



**ANKARA ÜNİVERSİTESİ
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ**



SPORMETRE

The Journal of Physical Education and Sport Sciences
**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BİLİMLERİ
DERGİSİ**

CİLT:22

SAYI: 4

YIL:2024





SPORMETRE

The Journal of Physical Education and Sport
Sciences
Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi



Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Adına Sahibi – Owner
Dr. Semiyha TUNCEL

Baş Editör – Editor in Chief

Dr. Velittin BALCI, E-posta: vbalci@ankara.edu.tr

Baş Editör Yardımcıları – Assistant Editors

Dr. Yalçın UYAR
Dr. Halil Erdem AKOĞLU

Alan Editörleri – Field Editors

Beden Eğitimi ve Spor- Physical Education and Sports Sciences
Dr. Nevin GÜNDÜZ

Hareket ve Antrenman Bilimleri- Movement & Training Sciences

Dr. R. Sürhat MÜNİROĞLU

Spor Sağlık Bilimleri- Sciences of Sports Health

Dr. Burcu ERTAŞ DÖLEK

Spor Yönetim Bilimleri- Science of Sport Management

Dr. Hakan SUNAY

Yayın Kurulu-Publishing Board

Dr. Cengiz AKALAN, E-posta: cengizakalan@hotmail.com
Dr. Fırat AKÇA, E-posta: fakca@ankara.edu.tr
Dr. Dicle ARAS, E-posta: daras@ankara.edu.tr
Dr. Caner CENGİZ, E-posta: canercengiz@ankara.edu.tr
Dr. Erdem ÇAKALOĞLU, E-posta: ecakaloglu@ankara.edu.tr
Dr. Seçkin DOĞANER, E-posta: doganer@ankara.edu.tr
Dr. Burcu ERTAŞ DÖLEK, E-posta: bdolek@ankara.edu.tr
Dr. Övünç ERDEVECİLER, E-posta: erdevciler@ankara.edu.tr
Dr. Özkan GÜLER, E-posta: oguler@ankara.edu.tr
Dr. Nevin GÜNDÜZ, E-posta: ngunduz@ankara.edu.tr
Dr. Ferda GÜRSEL, E-posta: fgursel@ankara.edu.tr
Dr. Hakan KARABIYIK, E-posta: karabiyik@ankara.edu.tr
Dr. Raci KARAYİĞİT, E-posta: rkarayigit@ankara.edu.tr
Dr. R. Sürhat MÜNİROĞLU, E-posta: smuniroglu@ankara.edu.tr
Dr. Hakan SUNAY, E-posta: hsunay@ankara.edu.tr
Dr. F. Neşe ŞAHİN, E-posta: neseshahin@ankara.edu.tr
Dr. H. Süha YÜKSEL, E-posta: hsyuksel@ankara.edu.tr

İngilizce Dil Editörü

Dr. Dicle ARAS
Tugay DURMUŞ

Editörler Kurulu – Editorial Board

Dr. Cengiz AKALAN, Ankara University, Faculty of Sport Sciences
Dr. Fırat AKÇA, Ankara University, Faculty of Sport Sciences
Dr. Kostas ALEXANDRIS, Aristotle University of Thessaloniki
Dr. Dicle ARAS, Ankara University, Faculty of Sport Sciences
Dr. Antonino BIANCO, Palermo University, Sport and Exercise Sciences
Dr. Caner CENGİZ, Ankara University, Faculty of Sport Sciences
Dr. Erdem ÇAKALOĞLU, Ankara University, Faculty of Sport Sciences
Dr. Seçkin DOĞANER, Ankara University, Faculty of Sport Sciences
Dr. Burecu ERTAŞ DÖLEK, Ankara University, Faculty of Sport Sciences
Dr. Alan W. EWERT, Indiana University, School of Public Health
Dr. Özkan GÜLER, Ankara University, Faculty of Sport Sciences
Dr. Nevin GÜNDÜZ, Ankara University, Faculty of Sport Sciences
Dr. Ferda GÜRSEL, Ankara University, Faculty of Sport Sciences
Dr. Ian JONES, Bournemouth University
Dr. David M. KOCEJA, Indiana University, School of Public Health
Dr. Ferman KONUKMAN, Qatar University, Department of Physical Education
Dr. Mithat KOZ, Eastern Mediterranean University, Faculty of Health Sciences
Dr. R. Sürhat MÜNİROĞLU, Ankara University, Faculty of Sport Sciences
Dr. Antoni PAOLİ, Padova University, Department of Biomedical Sciences
Dr. Robert SCALES, Arizona State University, College of Health Solutions
Dr. Atara SIVAN, Hong Kong Baptist University, Hong Kong
Dr. Hakan SUNAY, Ankara University, Faculty of Sport Sciences
Dr. Neşe ŞAHİN, Ankara University, Faculty of Sport Sciences
Dr. Hidayet Süha YÜKSEL, Ankara University, Faculty of Sport Sciences

Yönetim Yeri – Administration Office

Yazışma Adresi – Correspondence Address

Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Gölbaşı Yerleşkesi
06830 Gölbaşı - ANKARA / TURKEY
Tel: +90(312) 221 16 01 - Fax: +90(312) 212 29 86
E-mail: spormetre@ankara.edu.tr

5187 Sayılı Basın Yasasına Uygundur

It is proper to press law No: 5187 in Turkey

Dizlenme Bilgileri

Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi TÜBİTAK-ULAKBİM, EBSCO SPORTDiscuss Fulltext, Asos Index, Cab Abstracts, Crossref, Sobiad tarafından dizinlenmektedir.

Abstracting and Indexing Information

Ankara University Faculty of Sport Sciences SPORMETRE Journal of Physical Education and Sports Science has been indexed in TÜBİTAK-ULAKBİM, EBSCO SPORTDiscuss Fulltext, Asos Index, Cab Abstracts, Crossref, Sobiad.

Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi
yılda dört kez yayımlanır ve hakemli bir dergidir. Yaygın sürelidir.
Ankara University Faculty of Sport Sciences SPORMETRE Journal of Physical Education and Sports
Sciences in published four times a year.

All the articles appeared in this journal are published on the opinion of advertiser.

ISSN: 1304-284X

e-ISSN 2717-6347

Araştırma Makalesi

- FİTNESS KATILIMCILARININ PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ VE SAĞLIKLI YAŞAM BİÇİMİ DAVRANIŞLARININ EGZERSİZ SAĞLIK İNANÇLARI ÜZERİNDEKİ ETKİSİ** *THE EFFECT OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AND HEALTHY LIFESTYLE BEHAVIORS ON EXERCISE HEALTH BELIEFS OF FITNESS PARTICIPANTS* 1-9
1 Elif Aydın ^{ID}
- ORTAÖĞRETİMDE ÖĞRENİM GÖREN ÖĞRENCİLERİN BEDEN EĞİTİMİ DERSİ SPORMENLİK DAVRANIŞI VE ŞİDDET EĞİLİMİ SIKLIĞI İLE MUTLULUK ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ** *INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN THE FREQUENCY OF PHYSICAL EDUCATION COURSE SPORTSMANSHIP AND VIOLENT TENDENCIES AND HAPPINESS OF SECONDARY EDUCATION STUDENTS* 10-26
2 Öner Boztepe ^{ID}, Meryem Altun Ekiz ^{ID}
- A COMPARISON OF PERFORMANCE PARAMETERS VARYING BY PLAYING POSITIONS OF U-18 FOOTBALL PLAYERS** *U-18 FUTBOLCULARIN OYUN POZİSYONLARINA GÖRE DEĞİŞEN PERFORMANS PARAMETRELERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI* 27-37
3 Murat Koç ^{ID}, Barışcan Öztürk ^{ID}, Osman Dişçeken ^{ID}, Hakan Engin ^{ID}, Caner Uzunca ^{ID}
- EGZERSİZE BAĞLILIK ÖLÇEĞİNİN TÜRKÇEYE UYARLANMASI** *ADAPTATION OF EXERCISE COMMITMENT SCALE INTO TURKISH* 38-52
4 Ender Şenel ^{ID}, Aygün Akgül ^{ID}, Görkem Mentem ^{ID}, Kaan Salman ^{ID}
- DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞININ FİZİKSEL AKTİVİTE, BEL/BOYUN AĞRISI VE STRES DÜZEYİ İLE İLİŞKİSİ** *THE RELATIONSHIP BETWEEN DIGITAL GAME ADDICTION AND PHYSICAL ACTIVITY, LOWER/NECK PAIN, AND STRESS LEVEL* 53-62
5 Emine Cihan ^{ID}, Cansu Şahbaz Pirinççi ^{ID}
- YAŞLILARDA EGZERSİZ İLE İLGİLİ TÜRKÇE WEB SİTELERİNİN OKUNABİLİRLİK, GÜVENİRLİK VE KALİTE AÇISINDAN DEĞERLENDİRİLMESİ** *EVALUATION OF TURKISH WEBSITES RELATED TO EXERCISE IN THE ELDERLY IN TERMS OF READABILITY, RELIABILITY AND QUALITY* 63-72
6 Tahir Keskin ^{ID}, Mesut Ergan ^{ID}, Bayram Sönmez Ünüvar ^{ID}, Zeliha Başkurt ^{ID}
- SESSİZ İSTİFA ÖLÇEĞİNİN TÜRKÇE'YE UYARLANMASI: GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI** *TURKISH ADAPTATION OF THE QUIET QUITTING SCALE: VALIDITY AND RELIABILITY STUDY* 73-83
7 Erdiñ Demiray ^{ID}, Tuğberk Bilgi ^{ID}, Utku Işık ^{ID}, Mutlu Çetin ^{ID}
- SAĞLIKLI BİREYLERDE FARKLI SOLUNUM KASI EGZERSİZLERİNİN SOLUNUM FONKSİYONLARI, FONKSİYONEL KAPASİTE VE YAŞAM KALİTESİ ÜZERİNE ETKİSİNİN KARŞILAŞTIRILMASI** *COMPARISON OF THE EFFECTS OF DIFFERENT RESPIRATORY MUSCLE EXERCISES ON RESPIRATORY FUNCTIONS, FUNCTIONAL CAPACITY AND QUALITY OF LIFE IN HEALTHY INDIVIDUALS* 84-95
8 Zait Burak Aktuğ ^{ID}, Gönül Yavuz ^{ID}, Zeynep Kutlu ^{ID}, Menduha Akçar ^{ID}
- TARAFTARLARIN TAKIMLARIYLA ÖZDEŞLEŞME VE TÜKETİM DAVRANIŞI: X VE Y KUŞAĞI BAĞLAMINDA BİR İNCELEME** *FANS IDENTIFICATION WITH THEIR TEAMS AND CONSUMPTION BEHAVIOR: A STUDY IN THE CONTEXT OF GENERATIONS X AND Y* 96-107
9 Ali Rıza Tekerek ^{ID}, Selçuk Gençay ^{ID}
- ÇİFT KARIYERLİ HAKEMLERİN HAKEMLİĞİ SÜRDÜRME DURUMLARINA** 98-123
10

TOPLUMSAL CİNSİYET BAĞLAMINDAN BİR BAKIŞ

A GENDER PERSPECTIVE ON DUAL-CAREER REFEREES' CONTINUATION AS REFEREES

Rana Eti^{ID}, Yeter Aytül Dağlı Ekmekçi^{ID}

REKREASYONEL LİDERLİK DAVRANIŞI İLE KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

- 11 AN INVESTIGATION INTO THE RELATIONSHIP BETWEEN RECREATIONAL LEADERSHIP BEHAVIOR AND PERSONALITY TRAITS 124-137

Halil İbrahim Genç^{ID}, Eminsafa Dilmaç^{ID}, Yunus Genç^{ID}

THE RELATIONSHIP BETWEEN ONLINE SPORT CONSUMPTION MOTIVES AND POINTS OF ATTACHMENT OF THE PROFESSIONAL FOOTBALL TEAM FANS

- 12 PROFESYONEL FUTBOL TAKIMI TARAFTARLARININ ÇEVİRİMİÇİ (ONLINE) SPOR TÜKETİM GÜDÜLERİ VE BAĞLILIK NOKTALARI ARASINDAKİ İLİŞKİ 138-152

Nurettin Göksu Çini^{ID}, Ramazan Timuçin Genç^{ID}

OSMANLI DEVLETİ'NDE SERBEST ZAMAN VE EĞLENCEYE YÖNELİK HUKUKİ DÜZENLEMELER: 1896 TARİHLİ BİR NİZAMNAME İNCELEMESİ

- 13 LEGISLATIVE REGULATIONS ON LEISURE AND ENTERTAINMENT IN THE OTTOMAN EMPIRE: AN ANALYSIS OF AN 1896 DATED REGULATIONS 153-171

Erdoğan Ekinci^{ID}

BIBLIOMETRIC ANALYSIS OF RESEARCH ON SPORT VOLUNTEERING CONDUCTED BETWEEN 2002-2023

- 14 2002-2023 YILLARI ARASINDA YAPILAN SPOR GÖNÜLLÜLÜĞÜ ARAŞTIRMALARININ BİBLİYOMETRİK ANALİZİ 172-193

Mustafa Yılmaz^{ID}, Cengiz Çokpartal^{ID}, Ümran Başar^{ID}

SPORDA ÇOCUK İSTİSMARI FARKINDALIK ÖLÇEĞİNİN GELİŞTİRİLMESİ: GEÇERLİLİK VE GÜVENİLİRLİK ÇALIŞMASI

- 15 SPOR ENDÜSTRİSİNDE GERİLLA PAZARLAMA STRATEJİLERİNİN DERİNLEMESİNE İNCELENMESİ 194-207

Damla Güler^{ID}, Semiyha Tuncel^{ID}

OPPORTUNITIES AND BARRIERS IN CHILDREN'S ACQUISITION OF PHYSICAL ACTIVITY HABITS

- 16 ÇOCUKLARIN FİZİKSEL AKTİVİTE ALIŞKANLIĞI EDİNME SÜRECİNDEKİ FIRSAT VE ENGELLERİ 208-224

Zeynep Yıldız^{ID}, Faik Ardahan^{ID}

KADIN VOLEYBOLCULARA 8 HAFTA BOYUNCA UYGULANAN FİFA 11+ ISINMA EGZERSİZLERİNİN FONKSİYONEL HAREKET TARAMASI TEST SONUÇLARI VE SERVİS HIZINA ETKİSİ

- 17 THE EFFECT OF FIFA 11+ WARM UP PROGRAM APPLIED TO VOLLEYBALL PLAYERS FOR 8 WEEKS ON FUNCTIONAL MOVEMENT SCREENING TEST SCORES AND SERVE SPEEDRVS HIZINA ETKİSİ 225-233

Ayhan Akkoyunlu^{ID}, Hasan Aka^{ID}

THE MEDIATING EFFECT OF INTERNAL OR EXTERNAL REGULATION FACTORS ON THE EFFECT OF HIGH SCHOOL STUDENTS' HEALTHY LIFESTYLE BELIEFS ON THEIR LEISURE TIME EXERCISE PARTICIPATION

- 18 LİSE ÖĞRENCİLERİNİN SAĞLIKLI YAŞAM BİÇİMİ İNANÇLARININ SERBEST ZAMAN EGZERSİZ KATILIMLARINA ETKİSİNDE İÇSEL VEYA DIŞSAL DÜZENLEME FAKTÖRLERİNİN ARACILIK ETKİSİ 234-249

Recep Cevhan^{ID}, Ercan Polat^{ID}

EXAMINING THE EFFECT OF ACADEMIC ACHIEVEMENT AND COACH COMMUNICATION ON PRE-COMPETITION ANXIETY: A RESEARCH ON ACTIVE STUDENT ATHLETES

- 19 AKADEMİK BAŞARI VE ANTRENÖR İLETİŞİMİNİN MÜSABAKA ÖNCESİ KAYGI ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ: AKTİF SPOR YAPAN ÖĞRENCİLER ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA 250-263



SPORMETRE

The Journal of Physical Education and Sport Sciences
Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi

DOI: 10.33689/spormetre.1409306



Geliş Tarihi (Received): 27.01.2024 Kabul Tarihi (Accepted): 16.11.2024 Online Yayın Tarihi (Published): 30.12.2024

FİTNESS KATILIMCILARININ PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ VE SAĞLIKLI YAŞAM BİÇİMİ DAVRANIŞLARININ EGZERSİZ SAĞLIK İNANÇLARI ÜZERİNDEKİ ETKİSİ*

Elif Aydın^{1†}

¹Ardahan Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, ARDAHAN

Öz: Bireylerin psikolojik iyi oluş durumları, dengeli beslenme, fiziksel aktivite, kişiler arası ilişkiler gibi sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının egzersiz sağlık inancını olumlu yönde etkileyebileceği düşünülmektedir. Dolayısıyla araştırmanın amacı, fitness katılımcılarının psikolojik iyi oluş ve sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının egzersiz sağlık inançları üzerindeki etkisinin incelenmesidir. Nicel araştırma olarak kurgulanan araştırmada ilişkisel tarama yöntemi kullanılmıştır. Araştırmanın veri grubunu Trabzon ili merkezinde bulunan spor merkezlerinde fitness çalışması yapan 164 kadın, 249 erkek toplam 413 gönüllü katılımcı oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği, Egzersiz Sağlık İnanç Modeli Ölçeği ve Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği kullanılmıştır. Analiz sonucunda, katılımcıların psikolojik iyi oluş, kişilerarası ilişkiler, egzersiz sağlık inancı, sağlık sorumluluğu, manevi gelişim, fiziksel aktivite, beslenme ve stres yönetimi puanlarının yüksek düzeyde olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların egzersiz sağlık inançları ile psikolojik iyi oluş durumları arasında pozitif yönlü bir ilişki belirlenmiştir. Ayrıca, psikolojik iyi oluş ve sağlık sorumluluğunun egzersiz inancını pozitif yönde anlamlı bir şekilde yordadığı tespit edilmiştir. Sonuç olarak, psikolojik iyi oluş ve sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının egzersiz sağlık inancını olumlu yönde etkilediği ifade edilebilir.

