeki dönütler doğrultusunda bazı maddeler niteliği ölçmediği varsayılarak yeniden revize edilmiştir. Bu durumda analizler uygulanmak üzere 28 maddelik yeni ölçek formu oluşturulmuştur.

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacılar tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu katılımcıların cinsiyet, eğitim durumu, özel gereksinimli bir yakın bireyi olma durumu ve aktif spor yapma durumları ile ilgili demografik bilgileri içeren sorulardan oluşmaktadır.

Özel Gereksinimli Bireylerin Fiziksel Aktiviteye Katılımlarına Yönelik Tutum Ölçeği (ÖGBFAKYTÖ)

Araştırma kapsamında oluşturulan ölçek 18 madde ve 3 alt boyuttan oluşan bir yapıdan oluşmaktadır. Ölçeğe ilişkin ilk 9 (1,2,3,4,5,6,7,8,9) madde bilişsel alt yapıyı, sonraki 5 (10,11,12,13,14) madde davranışsal alt boyutu ve son 4 (15,16,17,18) madde ise duyuşsal alt boyutu oluşturmaktadır. Ölçek 5’li Likert tipi şeklinde derecelendirilmiştir. Ölçekten elde edilebilecek en düşük toplam puan 18, en yüksek toplam puan ise 90 olacak şekilde belirlenmiştir.

Ölçeğin Uygulanması

Uzman görüşleri doğrultusunda hazırlanmış olan “Özel Gereksinimli Bireylerin Spor yapmasına Yönelik Tutum Ölçeği” çevrimiçi anket (Google Formlar) aracılığı ile veri toplamak üzere katılımcılara sunulmuştur. Oluşturulan formda araştırmanın bilimsel içeriğinden bahsedilmiş ve katılımcılara samimi ve tutarlı yanıtlar verilmesinin önemi anlatılmıştır. Son formu oluşturulan veri toplama aracı kapsam ve görünüş olarak incelenmiş ve katılımcılara sunulmuştur.

Araştırmanın Etiği

Çalışmaya başlamadan önce Kastamonu Üniversitesi Rektörlüğü Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırmalar ve Yayın Etiği Kurulu'ndan 08.06.2023 tarihli ve 13 karar sayılı

etik komisyon onay belgesi alınmıştır. Mevcut araştırma süresince “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” çerçevesinde hareket edilmiştir.

Bulgular

Açımlayıcı Faktör Analizi

Oluşturulan ölçeğin faktör geçerliğini test edebilmek için Kaiser-Mayer-Olkin (KMO) katsayısı ve Barlett küresellik testi ile uygunlukları belirlenmiştir.

Tablo 2

ÖGBFAKYT Ölçeğine İlişkin Açımlayıcı Faktör Analizi ve KMO Testi Sonuçları

Boyut	Maddeler	Faktör Yükleri	Açıkladığı Varyans %	KMO
FAKTÖR 1	M1. Fiziksel aktivite özel gereksinimli bireylerin yaşam kalitesini artırır.	,732	62,404	KMO= ,927; x ² =3944,562; sd=153; p=,000*
	M2. Fiziksel aktivite özel gereksinimli bireylere akademik başarı (okul başarısı, zihinsel beceriler) sağlar.	,837		
	M3. Fiziksel aktivite özel gereksinimli bireyleri duygusal açıdan (benlik saygısı, özgüven, mutluluk, vs.) destekler.	,728		
	M4. Fiziksel aktivite özel gereksinimli bireylere sorumluluk alma duygusu kazandırır.	,802		
	M5. Fiziksel aktivite özel gereksinimli bireylere başarıya duygusunu tattırır.	,576		
	M6. Fiziksel aktivite özel gereksinimli bireylerin hareket becerilerine (motorik özellikler) katkı sağlar.	,657		
	M7. Fiziksel aktivite özel gereksinimli bireylerin özbakım becerilerinin gelişimine katkı sağlar.	,816		
	M8. Fiziksel aktivite özel gereksinimli bireylerin daha güçlü hissetmelerini sağlar.	,662		
	M9. Fiziksel aktivite özel gereksinimli bireylerin fiziksel gelişimlerini destekler.	,655		
	M10. Özel gereksinimli bireylere yönelik fiziksel aktivite hakkında yayımları (kitap, gazete, dergi ve sosyal medya) takip ederim.	,777		
FAKTÖR 2	M11. Özel gereksinimli bireyler ile ilgili uygulamalarda/projelerde/etkinliklerde gönüllü olarak çalışmak isterim.	,610		
	M12. Fiziksel aktivitenin olumlu etkileri hakkında insanları teşvik ederim.	,532		
	M13. Özel gereksinimli bireylerin spor faaliyetlerini takip ederim.	,863		
	M14. Özel gereksinimli bireylere fiziksel aktivitenin önemini anlatırım.	,773		
FAKTÖR 3	M15. Fiziksel aktivitenin özel gereksinimli bireylerin topluma uyumunu arttırdığına inanırım.	,605		
	M16. Özel gereksinimli bireylerin fiziksel aktiviteye katılmaları beni mutlu eder.	,892		
	M17. Fiziksel aktivitenin özel gereksinimli bireylerin yaşam sevinçlerini arttırdığına inanırım.	,764		

Analiz sonuçlarına göre Kaiser-Mayer-Olkin değerinin 0,92 olduğu, Barlett küresellik testi sonucunun da anlamlı düzeyde olduğu görülmektedir ($p < .05$). Tabachnic ve Fidel (2013) elde edilen bu değerlerin ($> .60$) faktör analizine uygun olduğunu söylemektedir. Elde edilen verilerin faktör analizi için uygun olduğunun tespit edilmesi ile birlikte AFA değerleri incelenmiştir. Bu bağlamda faktör yükleri için kestirme değer ,40 olacak şekilde alınmıştır. Maddelere ilişkin istatistikler, birden fazla faktöre yük verme, herhangi bir faktöre yük vermeme ve muğlak madde kriterleri altında incelenmiş ve en uygun yapı elde edilecek şekilde işlemler tekrarlanmıştır. Analizler, maddelerin birbiri ile ilişkili olmasından dolayı promax döndürme tekniği ile yapılmıştır. Gerçekleştirilen işlemler sonucunda ölçekte yer alan 10 maddenin kriterle uygun olmaması sebebi ile analiz dışında kalması sağlanmıştır. Ölçekte kalan 18 maddenin 3 faktör altında toplandığı görülmüştür. Ortaya çıkan faktörlerin toplam varyansı açıklama yüzdeleri faktör 1 için 43,05 faktör 2 için 13,10 faktör 3 için 6,25 olarak hesaplanmıştır. Faktör 1 de yer alan 9 Maddenin faktör yük aralıklarının ,57 ile ,83 olduğu görülmüştür. Faktör 2 de yer alan 5 maddenin faktör yük aralıklarının ,53 ile ,86 olduğu görülmüştür. Faktör 3 de yer alan 4 Maddenin faktör yük aralıklarının ise ,60 ile ,89 olduğu görülmüştür.

Güvenirlilik Analizi

Ölçeğin Cronbach Alpha (α) iç tutarlık katsayısı ve maddelerin ayırt edicilik özelliğine ilişkin madde toplam test korelasyon değerleri incelenmiştir.

Madde toplam test korelasyonları incelendiğinde elde edilen değerlerin ,50 ile ,78 olduğu görülmektedir. Literatür incelendiğinde madde toplam test korelasyon değerinin ,30 ve üzerinde olması maddelerin ayırt edici özelliklerinin iyi olduğuna kanıt olarak görülmektedir (Nunnally ve Bernstein, 1994). Ek olarak ölçeğe ilişkin Cronbach alfa katsayıları güvenirlilik için referans alınmıştır. Ölçeğin toplam puanına ilişkin Cronbach alfa değeri ,89 , faktör 1'e ilişkin değer ,91 faktör 2'ye ilişkin değer ,79 faktör 3'e ilişkin değer ise ,83 olarak tespit edilmiştir. Nunnally ve Bernstein (1994) elde edilen bu değerlerin güvenirlilik düzeyinin yüksek olduğunu belirtmektedir.

ÖGBFAKYT Ölçeğine İlişkin Ortalama, Madde Toplam Test Korelasyonu ve Cronbach Alpha Değerleri

Faktörler	Maddeler	Ort.	Madde-Toplam Korelasyonu	Test Cronbach Alpha
FAKTÖR 1	M1	4,68	,634	,91
	M2	4,47	,676	
	M3	4,70	,787	
	M4	4,56	,778	
	M5	4,70	,776	
	M6	4,74	,701	
	M7	4,56	,619	
	M8	4,51	,648	
	M9	4,62	,737	
FAKTÖR 2	M10	2,79	,521	,79
	M11	3,77	,509	
	M12	4,21	,523	
	M13	3,19	,672	
	M14	3,57	,661	
FAKTÖR 3	M15	4,57	,544	,83
	M16	4,76	,712	
	M17	4,70	,706	
	M18	4,76	,710	

Doğrulamalı Faktör Analizi

Açımlayıcı Faktör Analizi sonucunda ortaya çıkan yapının doğrulanması, gözlenen ve örtük değişkenlerin uyum iyiliği indeks değerleri için Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA) kullanılmıştır.

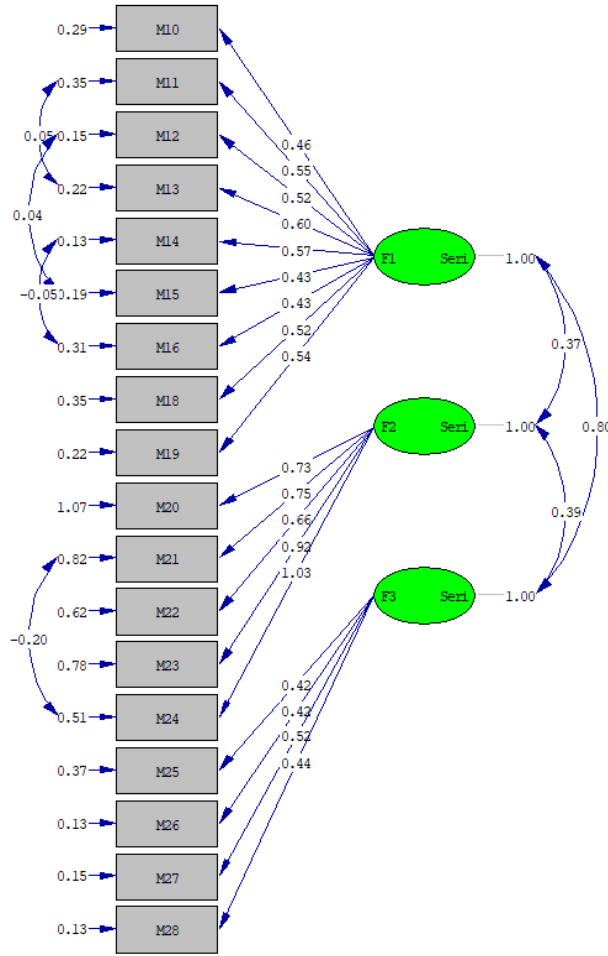
Tablo 4.

Özel Gereksinimli Bireylerin Fiziksel Aktiviteye Katılımlarına Yönelik Tutum Ölçeğinin Doğrulamalı Faktör Analizine İlişkin Uyum İndeks ve Yapı Güvenirliği Değerleri

Uyum İndeks Değerleri							
χ^2	df	p	χ^2/df	RMSEA	SRMR	CFI	GFI
393,52	128	.00	3,074	,072	,065	,93	,90

Tablo 4'teki uyum indeks değerlerine göre, χ^2/df değerinin 3,074 olduğu tespit edilmiştir. Elde edilen bu değer 5'in altında olması sebebi ile kabul edilebilir uyum göstergesi olduğu ifade edilmektedir (Kline, 2015). RMSEA değerinin ise ,072 olduğu görülmektedir. Yılmaz, Çelik ve Yağızzer (2009) elde edilen bu değer yeterli bir uyumu ifade ettiğini söylemektedir. Tablo incelendiğinde SRMR değerinin ,065 olması modelin iyi bir uyum gösterdiğini ifade etmektedir (Kline, 2015). CFI değerinin ,93 GFI değerinin ise ,90 olduğu görülmektedir. Bu değerler ,90 ve üzerinde olduğundan iyi bir uyum düzeyi olduğunu göstermektedir (Kline, 2015; Byrne, 2010). Özel Gereksinimli Bireylerin Spor Yapmasına Yönelik Tutum Ölçeği'nin 3 faktörlü yapısı doğrulanmış ve gerçekleştirilen DFA analizi

neticesinde ortaya çıkan modelin kabul edilebilir bir uyum gösterdiği söylenebilir. Yapıya ilişkin DFA analizinin path diagramı Şekil 2’de verilmiştir.



Chi-Square=393.52, df=128, P-value=0.00000, RMSEA=0.072

Şekil 2. DFA Analizi Path Diagramı

Tartışma ve Sonuç

Bu araştırma olağan gelişim gösteren bireylerin, özel gereksinimli bireylerin fiziksel aktivitelere katılımlarına ilişkin düşüncelerinin belirlenmesi amacıyla yapılmıştır. İlgili konuda geçerli ve güvenilir bir ölçme aracının alanyazına katkı sağlaması amaçlanmıştır. Çalışmanın ilk aşamasında uzman görüşleri tarafından onaylanan toplam 28 madde yer almıştır. Ölçek maddeleri, herhangi bir ayırım gözetilmeksizin toplumun farklı kesimlerinden bireylere ulaştırılmış ve 432 bireyin gönüllü katılımıyla veriler elde edilmiştir. Ancak analiz sonuçlarını yanıltmaması için uç verilere ilişkin formlar analize dâhil edilmemiştir. Elde edilen verilere açımlayıcı faktör analizine uygunluğunu belirlemek amacıyla Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) örneklem uygunluğu testi ve Bartlett'in küresellik testi uygulanmıştır. KMO testinden elde

edilen değerin ,92 Bartlett test değerinin ise ,00 olduğu tespit edilmiştir. Buradan hareketle verilerin faktör analizi için uygun olduğu belirlenmiştir. Daha sonra faktör yükü ,40'ın altında olan maddeler, yükler arasındaki farkı yeterli olmayan ve madde test korelasyonu ,30'un altında olan toplam 10 madde ölçekten çıkarılmıştır. Açımlayıcı faktör analizi sonucunda "Bilişsel", "Davranışsal" ve "Duyuşsal" olmak üzere 3 faktörlü ve 18 maddeli bir yapı elde edilmiştir. Bilişsel alt boyut 9, duyuşsal alt boyut 4 ve davranışsal alt boyut 5 maddeden oluşmaktadır. Üç faktörlü model, doğrulamalı faktör analizinde doğrulanmış ve modelin iyi uyum değerlerinde olduğu gözlemlenmiştir. Ölçeğin toplam güvenilirlik katsayısının ,91; bilişsel boyutun ,91; duyuşsal boyutun ,83 ve davranışsal boyutun ise ,79 olduğu gözlemlenmiştir. Ölçeğin alt boyutları ve toplam iç tutarlık değerleri Nunnally (1978) tarafından öngörülen ,70 ölçütünün üzerindedir. Böylece ölçeğin tümüne ait güvenilirliğin yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Çalışmanın nihai sonucunda Özel Gereksinimli Bireylerin Fiziksel Aktiviteye Katılımlarına Yönelik Tutum Ölçeği'nin geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olarak kullanılabileceği belirlenmiştir. Mevcut ölçeğin uzmanlar, beden eğitimi öğretmenleri, psikologlar ve sosyologlar, vb. gibi toplumun, tüm meslek gurupları, meslek guruplarının adayları, öğrenciler, ebeveynler, olmak üzere toplumun her kesiminden insanlar tarafından kullanılabileceği düşünölmektedir. Aynı zamanda toplumun özel gereksinimli bireylere ilişkin tutumlarının, fiziksel aktivitelere yönelik tutumlarını etkilediğini söylemek yanlış bir ifade olmayacaktır. Bu konuda toplumun fikirlerini olumlu yönde değiştirmek özel gereksinimli bireylerin psikoloji, sağlık ve sosyal anlamda daha iyi olmalarına katkı sağlayacaktır. Diğer bir ifadeyle özel gereksinimli bireylerin, fiziksel aktiviteler aracılığıyla topluma uyum sağlama yetenekleri geliştirilebilmektedir (İlhan, 2019). Ayrıca toplumun özel gereksinimli bireylere karşı bakış açısının olması gerektiği gibi konumlandırılmasının toplumun yararına olacağı düşünölmektedir.

Etik Kurul İzin Bilgileri

Etik değerlendirme kurulu: Kastamonu Üniversitesi Rektörlüğü Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırmalar ve Yayın Etiği Kurulu

Etik değerlendirme belgesinin tarihi: 08.06.2023

Etik değerlendirme belgesinin sayı numarası:7/13

Araştırmacıların Katkı Oranları Beyanı

Araştırmanın yöntem ve bulgular kısmıyla ilgili süreçler birinci yazar, giriş kısmı ile ilgili süreçler ikinci yazar, tartışma ve sonuç kısmı ile ilgili süreçler ise üçüncü yazar tarafından gerçekleştirilmiştir.

Çatışma Beyanı

Yazarların araştırma ile ilgili bir çatışma beyanı bulunmamaktadır.

Kaynakça

- Akgül, B. M. (2011). Farklı Kültürlerdeki Bireylerin Boş Zaman Aktivitelerine Yönelik Tutumlarının Değerlendirilmesi: Ankara-Londra Örneği. Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Altıparmak, S. ve Sarı, H. Y. (2012). Manisa İlinde Engelli Bireylere Karşı Toplumsal Tutum. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 13(2).
- Ayan, S., Memiş, U. A., Eynur, B. R. ve Kabakçı, A. (2012). Özel Eğitime İhtiyaç Duyan Çocuklarda Oyuncak ve Oyunun Önemi. *Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi*, 2(4), 80-89.
- Byrne, B. M. (2010). Testing for the Factorial Validity of a Theoretical Construct. *Structural Equation Modeling with AMOS: Basic Concepts, Applications, and Programming*, 74-82.
- Comrey, A. L. ve Lee, H. B. (1992). Interpretation and Application of Factor Analytic Results. Comrey AL, Lee HB. *A First Course in Factor Analysis*, 2, 1992.
- Demir, G. ve İlhan, E. (2019). Spora Katılım Motivasyonu: Görme Engelli Sporcular Üzerine Bir Araştırma. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 157-170.
- Erdoğan, M. ve Vatandaş, C. (2020). Bireysel ve Toplumsal Dışlanma Pratiği: Önyargı ve Ayrımcılık. *Journal of Human and Social Sciences*, 3(1), 474-485.
- Education, A. A. (2006). Learning and Teaching Resources Branch. *Daily Physical Activity: A Handbook for Grades 1-9 Schools*. Alberta Education.
- Gravetter, F. ve Wallnau, L. (2014). *Essentials of Statistics for The Behavioral Sciences* (8th Ed.). Belmont, CA: Wadsworth.
- Kan, A. ve Akbaş, A. (2005). Lise Öğrencilerinin Kimya Dersine Yönelik Tutum Ölçeği Geliştirme Çalışması. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(2).
- Kırımoğlu, H., Esentürk., O., İlhan, L., Yılmaz, A. ve Kaynak, K. (2016). İlköğretim, Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi Öğretmenleri ile Beden Eğitimi ve Spor Öğretmen Adaylarının Zihinsel Engelli Bireylerin Fiziksel Egzersize Katılımlarının Etkilerine Yönelik Farkındalık Düzeylerinin İncelenmesi. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*. 5 (4), 232-244.
- Kline, RB. (2015). *Principles and Practice of Structural Equation Modeling*. Guilford Press, New York.
- Miles, L. (2007). Physical Activity and Health. *Nutrition Bulletin*, 32(4), 314-363.
- Nalbant, S. (2018). Spor Yoluyla Farkındalık Gelişimi Etkinliğinin Özel Gereksinimli Bireylere Yönelik Tutuma Etkisi. *İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 8(1), 24-36.
- Nunnally, J.C. (1978). *Psychometric Theory* (2nd Edition). Mcgraw-Hill.
- İlhan, E. L. (2019). Engelliler İçin Beden Eğitimi ve Spor, Öabt Beden Eğitimi Öğretmenliği Konu Anlatımlı Soru Bankası. Gazi Kitapevi.
- Nunnally, J.C. ve Bernstein, I. (1994). *Psychometric Theory*. Mcgraw-Hill, New York.

- Pesen, A. ve Demirhan, M. (2021). Öğretmenlerin Özel Gereksinimli Bireylere Yönelik Tutumlarının İncelenmesi. *Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(1), 141-158.
- Şahin, H. ve Bekir, H. (2016). Üniversite Öğrencilerinin Engellilere Yönelik Tutumlarının Belirlenmesi. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 20(3), 767-779.
- Strong, W. B., Malina, R. M., Blimkie, C. J. R., Daniels, S. R., Dishman, R. K., Gutin, B., Hergenroeder, A. C., Must, A., Nixon, P. A., Pivarnik, J. M., Rowland, T., Trost, S. ve Trudeau, F. (2005). Okul Çağındaki Gençlerde Kanıta Dayalı Fiziksel Aktivite. *The Journal of Pediatrics*, 1(3), 183-189.
- Tabachnick, B.G. ve Fidell, J. B. (2013) *Using Multivariate Statistics (Sixth Ed.)* Pearson, Boston
- Wallhead, T. L. ve Buckworth, J. (2004). The Role of Physical Education in The Promotion of Youth Physical Activity. *Quest*, 56(3), 285-301.
- Yaralı, D. (2015). Özel Gereksinimli Bireylere Yönelik Bir Tutum Ölçeğinin Geliştirilmesi. *E-Kafkas Journal of Educational Research*, 2(3), 1-11.
- Yarımkaya, E., İlhan, E. L. ve Karasu, N. (2019). Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Bireyler İçin Akran Aracılı Uyarlanmış Fiziksel Aktivite Örnekleri. Ankara: İKSAD.
- Yaşın, İ. ve İlhan, L. (2021). Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Zihinsel Engelli Bireylerin Sportif Etkinliklerine Yönelik Tutum Profilleri. *Herkes İçin Spor ve Rekreasyon Dergisi*, 3(1), 30-35.
- Yılmaz, S. H., İlhan, E. L. ve Yarayan, Y. E. (2021). Engelli Bireylerde Spora Katılımın Önündeki Zorlanmalar Ölçeği Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 26 (3), 315-332. DOI: 10.53434/Gbesbd.900837
- Yılmaz, S. H., Yarımkaya, E. ve İlhan, E. L., (2022). Physical Education Teachers' Experiences Regarding Online Physical Education Lessons for Children with Autism Spectrum Disorder. *International Journal of Developmental Disabilities*.
- Tenenbaum, G. ve Eklund, R. C. (2007). Exercise adherence. *Handbook of sport psychology*. New Jersey: John Wiley ve Sons Inc.
- Yılmaz, S. H., İlhan, E. L. ve Yarayan, Y. E. (2021). Engelli Bireylerde Spora Katılımın Önündeki Zorlanmalar Ölçeği Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 26(3), 315-332.
- Karakoç, Ö., Çoban, B., & Konar, N. (2012). İşitme engelli milli sporcular ile spor yapmayan işitme engellilerin benlik saygısı düzeylerinin karşılaştırılması. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 14(1), 12-17.



Spor Tarihine Bir Katkı: Akis Dergisinde Vildan Aşir Savaşır ve Spor Hakkındaki Tenkitleri

Canan SARIYAR SEZAN¹

¹Batman Üniversitesi, Sosyal Bilimler MYO, Batman/Türkiye

<https://orcid.org/0000-0002-5374-7103>

ORJINAL MAKALE

Özet

Metin Toker tarafından çıkarılan ve haftalık siyasi dergi olma özelliğini taşıyan Akis Dergisi, ilk sayısını 15 Mayıs 1954'te çıkarmıştır. 13 yıl yayın hayatına devam eden dergi 31 Aralık 1967 yılında son sayısı ile birlikte kapanmıştır. Siyasi içerikli bir dergi olmasına rağmen kültür, sanat, sinema, moda ve spor hakkındaki yazılara da yer vermiştir. Literatürde Metin Toker ve Akis Dergisi ile ilgili çeşitli çalışmalar yapılmış fakat genellikle konusunu siyasi hayat oluşturmuştur. Bu çalışmada ise diğerlerinden farklı olarak Akis Dergisindeki spor sayfalarına aynı zamanda spor eğitiminde öncü isimlerden olan Galatasaray Lisesi ve Gazi Eğitim Enstitüsü'nde beden eğitimi öğretmenliği yapmış Vildan Aşir Savaşır'ın spor hakkında yazdığı yazılar değerlendirilmiştir. Çalışmanın amacı, Türkiye'de spor politikalarını bir beden eğitimi öğretmenin bakış açısıyla gözler önüne sermektir. Çalışmada belgesel ve arşiv tarama yöntemi kullanılmıştır. Çalışmanın kaynağını Akis Dergisi'nin sayıları, Cumhurbaşkanlığı Devlet Arşivi, kitap, makale ve tezler oluşturmuştur. Vildan Aşir Savaşır'ın dergiye 1962 ile 1964 yılları arasında spor yazıları yazması sebebiyle de çalışma, bu yıllar arasında sınırlandırılmıştır.

Anahtar kelimeler: Akis Dergisi, Beden Eğitimi ve Spor, Vildan Aşir Savaşır

A Contribution To The History Of Sports: Vildan Aşir Savaşır and His Criticism About Sports In Akis Magazine

Abstract

Akis Magazine, which is a weekly political magazine published by Metin Toker, published its first issue on May 15, 1954. The magazine, which continued its publication life for 13 years, was closed on 31 December 1967 with its last issue. Although it is a political magazine, it also included articles about culture, art, cinema, fashion and sports. Various studies have been made about Metin Toker and Akis Magazine in the literature, but mostly political life has been the subject of it. In this study, unlike the others, the articles about sports written by Vildan Aşir Savaşır, who worked as a physical education teacher at Galatasaray High School and Gazi Education Institute, which is also one of the leading names in sports education, were evaluated in the sports pages of Akis Magazine. The aim of the study is to reveal the sports policies in Turkey from the perspective of a Physical Education Teacher. Documentary and archive scanning method was used in the study. The sources of the study are the issues of Akis Magazine, the Presidency State Archive, books, articles and theses. Since Vildan Aşir Savaşır wrote sports articles for the magazine between 1962 and 1964, the study was limited between these years.

Keywords: Akis Magazine, Physical Education and Sports, Vildan Aşir Savaşır

Giriş

Akis Dergisi, 15 Mayıs 1954 tarihinde ilk sayısını çıkarmıştır. Derginin sahibi Metin Toker'dir. Dergi hazırlanırken ünlü Amerikan dergisi "Time" örnek olarak hazırlanmıştır. Time'a benzer şekilde, iç politika ve dış politika başta olmak farklı alanlardaki konulara da yer vermiştir. Türkiye'nin ilk haftalık haber dergisi olma özelliğini taşıyan Akis, haftada bir sayı olarak, 1967 yılına kadar yayın hayatını sürdürmüştür.

Akis Dergisi, ilk sayısında çıkış amacını bir aktüalite dergisi oluşturmak, okuyanı aydın kesim olan ve aradığı her konuda kendini ilgilendiren bir mevzu ve hedef kitlesini; bir aktüalite dergisi yaratmak ve her kesimden insanın okumasını sağlamak olarak belirtmiştir. Toker'e göre bu dergide yazarları herkes anlamalı, her meslek grubu da kendine ait bir şeyler bulmalıydı. Siyasetle ilgilenen siyaset, ekonomi ile ilgilenen ekonomi, sanat ile ilgilenen sanat, spor ile ilgilenen spor gibi konuları bulacaktı fakat bu meseleleri ele alırken ciddi bir tarzda ve daha cazip bir şekilde işlenmeliydi ve her sayfa da konu ile ilgili uzman arkadaşlar tarafından hazırlanmalıydı (Akis, 15 Mayıs 1954) diyerek dergi hakkında bir bilgilendirme yapmıştır.

Kısa süre içerisinde çok okunan dergiler arasına giren Akis, renkli kapaklı bir şekilde, alanında tanınan kişilerin yazılarıyla özellikle politikacıların imzalı makaleleriyle gündemi ayakta tutmuştur (Özcan, 1996). Yazıların çoğunluğu Metin Toker tarafından kaleme alınmıştır. Akis dergisi tarafsız bir politikayla yayın hayatına başladıysa da siyasi çevreler bunu farklı bir taktik olarak algılamışlardır fakat DP'nin 1954 seçimleri sonrasındaki tutumları dergi tarafından eleştirilmeye başlanmıştır. Üstelik Metin Toker ile Özden İnönü'nün Eylül 1954'te nişanlanması arkasından da Devlet Bakanı Mükerrer Sarol'un istifa etmesi yönünde başlatılan kampanya, DP'nin dergiyi muhalif bir dergi olarak görmesine yol açmıştır. Metin Toker, bu olaylar neticesinde 2 kez hapisine girmiş fakat yine de kendince doğru haber politikasından vazgeçmemiştir. 13 yıl boyunca yayınlanan dergi, zamanla maddi sıkıntıların artması sebebiyle 31 Aralık 1967 tarihinde yayın hayatına son vermiştir.

Derginin çıkış amacında da belirtildiği üzere sadece politika değil, eğitim, kültür, ekonomi, kadın sayfaları ve spor konusunda da usta isimleri ağırlamıştır. Son sayfalarını spora ayıran dergi, 22 Ekim 1962 tarihli sayısıyla birlikte beden eğitimi öğretmenlerinden önemli bir isim olan, Beden Terbiyesi Genel Müdürlüğü yapmış ve daha birçok üstün görevi üstlenen Vildan Aşır Savaşır'ın "Köşeden" ismini verdiği köşe yazılarına yer ayırmıştır. Ülkede sporun yayılması için çeşitli çalışmalar yapan ve İsveç'te aldığı eğitimle beden eğitimi konusunda

uzman olan Savaşır, Akis Dergisi'ndeki yazılarında doğru ya da yanlış bulduğu spor politikalarını hiç çekinmeden eleştirmiştir.

Literatürde Metin Toker ve Akis Dergisi ile ilgili çeşitli çalışmalar yapılmış (Özcan, 1996; Çelebi, 2015) fakat genellikle konusunu siyasi hayat oluşturmuştur. Bu çalışmada ise diğerlerinden farklı olarak Akis Dergisi'ndeki spor sayfalarına aynı zamanda spor eğitiminde öncü isimlerden olan Galatasaray Lisesi ve Gazi Eğitim Enstitüsü'nde beden eğitimi öğretmenliği yapmış Vildan Aşır Savaşır'ın spor hakkında yazdığı yazılar değerlendirilmiştir. Bu çalışmanın amacı ise Türkiye'nin ilk beden eğitimi öğretmenlerinden olan Vildan Aşır Savaşır'ın kaleminde dönemin spor politikaları hakkındaki düşüncelerini gözler önüne sermektir.

Gereç ve Yöntem

Çalışmada nitel araştırma yöntemlerinden olan ve belgesel tarama olarak da bilinen doküman analizi kullanılmıştır. Doküman analizi; birincil araştırma verileri kaynağı olarak çeşitli yazılı metin biçimlerini toplamak, gözden geçirmek, bunları sorgulamak ve analiz etmektir. Kısacası belli bir amaca dönük olarak kaynakları bulma, okuma, not alma ve değerlendirme işlemlerini kapsamaktadır (Karasar, 2005).

Bulgular

Vildan Aşır Savaşır ve Faaliyetleri

Vildan Aşır Savaşır, 1903 yılında İstanbul'da dünyaya gelmiştir (Ek. 1). Babası Hafız Aşır Efendi'dir. Annesi hakkında herhangi bir bilgiye rastlanılmamıştır. İlk, orta ve lise öğrenimini Galatasaray Lisesi'nde gördükten sonra hukuk eğitimi için Fransa'ya gitmiştir. Lisede öğrenci iken uzun atlamada Türkiye rekoruna sahip olmuş ve 1924 yılındaki Paris Olimpiyatları'na katılmıştır. Özellikle vücut yapısı ve yetenekleriyle beden eğitimine çok yatkın ve hevesli olan Savaşır, hukuktan vazgeçerek, İsveç'e beden eğitimi öğrenimi görmeye gitmiştir (Arun, 1998).

Vildan Aşır Savaşır, 1925 yılında Milli Eğitim Bakanlığı tarafından 3 arkadaşı ile birlikte İsveç Stokholm'deki Kraliyet Yüksek Beden Eğitimi Enstitüsü'ne gönderilmiştir. Buraya gönderilmelerindeki amaç, Avrupalıların beden eğitimi ile ilgili uyguladıkları metotları öğrenmek ve Türkiye'ye döndükleri zaman bu metotlarla birlikte beden eğitimi öğretmenleri yetiştirmektir. Onunla birlikte İsveç'e giden diğer arkadaşları ise İstanbul Erkek Öğretmen

Okulu'ndan Selim Sırrı Tarcan'ın öğrencisi Nizamettin Kırşan, ve Galatasaray Lisesi'nden Vildan Aşır Savaşır'ın arkadaşı Suat Hayri Ürgüplü'dür (Güven, 1996).

İsveç'te eğitimini tamamlayıp Türkiye'ye döndükten sonra Selim Sırrı Tarcan'ın İstanbul - Çapa Kız Öğretmen Okulu yanındaki cimmastik salonunda açıp başlattığı Beden Eğitimi Öğretmeni Yetiştirme Kursu'nda öğretmen olarak başlamıştır. Buraya atanması ise dönemin Cumhurbaşkanı Gazi Mustafa Kemal tarafından yapılmıştır (Ek.2). Bir ay boyunca izcilik ve yüzme dersini vermek için Vildan Aşır'ın yanında Nizameddin Bey'i de görevlendirmiş, ücretinin Maarif Vekâleti'nden karşılanacağını da belirtmiştir (BCA, 30-55-11).

1930 yılında bu kurslar kapanana kadar orada öğretmenlik yapmış ve daha sonra Ankara Gazi İlk Öğretmen Okulu'na Beden Eğitimi Öğretmeni olarak atanmıştır. Bu okulun kapanmasının ardından Galatasaray Lisesi'ne nakledilen Savaşır burada çalışırken Gazi Eğitim Enstitüsü'ne beden eğitimi şubesinin açılmasının ardından 1934 ve 1935 öğretim yılında Ankara Gazi Eğitim Enstitüsü beden eğitimi öğretmenliğine atanmıştır. Özellikle cimmastik konusunda teorik ve uygulamalı dersler veren Savaşır, enstitüye müdür yardımcısı olarak atanmıştır. 1938 yılında ise Milli Eğitim Bakanlığı Beden Eğitimi ve İzcilik Müdürlüğü ile görevlendirilmiştir. Bu sebeple bütün okulların beden eğitimi ile spor faaliyetlerinin bir düzene girmesi gerektiğini düşünmüş hatta “Okul-Spor” adlı bir Dergi (Bülten) çıkarılmasını sağlamıştır. Bütün görevleri devam ederken Ankara Radyosu ile görüşmelerde bulunup, sabahları halka hitap edecek cimmastik programı yayınları yaptırmıştır. Beden eğitiminde ise Cevdet Arun ve Faik Gökay bu iş ile görevlendirilmiştir (Arun, 1998).