Anahtar Kelimeler: Sağlık sorumluluğu, kişiler arası ilişkiler, fiziksel aktivite, egzersiz sağlık inancı

THE EFFECT OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AND HEALTHY LIFESTYLE BEHAVIORS ON EXERCISE HEALTH BELIEFS OF FITNESS PARTICIPANTS

Abstract: It is thought that healthy lifestyle behaviors such as psychological well-being, balanced nutrition, physical activity, and interpersonal relationships may positively affect exercise health beliefs. Therefore, the aim of the study is to examine the effect of psychological well-being and healthy lifestyle behaviors on exercise health beliefs of fitness participants. Relational survey method was used in the study, which was designed as quantitative research. The data group of the study consisted of a total of 413 volunteer participants, 164 women and 249 men, who practiced fitness in sports centres in the centre of Trabzon province. Psychological Well-Being Scale, Exercise Health Belief Model Scale and Healthy Lifestyle Behaviors Scale were used as data collection tools. As a result of the analysis, it was determined that the participants had high levels of psychological well-being, interpersonal relationships, exercise health beliefs, health responsibility, spiritual development, physical activity, nutrition and stress management scores. A positive relationship was found between the participants' exercise health beliefs and psychological well-being. In addition, psychological well-being and health responsibility were found to predict exercise beliefs in a positive and significant way. As a result, it can be stated that psychological well-being and healthy lifestyle behaviors positively affect exercise health beliefs.

Key Words: Health responsibility, interpersonal relationships, physical activity, exercise health beliefs

* Bu çalışma 07-09 Ekim 2023 tarihleri arasında Trabzon'da düzenlenen 7. Uluslararası Akademik Spor Araştırmaları Kongresinde sözel sunum olarak sunulmuştur.

† Sorumlu Yazar: Elif Aydın, Doç. Dr., E-mail: elifaydin@ardahan.edu.tr

GİRİŞ

Fiziksel aktivite, önemli fiziksel faydalar sağlamanın yanı sıra psikolojik sağlığı ve yaşam kalitesini iyileştirmesi açısından insanların sağlığında önemli bir unsurdur (Snedden ve ark., 2019). Fiziksel aktivite, stresi ve kaygıyı azaltır (Henriksson ve ark., 2022; Elliott ve ark., 2021), depresyon riskini düşürür (Joo ve ark., 2021) ve uyku kalitesini iyileştirir (Tse ve ark., 2022). Ayrıca düzenli fiziksel aktivite sosyal ilişkileri, kimliği, aidiyet duygusunu (Stevens ve ark., 2021), özgüveni, öz yeterliği ve beden imajını (Hao ve ark., 2022) iyileştirebilir; bunlar genel refahın psikolojik belirleyicileridir.

Düzenli fiziksel aktivitenin sağlık sorunlarını azaltırken psikolojik yapıyı güçlendirdiği, psikolojik iyi oluş hali ile ruh sağlığının devamlılığını sağladığı belirtilmektedir (Archer, 2014). Psikolojik iyi oluş, kendini kabul etme, olumlu ilişkiler, özerklik, çevreye hakim olma, yaşam amacı ve kişisel gelişimden oluşur (Diaz ve ark., 2006). Psikolojik iyi oluşun temelinde bireyin mutlu olma sebebi vardır (Pancheva ve ark., 2021; Ryff ve ark., 2021). Çalışmalarda, sağlıklı bir yaşam tarzının psikolojik iyi oluşla pozitif, psikolojik semptomlarla ise negatif ilişkili olduğu ortaya konmaktadır (Pahl ve ark., 2011). Fiziksel aktivitenin ise, psikolojik iyi oluş ve sağlıklı yaşam biçimi davranışları ile ilişkili olduğu belirtilmektedir (González-Hernández ve ark., 2017).

Sağlıklı yaşam biçimi, kişinin sağlığını doğrudan veya dolaylı olarak etkilediğini düşündüğü davranışlarını bilinçli bir şekilde kontrol ederek fiziksel aktivite yaparken bedensel, ruhsal ve sosyal açıdan sağlığına uygun davranışları seçmesi (Ocakçı, 2003), kişinin hayatını sağlıklı idame ettirebilmesi ve hastalık sahibi olmaması için arzuladığı ve çabaladığı davranışları sergileyebilmesi (Zaybak ve Fadiloğlu, 2004) olarak ifade edilebilir. Önemli sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasında ruhsal iyi oluş açısından onarıcı olarak fiziksel aktivite, beslenme, sosyal etkileşim, doğada zaman geçirme ve farkındalık meditasyonu veya rahatlama yer almaktadır (Boehm ve Kubzansky, 2012). Söz konusu davranışlar alışkanlık haline dönüştürüldüğü zaman kişilerin sağlıklı olma durumunun sürdürülmesi, hatta sağlığının daha iyi bir düzeye getirilmesi sağlanabilir (Bostan ve Beşer, 2017). Dolayısıyla sağlıklı yaşam biçimi davranışları sergilemek fiziksel ve ruhsal sağlığın korunmasında önemli bir bileşendir ve bu davranışların kronik hastalık riskini azalttığına dair literatürde güçlü kanıtlar vardır (Nassar ve Shaheen, 2014; Kushner ve Mechanick, 2016). Biyolojik olarak fiziksel aktivite, beyin esnekliğini kolaylaştırarak, iltihabı azaltarak, oksidatif stresi azaltarak ve hipotalamus-hipofiz-adrenal (HPA) eksenini düzenleyerek gelişmiş beyin işlevlerine katkıda bulunabilir (Kandola ve ark., 2019). Fiziksel aktivite ayrıca öz saygıyı, öz yeterliliği ve sosyal desteği de teşvik edebilir (Kandola ve ark., 2019). Bir meta-analiz çalışması, egzersiz müdahalelerinin psikolojik sıkıntı üzerinde orta ila büyük bir etkiye sahip olduğunu göstermiştir (Schuch ve ark., 2016). Boehm ve Kubzansky'nin (2012) incelemesinde, hedonik refah ile fiziksel aktivite arasında tutarlı bir bağlantı ortaya çıkmış ve eudaimonik refah ile egzersiz arasında daha karışık ilişkiler bulunmuştur. Choi ve ark. (2017), Koreli yetişkinler arasında bir dizi yaşam tarzı davranışı ile mutluluk ve anlam arasındaki kişiler arası ilişkilerinde egzersizin en güçlü öngörücülerden biri olduğunu tespit etmiştir. Flueckiger ve ark. (2017) ayrıca iki öğrenci örneğinde fiziksel aktivite ile hedonik refahın bileşenleri (pozitif ve negatif etki) arasında kişiler arası ilişkiler bulmuştur.

Sağlık kavramı geçmişte fiziksel olarak iyi olma halini belirtmek için kullanılmıştır. Günümüzde ise bireylerin psikolojik de dâhil bütünsel iyi olma hali olarak ifade edilmektedir (Şimşekoğlu ve Mayda, 2016). Birey ister hasta ister sağlıklı olsun, sağlık durumunu nasıl koruması gerektiği ve nasıl iyileştirmesi gerektiği ile ilgili konularda yanlış bilgi ve inançlara

sahip ise davranışları da olumsuz etkilenmektedir. Bu konuda sağlık inancı oldukça önemlidir. Çünkü sağlık inancı yapılması gereken davranışlara yön vermektedir (Ünsal 2017) ve bireylerin sağlıklıyla ilgili davranışlarını etkileyerek onları sağlıklarını korumaları için önlem almaları hakkında harekete geçirmektedir (Şimşekoğlu ve Mayda, 2016). Yaşam biçimi davranışlarından biri olan fiziksel aktivite ile ruh sağlığı arasındaki ilişkileri inceleyen çalışmalar mevcuttur (ör; Choi ve ark., 2017; Lindwall ve ark., 2014; Schuch ve ark., 2016). Fakat fiziksel aktivite ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkide sağlık inancını inceleyen herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bireylerin olumlu sağlık inancına sahip olabilmeleri için onarıcı yaşam biçimi davranışlarına yönelmeleri oldukça önemlidir. Dolayısıyla psikolojik iyi oluş, yaşam biçimi davranışı ve egzersiz sağlık inancı arasındaki karşılıklı ilişkiyi incelemek gerekir. Bu bağlamda çalışmada, fitness yapan bireylerin psikolojik iyi oluş ve sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının egzersiz sağlık inançları üzerindeki etkisine odaklanılmıştır.

Bu çalışmada, fitness katılımcılarının psikolojik iyi oluş ve sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının egzersiz sağlık inançları üzerindeki etkisi incelenmiştir. Araştırmanın alt amaçları aşağıda verilmiştir:

1. Fitness katılımcılarının psikolojik iyi oluş, sağlıklı yaşam biçimi davranışları ve egzersiz sağlık inanç puanları nasıldır?
2. Fitness katılımcılarının psikolojik iyi oluş, sağlıklı yaşam biçimi davranışları ve egzersiz sağlık inançları arasındaki ilişki nasıldır?
3. Fitness katılımcılarının psikolojik iyi oluş ve sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının egzersiz sağlık inançlarını yordama düzeyi nedir?

YÖNTEM

Araştırma öncesi, **Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurulundan (E-67796128-000-2300034198) etik kurul onayı alınmıştır.

Araştırmanın Modeli

Araştırmanın modeli ilişkisel taramadır. İlişkisel tarama, “iki ya da daha fazla değişken arasındaki var olan değişimi veya bu değişimin derecesinin belirlenmesini amaçlayan araştırma yaklaşımıdır” (Karasar, 2018).

Araştırma Grubu

Veri grubunu Trabzon il merkezindeki fitness merkezlerinde fitness çalışması yapan, 164 (% 39.7) kadın, 249 (% 60.3) erkek, 413 gönüllü bireyler oluşturmuştur. Araştırmaya katılan bireylerin yaş ortalaması 38.35 (Ss= 10.392)'dir. Veriler kolayda örnekleme yöntemine göre araştırmacı tarafından toplanmıştır. Bireylerin en az 6 aydır ve haftada iki kez düzenli olarak fitness yapıyor olması örneklem seçim kriteri olarak kabul edilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği, Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği ve Egzersiz Sağlık İnanç Modeli Ölçeğinden faydalanılmıştır.

Psikolojik İyi Oluş Ölçeği: Ölçeği Diener ve ark. (2009) geliştirmiş ve Telef (2013) Türk diline uyarlamıştır. Ölçek, tek boyuttan ve sekiz maddeden oluşmaktadır. Ölçek, “Kesinlikle katılmıyorum” ile “Kesinlikle katılıyorum” arasında yedili Likert tipli olarak cevaplanmaktadır. Orijinal ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı 0.87, mevcut çalışmada ise 0.84 olarak hesaplanmıştır.

Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği: Ölçeği Walker ve ark. (1987) geliştirmiş ve Bahar ve ark. (2008) Türk diline uyarlamıştır. Altı alt boyuttan oluşan ölçek 52 maddeli bir yapıya sahiptir. Ölçek, “Hiçbir zaman” ile “Düzenli olarak” arasında cevaplanan dördümlü Likert tipli olarak cevaplanmaktadır. Ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayıları sağlık sorumluluğu 0.77, manevi gelişim 0.79, fiziksel aktivite 0.79, beslenme 0.68, kişilerarası ilişkiler 0.80, stres yönetimi 0.64 olarak bildirilmiş olup bu çalışmada ise sırayla 0.71, 0.70, 0.70, 0.70, 0.73, 0.71 olarak hesaplanmıştır.

Egzersiz Sağlık İnanç Modeli Ölçeği: Ölçek, Villar ve ark. (2017) tarafından geliştirilmiş ve Yılmaz (2019) tarafından Türk diline uyarlanmıştır. Beş alt boyuttan oluşan ölçek 25 maddeli bir yapıya sahiptir. Ölçeğin 1-18 arası olan maddeleri, “Hiç, biraz, oldukça, sık sık ve çok fazla” olarak; 19-25 arası olan maddeleri, “Hiç düşünmüyorum, olabileceğime ihtimal vermiyorum, olabilirim diye düşünüyorum, büyük ihtimalle olacağımı düşünüyorum ve kesinlikle olacağımı düşünüyorum” şeklinde puanlanmaktadır. Ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayıları egzersiz yararlarının, egzersiz maliyetinin önüne geçtiğiyle alakalı inançlar 0.84, egzersiz yapmanın hastalık riskini (tehditleri) azalttığı inançları 0.67, egzersiz yapmama sakıncalarına ilişkin inançları 0.90, egzersiz yapmanın ciddiyeti hakkında inançlar 0.85 ve genel sağlık değerleri 0.75 olarak bildirilmiştir. Bu çalışmada ölçek tek boyutlu olarak değerlendirilmiş ve toplamda 0.82 olarak hesaplanmıştır.

Verilerin Analizi

Verilerin analizinde, fitness katılımcılarının psikolojik iyi oluş, egzersiz sağlık inançları ve sağlıklı yaşam biçimi düzeylerini tespit etmek için aritmetik ortalama ve standart sapma analizi; psikolojik iyi oluş, egzersiz sağlık inançları ve sağlıklı yaşam biçimi düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek için pearson korelasyon katsayısı; fitness katılımcılarının psikolojik iyi oluş ve sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının egzersiz sağlık inançlarını yordama düzeyini tespit etmek için çoklu doğrusal regresyon analizinden faydalanılmıştır. Analizde SPSS 23.0 programı kullanılmıştır.

BULGULAR

Psikolojik İyi Oluş Ölçeği, Egzersiz Sağlık İnanç Modeli Ölçeği ve Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeklerinden elde edilen puanların çarpıklık ve basıklık katsayıları [-1.00, 1.00] aralığında olduğu ve normal dağılım gösterdiği belirlenmiştir (Tabachnick ve Fidell, 2013).

Tablo 1. Fitness katılımcılarının psikolojik iyi oluş, egzersiz sağlık inançları ve sağlıklı yaşam biçimi düzeyleri

Değişken	n	En düşük değer	En yüksek değer	\bar{X}	Ss	Çarpıklık	Basıklık
Psikolojik iyi oluş	413	4.25	7.00	5.91	0.60	-0.45	-0.01
Egzersiz sağlık inanç	413	2.20	4.88	3.60	0.51	-0.06	0.29
Sağlık sorumluluğu	413	1.67	4.00	2.96	0.39	-0.27	-0.00
Fiziksel aktivite	413	1.63	4.00	3.15	0.43	-0.43	0.06
Beslenme	413	2.00	4.00	3.04	0.42	-0.25	-0.24
Manevi gelişim	413	1.89	4.00	3.01	0.42	-0.04	-0.32
Kişilerarası ilişkiler	413	1.89	3.67	2.90	0.33	-0.12	-0.15
Stres yönetimi	413	1.88	4.00	3.05	0.41	-0.14	-0.33

Tablo 1'e göre fitness katılımcılarının psikolojik iyi oluş (5.91 ± 0.60), egzersiz sağlık inanç ($3.60 \pm .51$), sağlık sorumluluğu ($2.96 \pm .39$), fiziksel aktivite (3.15 ± 0.43), beslenme ($3.04 \pm$

0.42), manevi gelişim (3.01 ± 0.42), kişilerarası ilişkiler (2.90 ± 0.33) ve stres yönetimi (3.05 ± 0.41) puanlarının yüksek düzeyde olduğu görülmektedir.

Tablo 2. Fitness katılımcılarının psikolojik iyi oluş, egzersiz sağlık inançları ve sağlıklı yaşam biçimi arasındaki ilişki

	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Psikolojik iyi oluş	1							
2. Egzersiz sağlık inanç	0.29**	1						
3. Sağlık sorumluluğu	0.01	0.03	1					
4. Fiziksel aktivite	0.00	-0.01	0.71**	1				
5. Beslenme	-0.01	-0.06	0.69**	0.73**	1			
6. Manevi gelişim	-0.03	-0.03	0.62**	0.71**	0.74**	1		
7. Kişilerarası ilişkiler	-0.04	-0.09	0.54**	0.57**	0.65**	0.66**	1	
8. Stres yönetimi	-0.04	-0.06	0.63**	0.72**	0.68**	0.69**	0.59**	1

**p<0.01

Tablo 2'ye göre, psikolojik iyi oluş ile egzersiz sağlık inanç ($r=0.29$, $p<0.01$) arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Ayrıca sağlıklı yaşam biçimi davranışları ölçeğinin alt boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir [Sağlık sorumluluğu ile fiziksel aktivite ($r=0.71$, $p<0.01$), beslenme ($r=0.69$, $p<0.01$), manevi gelişim ($r=0.62$, $p<0.01$), kişilerarası ilişkiler ($r=0.54$, $p<0.01$) ve stres yönetimi ($r=0.63$, $p<0.01$) arasında; fiziksel aktivite ile beslenme ($r=0.73$, $p<0.01$), manevi gelişim ($r=0.71$, $p<0.01$), kişilerarası ilişkiler ($r=0.57$, $p<0.01$), stres yönetimi ($r=0.72$, $p<0.01$) arasında; beslenme ile manevi gelişim ($r=0.74$, $p<0.01$), kişilerarası ilişkiler ($r=0.65$, $p<0.01$) ve stres yönetimi ($r=0.68$, $p<0.01$) arasında, manevi gelişim ile kişilerarası ilişkiler ($r=0.66$, $p<0.01$) ve stres yönetimi ($r=0.69$, $p<0.01$) arasında; kişilerarası ilişkiler ile stres yönetimi ($r=0.59$, $p<0.01$) arasında].