16.07.1938 tarih ve 3530 sayılı kanunla birlikte vatandaşların hem fiziki kabiliyetlerini geliştirmek hem de onlara moral vererek Atatürk ilke ve inkılaplarından ayrılmadan oyun, jimnastik ve spor faaliyetlerini yönetmek amacıyla Başvekâlete bağlı bir Beden Terbiyesi Genel Müdürlüğü kurulmuştur (Resmi Gazete, Beden Terbiyesi Kanunu: 16 Temmuz 1938). Bu kanunla spor, resmen devlet koruması altına alınmış ve sporun ülke geneline yayılması amaçlanmıştır. Müdürlüğüne ise I. Ordu Müfettişliği Kurmay Başkanı Tümgeneral Cemil Tahir Taner getirilmiştir (Sarıgüzel, 2021). 1942 yılında ise 4235 sayılı yasayla kuruluş yasası değişmiş ve Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlanmıştır (Resmi Gazete,3 Haziran 1942). Cemil Taner'in emekliye ayrılmasıyla birlikte Beden Terbiyesi Genel Müdürlüğü'ne yine aynı yerde müdür yardımcılığı yapan Vildan Aşır Savaşır atanmıştır (BCA, 179-35-6). 1945 yılları ile 1950 yılları arasında Beden Terbiyesi Genel Müdürlüğü yapmıştır. Yine eş zamanlı olarak 1943

– 1950 yılları arasında da Türkiye Milli Olimpiyat Komitesi başkanlığı yapmıştır (Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğü).

Ülkede beden eğitimi ve sporun yayılmasına sağladığı katkılarla tanınan Savaşır, ileri derecede Fransızca ve İsveççe bilmektedir. 1949 yılında, Spor Toto fikrinin ortaya çıkmasını sağlamış ve bunun için İsveç'ten özel bir kuryeyle Spor Toto mevzuatını getirtmiştir. Bu mevzuatı kendisi tercüme ederek Ulvi Yenal (futbol federasyonu başkanı) ile birlikte Spor Toto'nun kurulabilmesi için çalışmalara başlamıştır. 1950 Milletvekili seçimlerinde iktidar ve bakanlıklar değişince kendisi Beden Terbiyesi Genel Müdürlüğü'nden alınarak Hasanoğlan Köy Enstitüsü beden eğitimi öğretmenliğine atanmış fakat bu durumu sindiremeyen Savaşır, ayrılarak bazı kuruluşlarda görev almış; United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO) Türkiye Milli Komitesi genel sekreterliğini yürütmüş, daha sonra da emekliye ayrılmıştır (Arun, 1998).

Cevdet Arun'a göre, emekli olduktan sonra sağlığı bozulan Savaşır, 1973 yılında vefat edip, Silivrikapı Mezarlığına babasının yanına defnedilmiştir. Tarafımızca yapılan araştırmada bu tarihte bir yanlışlık olduğu tespit edilmiştir. Savaşır, 1973 tarihinde değil, 12 Aralık 1986 tarihinde İstanbul'da vefat etmiştir (Milliyet, 1986).

Vildan Aşir Savaşır'ın Akis Dergisi'nde Spor Hakkındaki Tenkitleri

Spor tarihine sayısız katkılar sunan Beden Eğitimi Öğretmeni Vildan Aşir Savaşır, birçok dergi ve gazetede yazılar yazmıştır. Akis Dergisi'ndeki ilk yazısını 22 Ekim 1962 tarihinde kaleme almıştır. “Köşeden” ismini verdiği köşesindeki ilk makalesi “*Neyin Peşinden*” başlığını taşımaktadır (Ek.3). Bu makalede; kalın çizgileriyle, beden eğitimi dâvamızın problemleri nelerdir? Hangi sorumlu kendine düşeni tanımış, sebeplerini bulmuş ve banlardan hangisini ele alır? Nasıl almış ve ne yapmıştır? Bugün açıkta kalan nelerdir? Gibi sorulara bu köşeden cevaplar arayacağını bildirmiştir (Akis, 22 Ekim 1962).

Derginin 29 Ekim 1962 tarihli sayısında yazısına gayet kinayeli bir şekilde “*İlaç Olsa Kâr Etmez*” başlığını atmıştır. O dönemde sporun ve beden eğitimi derslerinin eksikliğini üzümlere şü sözleriyle eleştirmiştir:

“Bu kadarcığına liselerin Sultani, ilkokulların iptidai diye anıldıkları günlerde bile rastlardınız. Faik Bey, Selim Sırrı Bey, Mazhar Bey gibi inanmış terbiyecilerle yetiştirmeleri, kendilerine emanet edilen çocukların ruh ve beden yapılarını iyinin, güzelin potasında cimnastik yolu ile yoğurabilmek için haftada bir saatten fazla zaman bulabilirler, bir şeyler

öğretmek için değil, bir şeylere alıştırmamanın çaresi için çalışabilirlerdi. Beden eğitimi dâvasının gönüllüleri dünyanın inandığına, toplum şöyle dursun, Maarifi inandırmak için otuz yıla varan savaştan sonra bugün hâlâ ilk tuğlaya harç koyanların katındadırlar. Programlar yaptılar, yepyeni bir anlayışa göre talimatnameler, talimatlar yayınlanmasını sağladılar. Onların emeğiyle Marifet Dersi'nin insanlık yolu olduğu kanun değerinde vesikalara geçti, meslek okulları açıldı ve gide gide, bir arpa boyu yol gidildi. Ders programlarında beden eğitiminin tarifi bir "anıt" değerindedir, ama ayrılan zaman, haftada sadece bir saattir! Okul spor yurtları ve izcilik, kâğıt üstünde çok ileri birer müessesedirler, ama bunlara ayrılmış zaman yoktur! Şöyle bir ölçerseniz, okullarımızda kaç yüz çocuğa, hava alacak bir metre kare yer, kaç bin çocuğa cimmastik ve spor için bir metre kare çatı altı düşer, ürkersiniz. Davanın değeri lafta, hatta raftadır. Beden eğitiminin uzmanları ekleme bir şubeden yetişiyor; mektebi bile yok, zamanı yok, yeri yok. Üstelik emek verenlere Maarifte itibar yok, iltifat yok. Şartlar bu olunca, spor kalkınması, söyleyen için hayal, dinleyen için masaldır” (Akis, 29 Ekim 1962).

Savaşır, bu makalesinde sporun yayılması ve okullardaki eğitimi konusunda ettiği mücadeleler karşısında hala istenilen yere ulaşamamasından duyduğu üzüntüyü paylaşmıştır. Yine Türkiye’de spor konusunda çok fazla çalışmaya imza atmış olan Selim Sırrı Tarcan’da kendisiyle yapılan bir röportajda okullarda beden eğitimi derslerinin hakkıyla yapılmadığını dile getirmiştir (Geri ve Sarıyar Sezan, 2021). Savaşır’ın bu görüşünü destekler nitelikte sözler sarf etmiştir.

Vildan Aşır Savaşır’ın dergide ele aldığı konulardan biri de kulüpler meselesidir. “*Büyük Kulüp*” başlığını verdiği makalesinde Türkiye’de spor kulüplerinin maddi sıkıntılarına değinmiştir:

“Bugün bu kulüplerin sâdece şöhretleri, masrafları ve borçları büyüktür. Büyük Kulüp denilince zihinlerde şekillenen spor ünitesiyle, Beden Terbiyesi Genel Müdürlüğü’nün başlıca meşgalesini teşkil eden bu kulüplerin bir benzerliği kalmamıştır. Bin güçlkle ayakta tutabildikleri pahalı profesyonel kadrolarını bir kenara çekerseniz geri kalan hiçliği Büyük Kulübün ne tarihi, ne şöhreti, ne de yıllık geliriyle bağdaştırabilirdiniz. Kendilerine vücut veren tüzüklerindeki gayeler kaybolmuş, vazife unutulmuştur. Aslında amatör olan bu kulüplerde her şey masraflı on birlerin sağlayacağı gelire ve itibara bağlanmıştır. İdareci ona tutunmakta, taraftar onunla beslenmektedir. Genç atletlerle denizciler, güreşçiler ve diğer spor kollarında yetişecek filizlerle kimse meşgul değildir. Yarının elit kadrosu ve asları için fidelik sayılan üçüncü, ikinci takımların, genç takımların sözü bile edilmez olmuştur. Türk sporuna geçen

emekleri ve hizmetleriyle iftihar ettiğimiz Büyük Kulüplerimiz durup dururken bu hale gelmemişlerdir. Sebepleri elbette ki vardır ve bilinmektedir. Beden Terbiyesi Kanunu ve onun tüzüğü, kulüpler için yurttaşın fizik ve moral kabiliyetlerini milli ve devrimci yollardan geliştirmek, ona yurdu tanımayı, sevmeyi, korumayı öğretmek amacını güden oyun, cimmastik ve sporla meşgul olacaklar, arkadaşlık duygusunu yükseltmeğe, içki, kumar gibi iptilalardan korumağa çalışacaklardır der. Spor alanındaki varlığını borçlanıp satın aldığı şöhretlerle belirten bir kuruluşu bu anlayışla ölçmeğe imkân yoktur. Kanun ve tüzük, Beden Terbiyesi teşkilâtı için de şöyle söyler: amatör kulübün ve sporun yönetiminden, düzenlenmesinden ve gelişmesinden sorumludur ancak bu, sporun Milli Eğitimde yerini ve değerini anlamış bulunan kanunun söylediğidir. Teşkilâtın bu vazifesini hangi ölçüde başardığını tespit için derinlere inmeğe ihtiyaç yoktur. Bunun için, sporun temeli olan küçük kulübe, mahalle kulübüne ve spor yapacak, oynayacak yer, imkân, malzeme ve öğretici bekleyen, adı kayıtlara geçmemiş amatörlere bakmak yetecektir” (Akis, 3 Kasım 1962).

Kulüpler, spor etkinlikleri kapsamında vazgeçilmez bir unsurdur (Kotan, 1996). Spor kulüpleri, spor faaliyetlerinin yapılabildiği ve alt yapılarıyla gerek amatör, gerekse profesyonel spor dalları ile spora hizmet veren ve bu hizmet aşamasında özellikle amatör spor kulüpleri ile müessese ve belediyelere ait olmayan kulüplerin büyük maddi zorluklar içinde tamamen taraftarların çabalarıyla ve ödedikleri aidatlar ve çeşitli organizasyonlardan elde ettikleri gelirlerle, zor da olsa yaşamlarını sürdürebilen özel spor kuruluşlarıdır. Türkiye’de spor kulüplerinin çoğunluğu günümüzde bile gelir ve giderlerini dengeleme konusunda sıkıntı yaşamaktadır.

Vildan Aşır Savaşır’ın üzerinde durduğu başka bir nokta ise, sporun teşkilatlanmasıdır. Türkiye’de sporun ilk teşkilatlanması 22 Mayıs 1921’de kurulan Türkiye İdman Cemiyetleri İttifakı (TİCİ) ile başlamış ve ilk biçimsel spor yönetiminin uygulandığı bir teşkilat olmuştur TİCİ Türkiye’de sporun gelişmesine katkıda bulunmuş, fakat yapısı itibariyle otorite haline gelememiştir. Bu sebeple 18 Şubat 1936 tarihinde Türk Spor Kurumu (TSK) kurulmuş ve spor yönetimi bir nebze merkezileşmiştir. TİCİ ve TSK Türk sporuna hizmet etmiş fakat sporun devlet eliyle yürütülmesi gerektiği düşüncesi hakim olunca sporda otorite ve disiplin kurma hususuna sınırlı bir merkezilikle cevap veren TSK’nın yerine tam bir devlet otoritesi olan Beden Terbiyesi Genel Müdürlüğü 3530 Sayılı Kanunla kurulmuştur (Fişek, 1981). Savaşır bu teşkilatların üzerine düşenleri yapmadığı konusunda düşüncelerini şu sözleriyle dile getirmiştir:

“Sıra ile hizmete gireli Türkiye İdman Cemiyetleri İttifakı, Türk Spor Kurumu ve iki ayrı anlayış içinde iki ayrı devrede faaliyette gördüğümüz Beden Terbiyesi Umum Müdürlüğü, kendilerine vücut veren tüzük veya kanunlarda hep aynı gayeyi belirterek yola çıkmıştır, çarpınmalara, millet kesesinden yapılan yardımlara rağmen hizmete lâyık olamamışlar, sonunda itibarı yitirip yıpranmışlardır. TİCİ'nin idealist sorumluları hizmet aşkından ve bilgiden değilse bile, tecrübeden külliyen yoksundular. Kurma ve yayma yükünü, on küsur sene, yolun en sarp kesiminde taşımışlardır. TSK onun mirasına dayanarak biraz daha olumlu ve yaygın bir çaba göstermiş, yürürlükteki kanunu getirmiş ve mesuliyeti bir devlet müessesesi olan Beden Terbiyesi Umum Müdürlüğüne devretmiştir. Aslına bakarsanız bu üç "teşkilât" birbirinin aksayan taraflarını düzelten bir tekâmülün ifadesi olmak lazım gelirdi. Ancak, gerçek o olmamış ve ortada parlayan ışıklara rağmen her üçü de tutumda birbirlerinin miras ısı olmada âdetâ yarışmışlardır.” (Akis, 25 Ocak 1964).

Bu üç teşkilatın ise benzer tutumlar sergilemesini, hedefin ve asli vazifelerin unutulup işin kolay ve sorumlu kişilere ucuz, şöhret ve değersiz menfaatler sağlayan tarafına kaçmış olmasına bağlamaktadır. Ona göre sporun sevk ve idaresinde sporda günlük geçim demek olan müsabaka tertipçiliğinin berisinde ve ötesinde, çözüm çaresi bekleyen daha ehemmiyetli vazifeler vardır. Bu vazifelerin başında ise her türlü saha ve tesisi, malzemeyi, zaman unsurunu kapsayan imkân ve vasıta, her bilim derecesinde öğretici yetiştirme, gençlerin toplu ve dağınık buldukları yerlerde onlara ulaşma, sıhhi ve teknik, hatta mali murakabe, boş zamanları değerlendirme, bunların tümüne ilim yolu ile ışık tutacak olan spor akademileri birer süre başı olarak zikredilebilir. Bahsedilen sorunlar çözülmedikçe sporcu gençlerin geleceği hakkında çok da iyimser bir ortam görünmemektedir (Akis, 25 Ocak 1964).

Derginin 9 Şubat 1963 tarihli sayısında sporda şike konusuna değinen Savaşır, sporda şike kavramını danışıklı dövüş olarak nitelendirmiştir. Şike, sporda maddi veya manevi çıkar amacıyla karşılıklı olarak anlaşarak maçın sonucunu değiştirme ya da danışıklı bir spor karşılaşması yapılmasıdır (Yıldız vd., 2018). Ona göre şike, sporun tarifi ile dahi bağdaşamayan bir davranıştır. *“Sporu karakterize eden, ona eğitim alanındaki değerini veren bütün vasıflarını birden harcamadan danışıklı dövüşe gitmek mümkün değildir. Ya spor olan yerde danışıklı dövüş olmaz; ya da danışıklı doğuşun bulunduğu yerde spor yoktur”*. Diyerek şike ile sporu bir cümlede bile kullanmanın yanlış olduğunu vurgulamıştır. Sporun geleceği için, böyle hilelerin yapılması son derece tehlikelidir. Çünkü Savaşır'a göre, *“Türkiye’de lig maçları, profesyonellerin oynadığı Milli Ligden ibaret değildir. Basketbolun, voleybolun, futbolun bütün Türkiye’de amatör ligleri vardır. Üstelik sporumuzun temelini de, bu liglerin içerisinde "spor,*

spor içindir" diye ter döken çocuklar teşkil etmektedir. Amatör gençlik, teknik ustası diye örnek aldığı profesyonel şöhretlerin hilelerine, tutulma çaresi olarak kullandığı düzene heves edecek, onu taklit edecek olursa, her şeyden ümidi kesmek lâzımdır. Bu bir kere yol ederse, arkasından gelecek mânevi çöküntüye millet olarak devlet olarak göz yummaya ve katlanmaya imkân yoktur." (Akis, 9 Şubat 1963).

Savaşır, yazılarında Türkiye’de beden eğitimi ve sporun gelişmesi için öncelikle bu alandaki kurumların görevlerini layıkıyla yapmaları gerektiğini düşünmüş özellikle bu kurumlarda iş başına getirilenlerin spor konusunda yetersiz olduklarını şu sözleriyle eleştirmiştir:

“Meslekleri, meşrepleri, emek ve tecrübeleri bakımından sporla ilgisiz kişiler yıllardır saha ve tesis demişler, yüz küsur milyonu, hiçbir prensibe ve plâna bağlanmadan rastgele döküp, memleketi yıllık gelirlerle bakını sağlayamayacak bir külfetin altına sokmuşlardır. Sporunu organize edeceğiz, ilmi metotlarla çalışacağız demişler, sonra bunu gezme tozma fırsatı sayıp, içerde ve dışarda yüzümüzü yerlere düşürmüşlerdir. Nizam, disiplin demişler, bilgisiz ve kaprisli davranışlarla, kanunen ve fiilen başında buldukları ünitelerle huzur bozucu, verim tüketici çelişmelere düşmüşlerdir.” (Akis, 11 Ocak 1964).

Spor kurumlarının bu yanlışlardan dönmesi için alanında uzman ve spor geçmişi olan kişilerden seçilmesi gerektiğini düşünmüş, spor da asların yetişmesi için Beden Terbiyesi Umum Müdürlüğü’nün özellikle okullardaki beden eğitimi dersleri ile meşgul olmasını istemiştir.

Sonuç

Vildan Aşir Savaşır 1903 ve 1986 yılları arasında yaşamış, kendisini Türk spor ve yönetimine adanmış bir eğitimcidir. Cumhuriyet döneminde Atatürk’ün önderliğinde yurtdışına eğitim görmeye çok sayıda öğrenci gönderilmiş ve bu öğrenciler aldıkları eğitim neticesinde yurda döndüklerinde alanlarının gelişmesine ve ilerlemesine katkı sunmuşlardır. Beden Eğitimi alanında ise Beden Eğitimi Öğretmenliği Okulu’nun nitelikli kadrosunu oluşturmak için, Maarif Vekâleti’nin 1924 yılı sonlarında yurt dışına gönderdiği ilk öğrenci kafilesi arasında yer alanlardan biri de, Vildan Aşir Savaşır’dır. Üç arkadaşıyla birlikte İsveç’e gitmiş ve Stokholm şehrinde üç yıllık eğitimini başarıyla tamamlamıştır. Eğitimin bitmesiyle birlikte 1928 yılında yurda dönen Vildan Aşir Savaşır, Türkiye’de beden eğitimi dersleri ile sportif faaliyetlerin

düzenlenmesinde, Türk sporunun yurt dışında temsil edilmesinde büyük roller üstlenmiştir. Ayrıca sporun halka benimsetilmesine ve ülkede sporun yaygınlaşmasına önayak olmuştur.

Dönemin muhalefeti olarak kabul edilen Akis Dergisi'nde spor yazıları yazan Vildan Aşır Savaşır spor politikalarına olan eleştirileri ile dikkat çekmiştir. İlk yazısını derginin 22 Ekim 1962 tarihli sayısında kaleme almış ve 1964 yılının mart ayına kadar dergide yazmaya devam etmiştir. Derginin spor sayfasında Köşeden isimli başlıkla yazılarını yazmış ve beden eğitiminin problemlerini, sorumluların üzerine düşen görevlerini yerine getirip getirmediğini, beden eğitiminin gelişmesi ve yaygınlaşması için neler yapılması gerektiğini bu köşeden yazacağını belirtmiştir.

Savaşır'a göre Türkiye'de sporun gelişmesi ve spor müsabakalarının kazanılması için öncelikle spor bilincinin verilmesi gerekir. Spor bilincinin oluşacağı yerlerden birisi de okullardır. Beden eğitimi dersleri okullarda alanında uzman öğretmenler tarafından verilmelidir. Gerek okullarda gerekse sporun yapılacağı salonlarda ve sahalarda uygun teçhizatlar bulunmalıdır. Bu bağlamda Savaşır, devlet kurumlarının üzerine düşen sorumluluğu yerine getirmediğini yazılarında dile getirmiştir. Özellikle spordan sorumlu olan bakanların ya da müdürlerin spordan anlayan kişiler olması gerektiğinin altını çizmiştir.

Kaynakça

Akis Dergisi 1962-1964

Resmi Gazete (1942). Beden Terbiyesi Kanununa Ek Kanun, 3 Haziran.

TC. Cumhurbaşkanlığı Devlet Arşivleri Başkanlığı, BCA, 30-55-11.

TC. Cumhurbaşkanlığı Devlet Arşivleri Başkanlığı, BCA, 179-35-6.

Arun, A. C. (1998). Cumhuriyet Döneminde Türkiye'de Beden Eğitimi Öğretmeni Yetiştirmede Öncü S. S. Tarcan'dan Sonra Kuşaktan Vildan Aşır Savaşır, Spor ve Bilim, 8(20), 9-12.

Çelebi, O. (2015). Gazeteciliğe adanmış bir ömür: Metin Toker. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Atatürk İlkeleri ve İnkılap Tarihi Enstitüsü, Atatürk İlkeleri ve İnkılap Tarihi Ana Bilim Dalı, Ankara.

Fişek, K. (1998). Devlet Politikası ve Toplumsal Yapıyla İlişkileri Açısından Türkiye'de ve Dünyada Spor Yönetimi. Ankara: Bağırğan Yayınevi

Geri, S.& Canan, S.S. (2021). Spor Tarihinde Öncü Bir İsim: Selim Sırrı Tarcan'ın Kadın Gazetesindeki Yazıları. Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 15(1), 141-153.

Gül, Ç. (2008). Türk Spor Teşkilatının Sorunları ve Yeniden Yapılanması. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atılım Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Siyaset Bilimi ve Kamu Yönetimi Ana Bilim Dalı, Ankara.

Güven, Ö. (1996). Türkiyede Cumhuriyet Döneminde Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni Yetiştiren Okulların Eğitimi Hazırlayıcı Çalışmalar. Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 1(2), 70-82.

Karasar, N. (2005). Bilimsel Araştırma ve Yöntemi. 15. Baskı Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

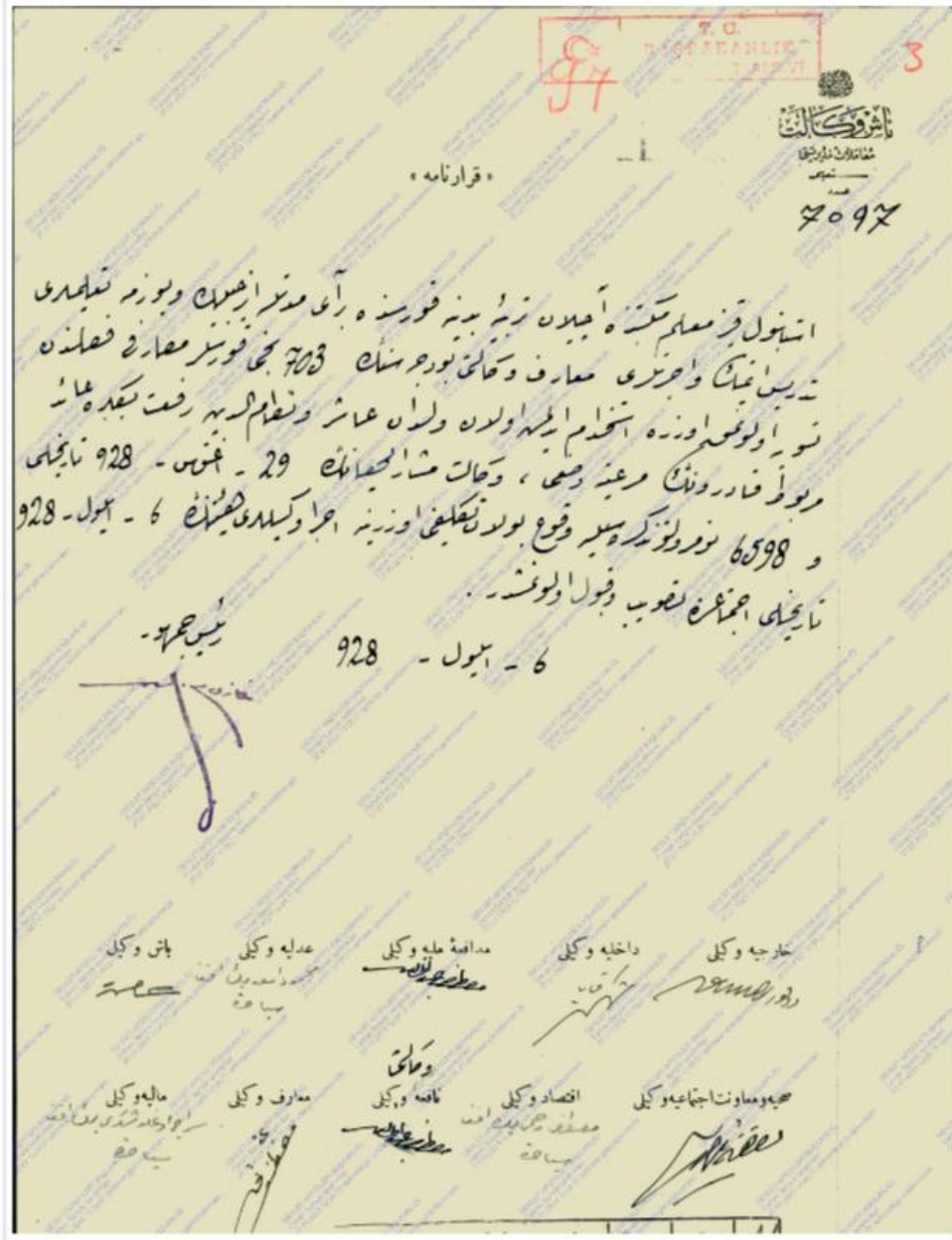
- Kotan, E. (1996). Türkiye’de Spor Kulüplerinin İdari Yapısı. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor, İstanbul.
- Özcan, M. (1996). Başlangıcından Günümüze Türkiye’de Haftalık Haber Dergiciliğinin Gelişim Evreleri (Akis Dergisi Örneği). Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gazetecilik, İstanbul.
- Yıldız M., Mahmut G., Özer Y. (2018). Türk Toplumunun Sporda Şike Algısına Yönelik Görüşlerinin Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi (Kırıkkale İli Örneği). Türk Spor Bilimleri Dergisi, 1(1), 27-40.
- Sarıgüzel, N. (2021). Beden Terbiyesi Genel Müdürlüğü, Atatürk Ansiklopedisi. Erişim Adresi : 18.10.2022 <https://ataturkansiklopedisi.gov.tr/bilgi/beden-terbiyesi-genel-mudurlugu>
- Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğü, Genel Müdürler, Vildan Aşir Savaşır. Erişim Adresi: 18.10.2022 <https://shgm.gsb.gov.tr/Sayfalar/219/110/vildan-asir-savasir.aspx>.
- Resmi Gazete (1938). Beden Terbiyesi Kanunu, 16 Temmuz.
- Milliyet (1986). 14.10

Ekler

Ek.1. Vildan Aşir Savaşır (Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğü)



Ek. 2. Reis-i Cumhuriyet Mustafa Kemal'in imzasıyla Beden Eğitimi Öğretmeni Yetiştirme Kursuna Vildan Aşır'ın öğretmen olarak atanması.



S P O R

K Ö Ş E D E N

Atçılık

Değerbilirlik

Geçirdiğimiz Cumartesi ve Pazar günlerinde -aslına bakarsanız haftanın başka günlerinde sporla meşgul olmak pek âdetimiz degildir- memleketin bütün sahalarında bol bol futbol oynandı. Büyük kalabalıklar hele milli lig oynanan şehirlerde akın akın stadlara taşındılar, heyecanlandılar. Beğendiklerini alkışladılar, keyiflerine gitmeyi, kendilerine en uygun buldukları şekilde yerdiler ve ziyadesiyle meşhur tempo ile duygularını belirttiler. Gündelik basınımız da buna ölçülü bir davranışla doyarsa sayfalar donatıp, manşetler attı.



Ankara Konkurrhipiklerinde finiş

Bir yıldız doğuyor

Bu hal, geçirdiğimiz haftanın özelliği değildir. Bu, oldu bitti böyledir. Yeni kuşakların, frenklerin "Esprit d'equipe" dedikleri takım anlayışı ve takım ruhu içinde yetişmeleri için futbolun bütün takım oyunlarının başında geldiğinde kimse şüphesi yoktur. Gündelik basın da bu kanıda olmalı ki, Habeş maçına, Toto tahminlerine, derken Pelé'ye yapılan milyonluk tekliflere, türk uyruklu italyan futbolcuya yerli, yabancı asların nezlelerinden, çağ-meselelerine kadar sütunlar ayırdılar. Ayırdılar ama, meselâ bir Asil Doktoroğluyu -onyedi yaşında-, bir Kemal Öncüyü -onaltı yaşında- ve bu yük türk binicisi Eyüp Öncünün oğlu- vatandaşlarımıza tanıtmaya va-

kit bulamadılar.

Ankara konkurrhipikleri

Türkiye Cokey Kulübünün Cuma, Cumartesi ve Pazar günleri verdiği büyük spor ziyafetinden Başkentte pek az kimse faydalandı. Bu, atıyla, binicileriyle, düzeni ve hele zehir gibi taydan, onbeş - onaltı yaşında, doluda ıslanmış, yağmurdan korkusuz kurtlara kadar 60 seçme at ve Yd. Salih Koç., Bnb. Naip Gönenli, Bnb. Arslan Güneş, Yzb. Cemalettin Zorlu ve Sebahattin Telli, Bedri Böke ve bunların yanında dana bırıkları terlememiş Asil Doktoroğlu, Kemal Öncü, biraz kabacaları Sarçoban, Tğm. Apaydın ve benzerleriyle, gözünü budaktan esirgemeyen genç genç hanımlar.

Neyin Peşinden ?

Onu da, sporu da kapsayan anlamı içinde değerlendirince beden eğitiminin memleketimizde hal çaresi bekleyen problemlerinin çokluğu cesaret kırıcı ölçüleri bulur. Bunların bazıları sosyal bir hâdise olması yönünden, bir kısmı bir eğitim dâvası olarak pedagojik özelliklerine sebep, bir kısmı da tekniği, sahası ve tesisleri yüzünden ehemmiyet taşır. Özlenen amaca yöneltilmesi zaruretiyle de basınımız ilgilendirenleri az değildir.

Bu geniş davanın problemlerini çözme sorumluluğu elbette ki dağılacak, çeşitli kollarda, çeşitli kademeler ve kişiler tarafından taşınacaktır. Ancak şurası da hakikattir ki sorumluluğun en büyük kısmı, hatta vebali, hâlen yürürlükte bulunan Beden Terbiyesi Kanununun vazifelendirdiği teşkilâtın sırtındadır.

Herhangi bir meseleyi halletmek için önce ve hiç değilse, onun var olduğunun farkına varmak lazımdır. Niçinine, nedenine doğru teşhis koyup, eldeki imkânları iyice tartıp tedbir aramak bundan sonra gelir. Beden Terbiyesi Genel Müdürlüğü, genç kuşakları kanadı altında yetiştirmekle görevli Maarif, belediyeler ve hiç şüphe edilmesin ki basın, bu problemleri bulmak, tanımak ve çözmek için emek vermek mevkiindedirler.

Kalın çizgileriyle, beden eğitimi dâvamızın problemleri nelerdir? Hangi sorumlu kendine düşeni tanımış, sebeplerini bulmuş ve banlardan hangisini ele alır? nasıl almış ve ne yapmıştır? Bugün açıkta kalan nelerdir?

Biz bu köşeden bunlara işaret etmek amacındayız.

Vildan Aşir SAVAŞIR

KİTAPLAR ALEMİ

Aylık Bibliyografya Dergisi

Yıllık abonesi 6 liradır.

6. Sayısı çıktı.

P. K. 193 — Ankara

İstanbul'da satış yerleri :

Elif Kitabevi - Beyazıt
Minnetoğlu Kitabevi - Çağaloğlu
AKIS — 573



Akıllı Telefon Bağımlılığı ve Akademik Erteleme: Spor Bilimleri Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma

İsa ÇİFTÇİ¹

¹Bingöl Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Bingöl/Türkiye

<https://orcid.org/0000-0002-7056-3146>

ORJINAL MAKALE

Özet

Bu çalışma, spor bilimleri öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığı ve akademik erteleme davranışlarını, çeşitli değişkenlerle ilişkili olarak incelemeyi amaçlar. Araştırma, Bingöl Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nden 61 kadın ve 213 erkek öğrenci olmak üzere toplam 274 öğrenci üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırmada kişisel bilgi formu (cinsiyet, bölüm ve not ortalaması) ve verilerin toplanması amacıyla "Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği" ve "Akademik Erteleme Ölçeği" kullanılmıştır. Elde edilen verilerin analizi için t-testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA), iki veya daha fazla kategorik değişken ile iki veya daha fazla bağımlı değişken arasındaki ilişkiyi test etmek için MANOVA analizi ve son olarak korelasyon ve regresyon analizleri gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın bulguları, akıllı telefon bağımlılığı ile erteleme davranışı arasında pozitif bir ilişki olduğunu ($r=0,613$) ortaya koymuştur. Akıllı telefon bağımlılığının düzenli ders çalışmayla arasındaki korelasyonun $-(r) 0,343$ olduğu bulunmuştur, bu da negatif bir ilişkiye işaret etmektedir. Akıllı Telefon Bağımlılığının bağımlı değişken üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi olduğu tespit edilmiştir. Bu nedenle, Akademik Erteleme Davranışındaki değişimin yaklaşık %37,5'i Akıllı Telefon Bağımlılığı ile ilişkilendirilebilir ($R=0,255$, $R^2=0,065$, $p<0,05$). Bu çalışma sonuçları, akıllı telefon bağımlılığının akademik erteleme davranışları üzerinde olumsuz bir etkiye sahip olduğunu ve akıllı telefon bağımlılığının artmasıyla erteleme davranışının arttığını göstermektedir. Ayrıca, akıllı telefon bağımlılığının düzenli ders çalışma ile negatif bir ilişki içinde olduğu ve bağımsız değişken olarak akıllı telefon bağımlılığının akademik erteleme davranışını anlamlı bir şekilde etkilediği görülmüştür.

Anahtar kelimeler: Akıllı Telefon Bağımlılığı, Akademik Erteleme, Spor Bilimleri

Smartphone Addiction and Academic Procrastination: A Study on Sports Sciences Students

Abstract

This study aims to examine the smartphone addiction and academic procrastination behaviors of sports science students in relation to various variables. The research was carried out on a total of 274 students, 61 female and 213 male, from the Faculty of Sports Sciences of Bingöl University. Personal information forms (gender, department, and grade point average) and the "Smartphone Addiction Scale" and "Academic Procrastination Scale" were used in the study to collect data. To analyze the data obtained, a t-test, one-way analysis of variance (ANOVA), MANOVA analysis to test the relationship between two or more categorical variables and two or more dependent variables, and finally correlation and regression analyses were performed. The findings of the study revealed that there is a positive relationship between smartphone addiction and procrastination behavior ($r = 0.613$). The correlation between smartphone addiction and regular studying was found to be $-(r) 0.343$, indicating a negative relationship. Smartphone addiction was found to have a statistically significant effect on the dependent variable. Therefore, approximately 37.5% of the variation in academic procrastination behavior can be attributed to smartphone addiction ($R = 0.255$, $R^2 = 0.065$, $p<0.05$). The results of this study show that smartphone addiction has a negative effect on academic procrastination behaviors and that procrastination behavior increases as smartphone addiction increases. Additionally, it has been observed that smartphone

addiction has a negative relationship with regular studying, and as an independent variable, smartphone addiction significantly affects academic procrastination behavior.

Keywords: *Smartphone Addiction, Academic Procrastination, Sports Sciences*

Giriş

Teknolojik gelişmelerin hızla ilerlemesi, akıllı telefonların günlük yaşamımızın vazgeçilmez bir parçası haline gelmesine yol açmıştır. Akıllı telefonlar, iletişimden bilgiye ve eğlenceye kadar birçok işlevi tek bir cihazda birleştirme özelliği taşıdığından, bu cihazlar artık insanların yaşamlarını önemli ölçüde etkilemektedir (Soni vd., 2017). Ancak, bu teknolojik gelişmelerin aşırı kullanımı, bazı olumsuz sonuçları da beraberinde getirebilir. Bu olumsuz sonuçlardan biri, akıllı telefon bağımlılığı olarak adlandırılan bir olgudur (Kwon vd., 2013). Akıllı telefon bağımlılığı, bireylerin bu cihazlara aşırı derecede bağımlı hale gelmesi ve bu bağımlılık nedeniyle günlük yaşamlarının önemli alanlarında sorunlar yaşaması olarak tanımlanabilir (Yılmaz vd., 2015).

Akıllı telefon bağımlılığı, bireylerin sosyal, psikolojik ve fiziksel yaşamlarında çeşitli olumsuz etkilere neden olabilen yaygın bir problem olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu bağımlılığın nedenleri arasında motivasyon eksikliği, duygusal düzenleme sorunları, stres, yalnızlık ve dikkat eksikliği bulunmaktadır (Alyanak, 2016). Özellikle gençler ve öğrenciler arasında daha yaygındır ve bu bağımlılığın sonuçları arasında uyku sorunları, anksiyete, depresyon ve akademik başarıda düşüş bulunmaktadır (Aksu, 2022). Öte yandan, akademik erteleme de özellikle öğrenciler arasında yaygın bir davranıştır. Motivasyon eksikliği, zayıf zaman yönetimi ve görevlerin sürekli olarak ertelenmesi gibi faktörler bu davranışa katkıda bulunmaktadır. Akademik erteleme, genellikle düşük kaliteli iş ve artan stres ile sonuçlanabilir. Bu durumu hafifletmek veya önlemek için çeşitli stratejiler ve müdahaleler önerilmiştir, öğrencilere zaman yönetimi becerileri öğretmek, görevleri daha küçük bölümlere ayırmak ve kendi kendine motivasyon konusunda yardımcı olmak bunlardan bazılarıdır (Pychyl vd., 2000).

Akademik çevrelerde, öğrencilerin akademik başarıları üzerinde olumsuz bir etkisi olduğu düşünülen bir başka olgu ise "akademik erteleme" dir. Akademik erteleme, öğrencilerin ödevlerini, projelerini veya sınavlarını son dakikaya bırakma eğiliminde olmaları ve bu nedenle başarılarını olumsuz yönde etkileyen bir davranış biçimidir (Steel, 2007). Akademik erteleme, öğrencilerin motivasyon eksikliği, zaman yönetimi zorlukları ve dikkat dağınıcı unsurlar gibi faktörlerden kaynaklanabilir.

Spor bilimleri alanında, öğrenciler arasında akıllı telefon bağımlılığı ile akademik ertelemenin nasıl iç içe geçtiğine dair sınırlı sayıda inceleme yapılmıştır (Aligül, 2021; Arslan,

2023; Birtürk ve Biçer, 2021; Dikeç vd., 2020; Orhan ve Abacı, 2023). Araştırmadaki bu boşluğun giderilmesi kritik önem taşıyor çünkü spor bilimleri öğrencilerinin çoğu zaman hem akademik hem de fiziksel antrenman taahhütlerini dengelemek zorunda kalıyorlar. Verimli zaman yönetimi her iki alanda da başarının anahtarıdır; bu nedenle erteleme, ilerlemeyi önemli ölçüde engelleyebilir.

Spor bilimleri, beden eğitimi, spor yönetimi, antrenman ve sağlık bilimleri gibi çeşitli disiplinleri kapsamaktadır. Bu alandaki öğrenciler, teorik ve pratik eğitimlerin getirdiği yoğun öğrenim sürecinde bulunmaktadır. Bu çerçevede, çalışma spor bilimleri öğrencileri arasında akıllı telefon bağımlılığı ile akademik erteleme davranışı arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamaktadır.

Akıllı telefon kullanımının sıklığının ve yoğunluğunun belirlenmesine, erteleme davranışlarının yaygınlığına ve iki faktör arasında anlamlı bağlantıların olup olmadığına özellikle dikkat edilecektir. Ayrıca, akademik başarı üzerindeki potansiyel etkilerini analiz ederek, eğitimcilerin ve öğrencilerin bu sorunlarla başa çıkmak için etkili stratejiler geliştirmelerine katkı sağlamayı hedeflemektedir.

Akıllı telefon bağımlılığı ve akademik erteleme gibi sorunların anlaşılması ve etkili müdahale stratejilerinin geliştirilmesi, bu alanda ilerlemeler sağlayarak geleceğin spor bilimcilerine daha sağlam bir temel sunacaktır. Spor Bilimleri öğrencileri üzerindeki akıllı telefon bağımlılığı ve akademik ertelemenin etkilerini daha iyi anlama yolunda bir temel oluşturabilir. Bu bağlamda yapılan araştırmalar, gelecekteki çalışmalar için bir temel oluşturabilir.

Gereç ve Yöntem

Araştırmanın bu bölümünde çalışmanın modeline, örneklemine, veri toplama araçlarına ve verilerin çözümlenmesine ilişkin bilgilere yer verilmektedir.

Araştırmanın Deseni

Bu çalışma, ilişkisel tarama modeline uygun olarak tasarlanmış bir nicel araştırma yöntemi kullanılarak gerçekleştirilmiştir. İlişkisel tarama çalışmaları, en az iki değişken arasında var olan ilişkiyi belirlemeyi amaçlar. Eğer bir ilişki mevcutsa, bu ilişkinin yönünü ve gücünü ortaya çıkarmayı hedefler (Fraenkel vd., 2011). Bu bağlamda, Spor Bilimleri öğrencileri üzerinde akıllı telefon bağımlılığı ve akademik erteleme konulu bir araştırma gerçekleştirilmiştir.

Çalışma Grubu

Araştırmanın örneklemini Bingöl Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim görmekte olan 61 kadın ve 213 erkek olmak üzere 274 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmada Bingöl Üniversitesi ve araştırmaya katılacak öğrencilerin belirlenmesinde basit seçkisiz örnekleme yöntemi kullanılmıştır (Aaker vd., 2008). Google Forms kullanılarak hazırlanan formun öğrencilerle online olarak paylaşılması çalışma için gerekli verilerin toplanmasına olanak sağlamıştır.

Veri Toplama Araçları

Bu çalışma, çevrimiçi olarak Google Formlar aracılığıyla web tabanlı bir yöntemle yürütülmüştür. Araştırmada kişisel bilgi formu (cinsiyet, bölüm ve not ortalaması) ve verilerin toplanması amacıyla “*Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği*” ve “*Akademik Erteleme Ölçeği*” kullanılmıştır.

Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği

Akıllı telefon bağımlılığı ölçeği, ilk olarak Kwon vd. (2013) tarafından geliştirilmiş ve Noyan vd. (2015) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Ölçek 10 sorudan oluşur ve her bir soru için 6 seviyeli bir Likert ölçeği kullanılır. Cevaplar '1-Kesinlikle katılmıyorum' ile '6-Kesinlikle katılıyorum' arasında değişir. Toplanan puanlar 10 ile 60 arasındadır ve yüksek puanlar akıllı telefon bağımlılığı riskinin arttığını göstermektedir. Ölçeğin Cronbach Alpha güvenirlik değeri 0.86 olarak saptanmıştır.

Akademik Erteleme Ölçeği

Çakıcı (2003) tarafından oluşturulan Akademik Erteleme Ölçeği, öğrencilerin ders çalışma, sınav hazırlığı ve proje yapma gibi eğitimle ilgili süreçlerde ne kadar ertelediklerini değerlendirmek için kullanılmaktadır. Ölçek, toplamda 19 madde içerir: 'Erteleme' adını taşıyan birinci faktör 12 olumsuz maddeye, 'Düzenli Ders Çalışma Alışkanlığı' olarak adlandırılan ikinci faktör ise 7 olumlu maddeye sahiptir. Her bir madde 5'li Likert ölçeği ile 'beni hiç yansıtmıyor' ve 'beni tamamen yansıtıyor' arasında derecelendirilmiştir. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 95, en düşük puan ise 19'dur. Yüksek puanlar, öğrencinin akademik erteleme eğiliminin daha fazla olduğunu gösterir. Genel olarak ölçeğin Cronbach Alpha güvenirlik değeri 0.92 iken, ilk faktör için bu değer 0.89 ve ikinci faktör için 0.84 olarak belirlenmiştir.

Verilerin Analizi

Araştırmada, elde edilen verileri analiz etmek için çeşitli istatistiksel yöntemler kullanılmıştır. İlk olarak, verilerin demografik özelliklerini belirlemek amacıyla frekans ve yüzde analizi yapılmıştır. Ardından, iki bağımsız değişken arasındaki ilişkiyi incelemek için t-testi kullanılmıştır. Üç veya daha fazla değişken ile bir kategorik değişken arasındaki ilişkiyi değerlendirmek için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Daha sonra, iki veya daha fazla kategorik değişken ile iki veya daha fazla bağımlı değişken arasındaki ilişkiyi test etmek amacıyla çoklu değişkenli varyans analizi (MANOVA) kullanılmıştır. Son olarak, değişkenler arasındaki ilişkileri daha incelemek için korelasyon ve regresyon analizleri gerçekleştirilmiştir. Normallik varsayımları manova testi için kontrol edilmiş ve Box'un Kovaryans Matrislerinin Eşitliği Testi sonuçları, p değerlerinin 0.05'ten büyük olduğunu göstermiştir. Bu nedenle gruplar arasında kovaryans matrislerinin eşit olduğu söylenebilir. İstatistiksel analizlerin yorumlanması ve verilerin değerlendirilmesinde $p < 0.05$ anlamlılık düzeyi esas alınmıştır.

Bulgular

Araştırmanın bu bölümünde elde edilen bulgular tablolar halinde sunulmuştur.

Tablo 1

Ölçüm Modeli Betimsel Sonuçları

Değişkenler	n	α	Çarpıklık	Basıklık
Akıllı Telefon Bağımlılığı	10	,898	,247	-,616
Erteleme Davranışı	12	,903	,218	-,409
Düzenli Ders Çalışma	7	,772	-,013	,064

Tablo 1'de ölçüm modelinin güvenilirliği kontrol edildiğinde yüksek düzeyde bir güvenirliliğin sağlandığı anlaşılmıştır. Hesaplanan çarpıklık ve basıklık katsayılarının -1.5 ile +1.5 arasında değerler alması nedeniyle verilerin normal dağılım gösterdiği varsayıldığından parametrik testler kullanılmıştır (Tabachnick ve Fidell, 2013).

Tablo 2

Akıllı Telefon Bağımlılığı ile Akademik Erteleme Puanlarının Cinsiyete Göre T-Testi Sonuçları

Değişkenler	Gruplar	n	\bar{X}	Ss	t	p
Akıllı Telefon Bağımlılığı	Kadın	61	3,03	1,05	,082	,934
	Erkek	213	3,02	1,05		
Erteleme Davranışı	Kadın	61	2,65	0,89	,847	,358
	Erkek	213	2,76	0,83		

Düzenli Ders Çalışma	Kadın	61	3,16	0,72	,016	,901
	Erkek	213	3,15	0,71		

*p<0,05

Tablo 2 incelendiğinde; akıllı telefon bağımlılığı bakımından kadın katılımcıların ortalama değeri $\bar{X}=3,03$ iken, erkeklerin bu değeri $\bar{X}=3,02$ dir. T-testi sonuçları, cinsiyetler arasında bu değişkende anlamlı bir farkın olmadığını göstermektedir (t=0,082, p>0,05). Erteleme davranışı konusunda kadınlar için ortalama skor $\bar{X}=2,65$ ve erkekler için $\bar{X}=2,76$ olarak belirlenmiştir. Ancak, t-testi sonuçları cinsiyet bazlı bu alandaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığını göstermektedir (t=0,847, p>0,05). Düzenli ders çalışma konusunda kadın katılımcıların ortalama skoru $\bar{X}=3,16$ iken, erkekler için bu değer $\bar{X}=3,15$ tir. T-testi sonuçlarına göre, bu alanda cinsiyet temelli bir farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı anlaşılmaktadır (t=0,016, p>0,05).

Tablo 3

Bölüm Değişkenine Göre ANOVA ve MANOVA Testi Sonuçları

Değişkenler	Bölüm	n	\bar{X}	Ss	F	p	Anlamlılık
Akıllı Telefon Bağımlılığı	Beden Eğitimi Öğretmenliği (1)	59	3,25	0,98	1,870	,156	
	Spor Yöneticiliği (2)	155	2,95	1,08			
	Antrenörlük (3)	60	2,97	1,01			
Erteleme Davranışı	Beden Eğitimi Öğretmenliği (1)	59	3,00	0,76	3,827	,023*	1>2 1>3
	Spor Yöneticiliği (2)	155	2,68	0,85			
	Antrenörlük (3)	60	2,62	0,87			
Düzenli Ders Çalışma	Beden Eğitimi Öğretmenliği (1)	59	2,94	0,57	3,942	,021*	2>1
	Spor Yöneticiliği (2)	155	3,24	0,71			
	Antrenörlük (3)	60	3,14	0,80			

*p<0,05

Tablo 3 incelendiğinde, Akıllı Telefon Bağımlılığı bağlamında; Beden Eğitimi Öğretmenliği bölümünün ortalama değeri $\bar{X}=3,25$, Spor Yöneticiliği bölümünün $\bar{X}=2,95$ ve Antrenörlük bölümünün $\bar{X}=2,97$ olduğu saptanmıştır. ANOVA analiz sonuçları, bu bölümler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın bulunmadığını göstermektedir (F=1,870, p>0,05). Erteleme Davranışı bağlamında; Beden Eğitimi Öğretmenliği bölümünün ortalama değeri $\bar{X}=3,00$, Spor Yöneticiliği bölümünün $\bar{X}=2,68$ ve Antrenörlük bölümünün $\bar{X}=2,62$ olarak belirlenmiştir. Bu bağlamda, Beden Eğitimi Öğretmenliği bölümü istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde daha yüksek bir ortalamaya sahiptir (F=3,827, p<0,05). Düzenli Ders Çalışma Alışkanlığı çerçevesinde; Beden Eğitimi Öğretmenliği bölümü $\bar{X}=2,94$, Spor Yöneticiliği bölümü $\bar{X}=3,24$ ve Antrenörlük bölümü $\bar{X}=3,14$ ortalamalarını almıştır. Bu kategoride, Spor Yöneticiliği bölümü istatistiksel olarak diğer bölümlerden daha yüksek bir ortalamaya sahiptir (F=3,942, p<0,05).

Tablo 4

Notlara Göre ANOVA ve MANOVA Testi Sonuçları

Değişkenler	Notlar	n	\bar{X}	Ss	F	p	Anlamlılık
Akıllı Telefon Bağımlılığı	Çok kötü (1)	3	4,36	1,51	5,292	,000*	3>4 3>5
	Kötü (2)	3	3,90	0,98			
	Orta (3)	93	3,29	0,99			
	İyi (4)	138	2,89	1,00			
	Çok iyi (5)	37	2,65	1,07			
Erteleme Davranışı	Çok kötü (1)	3	3,88	0,83	8,571	,000	1>5 3>4 3>5
	Kötü (2)	3	3,27	0,78			
	Orta (3)	93	3,03	0,80			
	İyi (4)	138	2,62	0,78			
	Çok iyi (5)	37	2,28	0,89			
Düzenli Ders Çalışma	Çok kötü (1)	3	2,61	1,46	10,002	,000*	5>2 4>3 5>3
	Kötü (2)	3	2,19	0,21			
	Orta (3)	93	2,90	0,67			
	İyi (4)	138	3,23	0,58			
	Çok iyi (5)	37	3,61	0,89			

*p<0,05

Tablo 4 incelendiğinde, öğrencilerin not seviyelerine göre Akıllı Telefon Bağımlılığı, Erteleme Davranışı ve Düzenli Ders Çalışma değişkenleri incelemektedir. Akıllı Telefon Bağımlılığı bağlamında, ANOVA sonuçları (F=5,292, p<0,001) not seviyeleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar olduğunu ve "Çok kötü" not seviyesindeki öğrencilerin daha yüksek bağımlılığa sahip olduğunu gösteriyor. Erteleme Davranışı için, MANOVA sonuçları (F=8,571, p<0,001) "Çok kötü" ve "Kötü" not seviyelerindeki öğrencilerin daha yüksek erteleme davranışlarına sahip olduğunu ortaya koymaktadır. Düzenli Ders Çalışma değişkeninde ise, "Çok iyi" not seviyesindeki öğrencilerin, diğerlerine göre daha düzenli ders çalışma alışkanlığına sahip olduğunu gösteren MANOVA sonuçları (F=10,002, p<0,001) bulunmaktadır.

Tablo 5

Ölçeklerin İlişkisini Gösteren Korelasyon Sonuçları

		Akıllı Telefon Bağımlılığı	Erteleme Davranışı	Düzenli Ders Çalışma
Akıllı Telefon Bağımlılığı	r	1	,613**	-,343**
	p		,000	,000
	N		274	274
Erteleme Davranışı	r		1	-,445**
	p			,000
	N			274
Düzenli Ders Çalışma	r			1
	p			
	N			

Tablo 5 incelendiğinde, Akıllı Telefon Bağımlılığı ile Erteleme Davranışı arasında pozitif anlamlı bir ilişki bulunmuştur (r=0,613, p<0,001). Aynı şekilde, Akıllı Telefon

Bağımlılığının artışı, Düzenli Ders Çalışmanın azalmasına neden olmaktadır ($r=-0,343$, $p<0,001$). Erteleme Davranışının artışı da Düzenli Ders Çalışmanın azalmasına yol açmaktadır ($r=-0,445$, $p<0,001$).

Tablo 6

Akıllı Telefon Bağımlılığının Akademik Erteleme Üzerine Etkisine İlişkin Regresyon Sonuçları

Model	Standartlaştırılmamış Katsayılar		Standartlaştırılmış Katsayılar	t	p
	B	SE	B		
(Constant)	1,240	,124		9,975	,000
1 Akıllı Telefon Bağımlılığı	,496	,039	,613	12,784	,000*

Bağımlı Değişken; Akademik Erteleme Davranışı

Tablo 6’ da bir regresyon modelinin katsayılarını ve bu katsayıların standartlaştırılmış versiyonları gösterilmektedir. Constant (Sabit Değer): Bağımsız değişkenlerin (Akıllı Telefon Bağımlılığı) etkisi dışındaki sabit bir terimi temsil eder. Bu sabit terim, diğer tüm bağımsız değişkenler sıfırken bağımlı değişkenin tahmin edilen değerini ifade eder. Standartlaştırılmış bir katsayısı yoktur, çünkü sabit terim standartlaştırma gerektirmez. Akıllı Telefon Bağımlılığı: Bu katsayı, Akıllı Telefon Bağımlılığı değişkeninin bağımlı değişken üzerindeki etkisini gösterir. Standartlaştırılmış hali 0,496’dır. Bu, Akıllı Telefon Bağımlılığı değişkeninin her bir birimlik artışının bağımlı değişkeni 0,496 standart sapma birimi kadar etkilediğini gösterir. T değeri 12,784’tir ve p değeri 0,000’dır. Bu, Akıllı Telefon Bağımlılığı değişkeninin bağımlı değişken üzerinde anlamlı bir etkisi olduğunu gösterir. Akademik Erteleme Davranışı puanındaki değişimin %37,5’i Akıllı Telefon Bağımlılığı ile açıklanabilir ($R=.255$, $R^2=.065$, $p<0.05$).

Tartışma ve Sonuç, Öneriler

Araştırma sonuçlarına göre, cinsiyetin akıllı telefon bağımlılığı, erteleme davranışı ve düzenli ders çalışma değişkenleri üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı görülmektedir. Literatür taraması yapıldığında, benzer çalışmaların mevcut olduğu görülmektedir. Orhan ve Abacı (2023) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, spor bilimleri fakültesinde okuyan öğrencilerin akıllı telefon bağımlılığı puanları cinsiyetlerine göre incelendiğinde, cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Birtürk ve Biçer (2021) tarafından beden eğitimi öğretmenlerinin cinsiyetlerine göre iletişim becerileri ve akıllı telefon bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Akyürek (2020) tarafından yürütülen çalışma, lise öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığı düzeyine ilişkin algılarının cinsiyete göre

anlamli bir farklılık göstermediğini göstermektedir. Araştırma sonuçlarımız, akademik erteleme konusunda benzer sonuçlar elde edilen çalışmalarla paralellik göstermektedir. Arslan vd. (2023) tarafından lise öğrencilerine uygulanan çalışma, cinsiyetin akademik erteleme düzeylerinde anlamlı bir fark tespit etmediğini göstermiştir. Bu araştırma sonuçlarının aksine, farklı sonuçlara ulaşan diğer çalışmalar da mevcuttur. Öznur ve Yıldırım (2020) tarafından yapılan çalışma, öğrencilerin akademik erteleme düzeyleri ile serbest zaman egzersize katılım düzeyleri arasında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık olduğunu göstermektedir. Saylam vd. (2021) araştırmalarına göre, Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin akademik erteleme ölçek puanları cinsiyete göre anlamlı bir değişiklik göstermektedir. Kerkez (2023) tarafından yapılan bir çalışmada, öğretmen adaylarının genel erteleme davranışının cinsiyetle istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Farklı çalışmalardaki cinsiyetin akademik erteleme üzerinde farklı etkilerini açıklamak için birkaç faktör göz önünde bulundurulabilir. Bu faktörler örneklem farklılıkları, araştırma tasarımı ve ölçümler, sosyo-kültürel faktörler ve biyolojik-psikolojik farklılıklar olabilir.

Araştırmaya göre akıllı telefon bağımlılığı açısından bölümler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Ancak ertelemeyi ve düzenli ders çalışma davranışını etkileyen faktörler arasında bölüm farklılıkları bulunmaktadır. Bölüme göre akıllı telefon bağımlılığı bulgularımızın aksine çalışmalar bulunmaktadır. Türütgen (2023) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yapılan çalışma, akıllı telefon bağımlılığının üniversite bölümlerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiğini bulmuştur. Noyan vd. (2015) tarafından yürütülen çalışmada, ergoterapi bölümü öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığı puan ortalamasının, çalışmada yer alan diğer bölümler ile karşılaştırıldığında anlamlı olarak daha düşük olduğu belirtilmiştir. Aligül (2021) katılımcıların fiziksel aktiviteye katılım motivasyonları ve akıllı telefon bağımlılığı düzeylerinin bölüm değişkenine göre farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin bulgulara yer verilmiştir. Analiz sonuçlarında bölüm düzeyi değişkenine göre tüm boyutlarda anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Erteleme davranışlarına göre literatürde benzerlik gösteren çalışmalar bulunmaktadır. Kerkez (2023) öğretmen adaylarının eğitim aldıkları programlara göre genel erteleme davranışlarındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olduğu görülmektedir. Çeri vd. (2015) yaptıkları çalışma, öğrencilerin akademik erteleme düzeyleri ile okudukları fakültelere göre anlamlı bir farklılık olduğu sonucuna ulaşmıştır. Akıllı telefon bağımlılığındaki bölümler arası farklılıklar, öğrencilerin bölüm spesifik alışkanlıklarına, teknolojik gerekliliklere ve bölüm yoğunluğuna

bağlı olabilir. Ayrıca, bireysel özellikler ve bölüm seçimi de rol oynayabilir. Ancak, bu farklılıkları tam olarak anlamak için daha fazla araştırmaya ihtiyaç vardır.

Araştırma sonuçları, not seviyelerine göre öğrencilerin akıllı telefon bağımlılığı ve erteleme davranışlarında farklılıklar gösterdiğini ortaya koymaktadır. "Çok kötü" ve "Kötü" not alanlar bu davranışlarda daha yüksekken, "Çok iyi" not alanlar düzenli ders çalışma konusunda öne çıkmaktadır. Akıllı telefon bağımlılığı, erteleme davranışı ve düzenli ders çalışma alışkanlıkları arasındaki ilişki, öğrencinin akademik motivasyonu, öz düzenleme becerileri ve zaman yönetimi yetenekleri ile bağlantılı olabilir. Akıllı telefon bağımlılığı ile farklılık gösteren çalışmalar mevcuttur. Dikeç vd., (2020) çalışmasında, çalışmaya katılan ergenlerin akademik not ortalamaları ile akıllı telefon bağımlılığı ölçek ortalamaları arasında anlamlı bir fark saptanmamıştır. Orhan ve Abacı (2023) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin başarı durumlarına göre akıllı telefon bağımlılığı puanları incelendiğinde önemli bir farklılık tespit edilmemiştir. Erteleme ile benzerlik gösteren çalışmalar bulunmaktadır. Uçar vd. (2021) çevrim içi öğrenme ortamında düşük düzeyde erteleyenlerin yüksek düzeyde erteleyenlere göre daha iyi akademik performansa sahip olduğunu kaydetmiştir. Işık (2019) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin psikolojik dayanıklılığı ile akademik erteleme düzeyleri incelenmiş, ancak akademik erteleme ölçeği not ortalamalarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Certel ve Kozak (2017) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada, akademik başarıları yüksek sporcuların, akademik başarıları düşük olan sporculara göre daha düşük düzeyde akademik erteleme davranışı sergiledikleri bulunmuştur.

Araştırma sonuçlarına göre, akıllı telefon bağımlılığı ile erteleme davranışı arasında pozitif bir ilişki bulunurken, akıllı telefon bağımlılığı ile düzenli ders çalışma ve erteleme davranışı ile düzenli ders çalışma arasında negatif ilişkiler bulunmaktadır. Literatürde benzer çalışmalar bulunmaktadır. Güngör ve Koçak (2020) tarafından yürütülen çalışma, akıllı telefon bağımlılığı ölçeğinden alınan puanlar ile akademik erteleme ölçeğinden alınan puanlar arasında orta düzeyde, pozitif ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkinin olduğunu göstermiştir. Im ve Jang (2017) üniversite öğrencileriyle gerçekleştirdiği çalışma, aşırı telefon kullanımı ile akademik erteleme davranışı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Qaisar vd. (2017) çalışmaları sonucunda, üniversite öğrencileri arasında aşırı telefon kullanımı ile akademik erteleme davranışı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Eravcı Özcan (2020) tarafından yürütülen çalışma, ortaokul öğrencileri arasında

akıllı telefon bağımlılığı ile akademik erteleme arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Bu modelde Akıllı Telefon Bağımlılığı değişkeni bağımlı değişkeni anlamlı bir şekilde etkilemektedir. Literatürde benzer çalışmalar bulunmaktadır. Güngör ve Koçak (2020) çalışması, üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığının akademik erteleme üzerinde anlamlı bir etkisi olduğunu göstermektedir. Yang vd. (2019) Çin'de üniversite öğrencisiyle gerçekleştirdiği çalışma, problemlili akıllı telefon kullanımının akademik erteleme üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu sonucuna ulaşmıştır. Demir ve Kutlu (2017) model incelendiğinde internet bağımlılığının akademik etelemeyi pozitif yönde ve doğrudan etkilediği görülmektedir.

Sonuç olarak, katılımcıların Akıllı Telefon Bağımlılığı, Erteleme Davranışı ve Düzenli Ders Çalışma değişkenleri arasındaki ilişkileri incelendi. İlk olarak, Akıllı Telefon Bağımlılığı ve Erteleme Davranışı arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki tespit edildi, yani katılımcıların akıllı telefon bağımlılığı arttıkça erteleme davranışlarının da arttığı gözlemlendi. Ayrıca, Akıllı Telefon Bağımlılığı ile Düzenli Ders Çalışma arasında negatif ve anlamlı bir ilişki bulundu, yani akıllı telefon bağımlılığı arttıkça düzenli ders çalışma alışkanlığının azaldığı görüldü.

İkinci olarak, not seviyeleri ile bu değişkenler arasındaki ilişki incelendiğinde, "Çok kötü" not alan öğrencilerin daha yüksek Akıllı Telefon Bağımlılığı, Erteleme Davranışı ve daha düşük Düzenli Ders Çalışma alışkanlıklarına sahip olduğu belirlendi. Bu bulgular, akademik başarı ile bu davranışsal faktörler arasındaki ilişkinin önemini vurgulamaktadır.

Son olarak, regresyon analizi sonuçlarına göre, Akıllı Telefon Bağımlılığının Akademik Erteleme Davranışı üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi olduğu bulundu. Bu da göstermektedir ki, Akıllı Telefon Bağımlılığı, öğrencilerin erteleme davranışlarını olumsuz etkileyebilir ve bu akademik performanslarını olumsuz yönde etkileyebilir.

Öneriler

Bu çalışma, akıllı telefon bağımlılığının erteleme davranışı ve düzenli ders çalışma üzerinde olumsuz etkileri olduğunu göstermektedir. Dolayısıyla, öğrencilere bilinçli akıllı telefon kullanımı konusunda eğitim verilmesi büyük önem taşımaktadır. Bu eğitimler, öğrencilere akıllı telefonlarını daha etkili bir şekilde kullanma becerilerini kazandırabilir ve ders çalışma süreçlerine daha fazla odaklanmalarını teşvik edebilir.

Çalışmaya göre "Çok kötü" ve "Kötü" not alan öğrenciler arasında erteleme davranışının daha yaygın olduğu görülmüştür. Bu öğrencilere, erteleme davranışını yönetme ve zaman

yönetimi becerilerini geliştirme fırsatları sunan eğitim programları geliştirilmelidir. Bu programlar, öğrencilere daha etkili bir çalışma düzeni oluşturma konusunda rehberlik edebilir ve akademik başarılarını artırmalarına yardımcı olabilir.

Çalışma sonuçları, farklı bölümlerdeki öğrenciler arasında akıllı telefon bağımlılığı, erteleme davranışı ve düzenli ders çalışma açısından farklılıklar olduğunu göstermektedir. Bu nedenle, her bir bölümün özel ihtiyaçlarına yönelik destek programları oluşturulmalıdır. Bu programlar, öğrencilere bölümlerine özgü zorlukları ele alırken yardımcı olabilir ve onların akademik performanslarını artırmalarına katkıda bulunabilir.

Bu çalışma, cinsiyet, bölüm ve not seviyeleri gibi faktörlerin akıllı telefon bağımlılığı, erteleme davranışı ve düzenli ders çalışma üzerindeki etkilerini incelemiştir. Benzer çalışmaların daha geniş örneklem gruplarıyla ve farklı faktörleri dikkate alarak devam etmesi, daha kapsamlı sonuçlara ulaşmak için önemlidir.

Kaynakça

- Aaker, D. A., Kumar, V., ve Day, G. S. (2008). *Marketing Research* (9th ed.) John Wiley & Sons, Danvers.
- Aksu, B. Ö. (2022). *Üniversite öğrencilerinde olumsuz üst biliş düzeyleri ile akademik erteleme arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Akyürek, M. İ. (2020). Lise öğrencilerinde akıllı telefon kullanımı ve bağımlılığı. *Turkish Journal of Educational Studies*, 7(2), 42-63.
- Aligül, B. (2021). *Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılıkları ve fiziksel aktiviteye katılım motivasyonları arasındaki ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Alyanak, B. (2016). İnternet bağımlılığı. *Klinik Tıp Pediatri Dergisi*, 8(5), 20-24.
- Arslan, H., Kuyulu, İ., Yıldız, Ö., ve Beltekin, E. (2023). Lise öğrencilerinde spor yapmanın teknoloji bağımlılığı, okula bağlılık ve akademik erteleme üzerindeki rolü. *The Online Journal of Recreation and Sports*, 12(3), 408-416.
- Birtürk, A., ve Biçer, T. (2021). Beden eğitimi öğretmenlerinde iletişim becerileri ile akıllı telefon bağımlılığı arasındaki ilişki. *Kafkas Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 1(2), 15-32.
- Certel, Z., ve Kozak, M. (2017). The examination of relationships between academic self-efficacy, academic procrastination, and locus of academic control of athletes in different sports. *The Sport Journal*, 19, 1-10.
- Çakıcı, D.Ç. (2003). *Lise ve üniversite öğrencilerinde genel erteleme ve akademik erteleme davranışının incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çeri, B. K., Çavuşoğlu, C., ve Gürol, M. (2015). Üniversite öğrencilerinin akademik erteleme düzeylerinin incelenmesi. *International Journal of Social Sciences*, 34(2), 385-394.
- Demir, Y., ve Kutlu, M. (2017). İnternet bağımlılığı, akademik erteleme ve akademik başarı arasındaki ilişkiler. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 61, 91-105.
- Dikeç, G., Pirinç, B., Kaya, B., Keleş, E., Akın, E., Hızmalı, A., ve Toprak, A. (2020). Gençlik merkezini kullanan bir grup ergende akıllı telefon bağımlılığı ile sosyal medyadaki sosyal kaygıları arasındaki ilişki ve etkileyen faktörler. *Bağımlılık Dergisi*, 21(2), 99-107.

- Eravcı Özcan, T. (2020). *Ortaokul öğrencilerinde algılanan anne-baba ve öğretmen akademik katılımı ile akademik erteleme davranışı arasındaki ilişkide akıllı telefon bağımlılığının rolü*. Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Fraenkel, J. R., Wallen, N., ve Hyun, H. (2011). *How to design and evaluate research in education*. (8th ed.). Newyork: Mc. Graw Hill Higher Education.
- Güngör, A. B., ve Koçak, O. (2020). Üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığı ve akademik erteleme davranışı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eğitim ve Toplum Araştırmaları Dergisi*, 7(2), 397-419.
- Im, I. C., ve Jang, K. A. (2017). The Convergence Influence of excessive smartphone use on attention deficit, learning environment, and academic procrastination in health college students, *Journal of the Korea Convergence Society*, 8(12), 129-137.
- Işık, G. B. (2019). *Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin psikolojik dayanıklılığının ve akademik erteleme düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Akdeniz Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antalya.
- Kara, Ö., ve Yıldırım, İ. (2020). Lise öğrencilerinin serbest zaman egzersize katılım düzeyleri ile akademik erteleme düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Türk Spor Bilimleri Dergisi*, 3(2), 70-80.
- Kerkez, F. İ. (2023). Öğretmen adaylarında genel erteleme davranışının çevrim içi eğitim ve akademik başarıyla ilişkisi. *Disiplinlerarası Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 7(15), 281-290.
- Kwon, M., Lee, J. Y., Won, W. Y., Park, J. W., Min, J. A., Hahn, C., et al. (2013). Development and validation of a smartphone addiction scale (SAS). *PLoS ONE* 8(2): e56936.
- Noyan, C. O., Enez Darçın, A., Nurmedov, S., Yılmaz, O., ve Dilbaz, N. (2015). Akıllı telefon bağımlılığı ölçeğinin kısa formunun üniversite öğrencilerinde türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 16(1), 73-81.
- Orhan, N., ve Abacı, S. H. (2023). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığının zaman yönetimi ve akademik başarılarına etkisi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 14(2), 145-164.
- Pychyl, T. A., Lee, J. M., Thibodeau, R., ve Blunt, A. (2000). Five days of emotion: An experience sampling study of undergraduate student procrastination. *Journal of Social Behavior and Personality*, 15(5), 239.
- Qaisar, S., Akhter, N., Masood, A., ve Rashid, S. (2017). Problematic mobile phone use, academic procrastination and academic performance of college students. *Journal of Educational Research*, 20(2), 201-214.
- Saylam, D. K., Çamlıyer, H., Çamlıyer, H., ve Ekim, N. (2021). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin akademik erteleme düzeylerinin incelenmesi. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 5(2), 146-153.
- Soni, R., Upadhyay, R., ve Jain, M. (2017) Prevalence of smart phone addiction, sleep quality and associated behaviour problems in adolescents. *International Journal of Research in Medical Sciences*, 5, 515-519.
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: a meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological bulletin*, 133(1), 65-94.
- Tabachnick, B. G., ve Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics* (6th. ed.). Pearson. <https://www.pearsonhighered.com/assets/preface/0/1/3/4/0134790545.pdf>
- Türütgen, N. (2023). *Üniversite öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı ile fiziksel aktivite, yorgunluk, bilişsel durum, uyku kalitesi, depresyon ve anksiyete arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans Tezi, Karabük Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Karabük.
- Uçar, H., Bozkurt, A., ve Zawacki-Richter, O. (2021). Academic procrastination and performance in distance education: A causal-comparative study in an online learning environment. *Turkish Online Journal of Distance Education*, 22(4), 13-23.
- Yang, Z., Asbury, K., ve Griffiths, M. D. (2019). An exploration of problematic smartphone use among Chinese university students: Associations with academic anxiety, academic procrastination, self-regulation and subjective wellbeing. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 17, 596-614.
- Yılmaz, G., Şar, A. H., ve Civan, S. (2015). Ergenlerde mobil telefon bağımlılığı ile kaygı arasındaki ilişkinin incelenmesi, *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying*, 2(2), 20-37.