Tablo 3. Fitness katılımcılarının psikolojik iyi oluş ve sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının egzersiz sağlık inançlarını yordama düzeyi

	Değişkenler	β	Standart Hata	B	t	p
	Constant	2.424	0.34		7.194	0.00*
	Psikolojik iyi oluş	0.24	0.04	0.28	5.997	0.00*
Egzersiz sağlık inanç	Sağlık sorumluluğu	0.20	0.10	0.15	2.049	0.04*
	Fiziksel aktivite	0.02	0.10	0.02	0.196	0.84
	Beslenme	-0.16	0.10	-0.13	-1.530	0.13
	Manevi gelişim	0.11	0.10	0.09	1.153	0.25
	Kişilerarası ilişkiler	-0.17	0.10	-0.11	-1.648	0.10
	Stres yönetimi	-0.09	0.09	-0.07	-0.933	0.35
R= 0.33 R ² =0.11 F= 6.984 p=0.00						

Tablo 3'e göre, fitness katılımcılarının psikolojik iyi oluş ve sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının egzersiz sağlık inançlarını yordama denklemi anlamlıdır. Psikolojik iyi oluş ve sağlıklı yaşam biçimi davranışları egzersiz sağlık inançlarının % 10.8'ini açıklamaktadır ($R=0.33$; $R^2=0.11$; $F=6.984$; $p<0.01$). Regresyon analizi sonucunda, egzersiz sağlık inancı ile psikolojik iyi oluş ($\beta=0.24$, $p<0.01$) ve sağlık sorumluluğu ($\beta=0.20$, $p<0.01$) arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Fiziksel aktivite, beslenme, manevi gelişim, kişilerarası ilişkiler ve stres yönetiminin egzersiz sağlık inancının bir yordayıcısı olmadığı anlaşılmıştır.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmada fitness katılımcılarının psikolojik iyi oluş ve sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının egzersiz sağlık inançları üzerindeki etkisi araştırılmıştır. Analizler sonucunda, olumlu psikolojik iyi oluş hali ve sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının egzersiz farkındalığına yönelik inancı arttırdığı anlaşılmaktadır.

Araştırma sonucunda, fitness katılımcılarının sağlık sorumluluğu, psikolojik iyi oluş, egzersiz sağlık inanç, fiziksel aktivite, manevi gelişim, beslenme, stres yönetimi ve kişilerarası ilişkiler puanlarının yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Buna göre, fitness katılımcılarının sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının, ruhsal sağlık düzeylerinin ve egzersizin sağlıklarını olumlu yönde etkilediğine ilişkin farkındalıklarının yüksek düzeyde olduğu anlaşılmaktadır. Egzersiz sağlık inancı yüksek olan bir bireyin, fiziksel aktivitenin sağlığa olumlu etkisinin farkında olduğu söylenebilir. Reis (2022) yaptığı çalışmada, klinik sınıflaması yüksek ve çalışan bireylerin egzersiz farkındalığına yönelik inançlarının daha yüksek olduğunu, Doymaz (2013) ise diğer bireylerin fiziksel aktivite düzeyinin artırılması ile egzersiz inanışlarının artacağını ifade etmişlerdir. Başar (2018) yaptığı çalışmada, düzenli egzersiz yapan bireylerin yüksek mutluluk ve psikolojik iyi oluş puanlarına sahip olduklarını tespit etmiştir. Karabulut ve Altun (2018), sağlık sorumluluğu ve fiziksel aktivite alt boyutlarında spor yapan kadınların daha yüksek puana sahip olduklarını belirlemişlerdir. Ayaz, Tezcan ve Akıncı (2005), spor yapan bireylerin sağlıklı yaşam biçimi toplam puanlarının sedanter bireylerden daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir.

Araştırmanın bir diğer bulgusuna göre, fitness katılımcılarının psikolojik iyi oluş ile egzersiz sağlık inançları arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Buna göre, fitness katılımcılarının egzersiz sağlık inançları arttıkça psikolojik iyi oluş düzeylerinin de arttığı ifade edilebilir. Başka bir ifadeyle fiziksel aktivitenin sağlığı olumlu etkisinin farkında olan bireyler fiziksel aktivite düzeylerini arttırdıkça psikolojik iyi oluş durumlarını da arttırmaktadırlar. Sağlık inancı, bireylere durumun ciddiyetinin kavranması yönünde bir bilinçlenme sağlamaktadır. Duyan ve ark. (2022), düzenli pilates egzersizleri yapan kadınların olumlu bir fiziksel imaj geliştirdiğini, kendileriyle daha barışık olduklarını ve psikolojik iyilik hallerini arttırdıklarını tespit etmişlerdir. Shang ve ark. (2021), üniversite öğrencilerinin fiziksel egzersiz düzeyinin her boyutta öznel iyi oluş düzeyi ile pozitif bir şekilde ilişkili olduğunu belirlemişlerdir. Granero-Jiménez ve ark. (2022), yüksek düzeyde fiziksel aktivitenin daha yüksek psikolojik iyi oluşla ilişkili olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Araştırmanın bir başka bulgusuna göre, egzersiz sağlık inancı ile psikolojik iyi oluş ve sağlık sorumluluğu arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Dolayısıyla psikolojik iyi oluş ve sağlık sorumluluğunun egzersiz sağlık inancını olumlu yönde etkilediği ifade edilebilir. Peker ve Zengin (2019), üniversite öğrencilerinin refah seviyelerinin sağlık inanç düzeylerine olumlu yönde etki ettiğini tespit etmişlerdir. Çelik (2019), katılımcıların bir aylık diyet ve fiziksel aktivite uygulamasından sonra fiziksel aktivite ve benlik saygısı düzeylerinin oldukça arttığını, anksiyete ve depresyon belirtilerinin azaldığı tespit etmiştir. Akande ve ark. (2000), egzersizin sağlık açısından destek olması ve hastalıkları önlemesi bakımından bireylerde özgüven, yaratıcı anlatım, benlik kavramını geliştirdiğini bundan dolayı bireylerin iş ve sosyal hayatındaki başarılarını arttırdığını belirtmişlerdir. Marconcini ve ark. (2022) yaptıkları çalışmada, daha yüksek fiziksel aktivitenin, yaştan bağımsız olarak daha yüksek refah, yaşam kalitesi ve daha düşük depresif semptomlar, kaygı ve stres ile ilişkili olduğunu ileri sürmüşlerdir. Yapılan çalışmalar bireylerin ruhsal ve fiziksel sağlıklarını iyileştirmede fiziksel

aktivitenin olumlu etkisinin olduğunun farkına vardıklarını ve bu sayede fiziksel aktivite düzeylerini arttırdıklarını göstermektedir.

ÖNERİLER

Sağlıklı-onarıcı yaşam biçimi davranışlarının benimsenmesinde ve sağlık inancı farkındalığının sağlanmasında bireylere kurumsal olarak fiziksel aktivitenin önemine yönelik çeşitli kaynaklar aracılığı ile bilgi paylaşımları yapılabilir. Çeşitli fiziksel aktivite programları düzenlenerek bireylerin ruhsal ve fiziksel sağlıklarının iyileşmesindeki gelişmeler gözlenebilir, böylece bireylerin egzersiz sağlık inançlarının artırılması sağlanabilir.

KAYNAKLAR

Akande, A., Vanwyk, C. D., & Osagie, J. E. (2000). Importance of exercise and nutrition in the prevention of illness and the enchancement of health. *Education, 120*(4), 758-773.

Ayaz, S., Tezcan, S., & Akıncı, F. (2005). Hemşirelik yüksekokulu öğrencilerinin sağlığı geliştirme davranışları. *Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi, 9*(2), 26-34.

Bahar, Z., Beşer, A., Gördes, N., Ersin, F., & Kıssal, A. (2008). Sağlıklı yaşam biçimi davranışları ölçeği II'nin geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 12*(1), 1- 13.

Başar, S. (2018). Düzenli egzersizin depresyon, mutluluk ve psikolojik iyi oluş üzerine etkisi. *İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 5*(3), 25-34.

Bostan, N., & Beşer, A. (2017). Hemşirelerin sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını etkileyen faktörler. *Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi, 14*(1), 38-44.

Boehm, J. K., & Kubzansky, L.D. (2012). The heart's content: the association between positive psychological well-being and cardiovascular health. *Psychological Bulletin, 138*(4), 655-691.

Choi, J., Catapano, R., & Choi, I. (2017). Taking stock of happiness and meaning in everyday life: An experience sampling approach. *Social Psychological and Personality Science, 8*(6), 641–651.

Çelik, E. (2019). Obezite nedeniyle başvuran bireylerin tedavi öncesi ve sonrası anksiyete-depresyon durumlarının değerlendirilmesi. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi-International Journal of Society Research, 17*(34), 1-17.

Díaz, D., Rodríguez-Carvajal, R. L., Blanco, A., Moreno-Jiménez, B., Gallardo, I., Valle, C., & van Dierendonck D. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema, 18*, 572–577.

Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2009). *New measures of well-being: Flourishing and positive and negative feelings*. In Assessing well-being: The collected works of Ed Diener, social indicators research series 39, Deiner E. (Ed.). p. 247-250. Springer. doi 10.1007/978-90-481-2354-4 12

Doymaz F. (2013). *Sağlıklı kadınlarda egzersiz inancının egzersiz davranış değişimleri üzerine etkilerinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Duyan, M., İlkin, M., & Çelik, T. (2022). The effect of social appearance anxiety on psychological well-being: a study on women doing regular pilates activities. *Pakistan Journal of Medical Sciences, 16*(02), 797-797.

Elliott, L.D., Wilson, O., Holland, K. E., & Bopp, M. (2021). Using exercise as a stress management technique during the COVID-19 Pandemic: The differences between men and women in college. *International Journal of Exercise Science, 14*, 1234–1246.

Flueckiger, L., Lieb, R., Meyer, A. H., Witthauer, C., & Mata, J. (2017). Day-to-day variations in health behaviors and daily functioning: two intensive longitudinal studies. *Journal of Behavioral Medicine, 40*(2), 307-319.

González-Hernández, J., López-Mora, C., Portolés-Ariño, A., Muñoz-Villena, A. J., & Mendoza-Díaz, Y. (2017). Psychological well-being, personality and physical activity. One life style for the adult life. *Acción Psicológica*, 4, 65–78.

Granero-Jiménez, J., López-Rodríguez, M. M, Dobarrío-Sanz, I., & Cortés-Rodríguez, A. E. (2022). The effect of physical exercise on young adults' psychological well-being: A quantitative study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(7), 4282.

Hao, M., Fang, Y., Yan, W., Gu, J., Hao, Y., & Wu, C. (2022). Relationship between body dissatisfaction, insufficient physical activity, and disordered eating behaviors among university students in southern China. *BMC Public Health*, 22, 2054.

Henriksson, M., Wall, A., Nyberg, J., Adiels, M., Lundin, K., Bergh, Y., Eggertsen, R., Danielsson, L., Kuhn, H. G., Westerlund M., David Åberg, N., Waern, M., & Åberg, M. (2022). Effects of exercise on symptoms of anxiety in primary care patients: A randomized controlled trial. *Journal of Affective Disorder*, 297, 26–34.

Joo, Y. S., Kim, J., Lee, J., & Chung, I. J. (2021). Fine particulate matter and depressive symptoms in children: A mediation model of physical activity and a moderation model of family poverty. *SSM Population Health*, 17, 101015.

Kandola, A., Ashdown-Franks, G., Hendrikse, J., Sabiston, C. M., & Stubbs, B. (2019). Physical activity and depression: Towards understanding the antidepressant mechanisms of physical activity. *Neuroscience Biobehavioral Reviews*, 107, 525-539.

Karabulut, E. O., & Altun, M. (2018). Düzenli olarak spor yapan ve yapmayan kadınların sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının farklı değişkenler bakımından incelenmesi: Kırşehir ili örneği. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19(1), 936-948.

Karasar, N. (2018). *Bilimsel araştırma yöntemi: Kavramlar ilkeler ve teknikler*. Ankara: Nobel.

Kushner, R. F., & Mechanick, J. I. (2016). The importance of healthy living and defining life style medicine. *International Lifestyle Medicine*, 3(5), 9-15.

Lindwall, M., Gerber, M., Jonsdottir, I. H., Börjesson, M., Ahlborg, G. (2014). The relationships of change in physical activity with change in depression, anxiety, and burnout: a longitudinal study of Swedish healthcare workers. *Health Psychology*, 33(11), 1309–1318.

Marconcin, P., Werneck, A. O., Peralta, M., Ihle, A., Gouveia, É. R., Ferrari, G., & Marques, A. (2022). The association between physical activity and mental health in the first year of the COVID-19 pandemic: A systematic review. *BMC Public Health*, 22(1), 1-14.

Nassar, O. S., & Shaheen, A. M. (2014). Health-promoting behaviours of university nursing students in Jordan. *Scientific Research Publishing*, 6(19), 2756-2763.

Ocakçı, A. (2003). Sağlıkın korunma ve geliştirilmesinde hemşirelik hizmetlerinin rolü. *Sağlık ve Toplum Dergisi*. 10(2), 20-27.

Pahl, K., Brook, J. S., Koppel, J., Lee, & J. Y. (2011). Unexpected benefits: pathways from smoking restrictions in the home to psychological well-being and distress among urban black and Puerto Rican Americans. *Nicotine Tobacco Research*, 13, 706-713.

Pancheva, M. G., Ryff, C. D. & Lucchini, M. (2021). An integrated look at well-being: Topological clustering of combinations and correlates of hedonia and eudaimonia. *Journal of Happiness Studies*, 22(5), 2275-2297.

Peker, A. T., & Zengin, S. (2019). Sağlık hizmetleri meslek yüksekokulu öğrencilerinin spor sağlık inanç düzeylerinin değerlendirilmesi. *Ekev Akademi Dergisi*, 77, 45-56.

Reis, R. (2022). *Kronik venöz yetmezlik hastası bireylerin egzersiz inançlarının değerlendirilmesi*. Yüksek lisans tezi, Pamukkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Pamukkale.

- Ryff, C. D., Boylan, J. M., & Kirsch, J. A. (2021). *Eudaimonic and hedonic well-being* In Measuring well-being. Matthew T. L., Laura D. K., Tyler J. V. (Eds). p. 92-135. Oxford University Press doi: 10.1093/oso/9780197512531.003.0005
- Schuch, F. B., Vancampfort, D., Richards, J., Rosenbaum, S., Ward, P.B., & Stubbs, B. (2016). Exercise as a treatment for depression: A meta-analysis adjusting for publication bias. *Journal of Psychiatric Research*, 77, 42-51.
- Shang, Y., Xie, H. D., & Yang, S. Y. (2021). The relationship between physical exercise and subjective well-being in college students: The mediating effect of body image and self-esteem. *Frontiers in Psychology*, 12, 658935.
- Stevens, M., Lieschke, J., Cruwys, T., Cardenas, D., Platow, M. J., & Reynolds, K. J. (2021). Better together: How group-based physical activity protects against depression? *Social Science & Medicine*, 286, 114337.
- Şimşekoğlu, N., & Mayda, A. S. (2016). Bir üniversite hastanesinde görevli hemşirelerin sağlıklı yaşam biçimi davranışları ve sağlık kaygısı düzeyleri. *Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 6(1), 19-29.
- Tabachnick, B., & Fidell, L. (2013). *Using multivariate statistics* (6th International edition cover edn). NJ: Sage, Thousand Oaks.
- Telef, B. B. (2013). Psikolojik iyi oluş ölçeği: Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(3), 374-384.
- Ünsal, A. (2017). Hemşireliğin dört temel kavramı: insan, çevre, sağlık ve hastalık, hemşirelik. *Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 1(1), 11-28.
- Villar, O., Alvarado, P., Vega, M., Saucedo, I., Pena, G., Romero, N., & Alcaraz, S. (2017). Factor structure and internal reliability of an exercise health belief model scale in a Mexican population. *BMC Public Health*, 17(1), 229. doi: 10.1186/s12889-017-4150-x
- Walker, S. N., Sechrist, K. R., & Pender N. J. (1987) The health promoting lifestyle profile development and psychometric characteristics. *Nursing Research*, 36(2), 76-80.
- Yılmaz, M. D. (2019). *Egzersiz sağlık inanç modeli ölçeğinin Türkçe geçerlilik ve güvenirliği*. Yüksek lisans tezi, Pamukkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Denizli.
- Zaybak, A., & Fadıloğlu, Ç. (2004). Üniversite öğrencilerinin sağlığı geliştirme davranışı ve bu davranışı etkileyen etmenlerin belirlenmesi. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 20(1), 77-95.