Anadolu yıldızlar ligi (Analig) voleybol sporcularının yarışma kaygısı ile akıldışı performans inançları arasındaki ilişkinin incelenmesi

Ali Burak TOY¹, Ali Şimşek², Yakup ÖNAL¹

¹Ardahan Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ardahan/Türkiye

<https://orcid.org/0000-0001-7997-7399>

<https://orcid.org/0009-0005-4339-3988>

²Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya/Türkiye

<https://orcid.org/0009-0008-2621-9795>

ORJINAL MAKALE

Özet

Yarışma kaygısı, bireyin başarı hedeflerine ulaşmasına yönelik birçok etkeni içeren duygu ve düşüncelerin etkili rol oynadığı bir durumdur. Bu çalışmada, Analig voleybol sporcularında yarışma kaygısı ile akıldışı performans inançları arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Araştırmanın çalışma grubunu lisanslı 179 (yaş ortalaması=13.79±.86) voleybol sporcusu oluşturmuştur. Araştırmada, Spor Kaygı Ölçeği-2 (SKÖ) ve Akıldışı Performans İnançları Envanteri-2 (APIE-2) ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen veri setine, tanımlayıcı istatistikler ve Pearson momentler çarpımı korelasyon uygulanmıştır. Yapılan analizler sonucunda, yarışma kaygısı ölçeği; endişe alt boyutu ile akıldışı performans inançları ölçeğinin; düşük tolerans ve değersizleştirme alt boyutları ile toplam ölçek puanı arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmüştür ($p<0.5$). Sonuç olarak akıldışı performans inançları ve yarışma kaygısı arasında anlamlı bir ilişki görülmektedir. Araştırma bulguları ele alındığında akıldışı performans inançları yüksek olan voleybol sporcularının yarışma kaygılarının da yüksek olduğu söylenebilir.

Anahtar kelimeler: Akıldışı performans inançları, analig, yarışma kaygısı, endişe, voleybol

Investigating the relationship between competition anxiety and irrational performance beliefs of volleyball players in the Anatolian Stars League (Analig)

Abstract

Competition anxiety is a situation in which emotions and thoughts, which include many factors, play an effective role in athletes' achievement of their success goals. In this study, it is aimed to examine the relationship between competition anxiety and irrational performance beliefs in volleyball athletes. The study group consisted of 179 (age mean=13.79±.86) licensed volleyball athletes. Sports Anxiety Scale-2 (SAS-2) and Irrational Performance Beliefs Inventory-2 (IPBI-2) scales were used in the study. Descriptive statistics and Pearson product-moment correlation were applied to the obtained data set. As a result of the analyses, there was a positive correlation between the worrying sub-dimension of the competition anxiety scale and the low tolerance and depreciation sub-dimensions of the irrational performance beliefs scale and the total scale score ($p<0.5$). As a result, there is a significant relationship between irrational performance beliefs and competition anxiety. Considering the

research findings, it can be said that volleyball athletes with high irrational performance beliefs also have high competition anxiety.

Keywords: *Irrational performance beliefs, analog, competition anxiety, worry, volleyball*

Giriş

Sportif yarışmalara katılan performans sporcularının başarı elde etmesinde birçok (fiziksel, teknik, taktik, psikolojik vb.) parametrenin optimal düzeyde olması önemlidir. Psikolojik faktörler arasında yüksek baskılı durumlarda optimal performans sergileme yeteneği, tartışmasız olarak en önemlilerden biridir (Geukes vd., 2013; Ilundain-Agurruza, 2015). Bazen, üst düzey sporcular da dahil olmak üzere baskı altında hissedilen durumlarda becerilerini gösterme ve performans kapasitelerini sergilemek yerine, baskı altında "dağılma veya tutulma" (choking) olarak adlandırılan bir durum meydana gelebilmektedir. Tutulma, genellikle kaygının artmasının neden olduğu performans düşüşünü ifade eder (Baumeister, 1984). Yani, düşük baskılı koşullarda bir beceri "normal" standartlarda uygulanabilirken, yüksek baskı altındaki koşullarda aynı beceri performansında düşüşlerin meydana geldiği bir durumu ifade eder (Mesagno ve Hill, 2013).

Kaygı, insanların gelecekle ilgili endişe ve korkularından kaynaklanan doğal bir duygusal tepkidir. Bu duygu, bireyin stresle başa çıkma mekanizmalarının bir parçasıdır. Sporcular için, yoğun çalışma ortamları, algısal yetenekler ve yapılan sporun doğası gibi faktörler, spor kaygısının kaçınılmaz bir şekilde ortaya çıkmasına neden olabilir. Özellikle sportif yarışmalar, sporcular için büyük bir stres kaynağı olabilir ve bu nedenle spor kaygısı sıkça deneyimlenir (Toy, 2021). Spor alanında yapılan araştırmalarda özellikle kaygı üzerinde yoğunlaşmıştır. Kaygının, spor performansını farklı düzeylerde etkileyebileceği ve kişiden kişiye, koşullardan koşullara değişebileceği belirtilir. Kaygının çeşitli bilişsel ve duygusal faktörlerin karışık etkileşimlerinin ve çok yönlü bir yapısının olduğu kabul edilir (Weinberg ve Gould, 1999; Cox, 1998). Kaygı duygusu sadece spor ortamında değil günlük yaşamda da karşılaşılabileceğimiz doğal bir duygu durumudur. Örneğin, öğrencilerin sınavlarında, topluluk önünde konuşma yapma deneyimlerinde, hayran olunan bir ünlü ile tanışma fırsatı gibi gündelik yaşam olayları gibi deneyimlerde kaygı tetiklenebilir. Aynı şekilde, sporcuların da hemen hemen hepsi tarafından yaşanan bir diğer durum, yarışma veya müsabaka kaygısıdır. Yarışma kaygısı, sporcuların kendi yeteneklerinden, rakiplerinden ve çeşitli dış faktörlerden (ortam, müsabaka sahası, seyirci, hakem vb.) kaynaklanan olumlu, olumsuz, mantıklı olumsuz veya mantıksız olumsuz inançlara dayalı düşünceleri nedeniyle kaygı seviyelerinin farklılık gösterebileceği bir deneyimdir. Bu kaygı deneyimi, temelde sportif bir yarışmaya katılmayla ilişkilidir (Kocaekşi, 2010).

Akılcı inançların doğasında, Ellis ve Dryden (2007) tarafından belirtildiği gibi, dogmatik olmayan ve tercihe dayalı düşünceler bulunmaktadır. Dryden'a (2003) göre, akılcı olarak kabul edilen bir inanç, uç noktada olmayan veya esnek bir inanç olarak tanımlanır. Ayrıca, akılcı inançlar, istekler, arzular, tercihler ve dilekler gibi ifade edilebilir. Akılcı inançların içsel yapısı, mantık açısından tutarlı olmalarını içerir. Bu şekilde, gerçeklikle uyumlu olan akılcı inançlar, deneysel kanıtlarla desteklenebilir. Akılcı düşünme, bireyin uyum sağlayıcı duygularını, örneğin endişe, öfke ve üzüntüyü deneyimlemesine yol açar. Bu nedenle, akılcı düşünme birey için yapıcı bir rol oynar ve kişinin hedeflerine ulaşmasına yardımcı olur. Akılcı olmayan inançlar, gerçeklikle uyumsuz ve katı doğalarıyla ayırt edilirler. Bu tür inançlar sonucunda bireyin davranışsal, duygusal ve işlevsel olarak zorluklar yaşamasına neden olabilirler. Terapistler, akılcı davranışçı duygusal terapi kullanarak danışanların akılcı olmayan inançlarını değerlendirir, gözden geçirir ve sonunda yeni akılcı inançlar oluşturmalarına yardımcı olabilirler (DiGiuseppe d., 2013; Ellis vd., 2001; Harris, Davies ve Dryden, 2006).

Sporcuların yarışmaya ya da yarışmadaki performansına yönelik kaygıları olabilmektedir. Yine, sporcular yarışmaya ya da yarışma içindeki durumlara yönelik kaygılarını besleyen akılcı ya da akıldışı düşüncelere sahip olabilmektedirler. Literatürde yarışma kaygısı ile akıldışı performans inançları arasındaki ilişkinin olup olmadığına ilişkin yeterli sayıda araştırma bulunmamaktadır. Bu doğrultuda Analig'e katılım sağlayan genç voleybolcuların akıldışı performans inançları ile yarışma kaygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki hipotezler oluşturulmuştur:

- Akıldışı performans inançları ile yarışma kaygısı arasında anlamlı ilişki vardır.

Gereç ve Yöntem

Araştırmanın Modeli

Anadolu yıldızlar ligi (Analig) voleybol sporcularının yarışma kaygısı ile akıldışı performans inançları arasındaki ilişkinin incelenmesine yönelik bu çalışmada ilişkisel tarama modeli uygulanmıştır. İlişkisel tarama modelinde, değişkenlerin birlikte değişip değişmediği; değişme varsa bunun nasıl olduğu saptanmaya çalışılır (Karasar, 2011).

Evren ve Örneklem / Çalışma Grubu

Araştırmanın evreni Anadolu yıldızlar ligi voleybol Türkiye şampiyonasına katılan sporcular oluşturmaktadır. Örneklem grubu ise Ardahan ilinde gerçekleştirilen Anadolu yıldızlar ligi (ANALİG) voleybol yarı finallerine katılan 24 ilden toplam 179 gönüllü sporcudan

oluşmaktadır. Örneklem grubu sporcuların yaş ortalamaları $13.19 \pm .86$ olarak hesaplanmıştır. Araştırmada belirli bir grubun özelliklerini anket yolu ile tespit edildiği için tarama modeli kullanılmıştır (Büyüköztürk, 2016). Çalışma öncesinde Helsinki deklarasyonu kurallarına göre yerel etik kurul onayı alındı (E-67796128-000-2300000483). Ayrıca çalışmanın yapılabilmesi için Ardahan Gençlik ve Spor İl Müdürlüğünden gerekli izinler alınmıştır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada sporcuların yarışma kaygılarını belirlemek amacıyla; “Spor Kaygı Ölçeği-2 (SKÖ)” ve akıldışı performans inançlarını belirlemek amacıyla; “Akıldışı Performans İnançları Envanteri-2 (APIE-2)” kullanılmıştır.

Spor Kaygı Ölçeği-2 (SKÖ): Smith ve diğerleri tarafından 1990 yılında geliştirilmiş ve yeniden revize (2006) edilmiştir. 4’lü Likert tipinde olan ölçek toplam 15 maddeden oluşmaktadır. Adölesan yaş grubuna ait Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışmasını Karadağ ve Aşçı (2020) yapmışlardır. Ölçek, üç alt boyuttan (somatik kaygı, endişe ve konsantrasyon bozukluğu) oluşmaktadır. Doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarına göre ölçekte yer alan maddelerin faktör yükleri ,71-,90 aralığında değişmekte ve modelin iyi uyum indeks değerlerine sahip olduğu ($\chi^2 /sd=1,57$; RMSEA=0,06; IFI=0,98; GFI=0,91; CFI=0,98; TLI=0,97) bildirilmiştir. Ayrıca hesaplanan MSV, ASV ve AVE değerleri, ölçeğin yakınsak ve ıraksak geçerliğini; Cronbach Alpha ve CR katsayıları ise envanterin güvenirliğini desteklemektedir. Elde edilen bulgular, SAS-2’nin adölesan sporcularda çok boyutlu kaygının değerlendirilmesi için geçerlik ve güvenirlik koşullarını sağladığını ortaya koymaktadır (Karadağ ve Aşçı, 2020). Bu çalışmada Cronbach Alpha katsayıları somatik kaygı için 0,65; endişe için 0,74 ve konsantrasyon bozukluğu için 0,72 olarak bulunmuştur.

Akıldışı Performans İnançları Envanteri-2 (APIE-2): Turner ve Allen (2018) tarafından geliştirilen, Türkçe formunun geçerliği ve güvenirliği Urfa ve Aşçı (2018) tarafından yapılan “Akıldışı Performans İnançları Envanteri-2 (APIE-2)” kullanılmıştır. Toplam 20 maddeden oluşan envanter 5’li likert tipidir. Dört alt boyuttan (talepkarlık, felaketleştirme, düşük tolerans ve değersizleştirme) oluşmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puan, o boyuta ait akıldışı inançların da yüksek olduğu anlamına gelmektedir. Ölçeğin güvenirliğine ait Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı talepkarlık faktörü için .76, düşük tolerans faktörü için .85, felaketleştirme faktörü için .79 ve değersizleştirme faktörü için .87 olarak bulunmuştur. Ölçeğin geçerliği için doğrulayıcı faktör analizi yapılmış ve uyum değerleri kabul edilebilir sınırlarda ($\chi^2 /sd = 3.90$, CFI = .91, NNFI = .90, RMSEA = .07) bulunmuştur (Turner ve Allen, 2018).

Verilerin Analizi

Elde edilen veri setinde, katılımcıların demografik özellikleri ile envanterlerden aldıkları puanlar için tanımlayıcı istatistiksel yöntemlerden, frekans (n), yüzde (%), aritmetik ortalama (\bar{X}), standart sapma (SS) ile çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri kullanılmıştır. Çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) puanları dikkate alındığında veri setinin normal dağılım gösterdiği görülmektedir (Peat ve Barton, 2005). Katılımcıların akıldışı performans inançları ve yarışma kaygısına ilişkin almış oldukları puanlar arasında varsayılan pozitif yönlü ilişkinin tespit edilmesi amacıyla, Pearson momentler çarpımı korelasyon hesaplamaları yapılmıştır. Sonuçların yorumlanmasında anlamlılık düzeyi 0.05 olarak dikkate alınmıştır.

Bulgular

Tablo 1

Tanımlayıcı İstatistik Bilgiler

Değişkenler		N	%
Cinsiyet	Kadın	132	73,7
	Erkek	47	26,3
Deneyim Süresi	1 yıl	33	18,4
	2 yıl	63	35,2
	3 yıl	41	22,9
	4 yıl	19	10,6
	5 yıl	23	12,8

Çalışmada, 179 katılımcının 132'si (%73.7) kadın sporcu, 47'si (%26.3) erkek sporcudan oluşmaktadır. Katılımcıların, deneyim süresi değişkeni açısından 63'ü (%35.2) 2 yıl deneyim süresine sahip çoğunluğu oluştururken, 19'u (%10.6) 4 yıl ile en düşük deneyim süresine sahip sporcu grubunu oluşturmaktadır.

Tablo 2

Sporcuların akıldışı performans inançları ve alt boyut ortalama puanları ile yarışma kaygısı ölçeği alt boyutları ortalama puanları

	Alt Boyutlar	N	\bar{x}	s.s
APIE	Talepkarlık	179	3,30	,93
	Felaketleştirme	179	3,05	,85
	Düşük Tolerans	179	3,01	,94

SKÖ	Değersizleştirme	179	2,67	,78
	Toplam APİE	179	3,02	,69
	Somatik Kaygı	179	1,69	,55
	Endişe	179	2,06	,69
	Konsantrasyon Bozukluğu	179	1,66	,47

APİE: Akıldışı Performans İnançları Envanteri, SKÖ: Sporda Kaygı Ölçeği

Tablo 2’de görüldüğü gibi akıldışı performans inançları puanlarından elde edilen en yüksek ortalama değer $3,30 \pm 0.93$ ile “talepkarlık” alt boyutunda elde edilirken; yarışma kaygısı puanlarında en yüksek ortalama değer $2,06 \pm .69$ ile “endişe” alt boyutu puanlarından elde edilmiştir.

Tablo 3

Değişkenler arasındaki Pearson’s korelasyon analizi sonuçları

Alt Boyutlar		1	2	3	4	5	6	7	8
Talepkarlık (1)	r	1							
	p								
Felaketleştirme (2)	r	,600**	1						
	p	,000							
Düşük Tolerans (3)	r	,587**	,523**	1					
	p	,000	,000						
Değersizleştirme (4)	r	,392**	,382**	,543**	1				
	p	,000	,000	,000					
Toplam APİE (5)	r	,821**	,784**	,845**	,708**	1			
	p	,000	,000	,000	,000				
Somatik kaygı (6)	r	-,062	,035	,088	,089	,051	1		
	p	,409	,646	,241	,234	,505			
Endişe (7)	r	,026	,110	,199**	,264**	,178*	,312**	1	
	p	,733	,141	,008	,000	,018	,000		
Konsantrasyon Bozukluğu (8)	r	-,098	-,077	,015	,068	-,038	,403**	,402**	1
	p	,194	,304	,845	,365	,620	,000	,000	

**p < .05 APİE: Akıldışı Performans İnançları Envanteri

Tablo 3’deki Pearson korelasyon sonuçları incelendiğinde akıldışı performans inançları alt boyutları olan düşük tolerans ile yarışma kaygısı alt boyutu olan endişe arasında, değersizleştirme ile endişe arasında ve toplam APİE ile endişe arasında pozitif yönde, orta derecede anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($p < 0.05$).

Tartışma ve Sonuç

Bu çalışmada, Anadolu yıldızlar ligine katılan voleybol oyuncularının yarışma kaygısı ile akıldışı performans inançları arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada elde edilen bulgular doğrultusunda, yarışma kaygısı ile akıldışı performans inançları arasında orta düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir.

Araştırma grubumuzun yaş ortalamaları oldukça düşüktür. Bulgularımız genç sporcuların psikolojik faktörlere yönelik önemli ipuçları vermektedir. Sporcular, yarışmalar için yapılan uzun süreli fiziksel, teknik ve taktiksel hazırlık çalışmaları ile performanslarının üst düzeye çıkartmayı hedeflemektedirler. Bu sebeple antrenman ile elde edilen kazanımların artırılmasına yönelik sürekliliği oluşturacak motivasyonları ve duyguları olumlu olabilmektedir. Fakat yarışmalara olan bilişsel ve duygusal yaklaşımlar oldukça farklıdır. Becerileri ve performansların resmi olarak gösterileceği yarışma ortamı sporcularda antrenmanlara olan yaklaşıma hiç benzemeyen duygular oluşturduğu söylenebilir. Yarışma ortamında sporcuları birçok dinamik düşünce beklemektedir. Örneğin, sporcular kazanmaya veya kaybetmeye yönelik kendi performansı hakkındaki düşünceleri, rakiplerine yönelik düşünceleri, antrenör, aile ve çevresine yönelik düşünceleri birer kaygı unsuru oluşturabilir. Buradan hareketle yarışmaya yönelik kaygı (optimal ya da yıkıcı düzeyde) verici düşüncelerinin akılcı (rasyonel) ya da akıldışı (rasyonel olmayan) olması önem arz etmektedir. Araştırma bulgularımızdaki sonuçlar değerlendirildiğinde yaş grubu küçük olan voleybol sporcularının değersizleştirme, kaybetme veya engellenmeye yönelik akıldışı düşüncelere sahip olmanın yarışmada endişelenmeye yönelik kaygı yarattığı anlaşılmaktadır. Diğer bir ifadeyle örneklem grubumuzdaki küçük yaş grubu voleybolcuların performanslarına ve kaybetmeye yönelik başkalarının (antrenör, arkadaş, aile vd.) olumsuz eleştirilerine maruz kalabileceğine yönelik akıldışı inançları barındıran düşüncelerinden kaynaklı çekincelerinin olması ihtimali yüksektir.

Sporcuların iyi performans göstermesinde bütüncül bir hazırbulunuşluğun mevcut olması önemlidir. Fiziksel, teknik ve taktiksel hazırlıkların yanı sıra bilişsel ve duygusal hazırbulunuşluğun olması da gerekmektedir. Yarışmaya yönelik algı ve düşüncelerden beslenen duyguların olumlu ve güdüleyici olması yarışma performansında olumlu etkisi vardır. Urfa (2022), Sporcuların performanslarına yönelik akıldışı inançları azaldığı zaman algılanan performanslarında artış olacağı vurgulanmaktadır. Literatür çalışmaları incelendiğinde akıldışı performans inançlarının ve yarışma kaygısı ile ilişkili birçok kavram olduğu görülmektedir.

Karaman vd. (2020), Mükemmeliyetçilik, akıldışı inançlar ve sürekli öfke arasında; Orhan ve Ünlü (2022), yaş ile zihinsel dayanıklılık ve akıldışı performans inançları arasında ilişki olduğunu saptamışlardır. Tóth vd. (2022) ise hem akılcı olmayan inançlara sahip olmanın hem de mükemmeliyetçiliğin sporcularda yüksek rekabet kaygısı yaşamalarında etkili olduğunu bildirmişlerdir. Raket sporcularında yapılan bir diğer araştırmada, sporcuların kendini sabotaj düzeyleri ile yarışma kaygıları arasında pozitif bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir (Uluç, 2022). Tıngaz (2020) üniversite sporcularıyla yapmış olduğu çalışmada bilinçli farkındalığın bilişsel esneklik ile akılcı olmayan performans inançları arasındaki ilişkide kısmi aracılık etkisinin olduğu sonucuna varmıştır. Yarışma kaygısı ve akıldışı performans inançları üzerine etkisini incelendiği bir araştırma bulgularında; rasyonel duygusal davranışçı odaklı bir grup psiko-eğitim programlarının (10 oturum), güreş sporcularında yarışma kaygısı ve irrasyonel (akıldışı) performans inançları üzerinde olumlu etkisi olduğu gözlemlendiği ve bu etkinin uzun süreli olduğunu tespit etmiştir (Toy, 2021).

Sonuç olarak; akıldışı performans inançları ve yarışma kaygısı arasında anlamlı bir ilişki görülmektedir. Buna göre, araştırmanın hipotezi kabul edilmiştir. Araştırma sonuçları ele alındığında sporda akıldışı performans inançları yüksek olan voleybol sporcularının yarışma kaygılarının yüksek olacağı, akıldışı performans inançlarının azaldıkça yarışma kaygı durumlarının da azalacağı anlaşılmaktadır.

Araştırmacıların Katkı Oranları Beyanı

Araştırmanın yöntem ve bulgular kısmıyla ilgili süreçler birinci yazar, giriş kısmı ile ilgili süreçler ikinci yazar, tartışma ve sonuç kısmı ile ilgili süreçler ise üçüncü yazar tarafından gerçekleştirilmiştir.

Çatışma Beyanı

Yazarın/yazarların araştırma ile ilgili bir çatışma beyanı bulunmamaktadır.

Kaynakça

- Baumeister, R. F. (1984). Choking under pressure: Self-consciousness and paradoxical effects of incentives on skillful performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46(3), 610–620.
- Büyüköztürk, Ş. (2016). *Sosyal Bilimler için Veri Analizi El Kitabı İstatistik, Araştırma Deseni SPSS Uygulamaları ve Yorum*. Pegem Yayıncılık, Genişletilmiş 22. Baskı, Ankara.
- Cox, R. H. (1998). *Sport psychology concepts and application*. (4. Ed.). Iowa: Wm. C. Brown Publishers.
- DiGiuseppe, R. A., Doyle, K. A., Dryden, W. ve Backx, W. (2013). A practitioner's guide to rational-emotive behavior therapy, 3. Baskı, New York: *Oxford University Press*
- Dryden, W. (2003). The cream cake made me eat it': an introduction to the ABC theory of REBT. W. Dryden (Ed.), *Rational emotive behaviour therapy: Theoretical developments* (ss. 1–21). *Hove and New York: Brunner-Routledge*.
- Ellis, A. (1996). Responses to criticisms of rational emotive behavior therapy (REBT) by Ray Diguseppe, Frank Bond, Windy Dryden, Steve Weinrach, and Richard Wessler. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 14(2), 97–121.
- Ellis, A. (2001). *Overcoming destructive beliefs, feelings, and behaviors new directions for rational emotive behavior therapy*. New York: Prometheus Books.
- Ellis, A. ve Dryden, W. (2007). *The practice of rational emotive behavior therapy*. New York: *Spirnger*.
- Geukes, K., Mesagno, C., Hanrahan, S. J. ve Kellmann, M. (2013). Performing under pressure in private: Activation of self-focus traits. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11(1), 11–23.
- Harris, S., Davies, M. F. ve Dryden, W. (2006). An experimental test of a core REBT hypothesis: Evidence that irrational beliefs lead to physiological as well as psychological arousal. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 24(2), 101–111.
- Ilundain-Agurruza, J. (2015). From clumsy failure to skillful fluency: A phenomenological analysis of an Eastern solution to sport's choking effect. *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, 14(2), 397–421.
- Karadağ, D., ve Aşçı, F. H. (2020). Adölesan Sporcularda Çok Boyutlu Kaygının Değerlendirilmesi: Spor Kaygı Ölçeği-2'nin Geçerlik ve Güvenirliği. *Türkiye Klinikleri Journal of Sports Sciences*, 12(3).
- Karaman, G., Yumuşak, F. N., ve Bahadır, E. (2020). Mükemmeliyetçilik İle Öfke Arasındaki İlişkide Akıldışı İnançların Aracı Rolü. *Academic Review of Humanities and Social Sciences*, 3(2), 436-446.
- Karasar, N. (2011). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Nobel.
- Kocaekşi, S. (2010). Hentbol bayan milli takımında zaman değişimi ve performansın grup sarginlığı, sportif kendine güven, öz-yeterlik, hedef yönelimi ve yarışma kaygısı üzerine etkisi. Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Mesagno, C. ve Hill, D. M. (2013). Choking under pressure debate: is there chaos in the brickyard?. *International Journal of Sport Psychology*, 44, 288–293
- Orhan, S. ve Ünlü, H. (2022). Futbolcularda zihinsel dayanıklılık ve hedef yöneliminin akıl dışı performans inançları ile ilişkisi: kesitsel çalışma. *Türkiye Klinikleri J Sports Sci*, 14(1):11-21.
- Peat, J. ve Barton, B. (2005). Continuous variables: descriptive statistics. *Medical Statistics: A Guide to Data Analysis and Critical Appraisal*. Malden: *Blackwell Publishing*, 24-50.
- Smith, R.E., Smoll, F.,L., Cumming, S.P. ve Grossbard JR. (2006). Measurement of multidimensional sport performance anxiety in children and adults: The Sport Anxiety Scale-2. *J Sport Exercise Psychology*. 28(4):479-501.
- Smith, R.E., Smoll., F.L. ve Schutz RW. (1990). Measurement and correlates of sport-specific cognitive and somatic trait anxiety: the sport anxiety scale. *Anxiety Research*, 2(4):263-80
- Tingaz, E.,O. (2020). Üniversite öğrencisi-sporcuların bilişsel esneklikleri ile akılcı olmayan performans inançları arasındaki ilişkide bilinçli farkındalığın aracı rolü. *Güncel Psikoloji*, 39 (4), 1208-1214.
- Tóth, R., Turner, M. J., Kökény, T. ve Tóth, L. (2022). "I must be perfect": The role of irrational beliefs and perfectionism on the competitive anxiety of Hungarian athletes. *Frontiers in Psychology*, 13, 994126.

- Toy, A. B. (2021). *Akılci duygusal davranışçı yaklaşım temelli psiko-eğitim programının sporda kaygı ve akıldışı performans inançları üzerine etkisi*. Doktora Tezi, Mersin Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Mersin.
- Turner, M. J., Slater, M. J., Dixon, J. ve Miller, A. (2018). Test–retest reliability of the irrational performance beliefs inventory. *European Journal of Sport Science*, 18 (1), 123–129.
- Turner, M. J., & Allen, M. S. (2018). Confirmatory factor analysis of the irrational Performance Beliefs Inventory (iPBI) in a sample of amateur and semi-professional athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 35, 126–130.
- Uluç, E. A. (2022). Raket Sporlarında Yarışma Kaygısı Düzeyinin Kendini Engelleme Eğilimi Bakımından İncelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 6(3), 261-270.
- Urfa, O. (2022). *Sporda akıldışı inançların duygu, düşünce ve performans üzerindeki rolünün yapısal ve deneysel olarak incelenmesi*. Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Urfa, O. ve Aşçı, F. H. (2018). Akıldışı performans inançları envanteri–2'nin psikometrik özelliklerinin sınanması. *Psikoloji Çalışmaları*, 38(2), 219-236.
- Weinberg, R. S. ve Gould, D. (1999). *Foundations of sport and exercise psychology* (2.Ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.



Muay Thai Sporcularında Statik Germe Egzersizlerinin Esneklik, Çeviklik ve Sürat Performansına Akut Etkisi

Tahir Volkan ASLAN¹, Cemal GÜNDOĞDU²

¹Mersin Üniversitesi, Mersin/Türkiye

<https://orcid.org/0000-0002-5839-1927>

²İnönü Üniversitesi, Malatya/Türkiye

<https://orcid.org/0000-0002-9122-6755>

ORJINAL MAKALE

Özet

Bu çalışmanın amacı, muaythai sporcularında statik germe egzersizlerinin esneklik, çeviklik ve sürat performansına akut etkisinin incelenmesidir. Sporcular rastgele deney (n:10) ve kontrol (n:10) olmak üzere 2 gruba ayrılmıştır. Katılımcıların 10 dakikalık ısınma koşusunu takiben ölçülen esneklik, çeviklik ve sürat ön testlerin ardından kontrol grubu pasif dinlenirken, deney grubuna statik egzersiz protokolü uygulanmıştır. Uygulamalar sonrası sporculara; esneklik, çeviklik ve sürat performans son testleri yapılmış ve her iki ölçüm sonuçları birbiri ile karşılaştırılmıştır. Verilerin normallik düzeyi ShapiroWilk testi ile belirlenmiştir. Normal dağılım gösteren verilerin analizinde bağımsız gruplar için Independent Sample T Testi ve bağımlı gruplar için Paired Sample T Testi kullanılmıştır. Araştırma bulgularına göre, deney grubu çeviklik performansında anlamlı farklılığa rastlanmazken, esneklik ve sürat ön test - son test ölçüm değerleri ile deney-kontrol gruplarının esneklik değerleri arasında deney grubu lehine istatistiksel açıdan anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0.05$). Kontrol grubunda anlamlı farklılığa rastlanmamıştır ($p>0.05$). Sonuç olarak muaythai sporcularında akut olarak uygulanan statik germe egzersizlerinin çeviklik performansına etkisinin olmadığı, esneklik ve sürat özelliklerini ise olumlu etkilediği söylenebilir.

Anahtar kelimeler: Muaythai, Statik germe, Esneklik, Çeviklik, Sürat

Acute Effects of Static Stretching Exercises on Flexibility, Agility and Speed Performance in Muaythai Athletes

Abstract

The aim of this study was to investigate the acute effects of static stretching exercises on flexibility, agility and sprint performance in muaythai athletes. The athletes were randomly divided into 2 groups as experimental (n:10) and control (n:10). After the flexibility, agility and sprint pre-tests measured following a 10-minute warm-up run, the control group rested passively while the experimental group performed a static exercise protocol. After the applications, flexibility, agility and sprint performance post-tests were performed and the results of both measurements were compared with each other. The normality level of the data was determined by Shapiro-Wilk test. Independent Sample T Test for independent groups and Paired Sample T Test for dependent groups were used to analyse the normally distributed data. According to the research findings, while no significant difference was found in the agility performance of the experimental group, a statistically significant difference was found between the flexibility and speed pre-test - post-test measurement values and the flexibility values of the experimental and control groups in favour of the experimental group ($p < 0,05$). No significant difference was found in the control group ($p > 0,05$). As a result, it can be said that acute static stretching exercises have no effect on agility performance in muaythai athletes, while they positively affect flexibility and speed characteristics.

Keywords: *Muaythai, Static stretching, Flexibility, Agility, Speed*

Giriş

Egzersiz öncesi programlar, spora katılan bireylerin çoğunluğu için yaygın bir uygulamadır. En uygun egzersiz öncesi rutini tartışılrsa da (Booth,2008; Shrier,2004), performans ölçümlerini iyileştirdiği gösterildiği için aktif bir aerobik ısınma yaygın olarak kullanılmaktadır (Bishop,2003). Kas esnekliğini geliştirdiği, kas yaralanmalarını önlediği ve fiziksel performansı artırdığı öne sürüldüğü için egzersiz öncesi esneme hareketleri de genellikle uygulanır (Cross ve Worrell, 1999; Dadebo vd.,2006; Young ve Behm, 2002). Isınma evresinde uygulanan germe egzersizleri planlanırken; hareket seçimi, esneklik metodu, setler ve tekrarların sayısı, genel ve branşa uygun esneklik egzersizlerinin uygun olarak belirlenmesinin sporcuların sağlık ve performansları yönünden oldukça önemlidir (Bilge, 2013).

Germe, kas ve kas grupları ile etrafında yer alan yumuşak dokuların uzatılması için vücudun farklı pozisyonlara getirilerek, gerilen adalelerin belirli sürelerde bekletildiği egzersiz aktiviteleridir (Armiger ve Martyn, 2010; Walker, 2011). Her germe tekniği kendine has avantajlarla dezavantajlar içerir. Burada asıl önemli olan kişinin ihtiyacı olan esneklik gelişimlerine uygun germe tekniklerini belirleyerek tekniğin uygulanmasını belirli amaçlar doğrultusunda yapabilmektir (Bilge, 2013). Esneme, esnekliği geliştirmek için yaygın bir teknik olmuştur. Bu amaca ulaşmak için balistik esneme, dinamik esneme, proprioseptif nöromüsküler fasilasyon (PNF) ve statik esneme gibi birçok esneme tekniği bulunmaktadır (Jaggers vd.,2008; Manoel vd.,2008). Statik esneme, gerçekleştirilmesinin nispeten kolay olması, çok fazla zaman ya da çaba gerektirmemesi, sakatlanma riskinin düşük olması ve esnekliği geliştirmede olumlu sonuçlar göstermesi nedeniyle en yaygın kullanılan strateji olmuştur (Aquino vd., 2010; Ayala vd.,2013; Cipriani vd.,2003; Ford ve McChesney, 2007; Marshall vd.,2011; Rancour vd., 2010).

Kasları, tendonları ve diğer yumuşak dokuları esnetmek; sporcular, fitness meraklıları ve rehabilitasyon uzmanları arasında yaygın bir uygulamadır. Germe hareketinin arkasındaki nedenler iki yönlüdür: bir vücut segmentinin eklem hareket açıklığını artırmak veya daha önce yaralanmış ya da kısıtlanmış bir bölgeye hareketi geri kazandırmak. Buna ek olarak, sporcularda atletik performansı artırmak ve yaralanma riskini azaltmak için germe hareketleri kullanılabilir. Rehabilitasyon uzmanları, bireylerin yaralanma veya immobilizasyon nedeniyle kaybettikleri hareketi yeniden kazanmalarına yardımcı olmak için germe hareketlerini kullanırlar. Germe hareketlerinin yaralanmaları önleme faydasına ilişkin kanıtlar yetersiz olsa

da, germe hareketlerinin hareket açıklığını ve esnekliği artırabildiği bildirilmektedir (Clark,1999; Hall ve Brody.1999; High vd.,1989; Kısner ve Colby,1996; Worrell ve Smith, 1994).

Statik germe, maksimum eklem hareket açıklığını artırmak için kullanılan yaygın ve etkili bir esneklik kondisyonu türüdür (Jamtvedt vd, 2010) ve hedef kaslar ya da kas gruplarını, gerginlik noktasına kadar yavaş bir şekilde gerilmesi ve o pozisyonun belli bir süre korunmasıyla gerçekleştirilen germedir (Doğan, 2000c). Statik germe, kasın mümkün olduğunca gerdirilerek daha uzun süre uzatılmayacak noktada beklemeyi gerektirmektedir (Ramsay, 2015). Bu germe türünde, bir uzuv en uç eklem hareket açıklığının sonuna ya da sonuna yakın bir konuma getirilir ve bu konum 15 ila 60 saniye boyunca korunur (Knudson, 2006). Statik germe egzersizlerinde uygulamalara yavaşça ve özenli başlayıp, adale ya da adale gruplarındaki gerimi artırılır. Son noktada yani rahatsızlık hissini duyulduğu ilk an, vücut pozisyonu sabitlenerek belli bir süre bu pozisyon muhafaza edilir. Statik germe, sınırlı yaralanma tehlikesiyle oldukça güvenli, aynı zamanda etkili bir germe yöntemidir. Yeni başlayan bireyler ile inaktif kişilerde iyi bir alternatiftir (Walker, 2011).

Eklemlerin gerilebileceği son noktaya kadar gerilip, o pozisyonun belli bir süre korunması olarak tanımlanan statik germe (Çırakman, 2006) için 10 ile 30 saniye arasındaki bekleme sürelerinin faydalı olabileceği belirtilmektedir (Bandy vd.,1997; Blum vd.,2000; Gleim ve McHugh, 1997). 30 saniye ve üzerindeki germe egzersizlerinin performansa olumsuz etkilerinin olduğu yapılan çalışmalarla da ortaya konmuştur (Ferber vd.,2002; Papadopoulos vd.,2005). Bu araştırma, muaythai spor branşında kilit performans faktörlerinden olan bazı performans parametrelerine (esneklik, çeviklik, sürat) statik germe egzersizlerinin akut etkilerini belirlemek ve elde edilecek sonuçlara göre, araştırmacı, antrenör ve sporculara önerilerde bulunabilmek ve bu alanda literatüre katkı sağlama açısından önemlidir. Bu doğrultuda, muaythai sporcularında statik germe egzersizlerinin esneklik, çeviklik ve sürat performansına akut etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Gereç ve Yöntem

Katılımcılar

Araştırmada ön test–son test kontrol gruplu deneysel yöntem kullanılmıştır. Araştırmaya dâhil edilmesi planlanan katılımcı sayısı tespitinde G*power (3.1.9.4) güç analiz programı kullanılmış ve Güç Analizi (güven aralığı=.95, alfa değeri=.05 ve beta değeri=.80) neticesinde çalışmaya toplam 20 gönüllü sporcunun dahil edilmesi gerektiği tespit edilmiştir. Araştırmanın

örnekleme, muaythai çalışmalarına katılan 18-20 yaş aralığında 20 erkek muaythai sporcusundan oluşturulmuştur. Sporcular rastgele deney (n:10, yaş: 18,90±,73, boy: 174,70±6,21, vücut ağırlığı: 72,15±5,67) ve kontrol (n:10, yaş: 18,50±,70, boy: 175,80±5,63, vücut ağırlığı: 70,81±4,65) olmak üzere 2 gruba ayrılmıştır. Sporcuların araştırmaya dahil edilme kriterleri şunlardır: (a) en az 3 yıldır muaythai sporu yapıyor olmak; (b) çalışmanın sonucunu etkileyecek herhangi bir engellilik öyküsü bulunmamak ve (c) çalışma boyunca araştırmacıların talimatlarına uymak. Tüm sporculara çalışmanın gereklilik ve riskleri hakkında gerekli bilgiler verilmiş ve çalışmaya gönüllü olarak katıldıklarını belirten bilgilendirilmiş onam formu imzalatılmıştır. Katılımcı gruplar, test gününden 24 saat önce ölçüm sonuçlarını etkileyebilecek fiziksel aktivite, kafein ve alkol tüketiminden kaçınmaları konusunda uyarılmıştır. Ölçümler sabah 10.00-12.00 saatleri arasında gerçekleştirilmiştir. Bu çalışma İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu tarafından 2023/4650 sayı ile onaylanmış ve Helsinki Bildirgesi'ne uygun olarak yürütülmüştür.

Tablo 1

Grupların Genel Özelliklerine İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

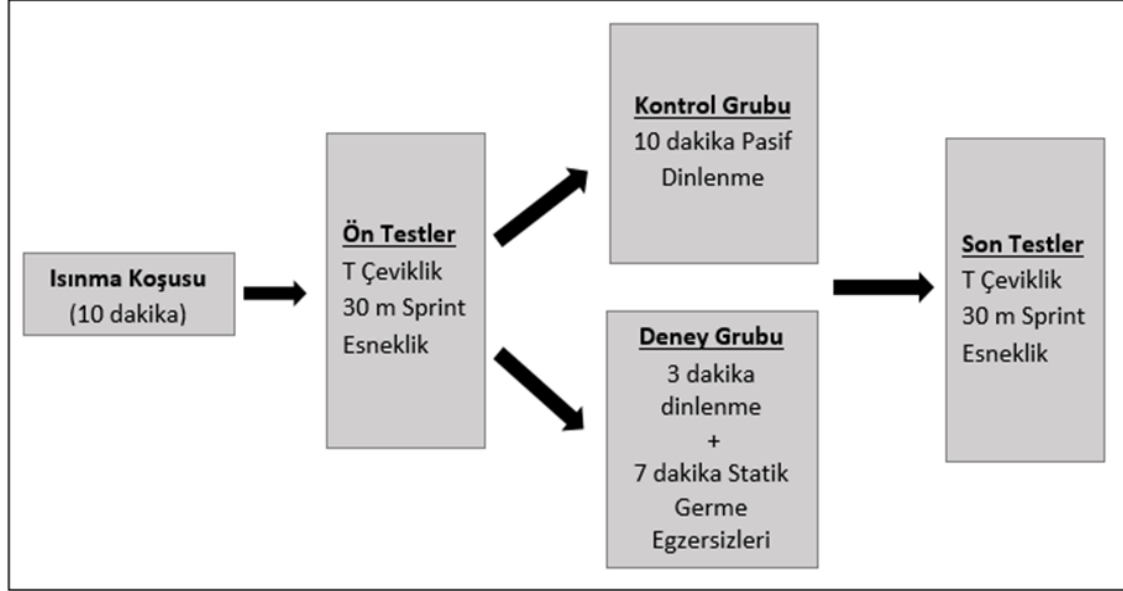
Parametreler	Grup	N	$\bar{x}\pm Ss$
Yaş (yıl)	Deney	10	18,90±,73
	Kontrol	10	18,50±,70
Boy (cm)	Deney	10	174,70±6,21
	Kontrol	10	175,80±5,63
Vücut ağırlığı (kg)	Deney	10	72,15±5,67
	Kontrol	10	70,81±4,65

cm: santimetre kg: kilogram

Araştırmanın Deneysel Tasarımı

Katılımcıların, ortalama 120 atım/dk kalp atım hızında 10 dakikalık düşük tempo ısınma koşusunun ardından 30 metre sürat, T çeviklik ve otur-eriş esneklik performans testleri ile ön test değerleri ölçülmüştür. Ön testlerin tamamlanmasından sonra, kontrol grubu pasif şekilde 10 dakika dinlendirilmiş ve ardından son test değerleri ölçülmüştür. Aynı ısınma koşusu ve ön test protokolü deney grubuna da uygulanmış ve ön testlerin bitimini takiben deney grubuna 3 dakika dinlenme sonrası, alt ekstremiteler kas gruplarına yönelik 7 dakika süren statik germe egzersizleri uygulanmış, ardından son test değerleri ölçülmüştür (Şekil 1). Statik germe egzersizleri, ilgili kas grubu duyarlılık noktasına kadar, ağırlık eşliği zorlanmadan yavaş bir şekilde gerdirme ve o pozisyonun sabitlenerek korunması şeklinde her iki bacağa 15 saniye (sn) süre ile ve tekrarlar arası 15 saniye dinlenme olacak şekilde 1 set olarak uygulanmıştır (Tablo 2).

Sporcuların 10 dakikalık ısınma koşusu süresince sergiledikleri kalp atım hızı (KAH) değerleri, Polar marka H10 (Polar Electro, Finland) model göğüs bantları ile tablet kullanılarak IOS Polar Team uygulamasından takip edilmiştir.



Şekil 1: Deneysel Tasarım Şeması

Statik Germe Egzersiz Protokolü

Tablo 2:

Statik Germe Egzersizleri (Perrier vd.,2011).

Statik Germe Egzersizleri	Egzersizlerin Açıklaması
Standing quadriceps stretch	Katılımcılar ayakta dururken bir dizlerini büküler ve topuğu kavrayarak topuğu kalçaya mümkün olduğunca yaklaştırdılar.
Supine hamstring stretch	Her iki bacak tamamen uzatılmış halde sırtüstü yatarken, katılımcılar dizin hem üstünü hem de altını desteklemek için ellerini kullanarak bir bacağını kaldırdı. Katılımcıların az miktarda diz fleksiyonuna izin verildi.
Hip flexor stretch	Katılımcılar hamle pozisyonundan, ön diz 90° C'ye bükülene ve arka bacak uzatılana kadar kalçalarını yavaşça indirdi.
Butterfly (groin) stretch	Oturur pozisyonda katılımcılar ayak tabanlarını bir araya getirdi ve dizlerinin yanlara sarkmasına izin verdi. Dizleri yere doğru indirmek için dirseklerden hafifçe baskı uygulandı.
Piriformis stretch	Sırtüstü yatarken, katılımcılar bir ayak bileğini karşı dizin üzerine çaprazladı ve alttaki bacağı göğse doğru getirdi.
Single-knee lower back stretch	Her iki bacak hafifçe bükülmüş halde sırtüstü yatarken, katılımcılar bir dizlerini göğsüne doğru kaldırdı.
Standing calf stretch	Katılımcılar hamle pozisyonundayken arka topuklarını yere doğru bastırdı.

Veri Toplama Araçları

Boy ve Vücut Ağırlığı Ölçümü

Sporcuların vücut ağırlığı ölçümleri, hassaslık derecesi düşük elektronik baskül ile (Goldmaster GM-7175R), boyları ise duvara sabitlenmiş mezura ile ölçülmüştür.

Otur Eriş Esneklik Testi

Esneklik, bel ve hamstring kaslarının esnekliğini ölçmeyi amaçlayan otur ve eriş testi kullanılarak ölçülmüştür. Bu testte kullanılan araç bir cetvel/ölçek ile donatılmış (uzunluk: 35 cm, genişlik: 45 cm ve yükseklik: 32 cm) bir otur ve uzan sehпасıdır. Uygulama prosedürü, sporcuya düz bacaklarla çıplak ayakla ve ayaklar bitişik şekilde oturması talimatı verilmesiyle başlar. Daha sonra sporcudan dizler bükülmeden her iki parmağı da cetvelin çizgisi üzerinde kayacak şekilde eğilebildiği kadar eğilmesi ve en uzak noktada öne ya da geriye esnemenen 1-2 sn beklemesi istenir. Bu test, en iyi skorun seçildiği ve kayıt edildiği 2 kez gerçekleştirilmiştir (Hopkins, 2000; Srianto ve Siswantoyo, 2022).

T Çeviklik Testi: Çeviklik performansının standart bir testi olarak yaygın olarak kullanılan T Testi, T biçiminde dizilmiş konilere ulaşılarak yapılır. 10 metre öne sprintten sonra 90° açıyla sağ ve solda 5 metre uzakta yer alan konilere yanal şekilde koşarak uygulanan test, 10 metre geri geri koşarak bitirilir. Sporcu, fotosel cihazı ile (SE-167, Turkey) ölçümler arası dört dakika dinlenme aralığı verilerek 2 kez test edilmiş ve en iyi dereceleri kayıt edilmiştir (Gamble, 2012).

30 Metre Sürat Testi: Sporcuların 30 metre testi, 30 m'lik mesafede katılımcıların elektronik fotosel cihazına (SE-167, Turkey) 0,50 metre mesafeden çıkış yaparak ve maksimal süratle mesafeyi tamamlamaları ile tespit edilmiştir (Sheppard ve Young, 2006). Her katılımcının testi dört dakika dinlenme aralığıyla iki kez tekrarlanmış ve en iyi netice kayıt edilmiştir.

İstatistiksel analiz

Elde edilen veriler SPSS 22.0 istatistik programı aracılığıyla analiz edilmiştir. Verilerin normal dağılıp dağılmadığını test etmek için Shapiro-Wilk testi kullanılmış, normal dağılım gösteren verilerin analizlerinde parametrik testler tercih edilmiştir. Bağımsız gruplar için Independent Sample T Testi ve bağımlı gruplar için Paired Sample T Testi kullanılmış, istatistiksel karşılaştırmalarda anlamlılık düzeyi 0,05 olarak kabul edilmiştir. Ortalama farklılıkların etki büyüklükleri (EB) Cohen's d-testi kullanılarak belirlenmiş ve etki

büyüklikleri Hopkins ölçeğine göre sınıflandırılmıştır: 0.0-0.2 = önemsiz; 0.2-0.6 = küçük; 0.6-1.2 orta; 1.2-2.0 = büyük; > 2.0 = çok büyük (Hopkins vd.,2009).

Bulgular

Tablo 3

Grupların Ön Test Değerlerinin Karşılaştırılması

Parametreler	Grup	n	$\bar{x}\pm Ss$	t	p
T Çeviklik Testi (sn)	Deney Grubu	10	11,13±,33	1,152	,264
	Kontrol Grubu	10	10,93±,44		
30-m Sprint (sn)	Deney Grubu	10	4,87±,23	,583	,567
	Kontrol Grubu	10	4,79±,38		
Esneklik (cm)	Deney Grubu	10	33,10±2,52	,791	,439
	Kontrol Grubu	10	32,05±3,35		

*p<0,05 sn: saniye cm: santimetre

Tablo 3 incelendiğinde, deney ve kontrol grubundaki sporcuların T Çeviklik, 30 m sprint ve esneklik ön test verileri arasında gruplar arası anlamlı fark tespit edilmemiştir (p>0,05). Grupların başlangıç değerleri arasında anlamlı farklılığın bulunmamış olması (p>0,05), bu grupların benzer niteliklere sahip olduklarını göstermektedir.

Tablo 4

Grupların Son Test Değerlerinin Karşılaştırılması

Parametreler	Grup	n	$\bar{x}\pm Ss$	t	p	EB
T Çeviklik Testi (sn)	Deney Grubu	10	11,03±,38	1,087	,292	
	Kontrol Grubu	10	10,86±,34			
30 m Sprint (sn)	Deney Grubu	10	4,81±,19	,711	,486	
	Kontrol Grubu	10	4,72±,33			
Esneklik (cm)	Deney Grubu	10	35,05±2,02	2,453	,025*	1,09
	Kontrol Grubu	10	32,50±2,59			

*p<0,05 sn: saniye cm: santimetre EB: Etki Büyüklüğü

Tablo 4 incelendiğinde, deney ve kontrol grubu sporcularının T Çeviklik ve 30 m sprint son test değerlerinde anlamlı farklılık bulunmazken, esneklik son test ölçüm değerlerinde gruplar arasında deney grubu lehine istatistiksel olarak anlamlı farklılık belirlenmiştir (p<0,05). Esneklik değerlerinde görülen anlamlı farklılık etki büyüklüğünün, orta düzeyde (Cohen's d=1,09) olduğu tespit edilmiştir.

Esneklik testinde deney grubu sporcularının son test değerleri (35,05±2,02) kontrol grubundaki sporculara (32,50±2,59) göre daha yüksek bulunmuştur.

Tablo 5

Deney Grubu Ön Test ve Son Test Değerlerinin Karşılaştırılması

Parametreler	Grup	n	$\bar{x}\pm Ss$	t	p	EB
T Çeviklik Testi (sn)	Ön test	10	11,13±,33	1,677	,128	
	Son test	10	11,03±,38			
30 m Sprint (sn)	Ön test	10	4,87±,23	2,445	,037*	0,28
	Son test	10	4,81±,19			
Esneklik (cm)	Ön test	10	33,10±2,52	-5,186	,001*	0,85
	Son test	10	35,05±2,02			

*p<0,05 sn: saniye cm: santimetre EB: Etki Büyüklüğü

Tablo 5 incelendiğinde, katılımcıların ön test - son test ölçüm sonuçlarının karşılaştırılmasında, deney grubundaki sporcuların T Çeviklik değerlerinde anlamlılık bulunmazken, 30 m sprint ve esneklik değerleri ön test ve son test ölçümleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir (p<0,05). 30 m sprint değerlerinde görülen anlamlı farklılığın etki büyüklüğünün küçük düzeyde (Cohen's d=0,28), esneklik parametresinde ise orta düzeyde (Cohen's d=0,85) olduğu belirlenmiştir.

Deney grubundaki sporcuların 30 m sprint son test değerleri (4,81±,19) ön test değerlerine (4,87±,23) göre daha düşük, esneklik son test değerleri (35,05±2,02) ön test değerlerine (33,10±2,52) göre ise, daha yüksek bulunmuştur.

Tablo 6

Kontrol Grubu Ön Test ve Son Test Değerlerinin Karşılaştırılması

Parametreler	Grup	n	$\bar{x}\pm Ss$	t	p
T Çeviklik Testi (sn)	Ön test	10	10,93±,44	1,479	,173
	Son test	10	10,86±,34		
30 m Sprint (sn)	Ön test	10	4,79±,38	1,013	,338
	Son test	10	4,72±,33		
Esneklik (cm)	Ön test	10	32,05±3,35	-,690	,507
	Son test	10	35,50±2,59		

*p<0,05 sn: saniye cm: santimetre

Tablo 6 incelendiğinde, kontrol grubundaki sporcuların T Çeviklik Testi, 30 m sprint ve esneklik parametreleri ön test ve son test değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır (p>0,05).

Tartışma ve Sonuç

Statik esneme onlarca yıl boyunca ısınmanın temel bir bileşeni olarak kabul edilmiştir (Young ve Behm, 2002). Geleneksel ısınma, vücut ısısını 1-2°C yükseltmeyi amaçlayan submaksimal aerobik bir bileşenden (örn. koşu, bisiklete binme) oluşur (Young ve Behm, 2002;

Young, 2007). Vücut ve kas sıcaklığındaki artışın sinir iletim hızını, enzimatik döngüyü ve kas uyumunu artırdığı bildirilmiştir (Bishop 2003; Young ve Behm, 2002). Geleneksel olarak, ikinci bileşen statik esneme hareketidir (Young ve Behm, 2002; Young, 2007). Statik germe genel olarak bir uzvun eklem hareket açıklığının sonuna kadar hareket ettirilmesini ve 15-60 saniye boyunca gergin pozisyonda tutulmasını içerir (Norris, 1999; Young ve Behm, 2002). Bu esneme hareketini daha ziyade oyuncuların hazırlandıkları spor ya da aktiviteye benzer nitelikteki dinamik hareketler gerçekleştirdikleri bir bölüm takip eder (Young ve Behm, 2002). Statik germenin eklem hareket açıklığını artırmada etkili bir araç olduğu belirtilmiştir (Bandy vd. 1997; Power vd.,2004). Araştırmada muaythai sporcularında statik germe egzersizlerinin esneklik, çeviklik ve sürat performansına akut etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu çalışmada kontrol grubundaki sporcuların esneklik, çeviklik ve sürat ön ve son test değerleri arasında anlamlı bir fark bulunmazken, deney grubu muaythai sporcularının esneklik ve sürat testi ön test ve son test değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Deney ve kontrol grubu son test sonuçları karşılaştırıldığında ise, T Çeviklik ve 30 m sprint son test değerlerinde anlamlı farklılık bulunmazken, esneklik son test ölçüm değerlerinde gruplar arasında deney grubu lehine istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Isınma sırasındaki statik esnemenin amacı, maksimum kuvvet üretimine izin verecek şekilde eklem hareket aralığını iyileştirmek, takip eden aktivitelerde performansı artırmak ve aktivite sırasında kas yırtılması olasılığını azaltmaktır (Robbins ve Scheuermann, 2008). Bir dizi çalışma, esnemenin performansı arttırdığı (Worrell vd., 1994) ve yaralanmaları önlediği sonucuna varmıştır (Smith,1994).

Esneklik, eklemi kas tendon yapısına baskı oluşturmadan normal hareket genişliğinde hareket ettirme becerisi olarak tanımlanır (Alter, 2004) ve bazı esneklik uygulama metotları, yaralanma risklerini azaltma ve performans gelişimi gibi fiziksel aktivite hazırlığının temel noktası olarak egzersiz programları içinde yer alır (Bazett Jones vd.,2008; Little ve Williams, 2006). Statik germe egzersiz uygulamaları genellikle esnekliği artırmak için yapılır ve birçok çalışma bunun etkilerini incelemiştir (Bandy ve Irion,1994; Halbertsma vd.,1996; Magnusson vd.,1995). Statik germe egzersizleri akut olarak kasa gelen sinirsel uyarıların azalmasıyla gevşemenin sağlanması neticesinde kasın uzayabilme özelliğini artırır (Çatıkkaş, 2008). Bu araştırmada da deney grubu sporcularının esneklik testi ön ve son test değerleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık tespit edilmiş ve esneklik performansının akut olarak arttığı belirlenmiştir. Deney ve kontrol gruplarının son test sonuçları karşılaştırıldığında da, esneklik

son test ölçüm değerlerinde gruplar arasında deney grubu lehine istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

Esneklik, rekabetçi ve rekreasyonel sporcular için fiziksel uygunluğun önemli bir bileşenidir (Magnusson ve Renström, 2006) ve geniş bir hareket aralığı boyunca rahatça hareket etme yeteneği gerektiren sporlarda performans belirleyicisidir (Sands, 2002). Mizuno vd. (2013), statik esnetmenin pasif sertliği azalttığını ve esnemededen hemen sonra eklem hareket açıklığını ve esneme toleransını artırdığını bildirmiştir. Statik germeyi takiben eklem hareket açıklığındaki akut artışlar öncelikle artan gerilme toleransına (Magnusson, 1998) ve aynı zamanda muskulotendinöz ünitenin pasif sertliğindeki değişikliklere bağlanmaktadır (Morse vd.,2008). Bir başka çalışmada, ısınma protokolünde statik germe uygulanan gruplarda esneklik performanslarının dinamik gruba göre %2.8'lik artış gösterdiği tespit edilmiştir (Samson vd.,2012). Benzer sonuçlar gösteren farklı bir çalışmada ise, akut olarak uygulanan 15 ve 30 saniyelik statik germe egzersizlerinin esneklik parametrelerinde artış sağladığı ifade edilmiştir (Özengin, 2007). Spesifik spor esnekliği uygulamaları için ısınmaya statik esnemeyi dahil etmenin önemli olabileceği ifade edilirken, her bir kas için statik germe toplam süresinin <30 saniye olacak şekilde planlanması gerektiği belirtilmektedir (Behm ve Chaouachi, 2011). Yapılan bir araştırmada, sadece 36 saniyelik statik germenin (her biri 6 saniyelik 6 tekrar) eklem hareket açıklığını önemli ölçüde iyileştirebileceğini göstermiştir (Murphy vd.,2010). Polat'ın (2018) yaptığı çalışmada, dinamik gruba göre statik germe egzersizleri uygulanan grupta esneklik performanslarının daha iyi olduğu bildirilmiştir. Aydilek (2023)'in farklı sürelerdeki statik germe egzersizlerinin genç basketbolcuların performanslarına etkisini inceledikleri çalışmada statik germe egzersizlerinin esneklik parametrelerini olumlu etkilediği tespit edilmiştir. Yapılan bir çalışmada yaş ort. 22 olan sporcu bireylere, 15 saniye süreyle 6 tekrar statik germe egzersizi sonrası, otur-uzan esneklik testi değerlerinin %16 arttığı belirtilmiştir (Kokkonen, 1998). Bir başka çalışmada ise, 20 saniye süreli statik germe egzersizlerinin otur-eriş esnekliğini olumlu etkilediği belirtilmiştir (Özkaptan, 2006). Antrenman ya da müsabakalar öncesinde uygulanan germe egzersizlerinin kas sertliğini azalttığı, kas sertliğindeki azalmayla birlikte kas uyumunda artış meydana geldiği ve esnekliğin arttığı belirtilmektedir (Magnusson, 1998; Weldon ve Hill, 2003). Statik germe egzersizlerinin, esneklik özelliğinde gelişim sağladığı, esneklik parametresinin de spor performansını yükseltebileceği ve toparlanma sürecini hızlandırabildiği (Kisner ve Colby, 2002), aynı zamanda sporcuları yaralanmalardan koruyabileceği (Heyward ve Gibson, 2014) yönündeki literatür bilgileri, bu araştırma bulgularını destekler niteliktedir. Buna karşılık araştırma sonuçlarımızdan farklı olarak

Faigenbaum vd (2005), araştırmasında statik germe egzersiz uygulamalarının esneklik performansına etkisinin olmadığı belirtilmiştir. Çalışmalardaki bu farklılığın araştırmalara dahil edilen denek gruplarının çeşitli olması, tercih edilen metotların uygulama süre ve şiddetindeki farklılıklar gibi nedenlerden kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Çeviklik, genellikle dikey veya yatay yönde motor kontrolü muhafaza ederken, ani durma, yön değiştirme ve hızlanmanın etkili olarak birleştirilmesi şeklinde tanımlanırken, çoğu spor ve etkinliğin önemli bir unsuru olarak düşünülmektedir (Verstegen ve Marcello, 2001). Araştırmada çeviklik parametresi grup içi ve gruplar arası karşılaştırmasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılığa rastlanmamıştır. Avloniti vd. (2016), araştırma bulguları ile benzer nitelikteki çalışmada statik egzersizlerin çeviklik performansını etkilemediği belirtilmiştir. Demir (2018) 'in statik germe uygulamalarının dikey sıçrama çeviklik ve sürat performansına olan akut etkilerini incelediği çalışmada, germe ve kontrol grupları arasında çeviklik son test değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmadığı tespit edilmiştir. İslamoğlu'nun (2005) yaptığı çalışmada da, farklı statik germe sürelerinin çeviklik performansında farklılık göstermediği belirtilmiştir. McMillian vd. (2006) yaptıkları araştırmada, statik germe egzersizlerini çeviklik performanslarını etkilemediği tespit edilmiştir. Bu sonuçlar ile araştırma bulguları benzerlik göstermektedir.

Kişinin bir noktadan farklı bir noktaya en kısa zamanda ulaşma yeteneği olarak tanımlanan sürat (Leger ve Lambent, 1982), takım sporlarıyla birlikte boks, eskrim, hokey ve sprint yarışları gibi branşlarda da başarıyı belirleyen önemli bir motorik özelliktir (Bompa, 1998). Araştırma sonuçlarına göre, kontrol grubundaki sporcuların sürat ön ve son test değerleri arasında anlamlı bir fark bulunmazken, deney grubu sporcularının ön ve son test ölçümleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Deney ve kontrol grupları son test ölçümlerinin karşılaştırılmasında ise, 30 m sprint son test değerlerinde anlamlı farklılık bulunmamıştır. Avloniti vd. (2016) yaptıkları 6 farklı statik germe süresinin performansa etkilerini inceledikleri çalışmada, kısa süreli (15/20 saniye) statik germe egzersizlerinin sürat performansında iyileşme sağladığı tespit edilmiştir. Little ve Williams (2006) yaptıkları çalışmada statik germe egzersizlerinin bazı performans parametrelerine etkisini inceledikleri çalışmada, araştırma sonucunda statik germe grubunun 20 m. sürat performanslarının kontrol grubuna göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde düşük olduğu tespit edilmiştir. Literatür bilgileri ile araştırma bulguları örtüşmektedir. Yapılan çalışmalar incelendiğinde, bu araştırmadan elde edilen veriler ile bazı literatür bulguların örtüşmediği görülmüştür. Tütüncü

(2017)'nün çalışmasında, statik germe grubuna uygulanan 30 saniye (sn) germe, 15 sn dinlenme ve 2 tekrar olarak uygulanan statik germelerin, sürat performansı üzerinde olumsuz etki gösterdiği belirtilmiştir. Beckett vd. (2009) çalışmasında da, 20 saniye ve 6 setlik statik germe egzersizlerinin sprint hızında düşüşe neden olduğu belirtilmiştir. Araştırma bulgularındaki bu farklılığın yaş değişkeni, örneklem grubu, uygulama süresi ve egzersiz protokollerindeki farklılıklardan kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Sonuç olarak muaythai sporcularında akut olarak uygulanan statik germe egzersizlerinin çeviklik performansına etkisinin olmadığı, esneklik ve sürat özelliklerini ise olumlu etkilediği söylenebilir. Bu bağlamda antrenmanlar planlanırken, ısınma protokollerinde statik egzersizlere yer verilmesinin muaythai sporcularının performanslarını arttırabileceği sonucuna ulaşılabilir. Bundan sonraki çalışmalarda örneklem grubu ile antrenman yapısı, hedef bölge ve süre çerçevesinde farklı şekillerde tasarlanmış statik germe egzersizlerinin farklı spor performans parametreleri üzerindeki etkilerini belirleyecek çalışmalar, araştırmaların daha geniş perspektifte değerlendirilmesine olanak sağlayabilir.

Kaynakça

- Aquino CF, Fonseca ST, Gonçalves GG, Silva PL, Ocarino JM. ve Mancini, MC. (2010). Stretching versus strength training in lengthened position in subjects with tight hamstring muscles: A randomized controlled trial. *Manual Therapy* 15: 26–31.
- Alter, M.J. (2004). *Science of Flexibility*, Human Kinetics, United States of America.
- Armiger P. ve Martyn, M. (2010). *Stretching for Functional Flexibility*, 1 Har/Psc Edition. Philadelphia, LWW.
- Avloniti A, Chatzinikolaou A, Fatouros IG, Avloniti C, Protopapa M, Draganidis D, Stampoulis T, Leontsini D, Mavropalias G, Gounelas G, ve Kambas AI (2016). The Acute Effects of Static Stretching on Speed and Agility Performance Depend on Stretch Duration and Conditioning Level, *Journal of Strength and Conditioning Research*, 30(10), 2767-2773.
- Ayala F, Sainz de Baranda P, De Ste Croix M, ve Santonja F. (2013). Comparison of active stretching technique in males with normal and limited hamstring flexibility. *Physical Therapy in Sport*, 14: 98–104.
- Aydilek Y. (2023). *Farklı Sürelerde Uygulanan Statik Germelerin Genç Basketbolcularda Bazı Performans Parametrelerine Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Bandy WD ve Irion JM. (1994). The effect of time on static stretch on the flexibility of the hamstring muscles. *Phys Ther* 74: 845–850.
- Bandy WD, Irion JM. Ve Briggler M (1997). The effect of time and frequency of static stretching on flexibility of the hamstring muscles. *Physical therapy*, 77 (10), 1090-1096.
- Bazett Jones, D.M., Gibson, M.H. ve McBride, J.M. (2008). Sprint and vertical jump performances are not affected by six weeks of static hamstring stretching. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 22 (1), 25–31.
- Beckett JR, Schneiker KT, Wallman KE, Dawson BT. ve Guelfi KJ (2009). Effects of static stretching on repeated sprint and change of direction performance. *Med Sci Sports Exerc*, 41:444-450.
- Behm, D.G., ve Chaouachi, A. (2011). A review of the acute effects of static and dynamic stretching on performance. *European journal of applied physiology*, 111, 2633-2651.
- Bilge M (2013). *Stretching İlkeleri Egzersiz Dağarcığı*, 1. Baskı, Nobel Akademik Yayıncılık, Ankara, s:1-22.
- Blum J, Christina M. ve Beaudoin (2000). Does flexibility affect sport injury and performance, *Parks Recreation*, 2: 11-15.
- Bompa TO. (1998). *Antrenman Kuramı ve Yöntemi*. Keskin İ, Tuner AB. Editör, Ankara, Bağırhan Yayınevi, 400-35.
- Booth L. (2008). Mobility, stretching and warm-up: Applications in sport and exercise. *SportEX Medicine*, 37: 20-23.
- Bishop D. (2003). Warm up I. Potential Mechanisms and the effects of passive warm up on exercise performance. *Journal of Sports Medicine*, 33: 439-454. 10.2165/00007256-200333060-00005.
- Cipriani, D., Abel, B., ve Pirwitz, D. (2003). A comparison of two stretching protocols on hip range of motion: implications for total daily stretch duration. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 17(2), 274-278.
- Clark, S., Christiansen, A., Hellman, D. F., Hugunin, J. W., ve Hurst, K. M. (1999). Effects of ipsilateral anterior thigh soft tissue stretching on passive unilateral straight-leg raise. *Journal of Orthopaedic & Sports Physical Therapy*, 29(1), 4-12.
- Cross K, ve Worrell T (1999). Effects of a Static Stretching Program on the Incidence of Lower Extremity Musculotendinous Strains. *Journal of Athletic Training*, 34 (1): 11-14.

Çatıkkaş, F. (2008). *Farklı Esneklik Düzeylerine Sahip Sporcularda Statik Germe Sonrası Kasal Kuvvet Değişim Sürecinin Analizi*. Doktora Tezi, Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

Çırakman D. (2006). Esneklik Nedir? *Voleybol Bilim ve Teknoloji Dergisi*, sayı: 37(2): 14-29.

Dadebo, B., White, J., ve George, K. P. (2004). A survey of flexibility training protocols and hamstring strains in professional football clubs in England. *British journal of sports medicine*, 38(4), 388-394.

Demir YK (2018). *Statik Germe Uygulamalarının Voleybol Oyuncularının Dikey Sıçrama Çeviklik Ve Sürat Performansına Olan Akut Etkileri*. Yüksek Lisans Tezi. Kırıkkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kırıkkale.

Doğan AA, Uyanık M (2000c) Germe Egzersizlerinde Uygulanan Farklı Bekleme Sürelerinin Esneklik Gelişimi Üzerindeki Etkisi. Gazi Üniversitesi 1. Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Kongresi, 1(1), 8-14.

Faigenbaum, A.D., Bellucci, M., Bernieri, A., Bakker, B., Hoorens, K. (2005). Acute effects of different warm-up protocols on fitness performance in children, *Journal of Strength and Conditioning Research*, 19 (2), 376-381.