SPORMETRE

The Journal of Physical Education and Sport Sciences
Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi



DOI: 10.33689/spormetre.1430063

Geliş Tarihi (Received): 01.02.2024

Kabul Tarihi (Accepted): 11.10.2024

Online Yayın Tarihi (Published): 30.12.2024

ORTAÖĞRETİMDE ÖĞRENİM GÖREN ÖĞRENCİLERİN BEDEN EĞİTİMİ DERSİ SPORTMENLİK DAVRANIŞI VE ŞİDDET EĞİLİMİ SIKLIĞI İLE MUTLULUK ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ*

Öner Boztepe¹ , Meryem Altun Ekiz^{2†} 

¹Samandağ Eriklikuyu Anadolu İmam Hatip Lisesi, HATAY

²Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, HATAY

Öz: Bu çalışmanın amacı ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin beden eğitimi dersi sportmenlik davranışı ve şiddet eğilimi sıklığı ile mutluluk arasındaki ilişkinin incelenmesidir. İlişkisel tarama modeli uygulanan bu çalışmaya 374 öğrenci katılmıştır. Veriler "Beden Eğitimi Dersi Sportmenlik Davranışı Ölçeği, Şiddet Eğilimi Ölçeği ve Mutluluk Ölçeği" ile toplanmıştır. Verilerin analizinde ölçek puanlarının normallik testi yapılmış ve verilerin normal dağılım göstermediği tespit edilmiştir. Buna bağlı olarak da betimsel istatistik yöntemleri ile beraber Mann-Whitney U testi, Kruskal-Wallis testi ve Sperman Brown sıra farkları testi uygulanmıştır. Öğrencilerin cinsiyet ve yaş değişkenine göre şiddet eğilimi ve sportmenlik davranışı puanlarında anlamlı farklılık gözlenirken mutluluk puanlarında anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir. Öğrencilerin lise türüne göre yapılan analiz sonuçlarında sportmenlik puanlarında anlamlı farklılık görülürken şiddet ve mutluluk puanlarında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Öğrencilerin sınıf değişkenine göre şiddet puanlarında anlamlı farklılık görülürken sportmenlik ve mutluluk puanlarında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Korelasyon analizi sonuçlarına göre; şiddet ve mutluluk arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki; sportmenlik ve mutluluk arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki; yaş ve sportmenlik arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki; sınıf ve yaş ile şiddet arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Sonuç olarak erkeklerin şiddet ve sportmenlik davranışları kadınlardan daha yüksek düzeyde olduğu görülmüştür. Şiddet eğilimi ölçeğinden alınan en yüksek puan 15 yaş grubunda iken sportmenlik davranışı ölçeğinden alınan en yüksek puan ise 16 yaş grubundaki öğrencileri kapsamaktadır. Sınıf düzeyine bakıldığında şiddet eğilimi ölçeğinden alınan en yüksek puan 10. sınıftaki öğrencilerde görülmüştür. Öğrencilerin şiddet puanlarının artması durumunda mutluluk puanlarının azalacağı, sportmenlik puanlarının artması durumunda mutluluk puanlarının da artacağı söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Ortaöğretim, beden eğitimi dersi, sportmenlik, şiddet eğilimi, mutluluk

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN THE FREQUENCY OF PHYSICAL EDUCATION COURSE SPORTSMANSHIP AND VIOLENT TENDENCIES AND HAPPINESS OF SECONDARY EDUCATION STUDENTS

Abstract: The aim of this study is to examine the relationship between Frequency of Physical Education Course Sportsmanship and Violence Tendencies and happiness of Secondary Education Students. 374 students participated in this study, in which the relational screening model was applied. Data were collected with the "Physical Education Lesson Sportsmanship Behavior Scale, Violence Tendency Scale and Happiness Scale". In the analysis of the data, the normality test of the scale scores was performed and it was determined that the data did not show a normal distribution. Accordingly, Mann-Whitney U test, Kruskal-Wallis test and Sperman Brown rank difference test were applied along with descriptive statistical methods. While a significant difference was observed in the students' violence tendency and sportsmanship behavior scores according to gender and age variables, no significant difference was observed in their happiness scores. In the analysis results made according to the students' high school type, there was a significant difference in sportsmanship scores, but no significant difference was seen in violence and happiness scores. While there was a significant difference in the students' violence scores according to the class variable, there was no significant difference in their sportsmanship and happiness scores. According to the results of correlation analysis; a negatively significant relationship between violence and happiness; a positive significant relationship between sportsmanship and happiness; a positive significant relationship between age and sportsmanship; It was found that there was a significant negative relationship between grade and age and violence. According to the results of the correlation analysis, it was found that there is a significant negative relationship between violence and happiness. A positive and significant relationship was found between sportsmanship and happiness. A positive significant relationship was found between age and sportsmanship. A significant negative correlation was found between class and age and violence. As a result, it was seen that men's violence and sportsmanship behaviors were higher than women's. While the highest score obtained from the violence tendency scale is in the 15-year-old group, the highest score received from the sportsmanship behavior scale includes students in the 16-year-old group. Considering the grade level, the highest score obtained from the violence tendency scale was seen in the 10th grade students. It can be said that if students' violence scores increase, their happiness scores will decrease, and if their sportsmanship scores increase, their happiness scores will also increase.

Key Words: Secondary education, physical education course, sportsmanship, violent tendencies, happiness

* Bu çalışma yüksek lisans tezi esas alınarak hazırlanmıştır ve 11-14 Kasım 2023 tarihinde düzenlenen 21. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresinde sözel bildiri olarak sunulmuş ve özet metin olarak yayınlanmıştır

† Sorumlu Yazar: Meryem Altun Ekiz, Doç. Dr. E-mail: mrymltn@hotmail.com

GİRİŞ

Eğitim, insanların doğumundan ölümüne kadar her döneminde var olan bir olgudur. İnsanlar hayatını devam edebilmesi için belirli toplum kurallarına uymak durumundadır. Birey bu kuralları genel olarak eğitim yoluyla kazanmaktadır (Fidan, 2012). Eğitim programlarının oluşturulmasında eğitim tarihi dikkate alınarak tarihsel süreçteki deneyim ve yaşantılardan yararlanılmalıdır (Özyılmaz, 2020). Beden eğitimi ve spor dersi eğitimin önemli bir bölümünü oluşturmaktadır. Beden eğitimi ve spor dersi öğrencilerin gelişim dönemlerine dikkat ederek öğrencilerin sağlıklı, iyi, mutlu, dengeli ve güzel bir karakter oluşturmalarının sağlayabilmektedir. Bu derslerde aktarılması hedeflenen alışkanlıklar, bilgi ve beceriler bir bütün olarak analiz edilmesi gerekmektedir (İnan, 2021). Beden eğitimi kişinin belirli plan ve program çerçevesinde düzenli aktiviteler yaparak bedensel, ruhsal, sosyal ve mental gibi alanlarda gelişme gösterme durumudur (Koç ve Tekin, 2011). Sporun içerisinde yer alan sportmenlik, bireyin müsabakalarda veya sportif etkinliklerde kendisinden beklenen pozitif davranışları, dürüstlük ve güvenilirlik kavramlarını olumlu yönde sergilemesidir (Felicity, 2002). Sportmenlik kavramı, yaşamın bütün alanına etki etmektedir. Bu kavram kültürler arası bazı farklılıklar gösterse de tümüyle evrenseldir (Ekinci, 2018) ve saygılı, güzel ahlaklı, insanlığa hizmet eden hem fiziksel açıdan güçlü hem de cesareti yüksek vatansever kişi olarak açıklanmaktadır (Konter, 2006).

Sportmenlik beden eğitimi ve spor dersinin içerisinde ve hayatın bütününde yer alan bununla birlikte ahlaki değerler içeren bir kavramdır (Pehlivan, 2004). Sportmenlik davranışını kazanmış bir birey, davranışlarını içinde bulunduğu etkinliğin niteliklerine göre sergileyendir. Böyle bir birey de sosyal bütünlüğü sağlamada gerekli kişisel nitelikler olan iyi, cesur, şerefli, güçlü, başkalarının haklarına saygılı, centilmen ve davranışlarında duygusal tepkiler vermek yerine akıl ve mantık çerçevesine kalabilen (Kotan, 2004) aynı zamanda dürüstlük, sabır, öz denetim, öz güven, küçümsememe, nezaket, kibarlık, asalet, onur, ortaklık ve cömertlik gibi davranışlar geliştirebilir. Sportmenlikte amaç oyunun tansiyonunu artırmak değil, azaltmaktır. Sportmenlikte rakipler iş birliğinin bir parçası olarak ele alınmaktadır. Aslında rekabet heyecanı büyüdüğünde ve kazanmak önem kazandığında sportmenlik de önem kazanmaktadır (Gürpınar, 2009). Sportif etkinliklerde amaç insancıl ve barışçıl değerler çerçevesinde mücadele etmek olsa da spor sahalarında bu amaca uymayan birçok şiddet olaylarıyla karşılaşmaktadır. Şiddetin olduğu yerde sportmenlik devre dışı kalmaktadır (Tanrıverdi, 2012).

Günümüzde şiddet, modern toplumun üstesinden gelmekte zorlandığı en önemli bireysel ve toplumsal sorunlardan birisidir (Çetinöz ve ark., 2024). Yaşantımız esnasında yaygın olarak şahit olduğumuz şiddet olayları, çeşitli kurumlarda da gözlenmektedir (Kocadaş ve ark., 2010). Fiziksel şiddet, en sık karşılaşılan şiddet türlerinden biridir (Genç ve Ayhan, 2021). “Şiddet” ile hareket etmek, değerlerini bilmeden kuralları çiğnemek demektir (Şahin, 2003). Araştırmalar, saldırganlık ve şiddetin ergenlik dönemindeki gelişimsel özellikleriyle de ilişkili olduğunu göstermiştir (Haskan-Avcı ve Yıldırım, 2014). Gordon (1999), ergenlerin anlaşılma veya yanlış anlaşılma durumunda özellikle tepkisel olabildiklerini belirtmiştir. Ayrıca incinmek, gücenmek, yanlış anlaşılma, reddedilmek, engellenmek, korku, huzursuzluk, hayal kırıklığı, yalnızlık gibi temel duyguların kolayca acı verici öfke ve kızgınlık gibi duygulara dönüşebilmektedir. Ergenler duygusal durumlarını kontrol etmekte zorlandıkları için öfkeli provokasyonlara karşı savunmasız olabilmektedirler (Çuhadaroğlu-Çetin, 2008). Olumsuz çocukluk deneyimleri de yetişkinlikte saldırganlık üzerinde de etkili olabilmektedir (Ertürk ve ark., 2020’den akt. Çetinöz ve ark., 2024). Sokrates ve Aristoteles gibi düşünürler, insanların erdemli bir yaşam sürerlerse mutlu olabileceklerini savunmuşlardır. Mutluluk, hayattan

maksimum doyum alma, pozitif duyguları fazla yaşama, acı ve olumsuz duyguları ise daha az yaşama olarak tanımlanmıştır (Doğan, 2013). Mutluluk insan yaşamının bütün noktalarına değinen, insanın yaşamıyla bütünleşen bir kavram olarak Antik çağdan bu yana üzerinde en çok konuşulan ve tartışılan bir durum haline gelmiştir. Bireyler yaşam içinde zaman zaman farklı duygu durumları yaşamakta ve farklı ruh haline girebilmektedirler. Yaşamın getirmiş olduğu olumsuzluklar karşısında mutsuz bireyler stresle baş edememekte ve ruhsal olarak kendilerini aşağıya çekerek daha çok mutsuz olmaktadır. Bunun yanı sıra mutlu bireyler olaylar karşısında daha güçlü, problem çözmeye odaklı davranışları sergileyebilmektedirler (Bağcı ve ark., 2019). İnsanın gelişim alanları bir bütün halinde gerçekleştiğinden birbirlerini etkilemektedir. Bu gelişimler arasında duyuşsal ve bilişsel gelişim alanları da bulunmaktadır. Örneğin beden eğitimi ve spor dersinde psikomotor becerilerin yanı sıra sportmen davranış sergileyen bireylerin sosyal açıdan kabul görmesi sosyal gelişime de katkı sağlamaktadır. Beden eğitimi ve spor derslerinde sportif faaliyetler ile doğrudan veya dolaylı olarak sportmenlik anlayışı aşılama, şiddet davranışlarını azaltmaya ve öğrencileri mutlu bireyler olarak yetiştirmeye çalışılmaktadır.

Ortaöğretim dönemi, bireylerin kişilik gelişimlerinin, sosyal etkileşimlerinin ve duygusal sağlıklarının şekillendiği kritik bir evredir. Bu dönemde öğrenciler, sadece akademik bilgi edinmekle kalmayıp, aynı zamanda sosyal becerilerini ve kişilik özelliklerini de geliştirmektedirler. Bu bağlamda, beden eğitimi dersleri önemli bir rol oynamaktadır. Beden eğitimi, öğrencilerin fiziksel sağlıklarını artırmanın yanı sıra, sosyal değerleri, takım çalışmasını ve sportmenlik ruhunu aşılama da etkili bir araçtır. Sportmenlik, bireylerin hem spor alanında hem de günlük yaşamlarında etik değerler, saygı ve adalet anlayışını geliştirmelerine katkı sağlar. Bu davranışların teşvik edilmesi, öğrencilerin sosyal ilişkilerini olumlu yönde etkileyerek, daha sağlıklı bir toplumsal ortamın oluşmasına yardımcı olabilir. Bu çalışma, sportmenlik davranışlarının sadece sporla sınırlı olmadığını, öğrencilerin genel mutluluk düzeyleri üzerinde de belirleyici bir etkisi olduğunu ortaya koymayı amaçlamaktadır. Günümüzde gençler arasında artan şiddet eğilimleri, sosyal bir sorun haline gelmiştir. Bu durumun, bireylerin psikolojik sağlıkları üzerinde olumsuz etkileri bulunmaktadır. Beden eğitimi dersleri aracılığıyla sportmenlik ve fair-play anlayışının benimsenmesi, şiddet eğilimlerinin azaltılmasına katkı sağlayabilir. Bu çalışmanın, şiddet eğilimleri ile sportmenlik davranışları arasındaki ilişkiyi incelemesi, eğitimcilerin ve politika yapıcıların şiddeti önleyici stratejiler geliştirmelerine yardımcı olabilir. Mutluluk, bireylerin yaşam kalitesini etkileyen en önemli unsurlardan biridir. Öğrencilerin mutluluk düzeylerinin artırılması, hem akademik başarılarını hem de sosyal ilişkilerini olumlu yönde etkileyebilir. Bu çalışmanın, sportmenlik davranışları ve şiddet eğilimleri ile mutluluk arasındaki ilişkiyi irdelemesi, eğitim programlarının yeniden yapılandırılması ve öğrencilerin psikolojik sağlıklarının desteklenmesi açısından önemli bir veri kaynağı oluşturabilir. Elde edilen bulgular, eğitim kurumlarının beden eğitimi programlarını gözden geçirmelerine ve bu programların daha etkili hale getirilmesine yönelik önerilerde bulunmalarına yardımcı olabilir. Ayrıca, bu çalışma, öğrenci sağlığı ve güvenliği konusunda daha bilinçli politikaların geliştirilmesine zemin hazırlayabilir. Sonuç olarak, bu çalışma, beden eğitimi dersinin öğrencilerin sosyal ve psikolojik gelişimindeki rolünü anlamaya yönelik önemli bir adım atmaktadır. Bu bağlamda, sportmenlik davranışlarının teşvik edilmesi ve şiddet eğilimlerinin azaltılması, gençlerin mutluluk düzeylerinin artırılması için kritik bir önem taşımaktadır. Buradan yola çıkılarak bu çalışmanın amacı ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin beden eğitimi dersi sportmenlik davranışı ve şiddet eğilimi sıklığı ile mutluluk arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Araştırma nicel bir çalışma olup çalışmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır.

Evren-Örneklem

Bu çalışmanın evrenini lise öğrencileri, örneklemini ise 2022-2023 eğitim öğretim yılında Uluğ Bey Çok Programlı Anadolu Lisesi'nde eğitimine devam eden gönüllü öğrencilerden oluşan 205 kadın ve 169 erkek öğrenci olmak üzere toplamda 374 öğrenciden oluşturmaktadır. 374 öğrencinin tamamı ölçekleri doğru bir şekilde doldurmuşlardır. Bu çalışmada amaçsal örnekleme kullanılarak bilgi açısından zengin durumlar seçilmiş ve derinlemesine araştırma yapılmaya çalışılmıştır. Amaçsal örnekleme, belirli bir amaca veya araştırma sorusuna ulaşmak için, araştırmacının belirlediği kriterlere göre örneklem seçme yöntemidir. Bu yöntemde araştırmacı, popülasyonun tamamını temsil eden bir örnekleme almak yerine, belirli özelliklere sahip bireyleri hedef almaktadır (Büyüköztürk ve ark., 2012).

Tablo 1. Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin demografik bilgileri

Değişkenler		n	%	Toplam
Cinsiyet	Kadın	205	54.8	374
	Erkek	169	45.2	
Yaş	14	78	20.9	
	15	71	19.0	
	16	103	27.5	
	17	122	32.6	
Sınıf	9	77	20.6	
	10	115	30.7	
	11	92	24.6	
	12	90	24.1	
Lise Türü	A. İmam Hatip Lisesi	81	21.7	
	A. Meslek Lisesi	91	24.3	
	Anadolu Lisesi	202	54.0	
Uyruk	Türkiye Cumhuriyeti	321	85.8	
	Diğer	53	14.2	

Tablo 1’de katılımcıların demografik özellikleri incelendiğinde; %54.8’i kadın, %45.2’si erkek toplamda 374 kişiden oluşmaktadır. Katılımcıların; %20.9’u 14 yaş, %19.0’ı 15 yaş, %27.5’i 16 yaş ve %32.6’sı 17 yaştan oluşmaktadır. Sınıf değişkeninde; %20.6’sı 9, %30.7’si 10, %24.6’sı 11 ve %24.1’i 12. sınıf öğrencilerinden oluşmaktadır. Katılımcıların lise türü değişkeninde; %21.7’si A. İmam Hatip Lisesi, %24.3’ü A. Meslek Lisesi ve %54’ünü Anadolu Lisesi öğrencileri oluşturmaktadır. Vatandaşlık durumuna göre ise; %85.8’i Türkiye Cumhuriyeti ve %14.2’sini diğer uyruklardan oluşmaktadır. Diğer uyruk içerisinde Suriye’den, Afganistan’dan, Özbekistan’dan ve Suudi Arabistan’dan gelen sığınmacı öğrenciler yer almaktadır. Ölçek maddelerindeki sorular onlar için teker teker açıklanmıştır. Dil problemi yaşamadıkları için herhangi bir problem yaşanmamıştır.

Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada HMKÜ Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulundan 30.06.2022 tarihli toplantı sayısı/karar no: 08/07 (E-19125448-605.01-243263) ile “Etik Kurul raporu” ve kurumlardan gerekli izinler (MEB: 21.01.2020 tarihli ve 81576613-10.06.02-E.1563890) alınmıştır.

Bu çalışmada verilerin toplanması kişisel bilgi formu, Sportmenlik Davranışı Ölçeği (BEDSBÖ), Şiddet Eğilimi Ölçeği (ŞEÖ) ve Mutluluk Ölçeği kullanılmıştır. Kişisel Bilgi

Formunda; katılımcıların demografik özelliklerini belirlemek amacıyla cinsiyet, sınıf, yaş, uyruk ve öğrenim gördüğü lise türünden oluşmaktadır.

BEDSBÖ: Koç (2013) tarafından geliştirilen bu ölçek beşli likert tipi bir ölçektir. Ölçek iki faktörlüdür; ilki “Pozitif Davranışları Sergileme” (PDS) ikinci si ise “Negatif Davranışlardan Kaçınma” (NDK)’dır ve bu faktöre ait puanlar ters puanlanmıştır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 110 ve en düşük puan 22’dir. Ölçeğin güvenirlik katsayısı $\alpha=.88$ ’dir. Bu araştırmada ise BEDSDÖ güvenirlik katsayısı $\alpha=.87$ olarak hesaplanmıştır.

Şiddet Eğilim Ölçeği: Haskan (2012) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek üçlü likert tipindedir. ŞEÖ’de biri ters madde olmak üzere toplam da yirmi madde yer almaktadır. ŞEÖ’den alınabilecek puanlar 20 ile 60 arasındadır. Düşük puan, kişinin şiddet eğiliminin de düşük olduğunu göstergesidir. ŞEÖ, dört faktör içermektedir. Bunlar; “başkalarına zarar verme düşüncesi”, “bilişim teknolojileri aracılığıyla şiddet”, “şiddet duygusu” ve “başkalarına şiddet uygulama” şeklinde belirlenmiştir. ŞEÖ’nün güvenirlik katsayısı $\alpha=.87$ ’dir. Yaptığımız çalışmada ise $\alpha=.88$ olarak hesaplanmıştır.

Mutluluk Ölçeği: Demirci (2017) tarafından geliştirilmiştir. Tek boyut ve 6 madde bulunmaktadır. Cronbach Alpha $.83$ ’dür. Bu araştırmada yapılan Cronbach’s Alpha güvenirlik sonuçlarına göre $\alpha=0.82$ olarak bulunmuştur. Mutluluk ölçeğinden en düşük 6 ve en yüksek 30 puan alınabilmektedir.

Verilerin Analizi

Veriler SPSS 23 programı ile analiz edilmiştir. Çalışmaya katılanların demografik bilgilerinde betimsel (% ve n) istatistik kullanılmış, ölçek puanlarının aritmetik ortalaması, standart sapması, minimum ve maksimum değerleri belirlenmiştir. Araştırmada kullanılan ölçek puanlarının normallik testi yapılmış ve verilerin normal dağılım göstermediği tespit edilmiştir. Cinsiyet ve vatandaşlık durumu değişkenleri Mann-Whitney U testi ile lise türünde Kruskal-Wallis testi ile, ölçek puanlarının korelasyon analizi Spearman's rho testi ile şiddet eğilimi, sportmenlik davranışı ve mutluluk düzeylerinin sınıf düzeyine göre ortalama, standart sapma, tek faktörlü Anova testi ile analiz edilmiştir. Anova güçlü bir istatistiksel test ailesinden olduğu için özellikle örnekleme alt grupların büyüklüğü $n>30$ olduğunda normal dağılım ihlallerini tolere edebilmekte ve ayrıca amaçsal örneklemlerde kullanılmaktadır (Pallant, 2016). Bu doğrultuda ölçeklerden alınabilecek en düşük ve en yüksek puan arasındaki farkın üç bölünmesiyle katılımcıların sportmenlik, şiddet ve mutluluk düzeyleri düşük, orta ve yüksek olarak sınıflandırılmıştır. Böylelikle heterojen olan farklı gruplardaki gözlem yapıları sınıflandırılmıştır.

BULGULAR

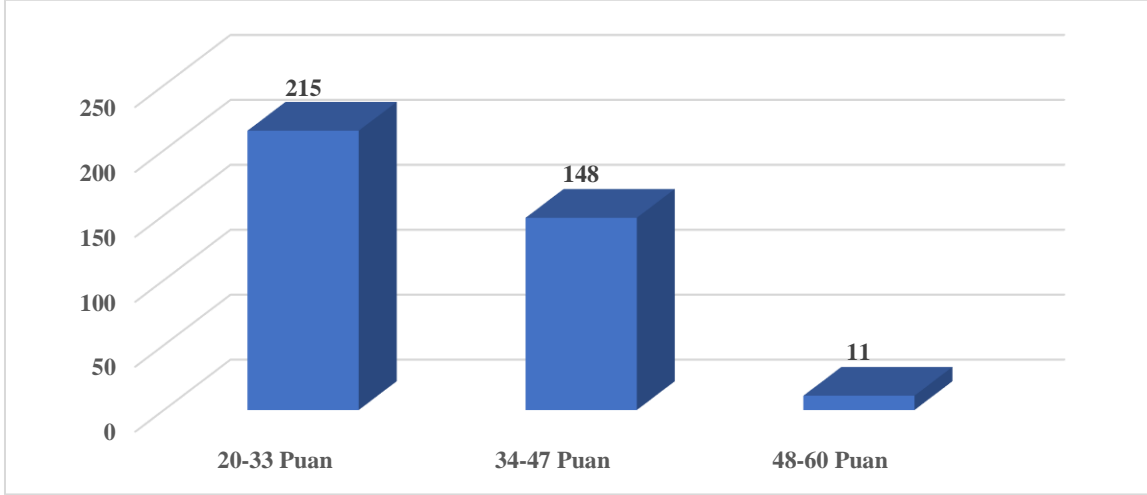
Tablo 2. Ölçek puanlarının aritmetik ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum değerleri

Ölçekler	n	\bar{X}	Ss	Min.	Max.
ŞEÖ	374	33.09	6.96	20.00	58.00
BEDSDÖ	374	66.20	9.42	38.00	101.00
Mutluluk Ölçeği	374	21.20	5.27	6.00	30.00

Tablo 2 incelendiğinde lise öğrencilerinin şiddet eğilimi ölçeğinin ortalaması 33.09, beden eğitimi dersi sportmenlik davranışı ölçeğinin ortalaması 66.20, mutluluk ölçeğinin ortalaması 21.20 olarak hesaplanmıştır. Araştırmada öğrencilerin şiddet eğilim düzeylerini belirlemek için kullanılan ölçeğin puan aralığı 20 ile 60 arasında belirlenmiştir. Araştırmacılar, bu aralığı üç eşit parçaya bölerek öğrencilerin şiddet eğilim düzeylerini düşük (20-33), orta (34-47) ve yüksek

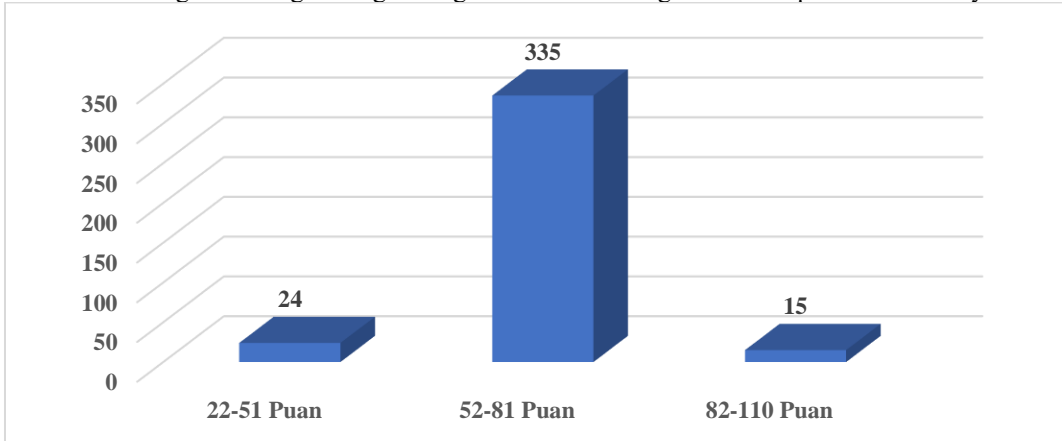
(48-60) olarak sınıflandırmışlardır. Kesikli değişkenlerin olduğu anket yapılarında bu yöntemler uygulanabilmektedir. Değişken tipleri verinin yapısına göre uygulanacak yöntemler açısından önem arz etmektedir. Veri setindeki değişkenlerin sayısal veya kategorik olması ya da sürekli veya kesikli olması durumlarına göre veriden elde edilebilecek çıkarımlar çeşitlilik göstermektedir (İkiz ve ark., 2000). Bu çalışmada şiddet eğilimi ölçeğinden alınan puan 20 ile 58 arasındadır. Alınan puan yükseldikçe öğrencilerin şiddet eğiliminin de arttığı anlamına gelmektedir. Öğrencilerin beden eğitimi dersi sportmenlik düzeylerini ölçmek için 22 ile 110 puan arasında değişen bir ölçek kullanılmıştır. Araştırmacılar, bu puan aralığını üç kısma ayırarak şiddet eğilimi ölçeğini düşük (22-51), orta (52-81), yüksek (82-110) olarak sınıflandırmışlardır. BEDSDÖ'den alınan en düşük puan 38 en yüksek puan 101'dir. BEDSDÖ'den elde edilen puanların yüksekliği bireylerin sportmenlik düzeylerinin daha iyi olduğu anlamına gelmektedir. Aynı şekilde araştırmacılar mutluluk ölçeğini de düşük (6-13), orta (14-21) ve yüksek (22-30) olarak sınıflandırmışlardır. Mutluluk ölçeğinden en düşük 6 ve en yüksek 30 puan alınmıştır.

Grafik 1. Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin şiddet eğilim düzeyleri



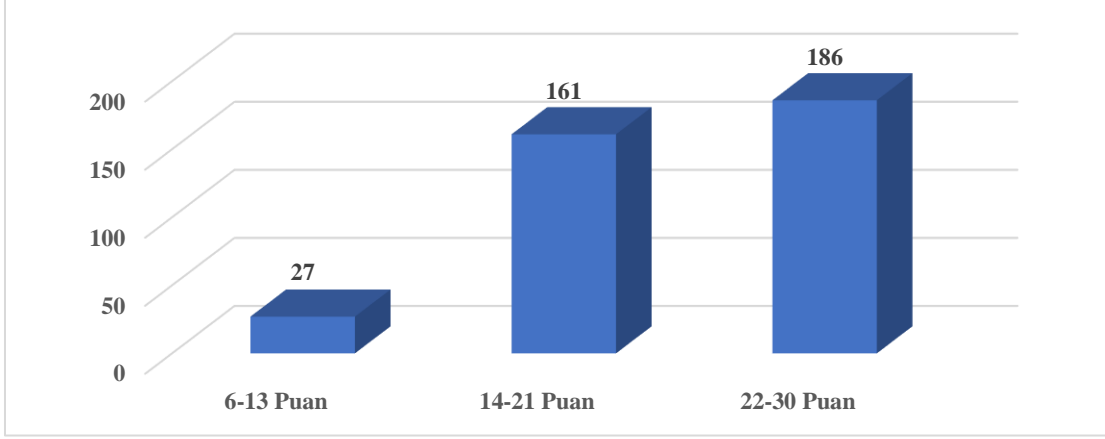
Grafik 1'de katılımcıların şiddet eğilim düzeyleri incelendiğinde; katılımcıların çoğunluğunun 20-33 puan aralığında olduğu görülmektedir. Katılımcıların çoğunluğunun (n:215) düşük düzeyde şiddet eğilimleri oldukları tespit edilmiştir. Şiddet eğilim düzeyleri orta olan katılımcılarında (n:148) şiddet eğilim düzeyleri düşük olan katılımcılara (n:11) oranla çoğunlukta olduğu görülmektedir.

Grafik 2. Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin beden eğitimi dersi sportmenlik düzeyleri



Grafik 2’de katılımcıların beden eğitimi dersi sportmenlik düzeyleri incelendiğinde; katılımcıların çoğunluğunun 52-81 puan aralığında olduğu görülmektedir. Katılımcıların neredeyse tamamına yakınının (n:335) orta düzeyde sportmenliğe sahip oldukları belirlenmiştir. Sportmenlik düzeyleri düşük olan katılımcılar (n:24) ile sportmenlik düzeyleri yüksek olan katılımcıların (n:15) birbirlerine yakın oranda olduğu tespit edilmiştir.

Grafik 3. Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin mutluluk düzeyleri



Grafik 3’te katılımcıların mutluluk düzeyleri incelendiğinde; katılımcıların çoğunluğunun 22-30 puan aralığında olduğu görülmektedir. Katılımcıların çoğunluğunun (n:186) yüksek düzeyde mutlu oldukları görülmektedir. Mutluluk düzeyleri orta olan katılımcılarında (n:161) mutluluk düzeyleri düşük olan katılımcılara (n:27) oranla çoğunlukta olduğu görülmektedir.

Tablo 3. Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre Mann-Whitney U testi sonuçları

Ölçekler	Cinsiyet	n	Sıra Ort.	Sıra Top.	U	Z	p
Şiddet Eğilim Ölçeği (ŞEÖ)	Kadın	205	165.90	34009.50	12894.500	-4.260	.000
	Erkek	169	213.70	36115.50			
Beden Eğitimi Dersi Sportmenlik Davranışı Ölçeği (BEDSDÖ)	Kadın	205	170.47	34945.50	13830.500	-3.359	.001
	Erkek	169	208.16	35179.50			
Mutluluk Ölçeği	Kadın	205	187.57	38451.50	17308.500	-.013	.989
	Erkek	169	187.42	31673.50			

Tablo 3’teki cinsiyet değişkenine göre şiddet eğilim ölçeği ve beden eğitimi dersi sportmenlik davranışı ölçeklerinin puanlarında anlamlı farklılık gözlenirken mutluluk puanlarında anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir. Analiz sonuçlarına göre erkeklerin sıra ortalamaları kadınlardan daha yüksek çıkmıştır. Buna göre erkeklerin şiddet ve sportmenlik davranışları kadınlardan daha yüksek düzeyde olduğu görülmektedir.

Tablo 4. Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin lise türüne göre Kruskal-Wallis testi sonuçları

Ölçekler	Lise Türü	n	Sıra Ort.	Sd	X ²	p
Şiddet Eğilim Ölçeği (ŞEÖ)	A. İmam Hatip L	81	179.09	2	1.393	.498
	A. Meslek Lisesi	91	198.05			
	Anadolu Lisesi	202	186.12			
Beden Eğitimi Dersi Sportmenlik Davranışı Ölçeği (BEDSDÖ)	A. İmam Hatip Lisesi	81	166.31	2	9.978	.007
	A. Meslek Lisesi	91	216.38			
	Anadolu Lisesi	202	182.99			
Mutluluk Ölçeği	A. İmam Hatip Lisesi	81	175.12	2	2.732	.255
	A. Meslek Lisesi	91	201.92			
	Anadolu Lisesi	202	185.97			

Tablo 4’te öğrencilerin şiddet eğilimleri, beden eğitimi dersi sportmenlik davranışları ve mutluluk düzeylerinin lise türüne göre yapılan analiz sonuçlarında sportmenlik puanlarında

anlamli farklılık görülürken şiddet ve mutluluk puanlarında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Lise türüne göre A. Meslek Lisesi öğrencilerinin sportmenlik sıra ortalamaları diğer lise türlerine göre daha yüksek çıkmıştır.

Tablo 5. Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin yaşlarına göre Kruskal-Wallis testi sonuçları

Ölçekler	Yaş	n	Sıra Ort.	Sd	X ²	p
Şiddet Eğilim Ölçeği (ŞEÖ)	14	78	164.83	3	13.962	.003
	15	71	209.37			
	16	103	176.45			
	17	95	152.43			
Beden Eğitimi Dersi Sportmenlik Davranış Ölçeği (BEDSDÖ)	14	78	163.23	3	15.499	.001
	15	71	138.89			
	16	103	194.55			
	17	95	186.82			
Mutluluk Ölçeği	14	78	169.83	3	1.611	.657
	15	71	166.80			
	16	103	172.28			
	17	95	184.67			

Tablo 5'te öğrencilerin şiddet eğilimleri, beden eğitimi dersi sportmenlik davranışları ve mutluluk düzeylerinin yaşa göre yapılan analiz sonuçlarında şiddet ve sportmenlik puanlarında anlamlı farklılık görülürken mutluluk puanlarında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Sıra ortalamalarına bakıldığında şiddet eğilimi ölçeğinden alınan en yüksek puan 15 yaş grubunda iken beden eğitimi dersi sportmenlik davranışı ölçeğinden alınan en yüksek puan ise 16 yaş grubundaki öğrencileri kapsamaktadır. Mutluluk düzeyleri açısından ise yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir.

Tablo 6. Ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin sınıf düzeylerine göre Kruskal-Wallis testi sonuçları

Ölçekler	Sınıf	n	Sıra Ort.	Sd	X ²	p
Şiddet Eğilim Ölçeği (ŞEÖ)	9	77	185.84	3	13.397	.004
	10	115	206.93			
	11	92	197.69			
	12	90	153.67			
Beden Eğitimi Dersi Sportmenlik Davranış Ölçeği (BEDSDÖ)	9	77	197.48	3	5.159	.160
	10	115	168.58			
	11	92	196.86			
	12	90	193.56			
Mutluluk Ölçeği	9	77	186.25	3	1.453	.693
	10	115	194.76			
	11	92	176.99			
	12	90	190.04			

Tablo 6'da öğrencilerin şiddet, sportmenlik ve mutluluk düzeylerinin sınıf değişkenine göre yapılan analiz sonucunda şiddet puanlarında anlamlı farklılık görülürken sportmenlik ve mutluluk puanlarında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Sıra ortalamalarına bakıldığında şiddet eğilimi ölçeğinden alınan en yüksek puan 10. sınıftaki öğrencilerde görülmektedir.

Tablo 7. Ölçek puanlarının Sperman Brown sıra farkları korelasyon analiz sonuçları

Ölçekler		Şiddet	Sportmenlik	Mutluluk	Sınıf	Yaş
Şiddet Eğilim Ölçeği	r	1				
	p	.				
	n	374				
Beden Eğitimi Dersi Sportmenlik Davranış Ölçeği (BEDSDÖ)	r		1			
	p		.			
	n	374	374			
Mutluluk Ölçeği	r	-.206**	.172**	1		
	p	0	0.001	.		
	n	374	374	374		
Sınıf	r	-.115*			1	
	p	0.026			.	
	n	374			374	
Yaş	r	-.108*	.151**		.825**	1
	p	0.037	0.003		0	.
	n	374	374		374	374

**0.01- *0.05

Tablo 7'ye göre şiddet ve mutluluk arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur ($r=-.206$, $p<.01$). Buna göre öğrencilerin şiddet puanlarının artması durumunda mutluluk puanlarının azalacağı söylenebilir. Sportmenlik ve mutluluk arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=.172$, $p<.05$). Buna göre öğrencilerin sportmenlik puanlarının artması durumunda mutluluk puanlarının da artacağı söylenebilir. Yaş ve sportmenlik arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=.151$, $p<.05$). Buna göre öğrencilerin yaşlarının artması durumunda sportmenlik davranışlarının da artacağı söylenebilir. Sınıf ve şiddet arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=-.115$, $p<.05$). Buna göre öğrencilerin sınıf düzeylerinin artması durumunda şiddet davranışlarının azalacağı söylenebilir. Yaş ve şiddet arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=-.108$, $p<.05$). Buna göre öğrencilerin yaşlarının artması durumunda şiddet davranışlarının azalacağı söylenebilir. Öğrencilerin sportmenlik davranışı sergilemesi sonucunda mutluluk düzeyinin artması pozitif korelasyon göstergesidir. Yaş ve şiddet arasında ise negatif korelasyon olduğu görülmektedir. Yaşın artması sonucunda ortaya çıkan faktörlerin, öğrencilerin davranışlardaki şiddet eğiliminde azalmaya neden olduğu söylenebilir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmada ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin beden eğitimi dersi sportmenlik davranışı ve şiddet eğilimi sıklığı ile mutluluk arasındaki ilişkisi incelenmiştir. Bu çalışmada sportmenlik ile şiddet davranışı sıklığı, sportmenlik ile mutluluk, şiddet davranışı sıklığı ile mutluluk arasında ilişki olup olmadığı test edilmiş ve elde edilen veriler çeşitli demografik özellikler üzerinde yapılan analizlerle ele alınmıştır.