Ferber, R., Osternig, L. R., ve Gravelle, D. C. (2002). Effect of PNF stretch techniques on knee flexor muscle EMG activity in older adults. *Journal of electromyography and kinesiology*, 12(5), 391-397.

Ford P. ve McChesney J. (2007). Duration of maintained hamstring ROM following termination of three stretching protocols. *Journal of Sport Rehabilitation*, 16: 18–27.

Gamble, P. (2012). *Training For Sports Speed and Agility*. Oxon: Routledge.

Gleim, G. W., ve McHugh, M. P. (1997). Flexibility and its effects on sports injury and performance. *Sports medicine*, 24, 289-299.

Halbertsma JP, van Bolhuis AI ve Goeken LN. (1996). Sport stretching: Effect on passive muscle stiffness of short hamstrings. *Arch Phys Med Rehabil*, 77: 688–692.

Hall, C.M. ve Brody LT. (1999). *Therapeutic Exercise: Moving Toward Function*. Philadelphia, PA: Lippincott Williams & Wilkins, 1999.

Heyward VH ve Gibson AL. (2014). *Advanced Fitness Assessment and Exercise Prescription*. 7th ed. Human Kinetics.

High, D. M., Howley, E. T., & Franks, B. D. (1989). The effects of static stretching and warm-up on prevention of delayed-onset muscle soreness. *Research quarterly for exercise and sport*, 60(4), 357-361.

Hopkins WG. (2000). Measures of reliability in sports medicine and science. *Sports medicine*, 30(1): 1-15.

Hopkins W, Marshall S, Batterham A. ve Hanin J. (2009). Progressive statistics for studies in sports medicine and exercise science. *Med Sci Sports Exerc.*; 41(1): 3-13.

İslamoğlu İ (2015). *Farklı Statik Germe Sürelerinin Sürat Çeviklik Sıçrama Ve Esneklik Performansı Üzerine Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Samsun.

Jaggers JR, Swank AM, Frost KL ve Lee CD. (2008). The acute effects of dynamic and ballistic stretching on vertical jump height, force, and power. *Journal of Strength and Conditioning Research* 22: 1844–1849.

Jamtvedt, G., Herbert, R. D., Flottorp, S., Odgaard-Jensen, J., Håvelsrud, K., Barratt, A., Oxman, A. D. (2010). A pragmatic randomised trial of stretching before and after physical activity to prevent injury and soreness. *British Journal of Sports Medicine*, 44(14), 1002–1009.

Kisner C. ve Colby CA (2002). *Therapeutic Exercise: Foundations and Techniques*, 3. Edition; Philadelphia.

Knudson, D. (2006). The biomechanics of stretching. *Journal of Exercise Science & Physiotherapy*, 2, 3–12.

- Kokkonen, J., Nelson, A. G., ve Cornwell, A. (1998). Acute muscle stretching inhibits maximal strength performance. *Research quarterly for exercise and sport*, 69(4), 411-415.
- Leger, L.A. ve Lambert, J.A. (1982). Maximal Muttistage 20m. Shuttle Run Tests to Predict Vo2 Max. *Eur. J.Appl.Physiol*, 49(1), 1–10.
- Little, T. ve Williams, A. (2006). Effects of differential stretching protocols during warm-ups on high speed motor capacities in professional soccer players, *Journal of Strength and Conditioning Research*, 20 (1), 203–207.
- Magnusson, S. P. (1998). Passive properties of human skeletal muscle during stretch maneuvers. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 8(2), 65–77.
- Magnusson SP, Simonsen EB, Aagaard P, Gleim GW, McHugh MP ve Kjaer M. (1995). Viscoelastic response to repeated static stretching in the human hamstring muscle. *Scand J Med Sci Sports*, 5: 342–347.
- Magnusson, P., ve Renström, P. (2006). The european college of sports sciences position statement: The role of stretching exercises in sports. *European Journal of Sport Science*, 6(2), 87–91.
- Manoel ME, Harris-Love MO, Danoff JV. ve Miller TA. (2008). Acute effects of static, dynamic, and proprioceptive neuromuscular facilitation stretching on muscle power in women. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 22: 1528–1534.
- Marshall PW, Cashman A. ve Cheema BS. (2011). A randomized controlled trial for the effect of passive stretching on measures of hamstring extensibility, passive stiffness, strength, and stretch tolerance. *Journal of Science and Medicine in Sport* 14: 535–540.
- McMillian, D. J., Moore, J. H., Hatler, B. S., ve Taylor, D. C. (2006). Dynamic vs. static-stretching warm up: the effect on power and agility performance. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 20(3), 492-499.
- Mizuno T, Matsumoto M. ve Umemura Y. (2013). Viscoelasticity of the muscle-tendon unit is returned more rapidly than range of motion after stretching. *Scand J Med Sci Sports* 23: 23–30, 2013.
- Morse, C. I., Degens, H., Seynnes, O. R., Maganaris, C. N., ve Jones, D. A. (2008). The acute effect of stretching on the passive stiffness of the human gastrocnemius muscle tendon unit. *The Journal of Physiology*, 586(1), 97–106.
- Murphy JR, Di Santo MC, Alkanani T. ve Behm DG (2010). Activity before and following short duration static stretching improves range of motion vs. a traditional warm-up. *Appl Physiol Nutr Metab* 35:1–12.
- Norris CM (1999). *The complete guide to stretching*, 1st edn. Human Kinetics Publishing, Windsor, pp 23–76.
- Özengin N. (2007). *Cimnastikçilerde Farklı Germe Sürelerinin Performansa Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Bolu.
- Özkaptan BM. (2006). *Çocuklarda Farklı Isınma Germe Protokollerinin Sürat Performansına Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Papadopoulos G, Siatras T. ve Kellis S (2005). The Effect of static and dynamic stretching on the maximal isokinetic strength of the knee extensors and flexors. *Isokinet Exerc Sci*, 13 (1): 1-7.
- Perrier, E. T., Pavol, M. J., ve Hoffman, M. A. (2011). The acute effects of a warm-up including static or dynamic stretching on countermovement jump height, reaction time, and flexibility. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 25(7), 1925-1931.
- Polat S (2018). *Genç Erkek Futbol Oyuncularında Isınma Evresinde Uygulanan Dinamik Ve Statik Germe Egzersizlerinin Performans Üzerine Etkileri*. Yüksek Lisans Tezi. Celal Bayar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Manisa.
- Power K, Behm D, Cahill F, Carroll M. ve Young W (2004) An acute bout of static stretching: effects on force and jumping performance. *Med Sci Sports Exerc* 36:1389–1396.

- Ramsay, C. (2015). *Anatomy of Stretching, Esnetme hareketleri Anatomisi* (Çev.: ARAS, S) 1.Baskı., Ayrıntı Basım Yayım ve Matbaacılık, Ankara, s:10-21.
- Rancour JL, Terry ME, Holmes C. ve Cipriani DJ (2010). Superficial precooling on a 4-week static stretching regimen: A randomized trial. *Sports Health* 2: 433–436.
- Robbins, J. W., ve Scheuermann, B. W. (2008). Varying amounts of acute static stretching and its effect on vertical jump performance. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 22(3), 781-786.
- Samson, M., Button, D. C., Chaouachi, A., ve Behm, D. G. (2012). Effects of dynamic and static stretching within general and activity specific warm-up protocols. *Journal of sports science & medicine*, 11(2), 279.
- Sands, W. A. (2002). Physiology. In W. A. Sands, D. J. Caine, & J. Borms (Eds.), *Scientific aspects of women's gymnastics. Medicine and sport science* (pp. 128–161). Basel: Karger.
- Sheppard, J. M., ve Young, W. B. (2006). Agility literature review: classifications, training and testing. *Journal of Sports Sciences*, 24(9), 919–932.
- Shrier I. (2004). Does stretching improve performance? A systematic and critical review of the literature. *Clin J Sport Med*, 14 (5): 267-273. 10.1097/00042752-200409000-00004.
- Smith, CA. (1994). The warm-up procedure: to stretch or not to stretch. a brief overview. *J Orthop Sports Phys Ther* 19: 12-17.
- Srianto, W., ve Siswantoyo, S. (2022). Biomotor Analysis of Speed and Flexibility in the Karate Talented Athletes Coaching in the Special Region of Yogyakarta. In *Conference on Interdisciplinary Approach in Sports in conjunction with the 4th Yogyakarta International Seminar on Health, Physical Education, and Sport Science (COIS-YISHPESS 2021)* (pp. 153-156). Atlantis Press.
- Tütüncü O. (2017). *Futbolcularda Aralıklı Ve Statik Germe Yöntemlerinin Anaerobik Performans Üzerine Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Verstegen M. ve Marcello B. (2001). *Agility and coordination*. In Foran B. Ed., *High Performance Sports Conditioning*. Human Kinetics, 139–165.
- Walker B. (2011). *The Anatomy of Stretching*. 2. Ed. Lotus Publishing, Berkeley, California, s: 21-25.
- Weldon SM. ve Hill RH. (2003). The Efficacy of Stretching for Prevention of Exercise-Related Injury: A Systematic Review of the Literature. *Manual Therapy*, 8(3):141–150.
- Worrell, TW, Smith, TL ve Windegardner, J (1994). Effect of hamstring stretching on hamstring muscle performance. *J Orthop Sports Phys Ther* 20: 154-159.
- Young WB (2007) The use of static stretching in warm-up for training and competition. *Int J Sports Physiol Perform* 2:212–216.
- Young W ve Behm D (2002). Should Static Stretching be used during a Warm-Up for Strength and Power Activities?. *Journal of Strength and Conditioning*. 2002, 24: 33-37.



FİFA 2018 Dünya Kupası'nın Müsabaka Analizlerinin İncelenmesi: Fransa Milli Takımı Örneği

Ali Rıza ATICI¹, İbrahim ŞAHİN²

¹Aksaray Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Aksaray/Türkiye

<https://orcid.org/0000-0001-9983-4213>

²Yalova Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Yalova/Türkiye

<https://orcid.org/0000-0002-5956-6274>

* 2.Uluslararası Herkes İçin Spor ve Wellness Kongresinde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

ORJINAL MAKALE

Özet

Bu çalışma, 2018 yılında Rusya' da düzenlenen FIFA Dünya Kupası şampiyonu Fransa Milli takımının turnuva boyunca göstermiş olduğu performanslarının farklı değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada veri toplamak için gözlemsel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Müsabaka analizi ile ilgili çalışmalar incelenmiş ve teorik bilgiler verilmiştir. Araştırma verileri FIFA (Fédération Internationale de Football Association) resmi internet sitesi (www.fifa.com) ve FIFA'nın resmi Youtube kanalından elde edilmiştir. Fransa takımının müsabakalarda attığı ve yediği gollerin zaman dilimleri, attığı gollerin bölgesel dağılımı, attığı şutların, attığı köşe vuruşların, ofsayt, başarılı ve başarısız pasların, koşu mesafeleri gibi teknik analizler TFF Supervisor görüntü analiz programıyla incelenmiştir. Görüntü analiziyle elde edilen sayısal verilerin değerlendirilmesi SPSS 26 paket programına kaydedilmiş ve veriler hesaplanarak yorumlanmıştır. Turnuva boyunca Fransa Milli takımı toplam 14 gol atılmış ve maç başına 2 gol ortalamasıyla tamamlanmıştır. Atılan 14 golün 5 tanesi (%35.7) ilk yarıda, 9 gol ise (%64.3) ikinci yarıda atılmıştır. En fazla gol aralıkları ise 45-60 dakikalar arası 4 gol, 61-75 dakikalar arası 4 gol, 31-45 dakikalarda ise 3 gol atmışlardır. İlk yarı ve ikinci yarı uzatma dakikalarında gol atılmamıştır. Gol biçimleri; top oyunda toplam 8 gol olmuştur. Bunlardan organize hücum 4, geçişlerden 4 gol olmuştur. Organize gollerin 3 tanesi merkezden 1 tanesi ise sağ kanattan yapılan atak sonucunda gol olmuştur. Duran toplardan toplamda 6 gol olmuştur. Kornerden 2, serbest vuruştan 1, penaltıdan 3 gol olmuştur. Gollerin başlangıç bölgeleri kendi sahası 5 (%35.7) iken rakip saha 9 (%64.3) olarak bulunmuştur. Sonuç olarak, futbol organizasyonları arasında en önemli turnuva olarak gösterilen Dünya Kupalarında başarılı olabilmek için yüksek performans gösterilmesi kaçınılmazdır. FIFA 2018 Dünya Kupasında şampiyon olan Fransa Milli takımının istatistikleri ele alındığında; pas, şut, topa sahip olma, kat edilen mesafe yüzdelerinin rakiplerine oranla yüksek olması başarıda önemli faktörler olduğu söylenebilir.

Anahtar kelimeler: Futbol, Dünya Kupası, Maç Analiz

Analyzing the Competition Analysis of FIFA 2018 World Cup: The Case of France National Team

Abstract

This study aims to examine the performances of the France National Team, the champion of the FIFA World Cup held in Russia in 2018, in terms of different variables throughout the tournament. Observational research method was used to collect data in the study. Studies on competition analysis were examined and theoretical information was given. Research data were obtained from FIFA (Fédération Internationale de Football Association) official website (www.fifa.com) and FIFA's official Youtube channel. Technical analyses such as time periods of the goals scored and conceded by the France team in the competitions, regional distribution of the goals scored, shots scored, corner kicks, offside, successful and unsuccessful passes, running distances were analyzed with TFF Supervisor image analysis program. The evaluation of the numerical data obtained by image analysis was recorded in the SPSS 26 package program and the data were calculated and interpreted. During the tournament, France National team scored a total of 14 goals with an average of 2 goals per match. Of the 14 goals scored, 5 (35.7%) were scored in the first half and 9 (64.3%) in the second half. The highest goal intervals were 4 goals scored between 45-60 minutes, 4 goals scored between 61-75 minutes and 3 goals scored between 31-45 minutes. No goal was scored in the first half and second half overtime minutes. Goal formats; there were a total of 8 goals in the ball game. Of these, there were 4 goals from organized offense and 4 goals from transitions. 3 of the organized goals were scored from the center and 1 from the right wing. A total of 6 goals were scored from set-pieces. There were 2 goals from corners, 1 from free kicks and 3 from penalties. The starting areas of the goals were found to be own field 5 (35.7%) and opponent's field 9 (64.3%). In conclusion, it is inevitable to show high performance in order to be successful in World Cups, which are shown as the most important tournaments among football organizations. When the statistics of the France National team, the champion of the FIFA 2018 World Cup, are considered; it can be said that the high percentages of passing, shooting, ball possession, and distance traveled compared to their opponents are important factors in success.

Keywords: *Football, World Cup, Match Analysis*

Giriş

Futbol dünyadaki en popüler spor olarak kabul edilir ve Dünya Kupası en önemli küresel spor etkinliği olarak kabul edilmektedir. İlk Dünya Kupası 1930'da düzenlenmiştir ve yalnızca 13 ülke katılmıştır; yaklaşık bir asır sonra ise 210 ülkeden yaklaşık 10.000 sporcu katılmıştır. Bugün Dünya Kupası, dünyanın her yerinden, irili ufaklı, gelişmiş ve az gelişmiş ülkelerden katılımcıların yer aldığı uluslararası bir etkinlik haline gelmiştir. Üstelik neredeyse her ülke, Dünya Kupası müsabakasının bir parçası olmak ve hatta bu kupayı kazanmak için elinden gelenin en iyisini yapmaya çalışmaktadır (Fan vd., 2023). Futbol Dünya Kupası hiç kuşkusuz dünyadaki en büyük organizasyonlardan birisidir. Dünya kupası bize dünyanın en iyi takımlarını ve oyuncularını karşılaştırma imkânı sunar (Gürkan vd., 2019). Futbolda büyük organizasyonların ardından, başarılı takımların oyun tarzı, sistemleri ve oyuncuların hareketleri uzmanlar tarafından muhakkak incelenir (Başkaya ve Şentürk, 2016; Başkaya ve Karaca, 2023).

Günümüzde futbolda başarıya ulaşmak her zamankinden daha önemli hale gelmiştir. Sportif başarı elde edebilmek için yapılan araştırmalar, teknolojik gelişmelerin de yardımıyla futbolu daha da ileri bir noktaya götürmüştür (İmamoğlu vd., 2015; Arı ve Deliceoğlu, 2020). Futbolda oyun tarzlarının belirlenmesi, etkili performans analizinin gerçekleştirilmesi açısından oldukça değerlidir. Futbolda performans analizi sadece antrenörler için önemli bir araç değil (James, 2006) son yıllarda futbolla ilgilenen tüm paydaşların ilgi konusu haline gelmiştir (Sarmiento vd., 2022). Futbolda maç analizi ya da oyuncuların değerlendirilmesi konusu antrenörler açısından çok önemlidir. Bu yüzden hem değerlendirmede hem de taktik çalışmalarındaki hataların asgariye indirilmesinde, futbolcu ve takımların performansının takibi için maç analizleri yapmak ihtiyacı büyük önem taşımaktadır (Zıvalıoğlu vd., 1998). Maç analizi antrenörlüğün en önemli parçasıdır. Bir futbol oyunu analizine yeteneğiniz, takımınızın başarısı için çok önemlidir. Oyunun gidişatı sırasında nasıl ve ne zaman değişiklikler yapacağını bilmek antrenörlüğün başlıca rolüdür ve bu değişiklikleri oyuncularınıza kısa ve etkili olarak açıklayabilmek gerekir. Çoğu antrenör etkili antrenman egzersizleri geliştirebilir ve oyun stillerini öğretebilir fakat bir antrenör maçın analizini yapmadıkça ve problemlere etkili çözümler bulmadıkça, antrenmanla kazandıklarını kaybeder (Allman, 2002).

Günümüz futbolunda oyunun sonucuna etki eden birçok faktör bulunmaktadır. Takımların maç içerisinde topa sahip olma ve topla oynama yüzdeleri, topla oynama oranları, ceza alanına attıkları toplar, birbirleriyle paslaşmaları, kaleye çektikleri şutlar bu faktörler

arasında gösterilir. İstatistiksel olarak, bir takımın rakibine karşı üstünlük sağlamasının, maçı kazanmasına yeterli olacağı yanlışına düşülmemelidir. Ancak elde edilen veriler, sporcuların gelişimine, takım oyunundaki verimliliği artırma yönünde yapılacak çalışmalara, takımın gelecek maçlarda başarılı olmasına katkıda bulunacak önemli bir unsurdur (Bakır, 2007). Müsabaka esnasında oyuncuların ortaya koyduğu teknik ve taktik performanslarının başarı ile olan ilişkisi belirlenerek antrenman metotları ve saha içi taktik organizasyonları daha etkili hâle getirilebilir (Başkaya, 2022). Bu performanslardan biri olan gol, futbolda sonucu belirleyen en önemli etkidir (Sönmeyenmakas, 2008).

Maç performans analizi ölçümlerinde takımların gol analizleri sıkça kullanılmaktadır. Gol analizleri, bir takımın hücum etkinliğinin ölçülmesinde en objektif yöntemdir. Gol ile sonuçlanan hücum oyunlarının basit bir şekilde analizi, takımın hücum performansının anlaşılmasını da önemli ölçüde sağlamaktadır. Ayrıca takımların savunma özelliklerinin belirlenmesinde de yedikleri gollerin analiz edilmesi takım savunması hakkında bilgi verecektir. Bu bakımdan bir takımın hücum ve savunma karakteristiğinin belirlenmesinde attıkları ve yedikleri goller önem taşımaktadır. Maç performans analizi istatistiksel verilerin, taktiksel anlayışın ve bazen de subjektif gözlemlerin bir kombinasyonunu gerektirir. Antrenörlere ve oyunculara gelecekteki maçlar için bilinçli kararlar almaları ve genel takım performansını iyileştirmeleri için değerli bilgiler sağlar (Atıcı ve Ünlü, 2023). Müsabaka analizlerinin takımlar için birçok avantajı bulunmaktadır. Maç analizinden elde edilen veriler, antrenörlere hem rakip takımın hem de kendi takımının güçlü ve zayıf yönlerini açığa çıkarmasına katkı sağlamaktadır (Göral ve Aycan, 2014; Polat ve Gürkan, 2020; Başkaya, 2023).

Bu çalışmada, FİFA 2018 Dünya Kupasında şampiyon olan Fransa Milli Takımının turnuvada göstermiş olduğu performansları analiz edilmiştir. Elde edilen sonuçlar vasıtasıyla Fransa takımının attığı ve yediği goller sonucuna göre hücum ve savunma stratejilerinin belirlenmesine katkı sağlamak amaçlanmıştır.

Gereç ve Yöntem

Bu çalışma, 2018 yılında Rusya’ da düzenlenen FIFA Dünya Kupası şampiyonu Fransa Milli takımının turnuva boyunca göstermiş olduğu performanslarının farklı değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada veri toplamak için gözlemsel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Müsabaka analizi ile ilgili çalışmalar incelenmiş ve teorik bilgiler verilmiştir. Araştırma verileri FIFA (Fédération Internationale de Football Association) resmi

internet sitesi (www.fifa.com) ve FIFA'nın resmi Youtube kanalından (www.youtube.com/@fifa/videos) elde edilmiştir. Çalışmada incelenen müsabakalar, kayıtlı videolar üzerinden, belirlenen kriterlere göre oluşturulan futbol maç izleme cetveline göre incelenmiştir. Fransa takımının müsabakalarda attığı ve yediği gollerin zaman dilimleri, attığı gollerin bölgesel dağılımı, attığı şutların, attığı köşe vuruşların, ofsayt, başarılı ve başarısız pasların, koşu mesafeleri gibi teknik analizler video-bilgisayar analiz metodu ile TFF Supervisor analiz programında Türkiye Futbol Federasyonu Maç ve Performans Analizi Antrenörü olan araştırmancının birinci yazarı tarafından incelenmiştir. Verilerin istatistik yönden değerlendirilmesi SPSS 26 paket programında kaydedilmiş ve elde edilen veriler hesaplanarak yorumlanmıştır.

Bulgular

Araştırmancının bu bölümünde FİFA 2018 Dünya Kupasında şampiyon olan Fransa Milli takımının turnuvada göstermiş olduğu performanslarının analizine ve yorumlarına yer verilmiştir.

Tablo 1.

Atılan Gollerin Zaman Dilimleri Ait Frekans ve Yüzde Dağılımları

Zaman (Dk)	Gol	
	f	%
1-15	1	7.14
16-30	1	7.14
31-45	3	21.42
45+	-	-
46-60	4	28.57
61-75	4	28.57
76-90	4	7.14
90+	-	-
TOPLAM	14	100

Turnuva boyunca Fransa Milli takımı toplam 14 gol atılmış ve maç başına 2 gol ortalamasıyla turnuvayı tamamlamıştır. Atılan 14 golün 5 tanesi (%35.7) ilk yarıda, 9 gol ise (%64.3) ikinci yarıda atılmıştır. En fazla gol aralıkları ise 45-60, 61-75 4 gol 31-45 dakikalarda ise 3 gol atmışlardır. İlk yarı ve ikinci yarı uzatma dakikalarında gol atılmamıştır.

Tablo 2.

Gol Biçimleri ve Gol Başlangıç Bölgesine Ait Frekans ve Yüzde Dağılımları

	Oyun Şekli	Gol	
		f	%
Top Oyunda	Organize Hücum	4	28.57
	Geçişler	4	28.57
Duran Top	Korner	2	14.28
	Serbest Vuruş	1	7.14
	Penaltı	3	21.42
	Toplam	14	100
Bölge	Kendi Yarı Sahası	5	35.71
	Rakip Saha	9	64.28
	Toplam	14	100

Gol biçimleri; top oyunda toplam 8 gol olmuştur. Bunlardan organize hücum 4, geçişlerden 4 gol olmuştur. Organize gollerin 3 tanesi merkezden 1 tanesi ise sağ kanattan yapılan atak sonucunda gol olmuştur. Duran toplardan toplamda 6 gol olmuştur. Kornerden 2, serbest vuruştan 1, penaltıdan 3 gol olmuştur. Gollerin başlangıç bölgeleri kendi sahası 5 (%35.7) iken rakip saha 9 (%64.3) olarak bulunmuştur.

Tablo 3.

Gol Vuruş Tekniği – Temas Sayısı ve Gol Vuruşu Yapılan Bölgelerine Ait Frekans ve Yüzde Dağılımları

Gol Vuruş Teknikleri ve Sayıları	Gol		
	f	%	
Vuruş Tekniği	Ayak	11	78.57
	Kafa	3	21.43
	Diğer	-	-
	TOPLAM	14	100
Temas Sayısı	Tek Temas	11	78.57
	2 Temas	1	7.14
	3 ve Üzeri	2	14.28
	TOPLAM	111	100
Oyun Bölgesi			
Bölge	Ceza Sahası İçi	10	71.43

Ceza Sahası Dışı	4	28.57
TOPLAM	14	100

Gollerin vuruş teknikleri; ayakla 11 (%78.57), kafayla 3 (%21,43), tek temas 11 (%78.57), 2 temasla 1 (%7.14), 3 ve üzeri temasla vuruş ise 2 (%14.28) dir. Oluşan gollerin 10 tanesi (%71.43) ceza sahası içinde, 4 tanesi (%28.57) ceza sahası dışında olmuştur.

Tablo 4.

Şut Sayıları, Pas Sayıları, İkili Mücadele, Hava Topu, Kat Edilen Mesafe, Topla Oynama Yüzdeleri

Değişkenler	n	Maç Başı Ortalamaları
Toplam Şut	67	9.5
İsabetli Şut	29	4.1
İsabetsiz Şut	38	5.4
Başarı Yüzdesi	%43.3	-
Toplam Pas	3058	436.8
İsabetli Pas	2493	356.1
İsabetsiz Pas	565	80.7
Başarı Yüzdesi	%81.5	-
Toplam İkili Mücadele	819	117
Kazanılan İkili Mücadele	437	62.4
Kaybedilen İkili Mücadele	367	52.4
Başarı Yüzdesi	%53.4	-
Toplam Hava Topu	256	36.5
Kazanılan Hava Topu	144	20.5
Kaybedilen Hava Topu	112	16
Başarı Yüzdesi	%56.3	-
Toplam Kat Edilen Mesafe	711 km	101.5 km

Tablo 4' de FIFA 2018 Dünya Kupasında şampiyon olan Fransa takımı 7 maçta toplam 67 şutun 29' u isabetli, 38 tanesi isabetsiz kullandığı görülmüştür. Başarılı pas yüzdesi %43,3 ve maç başı ortalaması 9.5' dir. Toplam pas 3058, isabetli pas 2493, isabetsiz pas 565' dir. Başarı yüzdesi %43.8'dir. Toplam ikili mücadele 819, kazanılan ikili mücadele 437, kaybedilen ikili mücadele 367' dir. Başarı yüzdesi %53.4 tür. Toplam hava topu ise; 256, kazanılan hava topu

144, kaybedilen hava topu 112'dir. Başarı yüzdesi %56.3'tür. Turnuva boyunca Fransa takımı toplam kat ettiği mesafe 711 km ve maç başına 101.5 km dir.

Tartışma ve Sonuç

Bu çalışma FIFA 2018 Dünya Kupası Şampiyonu Fransa takımının müsabaka analizlerinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Futbol ve futsal gibi oyunlarda özellikle turnuvalarda atılan gollerin önemi çok büyüktür (Atıcı ve Ünlü, 2023). Fransa milli takımı turnuva boyunca 14 gol atmış ve 6 gol yemiştir. Maç başına attığı gol ortalaması 2' dir. Gollerin 5 tanesi (%35.7) ilk yarıda, 9 tanesi (%64.3) ikinci yarıda olmuştur. Michailids vd., (2013) yılında yaptıkları çalışmaya göre, atılan goller spor oyunlarında ve turnuva gibi organizasyonlarda, takımların başarılı olması ve iyi bir analiz yapılabilmesi için anahtar bir rol teşkil etmektedir. Göral (2015) FIFA 2014 Dünya Kupası şampiyonu Almanya takımının gol analizlerini incelemiş, yapılan çalışmaya göre Almanya Milli takımı turnuva boyunca maç başına 2.57 gol ortalaması ile attığı 18 golün tüm zaman dilimlerinde benzer dağılımlar gösterdiğini tespit etmiştir. Armatas vd., (2007) 1998-2006 yılları arasında oynanan üç Dünya Kupasında atılan gollerin analizlerini yaptıkları çalışmalarında, atılan gollerin çoğunun son 15 dakikalık (75-90) periyotlarda atıldığını tespit etmişlerdir.

Turnuvada atılan gollerin biçimleri incelendiğinde, top oyundayken 8 gol atılmıştır. Duran toplardan atılan gol sayısı 6'dir. Bu sonuçlara gollerin yarısı top oyundayken olmuştur (4-Organize Hücum, 4-Geçişler). Modern futbolda oyun geçişleri önemli bir yer tutmaktadır ve takımlarının benimsedikleri oyun stillerini sahaya yansıtarak, topla veya topsuz şekilde savunmadan hücumla, hücumdan savunmaya belli bir süre içerisinde hareket etmeleri anlamını taşımaktadır (Yıldız vd., 2021). Gol atılan bölgelere bakıldığında; kendi yarı sahasından 5, rakip sahadan 9 golün olduğu tespit edilmiştir. Çobanoğlu ve Terekli (2016), 63 (%53.3) golün top oyundayken ve organize atak ile atıldığını ortaya koymuşlardır. Cerrah vd., (2016) Türkiye Süper Ligi'nde 5 sezon boyunca atılan golleri inceledikleri araştırmalarında, 2.594 (%71.8) golün organize hücum sonrası, 1.020 (%28.2) golün set oyunu sonrası atıldığını vurgulamışlardır.

Turnuvada atılan gollerin vuruş tekniği, temas sayısı ve gol vuruşu yapılan bölgelere ait analizler incelendiğinde; gollerin 11'i ayakla, 3 tanesi kafayla atılmıştır. Gol öncesi temaslara bakıldığında; tek temasla 11, iki temasla 1, üç ve üzeri temasla 2 gol olmuştur. Başkaya (2022) yaptığı çalışmada 2022 Kadınlar Avrupa Şampiyonasında atılan gollerin analizlerini incelemiş gol öncesi topa temas sayısının, 67 (%71) golün tek temas ile daha sonrasında 17 (%18) golün

2 temas ile ve son olarak 11 (%11) golün 3 ve üzeri temas ile atıldığı belirlendiği görülmektedir. Gollerin oyun bölgelerine bakıldığında, 10 golün ceza saha içinden, 4 golün ise ceza sahası dışında olduğu görülmektedir. Bu sonuçlara göre Fransa Milli takım gollerin çoğunluğunu rakip ceza sahasının içinden attığı görülmüştür.

Fransa Milli takımı 2018 Dünya kupasında oynadığı 7 maçta 67 şutun 29 tanesini isabetli 38 tanesi isabetsiz olarak kullanmıştır. Maç başına şut ortalaması ise 9.5' dur. İmamoğlu (2015) göre, müsabaka sonucunu galibiyetle bitiren takımların berabere kalan ya da mağlup olan takımlara göre daha çok daha yüksek oranda olumlu şut kullandığı görülmüştür. Bir takımın sahadan başarılı şekilde ayrılabilmesi için gol bulması gerekir. Gole ulaşmak için en önemli olanın şut çekmek olduğu varsayıldığında, ortaya çıkan maç sonuçlarının şaşırtıcı olmaması gerektiği söylenebilir. Yapılan çalışma bu görüşü desteklemektedir. Fransa takımı müsabakalarda toplam 3058 pas yapmıştır. İsbetli pas sayısı 2493, isabetsiz pas sayısı ise 565' dir. Başarı yüzdesi %81' dir. Maç başı pas ortalaması 436.8 olarak bulunmuştur. Göral 2015 yılında yaptığı çalışmada, Almanya milli takımının 2014 Dünya Kupasını kazanırken %56.71 gibi yüksek topa sahip olma yüzdesine ve %81.9 gibi çok yüksek başarılı pas oranına sahip olması başarılı performansının temel belirleyicilerinden bir kaçı olarak söylenebilir. Yapılan çalışma bu görüşü destekler niteliktedir. Turnuva boyunca Fransa takımı 711 km mesafe kat etmiştir. Maç başı mesafe ortalaması 101.5 km ve oyuncu başı ortalaması 9.2 km dir. Trewin 2017 yılında yaptığı çalışmaya göre, birçok ligde oynayan futbol oyuncularını üzerinde yapılan araştırmalar sonucunda takımların maç sonunda aldıkları sonuçların kat edilen mesafelerle arasındaki ilişkinin takımlara özgü olduğunu ve takımların yapılarına göre değişiklik göstereceğini savunulmaktadır. Yine başka bir çalışmada ise Hoppe 2015, İngiltere, İspanya, İtalya ve Almanya liglerinde yapılan araştırmalarda takımların uzun süre topa sahip oldukları belirlenmiştir. Yapılan çalışmada bu çalışmalarla paralellik gösterdiği görülmüştür. Fransa Milli takımı turnuvada oynadığı 7 maçta toplam topla oynama yüzdesi %335 dir ve maç başı topla oynama %47,8 olarak bulunmuştur. Penas ve Dellal 2010 yılında yaptıkları çalışmada, 2008-2009 yılında İspanya liginde ligu ilk 6 sırada bitirmiş takımların diğer takımlardan daha yüksek topa sahip olduklarını gözlemlemiştir. Gürkan ve Müniroğlu 2018 yılında yaptıkları çalışmada, topa sahip olma yüzdeleri açısından galip gelen takımlarla mağlup olan takımlar arasında günümüzde istatistiksel olarak çok büyük farklılıkların bulunmadığı, ancak bazı çalışmalarda da başarılı takımların daha fazla topa sahip olduklarını belirlemiştir.

Sonuç olarak, futbol organizasyonları arasında en önemli turnuva olarak gösterilen Dünya Kupalarında başarılı olabilmek için yüksek performans gösterilmesi kaçınılmazdır.

FIFA 2018 Dünya Kupasında şampiyon olan Fransa Milli takımının istatistikleri ele alındığında; pas, şut, topa sahip olma, kat edilen mesafe yüzdelерinin rakiplerine oranla yüksek olması başarıda önemli faktörler olduğu söylenebilir. Dünya Kupası gibi en üst düzeyde performansların sergilendiğı organizasyonlarda, belirlenen hedeflere ulaşabilmek için sahip olunması gereken birden fazla performans göstergesi vardır. Fransa takımının zaferi, uyumlu takım oyununun, sağlam savunmanın ve rakip sahada bulduğu pozisyonları olumlu değerlendirmelerinin sonucunda oluştuğı düşünülmektedir.

Kaynakça

- Allman, A. Match Analysis. Chapman, S. Soccer Coaching Programme. Los Angeles: Jerry Graves Design, 2002: 192-194.
- Arı, E., & Deliceoğlu, G. (2020). Türkiye Süper Ligi 2018-2019 futbol sezonunda gol zamanı-lig performansı ilişkisi. Turkish Studies Social Sciences, 15(6), 2833-2849.