Araştırmada öğrencilerin şiddet eğilim düzeyleri incelendiğinde; katılımcıların çoğunluğu düşük düzeyde şiddet eğilimi göstermiştir. Beden eğitimi derslerinde ve spor faaliyetlerde, takım çalışması sayesinde sportmenlik ve fair-play gibi değerlerin kazandırılması sonucunda öğrencilerin şiddet eğilimlerinin düşük düzeyde çıktığı düşünülmektedir. Koç (2017) beden eğitimi ve spor dersinin sportmenlik davranışlarının öğrencilerin şiddet eğilimleri ile negatif, düzeyde ilişkili olduğu bulmuştur.

Öğrencilerin beden eğitimi dersi sportmenlik düzeylerinde; katılımcıların neredeyse tamamına yakınının orta düzeyde sportmenliğe sahip oldukları belirlenmiştir. Orta düzeyde sportmenlik,

öğrencilerin rekabetin önemini anladıklarını ancak bu süreçte yüksek rekabet ortamlarında kendilerini diğerlerine göre öne çıkarma baskısı da hissedebilirler. Bu baskı, bazen sportmenlik değerlerini gölgede bırakabilir ve sadece kazanma odaklı bir tutum geliştirmelerine neden olabilir. Hacıcaferoğlu ve ark. (2015) araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin sportmenlik davranışlarıyla ilgili bilinçlerinin orta düzeyde olduğunu belirtmiştir.

Öğrencilerin mutluluk düzeyleri incelendiğinde ise katılımcıların yüksek düzeyde mutlu oldukları görülmektedir. Beden eğitimi dersleri ve spor, fiziksel sağlığı artırmanın yanı sıra endorfin salgılar. Bu da mutluluk hissini artırır. Düzenli fiziksel aktivite, stres ve kaygıyı azaltarak genel mutluluğu destekler. Öğrencilerin spor veya beden eğitimi derslerinde elde ettikleri başarılar, öz güvenlerini artırır ve kendilerini değerli hissetmelerine yardımcı olur. Bu tür olumlu deneyimler mutluluk düzeylerini yükseltebilir. Takım oyunları ve spor etkinlikleri, sosyal etkileşimi artırır ve işbirliği duygusunu geliştirir. Bu tür sosyal bağlantılar, öğrencilerin duygusal refahına katkıda bulunabilir. Yücekaya (2020) araştırma sonucunda ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersi mutluluk düzeylerinin yüksek olduğunu bulmuştur.

Cinsiyet değişkenine göre şiddet eğilim ve beden eğitimi dersi sportmenlik davranışı ölçeklerinin puanlarında anlamlı farklılık gözlenirken mutluluk puanlarında anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir. Buna göre erkeklerin şiddet eğilimi ve sportmenlik davranışları kadınlardan daha yüksek düzeyde olduğu görülmüştür. Hem şiddet eğilimi hem de sportmenlik davranışının yüksek çıkması çelişkili gibi görünse de bazı durumlarda bir araya gelebilmektedir. Bazı bireyler, rekabetin getirdiği heyecan ve stres altında, zaman zaman agresif davranışlar sergileyebilir. Ancak bu kişilerin aynı zamanda kazanma arzusu ve takım ruhuyla sportmenlik göstermeleri de mümkündür. Bireylerin sosyal çevresi ve yetiştirilme tarzı, hem şiddet eğilimi hem de sporculuk özelliklerini etkileyebilir. Örneğin, agresif bir spor ortamında yetişen biri, hem rekabetçi hem de şiddete yatkın olabilir. Duygularını yönetme becerisi, bazı insanlarda agresyon ve sportmenlik arasında bir denge kurabilir. Şiddet eğilimi yüksek olsa da, belirli durumlarda bu duyguları kontrol ederek sportmenlik sergileyebilirler. Bu durum, bireysel özelliklere ve çevresel etkilere bağlı olarak değişebilir. Her bireyde farklı bir denge söz konusu olabilir. Tektaş (2021) çalışmasına katılan bireylerin cinsiyet değişkenine göre şiddet yönelim ölçeğinin tüm alt boyutlarında erkeklerin kadınlara göre istatistiksel olarak yüksek ve anlamlı derecede farklılık olduğunu gözlemlemiştir. Obaid (2021), Baş (2020), Campbell (2006), Kulaber (2021), Kılıç (2019), Miller ve ark. (2004) araştırmalarında erkeklerin kadınlara göre daha yüksek düzeyde sportmenlik davranışı sergilediklerini gözlemlemiştir. Farklı sonuçlar elde edilen çalışmalara bakıldığında; Turan (2022) araştırmasında kadınların erkeklere göre daha sportmen olduklarını belirtmiştir. Altun ve Güvendi'nin (2019) çalışmalarında kız öğrencilerin negatif davranıştan kaçınma puanları, erkek öğrencilerin puanlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Satcher (2006) ortaöğretimde öğrenim gören sporcu ve sporcu olmayanlarla yaptığı araştırmada sportmenlik düzeyinin kız öğrenciler lehine anlamlılık düzeyi yüksek bulunmuştur. Certel ve ark. (2020) araştırmalarında kız öğrencilerin daha yüksek sportmenlik davranış puan ortalamalarına sahip olduğunu tespit etmişlerdir. Erkan (2006), Pala (2003), Şen Balcı (2022), Yeter (2019), Tingaz ve Hazar (2014), çalışmalarında öğrencilerin şiddet eğilim puanlarının cinsiyete göre herhangi bir farklılık olmadığını gözlemlemiştir.

Öğrencilerin şiddet, sportmenlik ve mutluluk düzeylerinin yaşa göre yapılan analiz sonucunda şiddet ve sportmenlik puanlarında anlamlı fark görülürken mutluluk puanlarında herhangi bir anlamlılık görülmemiştir. Şiddet eğilimi ölçeğinden alınan en yüksek puan 15 yaş grubunda iken sportmenlik davranışı ölçeğinden alınan en yüksek puan ise 16 yaş grubundaki öğrencileri kapsamaktadır. Literatür taramasında yaş arttıkça sportmen davranışların azaldığını gösteren

çalışmalar mevcuttur. Ateş (2021) araştırmasında 5. sınıfta öğrenim gören öğrencilerin 7. ve 8. sınıf öğrencilerine göre anlamlı düzeyde sportmenlik davranışı sergilediklerini tespit etmiştir. Kulaber (2021) ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin yaşları ilerledikçe sportmen davranışlarının azaldığını tespit etmiştir. Çakır (2022) çalışmasında 5. sınıftaki öğrencilerin sportmenlik puanları diğer sınıf öğrencilerine göre istatistiksel olarak anlamlı derecede farklı olduğunu tespit etmiştir. Çalışmamızda yaş değişkenine göre şiddet eğilim puanları değerlendirildiğinde öğrencilerin yaşları ilerledikçe şiddet eğilim puanlarının arttığı tespit edilmiştir. Kiremitçi (2020), Emiroğlu (2018), Özgür ve ark. (2011), Akman (2013) yapmış oldukları çalışmalarda bu sonucu destekler niteliktedir. Araştırmamızda yaş değişkeninin mutluluk düzeylerine göre değerlendirildiğinde gruplar arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür. Denizli (2020), Akyüz ve ark. (2018), Özgün ve ark. (2017), Yıldız (2015) çalışmalarında mutluluk düzeylerinin yaş değişkenine göre değerlendirdiğinde anlamlı farklılığın olmadığını saptamışlardır. Yıldız (2021) üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmada yaş arttıkça mutluluk ortalamalarının arttığını tespit etmiştir. Gülcan (2014) çalışmasında yaş arttıkça mutluluk puanlarının azaldığını tespit etmiştir. Ayyıldız ve Sunay (2021) da çalışmalarında mutluluk ve duygusal düzenlemede öz-yeterlik alt boyutlarında pozitif bir ilişki olduğunu tespit etmişlerdir.

Öğrencilerin şiddet, sportmenlik ve mutluluk düzeylerinin sınıf değişkenine göre yapılan analiz sonucunda şiddet puanlarında anlamlı farklılık görülürken sportmenlik ve mutluluk puanlarında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Şiddet eğilimi ölçeğinden alınan en yüksek puan 10. sınıftaki öğrencilerde görülmektedir. 10. sınıf, ergenlik döneminin ortalarına denk gelmektedir ve bu dönemde bireyler birçok psikolojik, sosyal ve biyolojik değişim yaşayabilir. Şiddet eğiliminin en yüksek puanın burada görülmesinin nedenleri arasında; hormonal değişim, kimlik arayışı, duygusal gelişim ve grup baskısı olabilir. Öğrenciler, akranlarından etkilenmeye daha açıktır. Akran baskısı, şiddet içeren davranışların benimsenmesine de yol açabilir. Diğer bir noktada çevresel faktörlerdir. Aile dinamikleri, sosyal çevre ve medyanın etkisi, gençlerin şiddet eğilimlerini şekillendirebilir. Olumsuz bir çevre, bu tür davranışların artmasına yol açabilir. Önel (2021) araştırma bulgularında sınıf değişkenlerine göre 9. Sınıf öğrencilerinin negatif davranıştan kaçınma, pozitif davranış sergileme alt boyutlarında ve toplam sportmenlik puanlarında 10. ve 11. sınıf öğrencilerine göre puan ortalamalarının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğunu belirtmiştir. Ekinci (2018) araştırmasında 5. ve 6. sınıf öğrencilerinin negatif davranıştan kaçınma, pozitif davranış sergileme ve toplam sportmenlik puanlarının 7. ve 8. sınıf öğrencilerinden anlamlı düzeyde yüksek olduğunu tespit etmiştir. Koç ve Tamer (2016), Tsai ve Fung (2005), Kavussanu ve ark. (2006), Türkmen ve Varol (2015), Kulakçı ve ark. (2018), Sağlam ve İkiz (2017) yapmış oldukları çalışmalarda öğrencilerin sınıf düzeyleri ilerledikçe sportmenlik yönelim seviyelerinde düşüş olduğunu gözlemlemişlerdir. Temel ve ark. (2023) çalışmalarında 6. sınıf öğrencilerinin sportmenlik davranışlarını 7. ve 8. sınıf seviyelerinden daha yüksek bulunmuştur. Efilti (2008) çalışmasında lise öğrencilerinin saldırganlık düzeylerini incelediğinde 9. sınıf öğrencilerin 10. sınıf öğrencilerine göre anlamlı seviyede yüksek olduğunu belirtmiştir. Salmon ve ark. (1998) yaptıkları çalışmada öğrencilerin sınıf seviyeleri ve yaşları arttıkça şiddet içeren hareketlerin azaldığını tespit etmişlerdir. Karabulut (2019) lise öğrencileriyle yaptığı çalışmada 9. sınıfta öğrenim gören bireylerin şiddet eğilim puanları 12. sınıfta öğrenim gören bireylere göre anlamlı seviyede yüksek olduğunu gözlemlemiştir. Sınıf seviyesi arttıkça mutluluk düzeylerinin arttığını destekleyen çalışmalarda mevcuttur. Yıldız (2021), Aksoy ve ark. (2017), Tingaz (2013) öğrencilerin sınıf seviyesi arttıkça mutluluk düzeylerinin de attığı sonucuna ulaşmıştır. Çalışmamızı destekleyen araştırmalar ise Çelebi (2014), Çakır (2015), Gündoğan (2016), Akdoğan (2017), Aydoğdu (2017) ve Namdar (2018) çalışmalarında mutluluk düzeylerinin sınıf değişkenine göre değerlendirdiklerinde, sınıflar arasında herhangi bir farklılaşma olmadığını tespit etmişlerdir.

Öğrencilerin şiddet eğilimleri, beden eğitimi dersi sportmenlik davranışları ve mutluluk düzeylerinin lise türüne göre yapılan analiz sonuçlarında sportmenlik puanlarında anlamlı farklılık görülürken şiddet ve mutluluk puanlarında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Lise türüne göre A. Meslek Lisesi öğrencilerinin sportmenlik sıra ortalamaları diğer lise türlerine göre daha yüksek çıkmıştır. Meslek liselerindeki öğrencilerin staj yapabilecekleri atölyelerin bulunması, bu öğrencilerin hem psikomotor becerilerine yönelik doyum sağlarken hem de iş birliği ilkesine uygun bir şekilde çalışma fırsatı sağlamaktadır. Bundan kaynaklı beden eğitimi dersinde psikomotor becerileri doyurulmuş ve iş birliği ilkesine göre hareket edebilen öğrencilerin diğer lise türlerine göre sportmenlikte daha yüksek düzeyde çıktığı söylenebilir. Tuncer Uçar (2016) Meslek ve Anadolu Lisesi öğrencilerinin şiddet eğilim puanlarının Sosyal Bilimler Lisesi ve Fen Lisesi öğrencilerine göre daha yüksek olduğunu saptamıştır. Nair (2014) meslek liselerindeki öğrencilerin saldırganlık puanlarının diğer lise öğrencilerin saldırganlık puanlarının yüksek ve anlamlı bir farklılaşma olduğunu tespit etmiştir. Feta, (2019) okul türleri arasında imam hatip lisesinde öğrenim gören öğrencilerin mutluluk puanları teknik ve meslek lisesinde öğrenim gören öğrencilere daha yüksek düzeyde olduğunu gözlemlemiştir. Literatürde okul türü değişkeninin şiddet eğilim düzeylerinin arasında anlamlı farklılık olmayan çalışmalarda mevcuttur. Davli Temel (2018), Erkiner (2012), Koçyiğit (2023), Akbaş Aksoy (2022), Demircan (2019), Yarar (2019), Ezer, (2017) okul türü ve mutluluk düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma olmadığını tespit etmişlerdir.

Sonuç olarak; ortaöğretimde öğrenim gören öğrencilerin beden eğitimi dersi sportmenlik ve şiddet davranışı sıklığı ile mutluluk arasında anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Bu ilişki şiddet ve mutluluk arasında negatif, sportmenlik ve mutluluk arasında pozitif yöndedir. Öğrencilerin mutluluk düzeyleri arttıkça şiddet eğilimleri azalmakta ve sportmenlik davranışları arttıkça da mutluluk düzeyleri artmaktadır. Ayrıca, öğrencilerin cinsiyet, yaş, lise türü ve sınıf değişkenlerinde sportmenlik ve şiddet davranışı puanlarını etkilemektedir. Bu bulgular, beden eğitimi dersinin öğrencilerin sportmenlik ve mutluluk düzeylerini arttırmada önemli bir rol oynayabileceğini göstermektedir. Bu nedenle, beden eğitimi dersinin öğrencilerin sportmenlik ve şiddet davranışı sıklığı ile mutluluk arasındaki ilişkiyi geliştirmek için daha etkili bir şekilde planlanması ve uygulanması gerektiği anlaşılmaktadır. Beden eğitimi dersi, öğrencilerin sportmenlik değerlerini geliştirmek, şiddet eğilimlerini azaltmak ve mutluluk düzeylerini yükseltmek için farklı etkinlikler, oyunlar, yarışmalar ve projeler içermelidir. Bu etkinlikler, öğrencilerin işbirliği, rekabet, saygı, empati, sorumluluk, özgüven, özdenetim, stres yönetimi, problem çözme, karar verme gibi becerilerini geliştirmeye yönelik olmalıdır.

Yapılan çalışma sonucunda elde edilen bulgular doğrultusunda gelecekte yapılacak çalışmalar için şu öneriler sunulmuştur: Öğrencilerin sportmenlik davranışlarını artırmayı ve şiddet eğilimlerini azaltmayı hedefleyen eğitim programları geliştirilebilir. Bu programlar, grup aktiviteleri, takım sporları ve konflikt çözme becerilerine odaklanabilir. Cinsiyet ve yaş değişkenlerinin etkilerini daha detaylı incelemek için özel araştırmalar yapılabilir. Bu, farklı gruplara yönelik hedeflenmiş stratejiler geliştirmeye yardımcı olabilir. Öğrencilere sportmenlik ve şiddet konularında farkındalık artırıcı seminerler düzenlenebilir. Bu seminerlerde, sporun önemi, pozitif rekabet ve empati gibi kavramlar ele alınabilir. Öğrencilere mutluluk ve iyi olma hali üzerine odaklanan atölyeler düzenlenebilir. Bu tür çalışmalar, şiddeti azaltmaya ve sportmenliği teşvik etmeye yardımcı olabilir. Okul dışındaki spor kulüpleri ve organizasyonları ile işbirliği yaparak, gençlerin sportmenlik ruhunu geliştirecek etkinlikler ve yarışmalar düzenlenebilir. Sportmenlik, şiddet ve mutluluk arasındaki ilişkiyi uzun vadede inceleyen çalışmalar yapılabilir. Bu, zaman içinde değişen dinamikleri anlamaya yardımcı olabilir. Bu

öneriler, hem akademik hem de uygulayıcı alanlarda daha derinlemesine araştırmalar ve müdahale stratejileri geliştirilmesine zemin hazırlayabilir.

KAYNAKLAR

Akbaş Aksoy, S. (2022). *Lise öğrencilerinin internet bağımlılığı, okula yabancılaşma ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans Tezi, Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Zonguldak.

Akdoğan, B. (2017). *Lise öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık ve çatışma çözme davranışlarının öznal iyi oluşlarını yordaması*. Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Konya.

Akman, S. (2013). *Lise öğrencilerinin şiddette yönelik tutumları ile okula bağlılık duygusu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Fatih Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Aksoy, A. B., Güngör Aytar, A., Kaytez, N. (2017). Üniversite öğrencilerinin mutluluk ve alçakgönüllülük düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 25(3), 1119-1132. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/kefdergi/issue/29417/320726>

Akyüz, H., Yaşartürk, F., Aydın, İ., Zorba, E., Türkmen, M. (2017). Üniversite öğrencilerinin yaşam kalitesi ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *International Journal of Cultural And Social Studies*, 3 (SI-2), 253-262. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/intjcss/issue/33182/369781>

Altun, M., Güvendi, B. (2019). Ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersi sportmenlik davranışlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 11(18), 2224-2240. <https://doi.org/10.26466/opus.570922>

Ateş, E. (2021). *Ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersinde sergiledikleri sportmenlik davranışlarını çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sivas.

Aydoğdu, H. (2017). *Lise öğrencilerinde öznal oluş ve akılcı olmayan inancalar arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Ayyıldız, E., Sunay, H. (2021). Bireylerin fiziksel aktiviteye katılım durumlarına göre mutluluk ve duygusal düzenlemede öz-yeterlik düzeylerinin incelenmesi. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 19(4), 230-240. <https://doi.org/10.33689/spormetre.963168>

Bağcı, R., Uslu, S., Sarıçam, H. (2019). Rekreasyonel etkilere katılan ve katılmayan bireylerin mutluluk yönelimlerinin incelenmesi. *Uluslararası Spor Bilimleri Öğrenci Çalışmaları*, 1(1), 27-34. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/i4s>

Baş, D. (2020). *Trakya üniversitesinin merkez ilçede eğitim gören öğrencilerin şiddet eğilimleri ve toplumsal cinsiyete ilişkin tutumları*. Uzmanlık Tezi, Trakya Üniversitesi Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı Anabilim Dalı, Edirne.

Büyüköztürk, ř. (2012). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. (16. Baskı). Ankara: Pegem.

Campbell, A. (2006). Sex differences in direct aggression: What are the psychological mediators? *Aggression and Violent Behavior*, 11(3), 237–264. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2005.09.002>

Certel, Z., Bahadır, Z., Çelik, B. (2020). Ortaokul öğrencilerin beden eğitimi dersi sportmenlik davranışları. *Spor ve Performans Araştırmaları dergisi*, 11(3), 221-230. <https://doi.org/10.17155/omuspd.676577>

Çakır, B. (2022). *Ortaokul öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı, akran zorbalılığı ve sportmenlik davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Ağrı.

Çakır, G. (2015). *Lise öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, İzmir.

Çelebi, Ç. D. (2014). *Lise öğrencilerinin öznel iyi oluşları ile ahlaki olgunluk seviyeleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, İstanbul.

Çetinöz, E., Pehlivan, F. Z., Aslan, E. (2024). Investigation of the effects of violence tendency and moral maturity on attitudes towards physical violence. *OPUS– Journal of Society Research*, 21(4), 238-252.

Çuhadaroğlu Çetin, F. (2008). Youth and violence. In M.D. Ulusoy (Ed.). *Political Violence, Organized Crimes, Terrorism And Youth*. Netherlands: IOS Press.

Davli Temel, D. (2018). *Ergenlerde algılanan sosyal destek ve şiddet eğilimi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Halk Sağlığı Hemşireliği Anabilim Dalı, İstanbul.

Demircan, T. (2019). *Öğretmenlerin örgütsel bağlılık düzeyleri ile örgütsel mutlulukları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Uşak Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Uşak.

Denizli, A. A., DüNDAR, G. İ. (2020). Kariyer tatmininin mutluluk düzeyi üzerindeki etkisini belirlemeye yönelik araştırma. *İş'te davranış dergisi*, 5(1), 17-25. <https://doi.org/10.25203/idd.702802>

Doğan, T. (2013). Beş faktör kişilik özellikleri ve öznel iyi oluş. *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, 14(1), 56-64. <https://dergipark.org.tr/pub/doujournal/issue/66668/1043081>

Efiliti, E. (2008). Orta öğretim kurumlarında okuyan öğrencilerin saldırganlık ve denetim odağı'nın karşılaştırmalı olarak incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* (19), 213-230. <https://dergipark.org.tr/pub/susbed/issue/61795/924219>

Ekinci, H. B. (2018). *Ortaokul öğrencilerinin sportmenlik davranışları ile başarı algıları*. Yüksek Lisans Tezi, Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim dalı, Erzincan.

Emiroğlu, Z (2018). *Examining the effects of basic psychological needs and life satisfaction levels on tendencies to violence of 10-14 aged middle school students*. Master Thesis, Yeditepe University, Institute of Educational Sciences, İstanbul.

Erkan, A. S. (2006). *Ergenlerdeki şiddet eğilimine televizyonun etkisi ve sosyal hizmet müdahalesi*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sosyal Hizmet Anabilim Dalı, Ankara.

Erkiner, D. (2012). *Lise 1.sınıf öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri ile aile işleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Aile Eğitimi ve Danışmanlığı Anabilim Dalı, İzmir.

Ezer, H. İ. (2017). *Ergenlik döneminde yagın kullanılan savunma mekanizmaları ile psikolojik sağlık ve mutluluk düzeyi arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans Tezi, Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Mersin.

Felicity, H. (2002). *Eğitimde etik*. S. Kunt-Akbaş (Çev.), İstanbul: Ayrıntı Yayınları.

Feta, M. (2019). *Farklı lise türlerindeki öğrencilerin sınav kaygısı ile mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, İstanbul.

Fidan, N. (2012). *Okulda öğrenme ve öğretme*. (3. Baskı), Ankara: Pegem Akademi.

Genç, M., Ayhan, F. (2021). University students' experiences of violence during elementary education. *International Social Sciences Studies Journal*, 7(78), 533-541. <http://dx.doi.org/10.26449/sss.3007>

- Gordon, T. (1999). *Etkili ana baba eğitimi*. E. Aksay ve B. Özkan (Çev.), İstanbul : Ya-pa Yayınları.
- Gülcan, A. (2014). *Genç yetişkinlerde iyimserliğin mutluluk ve yaşam doyumu üzerindeki etkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Fatih Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, İstanbul.
- Gündoğan, S. (2016). *Ortaöğretim öğrencilerinin saldırganlık düzeylerinin, algılanan sosyal destek ve öznel iyi oluş açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Konya.
- Gürpınar, B. (2009). *Basketbol ve futbol hakemlerinin karşılaştıkları sportmenlik dışı davranışlar ve bu davranışların çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara.
- Hacıcaferoğlu, S., Selçuk, M., Hacıcaferoğlu, B., Karataş, Ö. (2015). Ortaokullarda işlenen beden eğitimi ve spor derslerinin, sportmenlik davranışlarına katkısının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *International Journal of Sport Culture and Science*, 3(Special Issue 4), 557-566. <https://doi.org/10.14486/IJSCS431>
- Haskan-Avcı, Ö., Yıldırım, İ. (2014). Ergenlerde şiddet eğilimi, yalnızlık ve sosyal destek. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi (H. U. Journal of Education)* 29(1), 157-168.
- İkiz, F., Püskülcü, H., Eren, Ş. (2000). *İstatistiğe giriş*. Barış Yayınları Fakülteler Kitabevi.
- İnan, B. C. (2021). *Beden eğitimi ve spor ders saatlerinin akademik başarıya etkisi: Beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutumların aracılık rolü*. Yüksek Lisans Tezi, Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Eğitim Enstitüsü, Rize.
- Karabulut, B. (2019). *Ortaöğretim öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığı ve şiddet eğilimi ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Gaziantep.
- Kılıç, S. (2019). *Spor yöneticiliği bölümü öğrencilerin kişilik özellikleri ile sportmenlik yönelim düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü, Spor Yönetimi Anabilim Dalı, Erzurum.
- Kiremitçi, S. (2020). *Lise öğrencilerinde aile aidiyeti ve şiddet eğilimi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sosyal Hizmet Anabilim dalı, Konya.
- Kocadaş, B., Özgür, Ö., Özbulut, M. (2010). *Gençlik ve şiddet: Toplumsal alanda şiddetin yükselişi*. Ankara: Atatürk Kültür Merkezi Yayınları.
- Koç, Y. (2013). Beden eğitimi dersi sportmenlik davranışı ölçeği (BEDSDÖ): Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(1), 96-114.
- Koc, Y. (2017). Relationships between the physical education course sportsmanship behaviors with tendency to violence and empathetic ability. *Journal of Education and Learning*, 6(3), 169-180.
- Koç, H., Tekin, A. (2011). Beden eğitimi derslerinin çocuklarda seçilmiş motorik özellikler üzerine etkisi. *van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(Özel). <https://dergipark.org.tr/tr/pub/yyuefd/issue/13708/165960>
- Koç, Y., Tamer, K. (2016). A study on the sportsmanship behaviors of female students in physical education course according to different variables. *Journal of Physical Education & Sports Science/Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 10(2). <https://dergipark.org.tr/tr/pub/bsd/issue/53483/711935>
- Koçyiğit, M. (2023). *Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin örgütsel sinizme ilişkin algılarının örgütsel mutlulukları üzerine etkisinin incelenmesi*. Ankara: İKSAD.
- Konter, E. (2006). *Sporda karşılaşma psikolojisi*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Kotan, R. (2024). *Profesyonel futbol takım taraftarlarının sportmenlik anlayışları üzerine bir araştırma*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Kulaber, E. (2021). *Spor lisesi ile beden eğitimi ve spor yüksekokulunda öğrenim gören öğrencilerin sportmenlik yönelimlerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Rize.

Kulakci-Altıntaş, H., Ayaz-Alkaya, S. (2018). Parental attitudes perceived by adolescents, and their tendency for violence and affecting factors. *Journal of Interpersonal Violence*, 34(1), <https://doi.org/10.1177/088626051880790>

Miller, B. W., Roberts, G. C., Ommundsen, Y. (2004). Effect of motivational climate on sportspersonship among competitive youth male and female football players. *Scandinavian Journal of Medicine – Science in Sports*, 14(3), 193 – 202. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2003.00320.x>

Nair, B. (2014). *Ergenlerin saldırganlık davranışlarının bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Cumhuriyet Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ortaöğretim Sosyal Alanlar Eğitimi Anabilim Dalı, Sivas.

Namdar, A. (2018). *Bir grup öğrencide umut, kaygı ve mutluluk arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans Tezi. Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul.

Obaid, M. A. O. (2021). *Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin sporda şiddet ve istenmeyen davranışlara ilişkin görüşlerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Balıkesir Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Balıkesir.

Önel, S. (2021). *Ortaöğretim öğrencilerin sportmenlik davranışları ile saldırganlık düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Adnan Menderes Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Aydın.

Özgür, G., Yörükoğlu, G., Arabacı Baysan, L. (2011). Lise öğrencilerinin şiddet algıları, şiddet eğilim düzeyleri ve etkileyen faktörler. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 2(2), 53-60. <https://jag.journalagent.com/z4/vi.asp?pdır=phd&plng=tur&un=PHD-76486>

Özyılmaz, Ö. (2020). *Türk Milli Eğitim sisteminin sorunları ve çözüm arayışları*. Ankara: Pegem Akademi.

Pala, Ö., F. (2003). *Saldırganlık eğilimi – dindarlık ilişkisi üzerine bir çalışma*. Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.

Pallant, J. (2016). *SPSS Survival manual*. (6. Baskı). McGraw-Hill. (6. Baskıdan Türkçe'ye çevirisi: Balcı, S., Ahi, B. *SPSS Kullanma kılavuzu*. Ankara: Anı.

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

Sağlam, A., İkiz, F. E. (2017). Ortaokul öğrencilerinin şiddet eğilimleri ile okula bağlılık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *İlköğretim Online*, 16(3), 1235-1246. <https://doi.org/10.17051/ilkonline.2017.330253>

Salmon, G., James, A., ve Smith, D.M. (1998). Bullying in schools: self reported anxiety, deression and self esteem in secondary children. *BMJ*, 317(7163), 924-925. <https://doi.org/10.1136/bmj.317.7163.924>

Satcher, N. D. (2006). *Social and moral reasoning of hing school athletes and non- athletes*. Unpublished Doctoral Dissertation, The University of Mississippi, USA.

Şahin, M. H., (2003). *Sporda şiddet ve saldırganlık*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Şen Balcı, M. (2022). *Üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş ve mutluluk düzeylerinin rekreatif aktivitelerle katılma durumlarına göre incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Tanrıverdi, H. (2012). Sports ethics and violence. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 5(8), 1071-1093. https://doi.org/10.9761/jasss_361

Tektaş, D. (2021). *Hatay örnekleminde yetişkinlerde çocukluk çağı travmalarının şiddete yönelik tutum, şiddet eğilimi ve saldırganlık üzerine etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Haliç Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.

Temel, A., Altun Ekiz, M., Akdağcık, İ. U., Kangalgil, M. (2023). Investigation of secondary school students' sportsmanship behaviors in physical education and sports lesson. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 21(1), 105-116. <https://doi.org/10.33689/spormetre.1187404>

Tingaz, E. O. (2013). *Beden eğitimi ve spor öğretmenliği ile bazı öğretmen adaylarının duygusal zekâ ve mutluluklarının karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Anabilim Dalı, Ankara.

Tingaz, E., O., Hazar, M. (2014). Beden eğitimi ve spor öğretmenliği ile bazı öğretmen adaylarının duygusal zekâ ve mutluluklarının karşılaştırılması. *International Journal of Science Culture and Sport. Special Issue* (1), 745-756. <https://doi.org/10.14486/IJSCS144>

Tsai, E., Fung, L. (2005). Sportsmanship in youth basketball and volleyball players. *Athletic Insight*, 7(2), 37-46. athleticinsight.com
<chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://athleticinsight.com/Vol7Iss2/SportsPDF.pdf>

Tuncer Uçar, H. (2016). *Ortaöğretim öğrencilerinde şiddet eğilimi: Samsun örneği*. Yüksek Lisans Tezi. On dokuz Mayıs Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.

Turan, S. (2022). *Okul sporlarına katılan ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimine yatkınlıkları ve beden eğitimi dersindeki sportmenlik davranışlarının incelenmesi*. Doktora Tezi. Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Sakarya.

Türkmen, M., Varol, S. (2015). Beden eğitimi ve spor dersinin ortaokul öğrencileri üzerinde sportmenlik davranışı oluşturma etkisinin belirlenmesi (Bartın il örneği). *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi 1*(1): 42-64. <https://dergipark.org.tr/pub/intjces/issue/25668/270721>

Yarar, Y. (2019). *Lise öğrencilerinin iyi oluş düzeyleri ile siber zorbalık mağduriyetleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, İstanbul.

Yeter, S. İ. (2019). *Üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeylerinin aile aidiyeti ve manevi yönelimlerine göre yordanması*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, İstanbul.

Yıldız, A. (2021). *Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin belirsizliğe tahammülsüzlerinin mutluluk düzeyleri üzerindeki etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Kış Sporları ve Spor Yönetimi Ana Bilim Dalı, Erzurum,

Yıldız, Y. (2015). *Spor yapan ve spor yapmayan üniversite öğrencilerinin sosyalleşme ve mutluluk düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Muğla.

Yücekaya, M. A. (2020). Ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersi mutluluk düzeylerinin incelenmesi. *Uluslararası Dağcılık Ve Tırmanış Dergisi*, 3(1), 27-37. <https://doi.org/10.36415/dagcilik.745302>



SPORMETRE

The Journal of Physical Education and Sport Sciences
Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi

DOI: 10.33689/spormetre.1436446



Geliş Tarihi (Received): 13.02.2024

Kabul Tarihi (Accepted): 08.12.2024

Online Yayın Tarihi (Published): 30.12.2024

A COMPARISON OF PERFORMANCE PARAMETERS VARYING BY PLAYING POSITIONS OF U-18 FOOTBALL PLAYERS

Murat Koç^{1*}, Barışcan Öztürk², Osman Dişçeken³, Hakan Engin², Caner Uzunca²

¹Erciyes University, Faculty of Sport Sciences, Department of Coaching Education, KAYSERİ

²Cukurova University, School of Physical Education and Sports, Department of Coaching Education, ADANA

³Neveşehir Hacı Bektaş Veli University, Faculty of Sport Sciences, Department of Coaching Education, NEVSEHİR

Abstract: This study aims to determine the performances of U-18 football players in the Super Amateur League and compare some of their physical and physiological performances based on their positions. League and compare some selected physical and physiological performance parameters according to the positions they played. A total of 54 male soccer players with an age of 16.83±1.68 years and 7.14±3.16 years of sports experience participated in the study voluntarily. Performance criteria for the football players included Yo-Yo IR1 distance, VO_{2max}, and vVO_{2max}, as well as 10m, 30m, Illinois Agility Test, COD, CMJ, and RAST tests. A one-way ANOVA test was employed to compare the performances of football players according to their playing positions. Significant differences were found in favor of forwards in CMJ, average, and peak anaerobic power results (p<0.05). However, no significant differences were observed in Yo-Yo IR1, VO_{2max}, vVO_{2max}, 10m, 30m, Illinois and COD results (p>0.05). It was observed that peak and average anaerobic power and vertical jump results were significantly better in forwards compared to players in other positions. Strikers demonstrated superior peak and average anaerobic power as well as vertical jump performance compared to players in other positions.