- Armatas, V., Yiannakos, A., & Sileoglou, P. (2007). Relationship between time and goal scoring in soccer games: Analysis of three World Cups. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 7(2), 48-58.
- Atıcı, A. R., & Hüseyin, Ü. N. L. Ü. Üniversiteler Arası Futsal Müsabakalarında Atılan Gollerin Analizi. *Kilis 7 Aralık Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7(1), 173-181.
- Bakır İ (2007). Türkiye Süper Ligi'nde mücadele eden bir futbol takımının iç saha ve dış sahalarda yaptığı maçların analiz sonuçlarının karşılaştırılması. Ankara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Yüksek lisans tezi, Ankara Guyton, A. C., & Hall J. E. (2007). *Tıbbi Fizyoloji*. 11. Basım, İstanbul: Nobel Tıp Kitabevleri.
- Başkaya, G. (2022). 2022 Kadınlar Avrupa Futbol Şampiyonası'nda Galip ve Mağlup Olan Takımların Bazı Parametreler Açısından Karşılaştırmalı Analizi. *ERPA 2022*, 145.
- Başkaya, G. (2023). 2022 Kadınlar Avrupa Futbol Şampiyonası: Gol Analizi: Betimsel Araştırma. *Türkiye Klinikleri Journal of Sports Sciences*, 15(1).
- Başkaya, G. ve Karaca, KC (2023). 2022 FIFA Dünya Kupası: Performans ve başarı ilişkisi. *ROL Spor Bilimleri Dergisi*, 4 (3), 1117-1138.
- Başkaya, G., & Şentürk, A. (2016). 2015 FIFA Kadınlar Dünya Kupası şampiyonu Amerika milli takımının performans analizi. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 19(2), 196-201.
- Cerrah, A. O., Yüksel, Y., & Taşçıoğlu, R. A Comparison Of Match Analysis Results Of 2015-2016 Spor Toto Super League Teams 2015-2016 Sezonu Spor Toto Süper Lig Takımlarının Maç Analizi Sonuçlarının Karşılaştırılması. *İmtiyaz Sahibi*, 1.
- Çobanoğlu, HO ve Terekli, MS (2018). 2016 Avrupa Futbol Şampiyonası: Gol Analizi. *Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri Dergisi*, 10 (3).
- Fan, M., Liu, F., Huang, D., & Zhang, H. (2023). Determinants of international football performance: Empirical evidence from the 1994–2022 FIFA World Cup. *Heliyon*.
- Göral, K. (2015). Son şampiyon Alman Milli Takımının 2014 FIFA Dünya Kupası performansının analizi. *International Journal of Human Sciences*, 12(1), 1107-1117.
- Göral, K., & Aycan, A. (2014). The preference situations of competition analysis methods of the soccer coaches and team performances analysis Futbol antrenörlerinin müsabaka analizi yöntemlerini tercih etme durumları ve takım performanslarının analizi. *Journal of Human Sciences*, 11(2), 636-647.
- Gürkan O, Müniroğlu S (2018). 2016 Avrupa Futbol Şampiyonasındaki Müsabakaların Teknik-Taktik Açısından Analizi. *Sportmetre Dergisi*, 2018,16,(3),101-108, Ankara.
- Gürkan, O., Cihan, B. B., Yıldırım, M., & Gümüşdağ, H. (2019). 2018 Dünya Kupasında Müsabakaları Kazanan ve Kaybeden Takımların Bazı Performans Parametrelerinin Karşılaştırılması. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 4(4), 426-436.
- Hoppe MW, Slomka M, Baumgart C, Weber H, Freiwald J. (2015). Match running performance and success across a season in German Bundesliga soccer teams. *International Journal of Sport Medicine* 36:563–566.
- İmamoğlu, R., Bostancı, Ö., Kabadayı, M., İmamoğlu, M. (2015). 2012-2013 Sezonu Türkiye Spor Toto Süper Liginde Mücadele Eden Takımların Yaptıkları Maç Sonuçlarının Farklı Parametrelere Göre İncelenmesi. *International Journal of Science Culture and Sport (IntJSCS) Special Issue 4*: 161.
- James, N. (2006). Notational analysis in soccer: past, present and future. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 6, 67-81.

- Michailidis, C., Michailidis, Y., Mitrotasios, M., & Papanikolaou, Z. (2013). Analysis of goals scored in the uefa champions league in the period 2009/2010. *Serbian Journal of Sports Sciences*. 7(2): 51-55.
- Penas LC, Ballesteros JL, Della A, Maite G (2010): Game-related statistics that discriminated winning, drawing and losing teams from the spanish soccer league. *Journal of Sports Science and Medicine*. 9(2):288-293.
- Polat, B., & Gürkan, O. (2020). Türkiye spor toto süper liginin fiziksel performans parametrelerinin analiz edilmesi ve değerlendirilmesi. *International Sport Science Student Studies*, 2(1), 48-59.
- Sarmiento, H., Clemente, F. M., Afonso, J., Araújo, D., Fachada, M., Nobre, P., & Davids, K. (2022). Match analysis in team ball sports: an umbrella review of systematic reviews and meta-analyses. *Sports Medicine-Open*, 8(1), 66.
- Sönmeyenmakas, A. (2008). UEFA şampiyonlar liginde atılan gollerin analizi (Master's thesis, Trakya Üniversitesi Sağlık Bilimler Enstitüsü).
- Trewin Joshua , César Meylan, Matthew C. Varley & John Cronin (2017): The influence of situational and environmental factors on match-running in soccer: a systematic review, *Science and Medicine in Football* 1:183-194.
- Yıldız, M., Demirarar, O., Canüzmez, A.E., & Özçaldıran, B. (2021) UEFA 2016 Avrupa Futbol Şampiyonasındaki Şutların Pasların ve Oyun Geçişlerinin Analizi. *International Journal of Sport, Exercise & Training Sciences - IJSETS*, 7(3), 92–99. Doi: 10.18826/useeabd.930133
- Zıvalıoğlu H. ve Ark. Trabzonspor Futbol Takımının Saha içerisindeki Teknik Hareketlerinin Analizi, 1. Spor Bilimleri Kongresi Bildirileri, Atatürk Üniversitesi Bildiri Özetleri Kitapçığı, Erzurum. 1998.



Sportif Rekreasyonel Aktivitelere Katılımda Hissedilen Yalnızlığın Egzersiz Bağımlılığına Etkisi

Ramazan ÖZAVCI¹, Okan ÜNVER²

¹Bingöl Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Bingöl/Türkiye

<https://orcid.org/0000-0003-3370-8067>

²Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Çanakkale/Türkiye

<https://orcid.org/0000-0002-9271-3395>

ORJINAL MAKALE

Özet

Sportif rekreasyonel aktiviteler fiziksel ve zihinsel anlamda bireylere fayda sağlamaktadır. Ancak aşırı şekilde yapılan egzersiz sonucunda egzersiz bağımlılığı oluşabilme durumu yadsınamaz bir gerçek olarak görülmektedir. Ayrıca bu süreçte yalnız olmanın vereceği olumsuzluk duygusunun bireyleri egzersiz düzeyini kontrol edemez hale getirmesi mümkün olduğu söylenebilir. Bu durumun sonucunda yalnızlığın bireylere zihinsel anlamda olumsuz etkileri olacağı düşünülmektedir. Buradan hareketle bu araştırmanın amacı, sportif rekreasyonel aktivitelere katılımda hissedilen yalnızlığın egzersiz bağımlılığına etkisinin incelenmesidir. Araştırmada sportif rekreasyonel aktiviteler içerisinde yer alan egzersizlere katılan 469 genç birey örneklem olarak belirlenmiştir. Anket yoluyla gençlerden elde edilen yalnızlık ve egzersiz bağımlılığı verileri istatistiksel analizlere tabi tutulmuştur. Ölçüm modelinin güvenilirlik ve geçerlik düzeylerinin test edilmesinin ardından kurgulanan teorik modele uygun olarak belirlenen hipotezin test edilmesi amacıyla yapısal eşitlik analizlerine başvurulmuştur. Bu kapsamda AMOS programından faydalanılmıştır. Yapılan analiz sonuçlarına göre, gençlerin hissettiği yalnızlık duygusunun sportif rekreasyonel aktivitelerde yaşanan egzersiz bağımlısı olma ihtimalini %39,8 oranında etkilediği tespit edilmiştir. Sonuç olarak, sportif rekreasyonel aktivitelerde hissedilen yalnızlığın egzersiz bağımlısı olma ihtimalini artırabilmesi nedeniyle önemli bir belirleyici unsur olduğu anlaşılmıştır. Bu nedenle sosyal etkileşimin önde tutulmasının gerekli olduğu söylenebilir.

Anahtar kelimeler: Spor, rekreasyon, yalnızlık, bağımlılık

The Effect of Loneliness Felt in Participating in Sportive Recreational Activities on Exercise Addiction

Abstract

Sportive recreational activities benefit individuals physically and mentally. However, it is an undeniable fact that exercise addiction can occur as a result of excessive exercise. In addition, it can be said that the feeling of negativity of being alone in this process may make individuals unable to control their exercise level. As a result of this situation, it is thought that loneliness will have negative mental effects on individuals. Based on this, the aim of this research is to examine the effect of loneliness felt during participation in sportive recreational activities on exercise addiction. In the research, 469 young individuals who participated in the exercises within the sportive recreational activities were determined as the sample. Loneliness and exercise addiction data obtained from young people through the survey were subjected to statistical analysis. After testing the reliability and validity levels of the measurement model, structural equation analysis was used to test the hypothesis

determined in accordance with the theoretical model. In this context, the AMOS program was used. According to the results of the analysis, it was determined that the feeling of loneliness felt by young people affected the possibility of becoming addicted to exercise in sports recreational activities by 39.8%. As a result, it has been understood that loneliness felt in sportive recreational activities is an important determining factor as it can increase the possibility of becoming addicted to exercise. For this reason, it can be said that it is necessary to prioritize social interaction.

Keywords: *Sports, recreation, loneliness, addiction*

Giriş

Rekreasyonel aktivitelerin bireylere zindelik katmasının yanı sıra kişisel gelişim, yenilenme ve dinlenme gibi fayda sağlayıcı bir özelliğe sahip olduğu düşünülmektedir. Bu tür aktiviteler arasında en dikkat çekici olanı ise fiziksel hareket barındıran faaliyetler olarak görülebilir. Nitekim bu tür faaliyetler yoğun hareket barındırdığından katılımcıların aktif olmasını sağlayabilmektedir. Bu yönde yapılan birçok araştırma egzersizin insan sağlığına olumlu etki ettiğine işaret etmektedir (O'Donovan vd., 2010). Dolayısıyla düzenli yapılan fiziksel aktivitelerin bireylere fiziksel, fizyolojik ve psikolojik fayda sağladığı (Taylor vd., 1985; Sharma vd., 2006; Mikkelsen vd., 2017; Sağlam ve Orsal, 2020; Shaphe ve Chahal, 2020) literatürde sıkça dile getirilen bir gerçektir. Chekroud vd., (2018) egzersiz yapmanın psikolojik sağlığın iyileştirilmesinin yanı sıra ölüm riskini azaltabildiğine işaret etmişlerdir. Benzer olarak Lee vd. (2014) günlük yapılan egzersizin kalp kaynaklı hastalık riskini azalttığına vurgu yapmışlardır.

Egzersiz, nöropsikiyatrik bozukluklar ve bilişsel bozuklukların önlenmesinde ve tedavi edilmesinde potansiyel bir yardımcı araç olabilmektedir. Bu açıdan bireylerde başlı başına bir stres kaynağı olarak algılanabilmesinin yanı sıra diğer stresörlerin zararlı etkilerini giderme konusunda da yardımcı olduğu söylenebilir (Deslandes vd., 2009). Yapılan bir araştırmada egzersizin zihinsel sağlık ve iyi olma halini sağladığı, depresyon ve kaygıyı azalttığı, stresle baş etme stratejilerinin geliştirilmesinde yardımcı olduğu, vücut memnuniyetsizliğini giderme ve yaşam kalitesini arttırmaya katkı sağladığı belirlenmiştir (Herbert vd., 2020). Öte yandan egzersizin zihinsel sağlıkla ilgili olumlu etkilerinin yanı sıra "aşırı egzersiz" ve "aşırı antrenman sendromu" gibi rahatsızlıklarla ilişkili olarak, zihinsel sağlığın bozulmasıyla da ilişkilendirilebileceği belirtilmektedir (Peluso ve Guerra de Andrade, 2005). Egzersiz yapmanın bireylerin psikolojik sağlıkları açısından önemli bir araç olduğu ve aşırı egzersizin ise bu olumlu etkiyi ortadan kaldırdığı ifade edilmektedir (Elbe vd., 2019). Egzersiz süresinin sürekli olarak arttırılması ve aniden yapılmaması sonucu yoksunluk hissine kapılması, çeşitli bağımlılıkların belirgin özelliklerinden olan yoksunluk hissini çekilmesiyle örtüşmektedir. Bu nedenle egzersizin aşırı yapılmasının egzersiz bağımlılığına götürmesi kaçınılmazdır (Szabo vd., 2015). Egzersiz bağımlılığı bir kişilik özelliği olarak ortaya çıkabilmekte (Bircher vd., 2017) bu nedenle egzersiz bağımlılığına yönelik alınacak bir önlemden kişilik yapısına dikkat edilmesinin gerekli olduğu düşünülmektedir. Weinstein ve Weinstein (2014), aşırı egzersiz katılımının ciddi sağlık sorunları doğurabileceği devamında egzersize yönelik bir bağımlılığın ortaya çıkabileceğine işaret etmişlerdir. Sosyal yaşamın geri planda bırakılması ve tamamen

egzersize odaklanılması bireyi sözü edilen bağımlılık sürecine itebilmektedir. Bu bakımdan bireylerin zorunlu eylemleri ötelemesi veya yerine getirmemesi dolayısıyla sahip olunan zamanın tümünü egzersiz ile geçirmesinin bireyleri egzersiz bağımlılığına götürebileceği belirtilmektedir (Nogueira vd., 2019). Dokuzoğlu vd., (2022) tarafından yürütülen bir araştırmada egzersiz bağımlılığının dikkat çekici belirtileri şu şekilde ifade edilmiştir;

1. *Belirginlik: Tek odak noktasının egzersiz olması,*
2. *Çatışma: Sosyal çevre ile birey arasında yaşanan çatışma eğilimi,*
3. *Ruh Hali Değişikliği: Egzersiz sonucu bildirilen ruhsal değişim,*
4. *Tolerans: Fiziksel, sosyal, psikolojik veya duygusal fayda elde etmek amacıyla egzersiz yoğunluğunun arttırılmasına duyulan ihtiyaç,*
5. *Yoksunluk: Egzersize verilen aranın sonucunda ortaya çıkan psikolojik durum,*
6. *Depreşme: Zorunlu hareketsizliğin ardından gelen aynı düzeydeki egzersiz eğilimi*

Bu belirtilerden uzaklaşmanın egzersiz bağımlılığından koruyabileceği söylenebilir. Öte yandan sosyal desteğin yetersiz olması veya artan stres düzeyinin bu noktada riskli olabileceği düşünülmektedir. Nitekim olumsuz duygu durumlarının egzersizi bir kaçış olarak gösterebileceği ve bunun sonucunda da bir bağımlılığın meydana gelebileceği mümkün görülmektedir. Olumsuz duygu durumları arasında en yaygın olanının yalnızlık olduğu söylenebilir. Yanguas vd. (2018), sosyal desteğin eksik olmasının ve olumsuzluklara direnç gösterememenin sonucunda yalnızlığın ortaya çıkabildiğine işaret edilmiştir. Yalnızlık, uyku bozuklukları, fiziksel ve zihinsel sağlık sorunları, kardiovasküler sağlık sorunlarına neden olmasının yanı sıra ölüm oranlarını arttırmakta ve yaşam kalitesini düşürmektedir (Park, 2020). Bu bakımdan egzersizin, psikolojik dayanıklılığı arttırabileceği gibi özgüveni de arttırabildiği ve yalnızlık duygusunun azaltılmasına destek olarak sosyal etkileşimi ön plana çıkarabildiğinden söz edilmektedir (Ren ve Xiao, 2023). Rastad vd., (2014) tarafından ortaya koyulan sonuçlara göre yalnızlığın egzersize yönelimi azaltabildiği ifade edilmiştir. Chen vd., (2015)'da bu yönde yaptıkları benzer bir araştırmada egzersiz ile yalnızlık arasında anlamlı bir ilişki olmadığından söz etmişlerdir.

Literatürde egzersizin yalnızlık ile negatif yönlü ilişkisinin olduğu veya bir ilişkinin kurulamaması gibi çeşitli sonuçların araştırmalarda yer verilen örneklerden kaynaklandığı söylenebilir. Sağlıklı gençler üzerinde bu tarz bir araştırmanın yapılmasının önemli bir durum tespiti olmasıyla birlikte önemli olduğu düşünülmektedir. Böylece araştırmanın temel

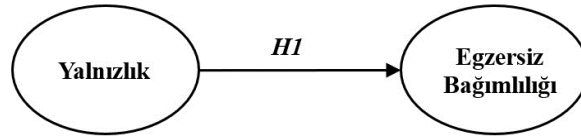
kurgusuna göre gençler üzerinde yürütülen bu araştırmada sportif rekreasyonel faaliyetlere katılımda hissedilen yalnızlığın sonucunda aşırı egzersiz katılım durumunun belirlenmesinin gençleri yönlendirmek açısından önemli olacağı söylenebilir. Bu yönde doğrudan bir araştırmaya rastlanılmadığından elde edilecek sonuçların bu yöndeki literatür açısından önemli bir kaynak teşkil edeceği düşölmektedir. Ayrıca gençlerin sahip oldukları zamanın bolluğu, zaman yönetimi konusunda sorunların ortaya çıkabilmesi ve sosyal dışlanmadan kaynaklı olarak yalnızlığın ortaya çıkması sonucunda sportif rekreasyonel aktivitelere katılımın istenilen faydayı sağlayamaması mümkün görölmektedir. Gençlere yönelik yönlendirmelerinde bu bağlamda daha etkili olacağı varsayılabılır. Tüm bu çıkarımlardan hareketle yapılan bu araştırmanın amacı, sportif rekreasyonel aktivitelere katılımda hissedilen yalnızlığın egzersiz bağımlılığına etkisinin incelenmesidir.

Gereç ve Yöntem

Araştırmanın bu bölümünde yürütölen çalışmanın metodolojik detayları yer almaktadır.

Araştırmanın Modeli

Bu araştırma ilişkiyel tarama modeline uygun olarak tasarlanmıştır. Buna göre, sportif rekreasyonel aktivitelere katılımda hissedilen yalnızlık ve egzersiz bağımlılığı ilişkisi bir arada incelenmiştir (Karasar, 2018).



Şekil 1. Araştırmanın teorik modeli

Araştırmanın teorik modelinden hareketle kurgulanan hipotez şu şekildedir;

H1: *Sportif rekreasyonel aktivitelere katılımda hissedilen yalnızlığın egzersiz bağımlılığına etkisi vardır.*

Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın evreni, Bingöl ilinde yaşayan 282.556 kişi (TUİK, 2023) içerisinde araştırmanın yapıldığı dönemde herhangi bir sportif rekreasyonel aktivitede yer alan gençler oluştururken örnelemi ise 469 gönüllü genç katılımcıdan oluşmaktadır. Ural ve Kılıç (2006) tarafından işaret edilen örnekleme hesaplamasındaki örnekleme büyüklüğüne uygun olarak bu araştırmada ulaşılan örneklemin yeterli olduğu söylenebilir.

Veri Toplama Araçları

Araştırmanın betimsel sonuçları bilgi formu aracılığıyla elde edilmiştir. Detaylı bilgi için bkz. Tablo1.

Yalnızlığın ölçülmesi amacıyla Russel, Peplau ve Ferguson (1978) tarafından 20 maddelik, dörtlü likert olarak geliştirilen, Türkçe uyarlaması Demir (1989) tarafından yapılan ve kısa formu Doğan vd., (2011) tarafından uyarlanan UCLA Yalnızlık Ölçeği-8 (ULS-8)'den yararlanılmıştır. Ölçekte 3 ve 6. maddeler ters kodlanmaktadır. Ölçek puanının artması yalnızlığın artması olarak yorumlanmaktadır.

Egzersiz bağımlılığının ölçülmesi amacıyla Lichtenstein vd., (2018) tarafından geliştirilen Dokuzoğlu vd., (2022) tarafından Türkçe 'ye uyarlanan “Gençlere Yönelik Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği” kullanılmıştır. Ölçek beşli likert tipinde tek boyutlu bir yapıya sahiptir. Cevaplandırma seçenekleri 1: Kesinlikle Katılmıyorum – 5: Kesinlikle Katılıyorum şeklindedir.

Verilerin Analizi

Elde edilen veriler SPSS programına aktarılmış, eksik ve hatalı veriler ayıklanarak gerekli gruplandırma işlemleri yapılmıştır. Sonraki aşamada ise, veri normalliği test edilmiştir. Bu amaçla çarpıklık-basıklık sonuçları kontrol edilerek ± 2 aralığında bir sonucun olup olmadığı belirlenmiştir. Böylece tercih edilen ölçüm modelinin geçerlik ve güvenilirlik durumu incelenmiştir. Bu durumun belirlenmesi amacıyla güvenilirlik sonuçları Cronbach Alpha ve Composite Reliability test yöntemleriyle incelenmiş ve geçerlik sonuçları için yapı, birleşme, ayrışma, yakınsak, ıraksak ve uyum geçerlilik testlerine göre yorumlanmıştır. Yapı geçerliğinin testi için DFA analizine başvurulmuş ve ayrışma geçerliği AVE karekök sonucuyla test edilmiştir. Yakınsak, ıraksak ve uyum geçerliğinin belirlenmesi amacıyla da AVE, MSV ve CR sonuçları değerlendirilmiştir. Güvenirliği ve geçerliği sağlanan ölçüm modeli hipotez testine tabi tutulmuştur. Bu kapsamda AMOS programında yapısal eşitlik modellemesine gidilmiştir.

Araştırmanın Etiği

Bu araştırma Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Etik kurulunun E-84026528-050.01.04-2300215323 sayılı kararına göre etik açıdan uygun bulunmuş ve “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” çerçevesinde yürütülmüştür.

Bulgular

Araştırmanın bu bölümünde elde edilen verilerin test edilmesi sonucu ortaya çıkan istatistiksel sonuçlar yer almaktadır.

Tablo 1

Betimsel Sonuçlar

Değişkenler	Gruplar	n	%
Cinsiyet	Kadın	248	52,9
	Erkek	221	47,1
Yaş	18-19 yaş	75	16,0
	20-21 yaş	94	20,0
	22-23 yaş	70	14,9
	24-25 yaş	53	11,3
	26-28 yaş	72	15,4
	29-30 yaş	105	22,4
Günde kaç saat boş zamanınız var?	1-2 saat	65	13,9
	2-3 saat	114	24,3
	4-5 saat	214	45,6
	6 saat ve üstü	76	16,2
Ne sıklıkla egzersiz yapıyorsunuz?	Günde 1 saatten az	190	40,5
	Günde 1-2 saat	242	51,6
	Günde 3-4 saat	37	7,9
Toplam		469	100

Araştırmaya %52,9 oranında en fazla kadınlar katılırken %22,4 oranında 29-30 yaş grubunda katılımcıların olduğu belirlenmiştir. Günlük sahip olunan boş zamanlar incelendiğinde %45,6 oranında 4-5 saat belirlenirken %51,6 oranında günde 1-2 saat egzersize katılımın söz konusu olduğu saptanmıştır.

Tablo 2

Ölçüm Modelinin Normallik, Güvenirlik ve Geçerlik Sonuçları

Değişkenler	λ	Çarpıklık	Basıklık	α	CR	AVE	MSV
Y 1	0,85	0,511	-1,248	0,948	0,948	0,696	0,398
Y 2	0,88	0,562	-1,158				
Y 3	0,71	0,298	-1,367				
Y 4	0,92	0,533	-1,212				
Y 5	0,89	0,305	-1,381				
Y 6	0,68	0,089	-1,360				
Y 7	0,87	0,329	-1,345				
Y 8	0,85	0,283	-1,333				
EB 1	0,80	-0,518	-0,801	0,904	0,898	0,638	0,398
EB 2	0,73	-0,776	-0,303				
EB 4	0,78	-0,416	-0,959				
EB 4	0,85	-0,286	-1,075				
EB 5	0,83	-0,179	-1,180				

Elde edilen verilerin dağılımları incelendiğinde George ve Mallery (2010) tarafından işaret edilen ± 2 referansına uygun bir sonucun elde edildiği tespit edilmiştir. Güvenirlilik sonuçlarına bakıldığında Cronbach Alpha ve CR sonuçlarının $\alpha > 0,70$ olduğundan ölçüm modelinin güvenilir olduğu sonucuna varılmıştır. Maddelerin model içerisindeki yüklenme miktarı $\lambda > 0,60$ olduğundan yapı geçerliğinin kabul edilebilir olduğu anlaşılmıştır (Hair vd., 2014). Maddelerin ilgili boyuta birleşme düzeylerinin belirlenmesi amacıyla incelenen AVE sonuçları 0,50 üzerinde olduğundan birleşme geçerliğinin sağlandığı kabul edilmiştir (Hair vd., 2019). Ayrıca AVE sonuçlarının CR değerlerinden küçük olmasından kaynaklı olarak ölçüm modelinin yakınsak geçerliği sağlanmış ve MSV sonuçlarının da AVE 'den küçük olması nedeniyle ölçüm modelinin iraksak geçerliğinin de sağlandığı tespit edilmiştir (Yaşlıoğlu, 2017). CR sonuçlarının 0,70 üzerinde ve AVE sonuçlarının 0,50 üzerinde olması nedeniyle ölçüm modelinin uyum geçerliği açısından da kabul edilebilir olduğu anlaşılmıştır (Gaskin ve Lim, 2016).

Tablo 3

Ölçüm Modelinin Ayrım Geçerliği Sonuçları

Değişkenler	Egzersiz Bağımlılığı	Yalnızlık
Egzersiz Bağımlılığı	0,798*	.
Yalnızlık	0,631***	0,834

Fornell-Larcker Kriteri $\ast = \sqrt{AVE}$; Ortalama açıklanan varyansın kare kökü; $\ast\ast\ast = p < ,000$

Ölçüm modelinde yer alan boyutların ayrışma geçerliği AVE karekök ile test edilmiştir. Buna göre, her değişkenin altında yer alan korelasyon değerlerinden daha yüksek çıkan AVE karekök ayrışma geçerliğine işaret ettiğinden ölçüm modelinin ayrışma geçerliğine sahip olduğu tespit edilmiştir (Fornell ve Larcker, 1981; Hair vd., 2019).

Tablo 4

Ölçüm Modelinin Uyum İyiliği Sonuçları

Ölçüm Modeli	χ^2	DF	p	GFI	NFI	CFI	RMSEA	SRMR
	3,486	62	0,000	0,936	0,949	0,971	0,073	0,034

$\chi^2 \leq 5$; $GFI \geq ,90$; $NFI \geq ,90$; $CFI \geq ,90$; $RMSEA \leq ,08$; $SRMR \leq ,08$

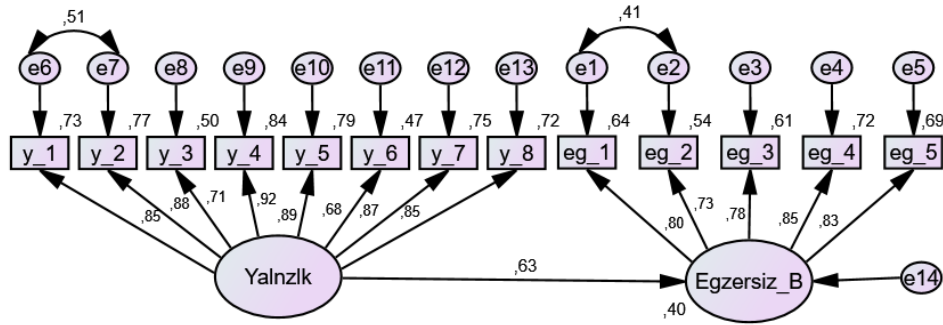
Hair vd. (2010) tarafından önerilerin DFA model uyumu referans aralıklarının sağlanması sonucu ölçüm modelinin yapı geçerliğinin sağlandığı saptanmıştır.

Tablo 5

Yapısal Eşitlik Modeli Hipotez Test Sonuçları

Değişkenler	β	B	S.H.	Kritik Değer (C.R.)	p	R ²
Yalnızlık → Egzersiz Bağımlılığı	0,631	0,619	0,048	12,839	0,000	0,398

Gençlerin sportif rekreasyonel aktivitelerde algıladıkları yalnızlığın egzersiz bağımlılığına istatistiksel olarak anlamlı bir etkisinin olduğu tespit edilmiştir. Buna göre, yalnızlığın egzersiz bağımlılığına etkisi %39,8 çıkarken, yalnızlık düzeyinde meydana gelen bir birimlik değişim sonucunda egzersiz bağımlılığında 0,631 düzeyinde bir değişim meydana gelmektedir. Dolayısıyla rekreasyonel spor aktivitelerinde yaşanan egzersiz bağımlılığının büyük oranda yalnızlığa bağlı olduğu söylenebilir.



Şekil 1. Yapısal eşitlik modeli

Araştırmaya katılan gençlerden elde edilen verilerin yapısal eşitlik modeli aracılığıyla test edilmesi sonucu kurgulana teorik modelin istatistiksel olarak anlamlı bir sonuç verdiği tespit edilmiştir. Bu sonuca göre, sportif rekreasyonel aktivitelerde yalnızlığın egzersiz bağımlılığının önemli bir belirleyici olduğu anlaşılmıştır.

Tartışma ve Sonuç

Rekreasyonel faaliyetler temelinde sosyalliğin yer aldığı çok yönlü bir alandır. Rekreasyonel faaliyetler arasında en dikkat çekici olan unsur ise şüphesiz spordur. Sportif rekreasyonel aktivitelerde psikolojik ve sosyal tatminin sağlanmak istemesinin yanı sıra fiziksel gelişimde ön plandadır. Ancak her şeyde olduğu gibi davranışlarında fazlası zarar verebilmekte bu açıdan bir bağımlılık oluşturabileceği düşünülmektedir. Bu varsayımdan hareketle bu araştırmanın temel amacı, sportif rekreasyonel aktivitelere katılımında hissedilen yalnızlığın egzersiz bağımlılığına etkisinin incelenmesidir.

Gençlerden elde edilen verilerin analiz edilmesi sonucu sportif rekreasyonel aktivitelere katılımında hissedilen yalnızlığın egzersiz bağımlılığına istatistiksel olarak anlamlı biçimde etki ettiği belirlenmiştir. Etki sonucunun anlamlı çıkması neticesinde “H1: Sportif rekreasyonel aktivitelere katılımında hissedilen yalnızlığın egzersiz bağımlılığına etkisi vardır.” Hipotezi kabul

edilmiştir. Bu yöndeki literatürün incelenmesi sonucunda birçok benzer bulgunun elde edildiği anlaşılmıştır. Örneğin amatör koşucularda egzersiz bağımlılığı ile ilişkili unsurların araştırıldığı bir çalışmada egzersiz bağımlılığının dikkat çekici bir belirleyicisi olarak yalnızlık duygusuna işaret edilmiştir (Lukács vd., 2019). Bu yönde yapılan bir başka çalışmada yalnız olarak gerçekleştirilen egzersizin bağımlılık belirtileri ortaya koyabildiği söylene de (Menczel, 2016) farklı bir araştırmada bu bulgunun tersine dikkat çekilmiş dolayısıyla bireysel veya takım halinde egzersiz yapmanın bağımlılık yönünden belirleyici bir unsur olmadığı vurgulanmıştır (Kovacsik vd., 2018). Güvendi vd. (2019)'nın kadınların egzersiz bağımlılığı ve yalnızlık ilişkisini ortaya koymayı amaçladığı çalışmalarında bireylerin egzersize bağlılık seviyesi ile yalnızlık seviyesinin paralel ilerlediği vurgulanmıştır. Benzer olarak egzersiz bağımlılığı riski taşıyan egzersiz katılımcılarında, egzersiz bağımlılığı riski taşımayan bireylere göre yalnızlık düzeylerinin daha yüksek olabileceğini belirten Lim (2020), mekânsal kısıtlamalar nedeniyle birçok kişinin fiziksel bakımdan aktif ve sağlıklı yaşam alışkanlıklarını sürdürmede zorluk yaşadığını bildirmiştir. Ayrıca düzenli egzersiz yapan bireylerde yoğunluğun artmasıyla egzersiz bağımlılığının ortaya çıkabileceği, bunun sonucunda da yalnızlık düzeyinde bir artış olacağı belirtilmiştir (Syed vd., 2022). Literatürdeki sonuçlara bakıldığında yalnızlık ile egzersiz bağımlılığı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir bağ kurulduğu anlaşılmaktadır. Bu araştırma bulgusuyla örtüşen sonuçların yapılan bu araştırmayı desteklediği söylenebilir.

Sağlıklı bir beden yanı sıra sağlıklı bir sosyal yaşantı için tavsiye edilen sportif rekreasyonel faaliyetlerin bağımlılık ve yalnızlık gibi olumsuz duygu durumlarıyla ilişkilendirilebileceğini açıklamak her ne kadar zor görünse de mevcut durum, egzersize karşı bağımlılık geliştiren bireyin fiziksel egzersiz üzerinde kontrol eksikliği hissetmesi ve egzersiz yapamadığında yoksunluk belirtileri yaşaması (Weinstein vd., 2015), egzersiz bağımlılığı oluşan bireylerin “keyif” hissi elde etmek için egzersiz aktivitelerini artırmak ya da geliştirmek zorunda kalması ile aile hayatı, iş ve sosyal yaşamla çatışmalara girmesi (Freimuth vd., 2011) şeklinde açıklanabilmektedir. Fiziksel egzersizin yoğunluğu aynı zamanda yalnızlık duygusuna ve yeni sosyal deneyimlerin eksikliğine neden olabilirken bunun sonucunda depresyon gibi olumsuz bir duygu durumunun ortaya çıkması muhtemeldir (Levit vd., 2018). Genel anlamda bireylerin sosyal dışlanma yaşaması, mevcut arkadaş çevrelerine yeteri kadar ilgi duymaması veya içe kapanık bir kişilik yapısına sahip olması sonucu yalnızlık duygusuna kapılarak sportif rekreasyonel aktivitelere ağırlık vermesine neden olabileceği düşünülmektedir. Nitekim elde edilen istatistiksel bulgular bu varsayımı destekler niteliktedir. Ayrıca sportif rekreasyonel aktivitelere yönelik katılımın doğru belirlenememesi dolayısıyla aşırıya gidilmesi sonucu bir

bağımlılığın ortaya çıkması kaçınılmaz görünmektedir. Buna bağlı olarak yaşanılabilecek bir yalnızlığında bu anlamda itici bir güç olabileceği söylenebilir.

Etik Kurul İzin Bilgileri

Etik değerlendirme kurulu: Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Etik Kurulu. Etik değerlendirme belgesinin tarihi: 12.09.2023. Etik değerlendirme belgesinin sayı numarası: E-84026528-050.01.04-2300215323

Araştırmacıların Katkı Oranları Beyanı

Araştırmanın tüm aşamalarında iki yazar da eşit katkıda bulunmuştur.

Çatışma Beyanı

Yazarların araştırma ile ilgili bir çatışma beyanı bulunmamaktadır.

Kaynakça

- Bircher, J., Griffiths, M. D., Kasos, K., Demetrovics, Z., and Szabo, A. (2017). Exercise addiction and personality: A two-decade systematic review of the empirical literature (1995-2015). *Baltic Journal of Sports and Health Sciences*, 3(106), 19-33.
- Chekroud, S. R., Gueorguieva, R., Zheutlin, A. B., Paulus, M., Krumholz, H. M., Krystal, J. H., and Chekroud, A. M. (2018). Association between physical exercise and mental health in 1-2 million individuals in the USA between 2011 and 2015: A cross-sectional study. *The Lancet Psychiatry*, 5(9), 739-746.
- Chen, Y., While, A. E., and Hicks, A. (2015). Physical activity among older people living alone in Shanghai, China. *Health Education Journal*, 74(2), 156–167. <https://doi.org/10.1177/0017896914523943>
- Demir, A. (1989). UCLA yalnızlık ölçeğinin geçerlik ve güvenilirliği. *Türk Psikoloji Dergisi*, 7(23), 4-18.
- Deslandes, A., Moraes, H., Ferreira, C., Veiga, H., Silveira, H., Mouta, R., ... and Laks, J. (2009). Exercise and mental health: many reasons to move. *Neuropsychobiology*, 59(4), 191-198.
- Doğan, T., Çötök, N.A., ve Tekin, E.G. (2011). Reliability and validity of the Turkish version of the UCLA Loneliness Scale (ULS-8) among university students. *Procedia Social and Behavioral Sciences* 15, 2058–2062. doi:10.1016/j.sbspro.2011.04.053
- Dokuzoğlu, G., Çevik, A., Özmaden, M., Yıldız, Y., ve Tezcan, E. (2022). Gençlere yönelik egzersiz bağımlılığı ölçeği (GYEB): Bir ölçek uyarlama çalışması. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 11(2), 644-653.
- Elbe, A. M., Lyhne, S. N., Madsen, E. E., and Krstrup, P. (2019). Is regular physical activity a key to mental health? Commentary on “Association between physical exercise and mental health in 1.2 million individuals in the USA between 2011 and 2015: A cross-sectional study”, by Chekroud et al., published in *Lancet Psychiatry*. *Journal of sport and health science*, 8(1), 6-7. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2018.11.005>
- Fornell, C. and Larcker, D. F. (1981). Evaluating Structural Equation Models with Unobservable Variables and Measurement Error. *Journal of Marketing Research*, 18(1), 39-50.
- Freimuth, M., Moniz, S., and Kim, S. R. (2011). Clarifying exercise addiction: Differential diagnosis, co-occurring disorders, and phases of addiction. *International journal of Environmental Research and Public Health*, 8(10), 4069-4081.
- Gaskin, J. and Lim, J. (2016). *Master Validity Tool*. AMOS Plugin: Gaskination's Stat Wiki.
- George, D., and Mallery, M. (2010). *SPSS for windows step by step: A Simple Guide and Reference*, 17.0 update (10a ed.) Boston: Pearson.
- Güvendi, B., Güçlü, M. ve Güvendi, Y. (2019) Rekreatif Faaliyetlere Katılan Kadınlarda Egzersiz Bağımlılığı ile Yalnızlık İlişkisi (Esenyurt Belediyesi Örneği), Çukuroca II. Uluslararası Multidisipliner Çalışmalar Kongresi, 26-28 Nisan 2019, Adana, Bildiri Kitabı, 685.
- Hair, J. F., Black, B., Babin, B. J. and Anderson, R. E. (2010). *Multivariate Data Analysis: Global Edition* (7th Editio). Pearson Education.
- Hair, J. F., Risher, J. J., Sarstedt, M., and Ringle, C. M. (2019). When to Use and How to Report the Results of PLS-SEM. *European Business Review*, 31(1), 2-24. <https://doi.org/10.1108/EBR-11-2018-0203>
- Hair, J. F., Sarstedt, M., Hopkins, L., and Kuppelwieser, V. G. (2014). Partial least squares structural equation modeling (PLS-SEM): An emerging tool in business research. *European Business Review*, 26(2), 106-121.
- Herbert, C., Meixner, F., Wiebking, C., and Gilg, V. (2020). Regular physical activity, short-term exercise, mental health, and well-being among university students: The results of an online and a laboratory study. *Frontiers in Psychology*, 11, 509.
- Karasar, N. (2018). *Bilimsel araştırma yöntemi kavramlar ilkeler teknikler* (33.Baskı). Nobel Yayınevi.
- Kovacsik R., Soós I., de la Vega R., Ruíz-Barquín R. and Szabo A. (2018). Passion and exercise addiction: Healthier profiles in team than in individual sports. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*. Advance online publication. doi: 10.1080/1612197X.2018.1486873

- Lee, D. C., Pate, R. R., Lavie, C.J., Sui, X., Church, T. S., and Blair, S. N. (2014). Leisure-time running reduces all-cause and cardiovascular mortality risk. *Journal of the American College of Cardiology*, 64(5), 472–481. doi:10.1016/j.jacc.2014. 04.058
- Levit, M., Weinstein, A., Weinstein, Y., Tzur-Bitan, D., and Weinstein, A. (2018). A study on the relationship between exercise addiction, abnormal eating attitudes, anxiety and depression among athletes in Israel. *Journal of Behavioral Addictions*, 7(3), 800-805.
- Lichtenstein, M.B., Griffiths, M.D., Hemmingsen, S.D., and Støving, R.K. (2018). Exercise addiction in adolescents and emerging adults–Validation of a youth version of the Exercise Addiction Inventory. *Journal of Behavioral Addictions*, 7(1), 117-125.
- Lim, M. A. (2020). Exercise addiction and COVID-19-associated restrictions, *Journal of Mental Health*, 30(7), 1-3. DOI: 10.1080/09638237.2020.1803234
- Lukács, A., Sasvári, P., Varga, B., and Mayer, K. (2019). Exercise addiction and its related factors in amateur runners. *Journal of Behavioral Addictions*, 8(2), 343-349.
- Menczel Z. (2016). The behavioral and psychological context of exercise dependence (Doctoral dissertation). Semmelweis University, Budapest.
- Mikkelsen, K., Stojanovska, L., Polenakovic, M., Bosevski, M., and Apostolopoulos, V. (2017). *Exercise and mental health. Maturitas*, 106, 48-56.
- Nogueira, A., Tovar-Gálvez, M., González-Hernández, J. (2019). Do It, Don't Feel It, and Be Invincible: A Prolog of Exercise Addiction in Endurance Sports. *Frontiers Psychology*, 10, 1-9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02692>.
- O'Donovan, G., Blazevich, A. J., Boreham, C., Cooper, A. R., Crank, H., Ekelund, U. ... et al., (2010). The ABC of physical activity for health: A consensus statement from the British Association of Sport and Exercise Sciences. *Journal of Sports Sciences*, 28, 573–591. doi:10.1080/0264041 1003671212
- Park, C., Majeed, A., Gill, H., Tamura, J., Ho, R. C., Mansur, R. B., ... and McIntyre, R. S. (2020). The effect of loneliness on distinct health outcomes: A comprehensive review and meta-analysis. *Psychiatry Research*, 294,1-13. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113514>
- Peluso M.A. and Guerra de Andrade L.H. (2005). Physical activity and mental health: The association between exercise and mood. *Clinics (Sao Paulo)*, 60(1), 61-70. <https://doi.org/10.1590/s1807-59322005000100012>.
- Rastad, C., Martin, C., and Åsenlöf, P. (2014). Barriers, benefits, and strategies for physical activity in patients with schizophrenia. *Physical Therapy*, 94(10), 1467-1479. <https://doi.org/10.2522/ptj.20120443>
- Ren J, and Xiao H. (2023). Exercise for Mental Well-Being: Exploring Neurobiological Advances and Intervention Effects in Depression. *Life*, 13(7), 1-20. <https://doi.org/10.3390/life13071505>
- Russell, D., Peplau, L. A., and Ferguson, M. L. (1978). Developing a measure of loneliness. *Journal of Personality Assessment*, 42, 290–294.
- Saglam, H.Y., ve Orsal, O. (2020). Effect of exercise on premenstrual symptoms: A systematic review. *Complementary Therapies in Medicine*, 48, 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2019.102272>
- Shaphe, M. A., and Chahal, A. (2020). Relation of physical activity with the depression: A short review. *Journal of Lifestyle Medicine*, 10(1), 1-6. <https://doi.org/10.15280/jlm.2020.10.1.1>
- Sharma, A., Madaan, V., and Petty, F. D. (2006). Exercise for mental health. Primary care companion to the *Journal of Clinical Psychiatry*, 8(2), 106.
- Syed, N. K., Alqahtani, S. S., Meraya, A. M., Elnaem, M. H., Albarraq, A. A., Syed, M. H., ... and Griffiths, M. D. (2022). Psychological impact of COVID-19 restrictions among individuals at risk of exercise addiction and their socio-demographic correlates: A Saudi Arabian survey study. *Current Psychology*, 1-16. DOI: 10.1007/s12144-022-02892-8
- Szabo, A., Griffiths, M. D., Marcos, R. D. L. V., Mervó, B., and Demetrovics, Z. (2015). Focus: addiction: methodological and conceptual limitations in exercise addiction research. *The Yale Journal of Biology and Medicine*, 88(3), 303-308.

- Taylor, C. B., Sallis, J. F., and Needle, R. (1985). The relation of physical activity and exercise to mental health. *Public health reports*, 100(2), 195.
- TUİK (2023). <https://cip.tuik.gov.tr/#> Erişim Tarihi: 12.07.2023
- Ural, A., ve Kılıç, İ. (2006). *Bilimsel araştırma süreci ve Spss ile veri analizi* (İkinci Baskı). Detay Yayıncılık.
- Weinstein, A., and Weinstein, Y. (2014). Exercise addiction-diagnosis, bio-psychological mechanisms and treatment issues. *Current Pharmaceutical Design*, 20(25), 4062–4069. <https://doi.org/10.2174/13816128113199990614>
- Weinstein, A., Maayan, G., and Weinstein, Y. (2015). A study on the relationship between compulsive exercise, depression and anxiety. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(4), 315-318.
- Yanguas, J., Pinazo-Henandis, S., and Tarazona-Santabalbina F.J. (2018). The complexity of loneliness. *Acta Biomed*, 89(2), 302-314. <https://doi.org/10.23750/abm.v89i2.7404>.
- Yaşlıoğlu, M. M. (2017). Sosyal bilimlerde faktör analizi ve geçerlilik: Keşfedici ve doğrulayıcı faktör analizlerinin kullanılması. *İstanbul Üniversitesi İşletme Fakültesi Dergisi*, 46, 74-85.



ENGELLİ SPORCULARIN SPORA KATILIM MOTİVASYONLARI İLE SPORTİF SORUNLARLA BAŞA ÇIKMA BECERİLERİNİN İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

Bilal KARAKOÇ

Yalova Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Yalova/Türkiye

<https://orcid.org/0000-0002-6688-7914>

ORJINAL MAKALE

Özet

Bu araştırma bedensel engelli sporcuların spora katılım motivasyonlarını ve spor sorunlarıyla baş etme becerilerini bazı değişkenlere göre değerlendirmeyi ve aralarındaki ilişkiyi araştırmayı amaçlamaktadır. Araştırmanın çalışma grubunu 79 tekerlekli sandalye basketbol oyuncusu oluşturmaktadır. Araştırma kapsamında araştırmacılar tarafından "Kişisel Bilgi Formu", "Sporla Başa Çıkma Becerileri Envanteri-28 (ACSI-28)" ve "Engelli Bireylerin Spora Katılımına Yönelik Motivasyon Ölçeği (MSSPPD)" araştırmacılar tarafından geliştirilmiştir. Katılımcıların demografik bilgileri uygulanmıştır. Araştırmada istatistiksel analiz, tanımlayıcı istatistik, ortalama, standart sapma, T-Testi, ANOVA ve Pearson Korelasyon testi teknikleri kullanılmıştır. Elde edilen bulgulara göre, sportif başarı durumu ile çıkma becerileri ölçeği ile engelli bireylerin spora katılım motivasyonu ölçeğinin içsel motivasyon alt boyutu arasında pozitif yönde ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Ayrıca yaşa ve spor yaşına göre her iki ölçekte de anlamlı bir farklılık bulunmazken, içsel motivasyon alt boyutunda milli sporcular lehine anlamlı bir farklılık gözlenmiştir. Sonuç olarak sporcuların içsel motivasyonları arttıkça atletik başa çıkma becerilerini geliştirme yetenekleri de artmaktadır. Bu bakımdan engelli sporcuların çabalarını ve ilgilerini artıracak imkanların sayısını artırarak iç motivasyonlarını arttırmak mümkündür. Dolayısıyla tekerlekli sandalye basketbolcularının artan içsel motivasyonu sayesinde karşılaştıkları her türlü zorlukla baş etme olasılıklarının da artacağı söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Motivasyon, Stres, Bedensel Engellilik, Basketbol

Examination of the Relationship Between Disabled Athletes with the Motivation for Sports Participation and the Athletic Coping Skills

Abstract

This research aims to evaluate the motivation of athletes with physical disabilities to participate in sports and their skills to cope with sports problems according to some variables and to investigate the relationship between them. The study group of the research consists of 79 wheelchair basketball players. Within the scope of the study, "Personal Information Form," "Athletic Coping Skills Inventory-28 (ACSI-28)," and "Motivation Scale For Sports Participation of People With Disabilities (MSSPPD)" were developed by the researchers to collect the demographic information of the participants, were applied. Statistical analysis, descriptive statistics, means, standard deviation, T-Test, ANOVA, and Pearson Correlation test techniques were used in the study. According to the findings, it was seen that there was a positive and low-level significant relationship between the scale of athletic coping skills and the intrinsic motivation sub-dimension of the motivation scale for sports participation of people with disabilities. In addition, while there was no significant difference in both scales according to age and sports age, a significant difference was observed on behalf of national athletes in the sub-dimension of intrinsic motivation according to nationality status. As a result, as the athletes' intrinsic motivation increases, their ability to develop athletic coping skills also increases. In this respect, it is possible to increase the internal motivation of disabled athletes by increasing the number of environments that will increase their efforts and interests. Therefore, it can be said that thanks to the increased intrinsic motivation of wheelchair basketball players, they will increase their probability of coping with all kinds of difficulties they encounter.

Key Words: Motivation, Stress, Physical Disability, Basketball

Introduction

In the essential facts about disability published by the World Health Organization (WHO) on 2 December 2022, it has been pointed out that an estimated 1.3 billion people in the world, or one out of every six people worldwide, have a significant disability (WHO, 2022). While researchers emphasize that sports and physical activity play an essential role, especially among people with disabilities (Roult et al., 2014), they support the idea that access to sports in a more inclusive and more accessible environment benefits the entire population, not just people with disabilities (Fitzgerald & Flintoff, 2012).

It is possible to observe all and more of the positive effects of sports on individuals with typical development and on individuals with disabilities. Individuals who do sports have more self-confidence and are more compatible with their environment and friends, and their mental health is more balanced and regular. It is observed that individuals' self-confidence when starting a task can enable them to form high motivational power and to perform their mission more accurately, in the shortest time, and without errors. It should not be forgotten that motivation is one of the cornerstones of an individual's participation in sports (Tekkurşun-Demir et al., 2018). Being motivated means taking action to do something. For a person to act, he must be encouraged, and to be inspired, he must have a source of inspiration or purpose. A person with no reason or drive does not act due to his non-motivated (Richard et al., 2000). While explaining the concept of motivation, Deci & Ryan (2000) classified the factor that encourages doing something because it is exciting or fun as intrinsic motivation. Extrinsic motivation is the other factor that encourages doing something because it leads to a significant result. These motivation types are divided into two and stated that they constitute the most fundamental distinction between motivation types (Deci & Ryan, 2000). According to the types of motivation put forward by the researchers, it is seen that many factors that affect the performance of the athletes are included in this classification. As an example of this situation, the urges to enjoy, feel satisfaction, be appreciated, receive rewards, and self-reward are examples of intrinsic motivation providers. At the same time, the support of family and environment and increased financial resources can be examples of factors that provide extrinsic motivation. As Yılmaz et al. (2019) stated, it is possible to say that especially disabled athletes' ability to be included in a group and be accepted by a group increases their feelings of confidence, they are motivation, and this has a positive effect on personality development of the athletes by positively affecting their self-awareness (Atike et al., 2019). While it is common for disabled individuals to encounter psychological and social problems, disabled individuals

in the sports environment also face difficulties in competitions and training. In this context, the motivation levels of disabled athletes act as a protective factor against the psychological problems and social challenges they may encounter due to their disabilities. Hoar et al. (2006) stated the factors that can be included under stress factors in sports as personal performance, losing in competitions, referee decisions, opponent behaviors, injuries, and playing conditions (Hoar et al., 2006). Athletes' ability to cope with these stressors is an important determinant of performance; these skills must be trained, taught, and developed as they can directly affect the personal and professional lives of athletes. Adhering to these issues, determining and eliminating the difficulties of individuals with disabilities is crucial in their integration with society. In this context, the research aims to evaluate the motivation of athletes with physical disabilities to participate in sports and their ability to cope with sportive problems according to some variables and to investigate the relationship between them.

Material & Method

Study Group

While the universe of this research consists of wheelchair basketball players, the sample consists of 79 wheelchair basketball players selected by the convenience sampling method, one of the improbable sampling techniques. This descriptive study is carried out in the scanning model within the framework of the Higher Education Institutions Scientific Research and Publication Ethics Directive numbered 2022/81 dated 29/06/2022 issued by the Yalova University Rectorate Ethics Committee Coordinatorship.

Instrument

Within the scope of the study, "Personal Information Form," "Athletic Coping Skills Inventory-28 (ACSI-28)," and "Motivation Scale For Sports Participation of People With Disabilities (MSSPPD)," which were developed by the researchers to collect the demographic information of the participants, were used. The personal information form includes independent variables generated to obtain demographic information such as age, gender, nationality, and sports age.

Athletic Coping Skills Inventory-28 (ACSI-28): Smith et al. (1995) and adapted to Turkish by Özcan and Günay (2017), the scale consists of seven subscales: consists of coping with adversity, concentration, coachability, confidence and achievement motivation, goal

setting/mental preparation, peaking under pressure, and freedom from worry. The scale items are rarely (0) and almost always (3). It is a Likert-type scale and consists of 26 items. While 12 points can be obtained for each factor, the scale ranges from 0 to 78.

Motivation Scale For Sports Participation of People With Disabilities (MSSPPD): The “Motivation Scale For Sports Participation of People With Disabilities (MSSPPD)” developed by Tekkurşun, İlhan, Esentürk, and Kan (2018) consists of 22 items. The scale consists of the factors of Intrinsic Motivation, consisting of the first 12 items, Extrinsic Motivation, composed of 5 items; and non-motivated consisting of 5 items. The values of the items representing the non-motivated subscale in the scale were reversed in the scoring stage (1 = 5, 2 = 4, 3 = 3, 4 = 2, 5 = 1).

Data Analysis

Statistical analysis was performed using SPSS 22.0 software. Descriptive statistics mean and the standard deviation is among the analyzes made. When the skewness and kurtosis values of the sample group are examined, it is seen that the data of the scales exhibit a homogeneous distribution within the range of ± 1.5 (Tabachnik & Fidell, 2013). For this reason, Independent Groups T-Test, ANOVA, and Pearson Correlation test techniques from parametric test techniques were used to compare the differences between the variables in the data analysis.

Results

In this section, findings and comments obtained from wheelchair basketball players are included regarding the data.

Table 1
Distribution of Scale Scores

		N	Number of Item	Mean \pm SD	Skewness	Kurtosis
<i>Athletic Coping Skills Inventory</i>		79	26	57,07 \pm 7,16	-,309	-,616
<i>Motivation Scale For Sports Participation of People With Disabilities</i>	Intrinsic Motivation	79	12	55,37 \pm 4,80	-,844	-,187
	Extrinsic Motivation	79	5	21,42 \pm 3,61	-1,330	1,717
	Non-motivated	79	5	19,45 \pm 3,84	-1,703	1,817

When Table 1 is examined, the average score of the participants in the Coping with Sportive Problems scale was 57,07, the mean score of the Intrinsic motivation sub-dimension of the Scale of Motivation for Participation in Sports for Persons with Disabilities was 55,37, the mean score of the Extrinsic Motivation sub-dimension was 21,42. The mean score of the non-motivated sub-dimension was determined as 19,45.

Table 2

Correlation Analysis of Athletic Coping Skills Inventory and Motivation Scale For Sports Participation of People With Disabilities

	<i>Motivation Scale For Sports Participation of People With Disabilities</i>			
	Intrinsic Motivation	Extrinsic Motivation	Non-motivated	
<i>Athletic Coping Skills Inventory</i>	r	,296**	,131	,194
	p	,008	,249	,087
	N	79	79	79

When we look at Table 2, it has been determined that there is a positive and low-level significant relationship between the inventory of athletic coping skills and the intrinsic motivation sub-dimension of the scale of motivation for sports participation of people with disabilities.

Table 3

T-Test Analysis According to Nationality of the Athletic Coping Skills Inventory and the Motivation Scale For Sports Participation of People With Disabilities

	Nationality	n	Mean±SD	t	P
<i>Athletic Coping Skills Inventory</i>	Yes	13	58,08.±6,94	,548	,585
	No	66	56,88.±7,25		
<i>Motivation Scale For Sports Participation of People With Disabilities</i>	Intrinsic Motivation	Yes	58,61.±2,33	4,396	,000
		No	54,73.±4,91		
	Extrinsic Motivation	Yes	22,31.±2,72	,973	,334
		No	21,24.±3,75		
Non-motivated	Yes	20,15.±3,46	,715	,477	
	No	19,32.±3,92			

Table 3 shows no significant difference in the scale of coping with sportive problems according to their nationality ($p > 0.05$). In contrast, a significant difference was found in the intrinsic motivation sub-dimension of the reason for participating in sports in individuals with disabilities ($p < 0.05$).

Table 4

Anova Analysis According to Age of the Athletic Coping Skills Inventory by Age and the Motivation Scale For Sports Participation of People With Disabilities

	Age	n	Mean±SD	F	P
<i>Athletic Coping Skills Inventory</i>	21-30 age	35	56,46±7,23	,399	,673

		31-40 age	30	58,00±7,52			
		41 and over age	14	56,64±6,49			
<i>Motivation Scale For Sports Participation of People With Disabilities</i>	Intrinsic Motivation	21-30 age	35	54,43±5,22	1,214	,303	
		31-40 age	30	56,17±4,67			
			41 and over age	14	56,00±3,72		
	Extrinsic Motivation	21-30 age	35	21,57±3,64	,149	,862	
		31-40 age	30	21,13±3,81			
		41 and over age	14	21,64±3,27			
	Non-motivated	21-30 age	35	18,88±4,44	1,661	,197	
		31-40 age	30	19,37±3,80			
		41 and over age	14	21,07±,997			

When Table 4 is examined, no significant difference was observed in the sub-dimensions of the Athletic Coping Skills Inventory and the scale of motivation to participate in sports for individuals with disabilities according to age ($p>0.05$).

Table 5

Anova Analysis According to Sports Age of the Athletic Coping Skills Inventory by Age and the Motivation Scale For Sports Participation of People With Disabilities

		Sports Age	n	Mean±SD	F	P
<i>Athletic Coping Skills Inventory</i>		1-3 years	22	57,00±5,99	,320	,727
		4-6 years	33	57,76±8,28		
		7-9 years	24	56,21±6,67		
Intrinsic Motivation		1-3 years	22	55,14±4,40	1,993	,143
		4-6 years	33	56,51±4,57		
		7-9 years	24	54,00±5,24		
<i>Motivation Scale For Sports Participation of People With Disabilities</i>	Extrinsic Motivation	1-3 years	22	20,54±3,42	2,187	,119
		4-6 years	33	22,39±3,39		
		7-9 years	24	20,87±3,88		
Non-motivated		1-3 years	22	18,36±4,57	1,252	,292
		4-6 years	33	19,94±3,17		
		7-9 years	24	19,79±3,91		

When we look at Table 5, it has been determined that no significant difference was observed in the sub-dimensions of the Athletic Coping Skills Inventory and the scale of motivation to participate in sports for individuals with disabilities according to the sports age ($p>0.05$).

Discussion and Conclusion

The research examined the relationship between the athletes' motivation to participate in sports in the wheelchair basketball team and their ability to cope with sportive problems. According to the averages obtained, it was seen that the athletes' skills to cope with sportive problems were at a high level. In addition, it can be said that the intrinsic and extrinsic motivations of disabled individuals are high, and their non-motivated sub-dimension is low in their motivation to participate in sports. Compared to individuals with typical development, this situation of disabled individuals who have a physical deficiency can cause psychological trauma. However, sports enable people with disabilities to realize they are part of this world

despite their deficiencies. This situation carried to international platforms, distinguishes disabled athletes from each other and has shown that both the cognitive flexibility levels and psychological resilience of the individuals participating in the competitions on these podiums are higher (Yavuz, 2019). In the literature, the study conducted by Demir and İlhan (2020) determined that the physically disabled athletes were the group with the highest motivation to participate in sports in terms of total score averages among disability groups. The study conducted by Bayraktar and Öksüz (2018) concluded that wheelchair users have higher self-efficacy levels and coping skills compared to wheelchair users who do not do sports.

The study determined a positive and low-level significant relationship between the scale of Athletic Coping Skills and the intrinsic motivation sub-dimension of the Motivation Scale For Sports Participation of People With Disabilities. Accordingly, coping skills with sportive problems also develop as intrinsic motivation increases. Intrinsic processes, such as the individual's needs, interests, and curiosities, or extrinsic and environmental factors, such as reward, pressure, and punishment, can cause motivation. Intrinsic and extrinsic factors motivate some people more quickly (Malone & Lepper, 2021). In intrinsic motivation, the person performs the behavior because they enjoy the job (Ercan, 2001). According to the findings obtained from the study, it is seen that wheelchair basketball players embrace their work and enjoy it. In this way, it can be said that they cope with the problems they encounter more easily.

While there was no significant difference in the scale of athletic coping skills according to the nationality of the wheelchair basketball team athletes discussed in the research, a significant difference was found in the intrinsic motivation sub-dimension of the motivation to participate in sports for disabled individuals. National sportsmanship is when the individual is at their peak in terms of both physical and psychological performance. In this respect, it can be said that these athletes, who have a high level of spiritual feeling, are internally motivated in their sports. Similar to this study, as a result of the survey conducted by Bozkurt, Demir, and Dursun (2019), it was found that the intrinsic motivation level of disabled individuals who are national is significantly higher than those who are not national athletes. However, unlike this study, in the survey conducted by Demir and İlhan (2020), it was determined that national athletes' extrinsic motivation score averages were higher and more significant. It has been observed that Demir and İlhan (2020) explained this situation as that national athletes participate in sports for reasons such as receiving awards, congratulations from those around them, and ensuring the popularity of their name, compared to non-national athletes. Emamvirdi et al. (2020), on the other hand,

stated that there is a significant difference in favor of national athletes in the extrinsic motivation and non-motivated scores of physically disabled athletes as a result of their study.

There was no significant difference in the sub-dimensions of the scale of athletic coping skills according to the age of the wheelchair basketball team athletes and the scale of motivation for sports participation of people with disabilities. In this context, it can be said that the motivation to participate in sports and the level of athletic coping skills according to the age of the participants are at similar levels. It is thought that the lack of difference may be since the disabled state of athletes themselves experience the same feeling in all age groups. Similar to the research results, in the study conducted by Demir and İlhan (2020), it was concluded that the motivation of disabled athletes to participate in sports does not differ statistically according to the age variable. Shapiro (2003) argued that there is no difference between the young and old disabled athletes who competed in the Special Olympics in terms of their motivation to participate in sports. Looking at the studies on athletes with different disabilities, unlike the results of the research, Demir and İlhan (2019) found a positive and moderately significant difference between the age of the visually impaired athletes and the dimension of intrinsic motivation. Emamvirdi et al. (2020) found no significant relationship between the age of physically disabled athletes and the sub-dimensions of motivation to participate in sports. In a study conducted by Bozkurt, Demir, and Dursun (2019), it was stated that there was no significant relationship between intrinsic motivation and extrinsic motivation in disabled individuals with age. However, a meaningful relationship was found between age and the sub-dimension of being non-motivated, and it was determined that the level of non-motivated increased with age. According to Meriç and Turay (2020), athletes between the ages of 21-30 perceive wheeled basketball as more fun than participants over 40.

The research determined that there was no significant difference in the sub-dimensions of the scale of athletic coping skills and the motivation for sports participation of people with disabilities according to the sports age. According to Demir and Güvendi (2022), although the ability of athletes to cope with the difficulties they encounter in their sports lives and their attitude towards events are sometimes adversely affected, even in fearful positions in sports life, the athletes do not give up, and their belief in their abilities remains. Unlike this study, Demir and İlhan (2020) stated that there is no relationship between the athletes' intrinsic and extrinsic motivation sub-dimensions and their sports age. Still, a negative and low-level significant relationship exists between the non-motivated sub-dimension and the sports age variable. In the study conducted by Demir and İlhan (2019), a highly significant positive

difference was found between the sports age of visually impaired athletes and the extrinsic motivation sub-dimension. The study by Bozkurt, Demir, and Dursun (2019) determined a positive and significant relationship between sports age and the sub-dimension of non-motivated.

According to Lazarus (2000), due to the nature of sports activities, athletes encounter many stress sources, such as fear, pain, lack of confidence, fear of failure, pain, fatigue, indecision, and exhaustion. When they cannot cope with these stress sources, they face failure. Sport has a broader meaning for people with disabilities. By exercising, a person with a disability can reduce movement restrictions, gain independence, and help their community (Alizadeh & Cobuliey, 2021). As stated in the study conducted by Demir and İlhan (2020), it can be said that physically disabled athletes are more influenced by their inner world than others, and their excitement, happiness, pleasure, and intrinsic motivation are more prominent in sports. According to the results obtained in this study, as the athletes' intrinsic motivation increases, their ability to cope with sportive problems also increases. In this respect, it is possible to increase the intrinsic motivation of disabled athletes by increasing the existence of environments that will increase their efforts and interests. With increased intrinsic motivation, wheelchair basketball players can vigorously tackle any challenge.

References

- Alizadeh, A., & Cobuliev, Z. (2021). Psychological and Social Factors Influencing the Development of Sports for Athletes with Disabilities in Tajikistan. *Sport Psychology Studies (ie, mutaleat ravanshenasi varzeshi)*, 10(35), 19-36. <https://doi.org/10.22089/spsyj.2021.9547.2054>
- Bayraktar, Ş., & Öksüz, Ç. (2018). Investigation of Self-efficacy and Coping Strategies of Wheelchair Users. *Journal of Occupational Therapy and Rehabilitation*, 6(1), 25-30. <https://doi.org/10.30720/ered.417668>
- Demir, G. T., & Güvendi, B. (2022). Associations between Self-Confidence, Courage, and Athlete Identity Among National Physically Disabled Athletes. *International Journal of Turkish Sport and Exercise Psychology*, 2(1), 1-15. <https://doi.org/10.55376/ijtsep.1090193>
- Emamvirdi R., Hosseinzadeh Asl NR., İlhan E.L., Çolakoğlu, F.F. (2020). Psychological Flexibility and Sports Participation Motivation in Athletes with Physical Disabilities. *Physical Education and Sport Sciences Journal*, 14(2), 271-281. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/en/pub/bsd/issue/56097/749752>
- Ercan, L. (2001). Motivation, new approaches in classroom management. Ankara: Nobel Publishing.
- Hoar, S. D., Kowalski, K. C., Gaudreau, P., & Crocker, P. R. E. (2006). A Review of Coping in Sport. In S. Hanton, & S. D. Mellalieu (Eds.), *Literature Reviews in Sport Psychology* (pp. 47- 90). New York: Nova Science Publishers.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal, and coping. Springer publishing company. New York, NY: Springer.
- Lazarus R. S. (1999). Stress and emotion: a new synthesis. New York, NY: Springer.
- Lazarus, R. S. (2000). How emotions influence performance in competitive sports. *The Sport Psychologist*, 14(3), 229- 252. <https://doi.org/10.1123/tsp.14.3.229>
- Malone, T. W., & Lepper, M. R. (2021). Making learning fun: A taxonomy of intrinsic motivations for learning. In *Aptitude, learning, and instruction* (pp. 223-254). Routledge.
- Meriç, S. & Turay. Ö. (2020). Investigation of the Relationship Wheelchair Basketball Players Sport Participation Motivation and Life Quality. *Van Yüzüncü Yıl University the Journal*

- of *Social Sciences Institute*, 48, 433-450. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/en/pub/yyusbed/issue/55674/762017>
- Mutlu Bozkurt, T., Tekkurşun Demir, G., & Dursun, M. (2019). Examination of Motivations of Physically, Hearing and Visually Impaired Athletes. *The Journal of International Social Research*, 12(67), 722-728. Doi Number: <http://dx.doi.org/10.17719/jisr.2019.3760>
- Özcan, V., & Günay, M. (2017). The Turkish adaptation of athletic coping skills inventory-28 (ACSI-28): The validity and reliability study. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 19(1), 130-136. Retrieved from: <https://dergipark.org.tr/en/pub/tsed/issue/29096/310772>
- Pryor, N. (2019). Understanding motivations for participation in adaptive sports (Doctoral dissertation, Arizona State University). Retrieved from: <https://core.ac.uk/download/pdf/200249934.pdf>
- Richard, M. R., & Edward, L. D. (2000). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary educational psychology*, 25(1), 54-67. <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1020>
- Shapiro, D. R. (2003). Participation motives of Special Olympics athletes. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 20(2), 150-165. <https://doi.org/10.1123/apaq.20.2.150>
- Smith R.E., Schutz R.W., Smoll F.L., Ptacek J.T. (1995). Development and validation of a multidimensional measure of sport-specific psychological skills: The athletic coping skills inventory-28. *Journal of Sport & Exercise Psychology*; 17: 379-389. <https://doi.org/10.1123/jsep.17.4.379>
- Tamminen, K. A., and Gaudreau, P. (2014). "Coping, social support, and emotion regulation in teams," in *Group Dynamics in Exercise and Sport Psychology: Contemporary Themes*, 2nd Edn, eds M. Beauchamp and M. Eys (New York, NY: Routledge), 222–239.
- Tekkurşun Demir, G. ve İlhan, EL. (2019). Motivation for Participation in Sports: A Research on the Visually Impaired Athletes. *Gaziantep University Journal of Sport Science*, 4(1), 157-170. <https://doi.org/10.31680/gaujss.525455>
- Tekkurşun, D. G., İlhan, E. L., Esentürk, O. K. ve Kan, A. (2018). Engelli bireylerde spora katılım motivasyon ölçeği (ESKMÖ): geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Spor metre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 16(1), 95-106. https://doi.org/10.1501/Sporm_0000000347
- Tekkurşun-Demir, G. & İlhan, E. L. (2020). Motivation of athletes with disabilities for sports participation. *Ankara University Faculty of Educational Sciences Journal of Special Education*, 21(1), 49-69. <https://doi.org/10.21565/ozelegitimdergisi.490063>

- Tekkurşun-Demir, G., İlhan, L. E., Esentürk, O. ve Kan, A. (2018). Motivation Scale For Sports Participation of People with Disabilities (Mssppd): A Study of Validity and Reliability, *Spormetre The Journal of Physical Education And Sport Sciences*, 16 (1), 91-102: 091-102 https://doi.org/10.1501/Sporm_0000000347
- World Health Organization. (2022). The International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF). Geneva. Retrieved from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/disability-and-health>
- Yavuz, S. (2019). Investigation of resilience and cognitive flexibility levels of physical disabled athletes. Master Thesis. Aksaray University, Social Sciences Institute, Aksaray, Turkey. Retrieved From: https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=0jhwRx6RtVyOma4ImiXRgA&no=zuwU2z_qfmdSv2bQxRpJ6Q
- Yılmaz, A., Kırımoğlu, H., & Kaynak, K. (2019). Evaluation of Sports Specific Motivation Levels of Athletes Participating In Turkey Visually Impaired Swimming Championship. *Journal of Sports and Performance Researches*, 10(3), 270-281. <https://doi.org/10.17155/omuspd.481491>