Key Words: U-18 Football, Playing Positions, Athletic Performance

U-18 FUTBOLCULARIN OYUN POZİSYONLARINA GÖRE DEĞİŞEN PERFORMANS PARAMETRELERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

Öz: Bu çalışmanın amacı, Super Amatör Lig’inde yer alan U-18 futbolcuların performanslarını belirlemek ve oynadıkları pozisyonlara göre bazı fiziksel ve fizyolojik performanslarını karşılaştırmaktır. Çalışmaya yaşları 16.83±1.68 yıl ve spor deneyimleri 7.14±3.16 yıl olan toplam 54 erkek futbolcu gönüllü olarak katılmıştır. Futbolcuların performans kriterleri arasında Yo-Yo IR1 mesafesi, VO_{2max}, vVO_{2max}, 10m, 30m, Illinois Agility Testi, COD, CMJ ve RAST testleri bulunmaktadır. Futbolcuların performanslarını oyun pozisyonlarına göre karşılaştırmak için tek yönlü ANOVA testi kullanılmıştır. Futbolcuların oynadıkları pozisyonlara göre, CMJ, ortalama ve tepe anaerobik güç sonuçları lehine önemli bir fark bulunmuştur (p<0.05). Ancak, Yo-Yo IR1, VO_{2max} ve vVO_{2max}, 10m, 30m, Illinois ve COD sonuçlarında önemli bir fark saptanmamıştır (p>0.05). Zirve ve ortalama anaerobik güç ile dikey sıçrama sonuçlarının, diğer pozisyonlardaki oyunculara kıyasla, forvetlerde önemli ölçüde daha iyi olduğu gözlemlenmiştir. Forvetler, diğer pozisyonlardaki oyunculara kıyasla daha üstün zirve ve ortalama anaerobik güç ile dikey sıçrama performansını sergilemişlerdir.

Anahtar Kelimeler: U-18 futbol, oyun pozisyonları, atletik performans

* Corresponding Author: Murat KOÇ, Dr. Öğr. Üyesi, E-mail: muratkoc@erciyes.edu.tr

INTRODUCTION

Football is known as a sport in which energy systems are used together and intertwined, directly or most directly affected by factors requiring both technical and physical abilities such as speed, agility, balance, strength, and the cardiovascular, nervous, and respiratory systems (Stolen et al., 2005; Taşkın, 2006). To possess these characteristics, good football players require long-lasting, quickly recoverable, and anaerobic power. In contemporary football, where modern players are compelled to cover approximately 12 km, endurance becomes an indispensable feature (Carling et al., 2008). A football match involves 1000-1200 movements, each lasting between approximately 4.5 and 6 seconds. Among these movements, movements such as acceleration and sudden changes of direction are high intensity and increase energy consumption. It can be observed that athletes with high endurance capacities and anaerobic thresholds can perform for long periods, even in high-intensity competitions (Di Salvo et al., 2009) Considering these performance situations, a fast athlete will have an advantage compared to the opposing team, maintaining speed in a small area and in positions that require sudden changes of direction, ultimately excelling in many positions (Sever & Zorba, 2018).

In examinations conducted based on playing positions, it has been determined that midfielders cover a greater distance than defenders and strikers, and that the duration of activities is longer at light and moderate intensity. On the other hand, it has been observed that strikers engage in more sprint runs over a more extended period compared to midfielders and defenders (Bloomfield et al., 2007). According to this data, the fact that modern football is played at a high level has increased performance expectations, making it progressively challenging to achieve the intended results in team sports. The benefits of advances in coaching science have been embraced by coaches and athletes, leading to innovative and diverse training methods. The results of these developments are being examined and interpreted, prompting a review of the applied training methods. Thanks to these situations, the positive change in the performances of football players has also reached a visible level with the advancement of science and technology (Turna & Kılınc, 2018).

This situation has also manifested in football regarding the positions played by athletes and their performance expectations. Consequently, to alter the outcome of competitions, it has become mandatory for players in all positions to exhibit the highest level of athletic performance. Numerous studies have been conducted in the literature considering age groups and positions in football (Aslan & Koç, 2015; Eyuboglu & Aslan, 2016; Yapıcı et al., 2016). Like almost all sports, individuals' maturation age and status impact their performance (Wattie et al., 2015). These differences reveal different physiological and physical demands for each position, emphasising the importance of position-specific training programmes. In Turkey, like global trends, there is a growing interest in understanding and optimising the performance parameters of young footballers. However, there is a gap in the literature on how these parameters differ according to the positions of Turkish U-18 players. Research in this field emphasises the role of maturation age and individual development on performance (Wattie et al., 2015). However, studies focusing on Turkish youth football are limited and questions about how young players' physical and physiological characteristics match their positions remain unanswered.

This study is one of the few studies examining the position-specific physical and physiological performances of 18-year-old young football players in Turkey. This deficiency in the literature points to the lack of playing young athletes in the correct positions and developing individual training programs. In this context, this study was conducted to determine the performance levels

of young football players in different positions and to compare these performances based on their playing positions. The results of the study may provide important data on how to optimize the performance criteria specific to the position of young football players as they transition to the professional level (Dunn & Tamminen, 2023; Morris et al., 2017).

MATERIAL AND METHOD

This study employed a cross-sectional descriptive research design based on field tests, comparing the performance parameters of football players across their playing positions.

Participants

The study was conducted in September, the second annual training program preparation period. The study was conducted with a total of 54 volunteer male football players who play in the Super Amateur League in Adana, with no injury or illness, with 7.14 ± 3.16 years of experience in the sport, an average age of 16.03 ± 1.88 years, an average height of 1.76 ± 0.05 m, and an average body mass of 72.57 ± 8.50 kg. Athletes were informed about the study protocol, and those who agreed to participate were asked to sign a consent form stating the purpose and methods of the study. A questionnaire form prepared by the researchers was used to assess the demographic characteristics of the participants (age, height, body mass, years of experience in the sport, and body mass index (BMI)).

The study was approved by the Cukurova University Faculty of Medicine Non-invasive Clinical Research Ethics Committee (Date: 03 November 2021, Number of meetings: 117 Decision no: 49) and was performed by the principles of the Declaration of Helsinki seventh revision.

Research Design

The research consisted of 3 sessions administered 48 hours apart. To eliminate the effect of biological rhythm on the athletes, the measurements were made by the same researcher at the same time of the day (17:00-19:00) (Turkeri et al., 2024). In the first session of the study, 10 m, 30 m, Illinois tests were applied. In the second session, Counter Movement Jump, COD (Zig-Zag test) and RAST tests were applied. In the last session, Yoyo IRT-1 test was applied. A 15-minute general warm-up protocol was applied to the athletes at the beginning of each session. Athletes applied general warm-up with 5 minutes of low-paced jogging and 10 minutes of stretching under the direction of their trainers.

Performance Tests

Illinois Test: For this test, a test track 5 m in width, 10 m in length, and consisting of three cones placed 3.3 m apart on a straight line in the center section was created for the test on the football pitch. After the test track was prepared, a photocell timer (Newtest Powertimer 300-series testing system, Finland) was placed at the start and finish points. Athletes began from the starting line of the test track by lying face down with their hands by their shoulders and in contact with the ground. Athletes completed the test, which consisted of a 40 m straight run and a 20 m slalom run between the cones, and which included 180° turns every 10 m. The measurements were repeated three times and the best time achieved by the athlete was recorded in seconds (Raya et al., 2013).

10 Meter and 30 Meter Speed Test: A three-gate photocell was used to determine the speed test of the athletes. Photocells were placed on the starting line, the 10 m line and the 30 m line.

Athletes were asked to run 30 meters at maximum speed. At the end of the test, 10 m and 30 m speed results were obtained (Muniroglu & Subak, 2018).

Countermovement Jump (CMJ) Test: This test was administered using the Newtest Powertimer 300 device (Newtest, Finland). Athletes attempted to jump to the highest point possible with the hands free, at the mid-point of the jump mat. During the measurement, the jump height of the athlete was recorded (Enoksen et al., 2009).

Running-Based Anaerobic Sprint Test (RAST): Athletes were asked to run the 35 m distance 6 times at maximum speed. A recovery period of 10 seconds was given between each 35 m sprint. Each 35 m sprint of the athletes was recorded in seconds (0.01). The anaerobic power of the athletes was found using the formula in Figure 1. With this formula, the athletes' average and peak anaerobic power was obtained (Burgess et al., 2016; Zagatto et al., 2009).

$$\text{Power (Watts)} = \text{Weight (kg)} \times \text{Distance}^2 \text{ (m)} \div \text{Time}^3 \text{ (sec)}$$

Figure 1. Anaerobic Power and Fatigue Index (Burgess et al., 2016; Zagatto et al., 2009)

Yo-Yo Intermittent Recovery Test Level 1 (Yo-Yo IR1): The physical performance of football players in matches is based mostly on aerobic capacity and therefore the Yo-Yo IR1 test was used in this study (Bangsbo et al., 2008). This test consists of a 20+5 meter track and the athletes run along the 20 m running track placed in the test area in the form of a round trip according to the Yo-Yo IR1 signals. The test starts at 10 kph and the athlete starts running at the first signal tone. The athlete performs the return run at the second signal tone and then performs a recovery jog in the 5-meter area. The test is continued by increasing the running speed at each level. The test of an athlete who misses the signal twice in a row is terminated and the distance he/she has run is recorded (Krustrup et al., 2003).

Maximal Oxygen Consumption VO_{2max} (mL/kg/min): The VO_{2max} values of the athletes were calculated from the running distance in the Yo-Yo IR1 test using the equation in Figure 2 created by Bangsbo et al. (2008) (Bangsbo et al., 2008).

Maximal Aerobic Speed (vVO_{2max}): The vVO_{2max} values of the athletes were calculated from the running distance in the Yo-Yo IR1 test using the equation in Figure 2 (Heaney et al., 2009).

$$VO_{2max} \text{ (mL/kg/min)} = \text{Distance covered (m)} \times 0.0084 + 36.4 \text{ (Bangsbo et al., 2008)}$$

$$\text{Maximal Aerobic Speed (m/s)} = 0.456250 \times \text{distance covered (km)} + 3.617444 \text{ (Heaney et al., 2009)}$$

Figure 2. VO_{2max} and vVO_{2max} equations

Change of Direction Speed Test: This was carried out on a grass field using the Newtest Powertimer 300 device. The test consists of 3 slaloms placed as Zig-Zags 5 meters apart at an angle of 100° to each other over a distance of 20 meters. The athletes completed the test by passing between the 3 slaloms as fast as possible, starting 1 meter behind the starting line. The test was implemented three times for each athlete and the best time was recorded (Adıgüzel et al., 2024; Loturco et al., 2023).

Statistical Analysis

The demographic characteristics of the subjects were analyzed using descriptive statistics. Results are given as arithmetic mean \pm standard deviation ($\bar{X} \pm S.$). To decide on which test statistics were to be applied to the data obtained in the study, the Kolmogorov-Smirnov test, one

of the tests for normal distribution, was applied to the data first. Since the data showed normal distribution ($p>0.05$), parametric tests were applied. One-way analysis of variance (ANOVA) was used in the analysis of the data. Bonferroni correction was used to identify the source of significant results. Statistical analyses were performed using SPSS 25.0 (IBM) software.

RESULTS

Table 1. Demographic characteristics of football players in general and according to playing position

n=54	Defenders	Midfielders	Strikers	Total
	(n=18)	(n=17)	(n=19)	
	X (Mean) ± S.	X (Mean) ± S.	X (Mean) ± S.	X (Mean) ± S.
Age (year)	16.73±1.81	17.34±1.69	16.50±1.46	16.83±1.68
Height (m)	1.74±0.05	1.73±0.04	1.82±0.04	1.76±0.05
Body mass (kg)	72.96±7.27	70.70±6.78	75.55±12.35	72.57±8.50
BMI (kg/m ²)	23.83±1.94	23.44±1.81	22.75±3.80	23.42±2.41
Sport Age (year)	6.89±4.09	7.30±2.75	7.25±2.34	7.14±3.16

BMI (Body Mass Index) is calculated by dividing body mass (kg) by the square of height (m).

Table 2. Comparison of athletic performance values of footballers according to playing position

		n	X (Mean)	S.	f	p	Dif.	
Illionis (sec)	1	Defenders	18	16.05	0.61	0.62	0.53	
	2	Midfielders	17	15.85	0.98			
	3	Strikers	19	15.80	0.38			
	4	Total	54	15.90	0.71			
30 m (sec)	1	Defenders	18	4.18	0.22	1.39	0.25	
	2	Midfielders	17	4.15	0.11			
	3	Strikers	19	4.08	0.18			
	4	Total	54	4.13	0.18			
10 m (sec)	1	Defenders	18	1.80	0.15	1.79	0.17	
	2	Midfielders	17	1.71	0.31			
	3	Strikers	19	1.65	0.22			
	4	Total	54	1.72	0.23			
COD (sec)	1	Defenders	18	6.28	0.20	2.28	0.11	
	2	Midfielders	17	6.13	0.23			
	3	Strikers	19	6.11	0.30			
	4	Total	54	6.17	0.26			
Yo-Yo-1 (m)	1	Defenders	18	1776.66	720.98	0.68	0.51	
	2	Midfielders	17	2017.64	420.52			
	3	Strikers	19	1833.89	707.73			
	4	Total	54	1872.66	632.96			
VO _{2max} (ml/kg/min.)	1	Defenders	18	51.32	6.05	0.67	0.50	
	2	Midfielders	17	53.34	3.53			
	3	Strikers	19	51.80	5.94			
	4	Total	54	52.13	5.31			
vVO _{2max} (m/sec)	1	Defenders	18	4.42	0.33	1.85	0.16	
	2	Midfielders	17	4.59	0.13			
	3	Strikers	19	4.45	0.32			
	4	Total	54	4.49	0.28			
CMJ (cm)	1	Defenders	18	33.01	7.27	11.59	<0.001	3-1,2
	2	Midfielders	17	33.58	5.26			
	3	Strikers	19	41.01	3.93			
	4	Total	54	36.00	6.67			
RAST Max Watt (W)	1	Defenders	18	849.74	273.31	7.12	<0.001	3-2
	2	Midfielders	17	691.90	128.54			
	3	Strikers	19	970.94	232.04			
	4	Total	54	842.70	245.85			
RAST Mean Watt (W)	1	Defenders	18	613.33	251.33	9.27	<0.001	3-2
	2	Midfielders	17	466.45	76.06			
	3	Strikers	19	718.94	151.33			
	4	Total	54	604.25	201.54			

No significant difference was found in the Illinois, 30m, 10m, COD, Yo-Yo IR1 distance, VO_{2max} or vVO_{2max} results according to the playing positions of the players. A significant difference was found in the CMJ, peak and average aerobic power values in favour of strikers ($p < 0.001$) (Table 2).

DISCUSSION AND CONCLUSION

No significant differences were found in the 10-meter and 30-meter speed results of the athletes participating in our study based on their playing positions ($p > 0.05$). When examining the 10-meter acceleration performances, it was observed that strikers (1.65 ± 0.22 sec) outperformed midfielders (1.71 ± 0.31 sec), while midfielders outperformed defenders (1.80 ± 0.15 sec). Similarly, in the analysis of football players' 30-meter sprint performances, it was established that strikers (4.08 ± 0.18 sec) demonstrated better performance than midfielders (4.15 ± 0.11 sec), whereas midfielders performed better than defenders (4.18 ± 0.22 sec).

Previous research findings align with our results, as Taşkın (2006) found no significant differences in playing positions regarding the 30-meter sprint, and Cerrah et al. (2011) reported no disparities in 10-meter and 30-meter sprint results among amateur football players (Cerrah et al., 2011; Taşkın, 2006). Additionally, Aslan and Koç (2015) discovered no significant differences in acceleration and speed results based on playing positions (Aslan & Koç, 2015). While Malina et al. (2005) did not identify significant differences in football players' 30-meter sprint results, they did find that strikers exhibited higher average speeds compared to defenders and midfielders (Malina et al., 2005). Similarly, Gil et al. (2007) concluded that strikers displayed faster speeds than defenders and midfielders (Gil et al., 2007). The consistency in these findings across various studies and ours is attributed to the prevalent and comprehensive structure of contemporary football, contributing to an overall increase in the speed of the game.

Regarding the Change of Direction (COD) speed results, no significant differences were observed among the athletes based on their playing positions ($p > 0.05$). Examination of football players' COD performances indicated that strikers (6.11 ± 0.30 sec) outperformed midfielders (6.13 ± 0.23 sec), and midfielders (6.28 ± 0.20 sec) outperformed defenders. This is consistent with findings by Sariati et al. (2020) and Aktaş, Uçar, and Kaplan (2020), who reported no significant differences in change of direction ability across playing positions (Aktas et al., 2020; Sariati et al., 2020). Similarly, no significant differences were identified in agility results based on playing positions ($p > 0.05$). Analysis of football players' agility performances revealed that strikers (15.80 ± 0.38 sec) exhibited better agility than midfielders (15.85 ± 0.98 sec), while midfielders performed better than defenders (16.05 ± 0.61 sec). These results indicate, as in other studies, that there are no significant correlations or differences in agility performances based on playing positions (Aktas et al., 2020; Aslan, 2015; Söyler & Kayantaş, 2020). In the study conducted by Barbero-Álvarez et al. in 2024, they evaluated the technical and physical load variables of semi-professional football players playing in the Spanish U18 National League in different positions. The results showed that there were significant differences between the first and second halves of the match according to positions (Barbero-Álvarez et al., 2024). In conclusion, our study, along with previous research, indicates that agility performances of football players in amateur leagues remain similar across all playing positions, emphasizing the universality of agility capabilities across different field positions.

No statistically significant difference emerged in the VO_{2max} (mL/kg/min) results among the athletes participating in our study based on their playing positions ($p > 0.05$). Upon scrutinizing the VO_{2max} performances of football players, it was observed that midfielders (53.34 ± 3.53

mL/kg/min) exhibited superior results compared to strikers (51.80 ± 5.94 mL/kg/min), while strikers outperformed defenders (51.32 ± 6.05 mL/kg/min). In a study by Tønnessen et al. (2013) investigating the maximum aerobic capacities of professional football players, no significant differences were identified in the VO_{2max} results among defenders, midfielders, and forwards (Tonnessen et al., 2013). Similarly, Gil et al. (2007), in their examination of football players, and Metaxas et al. (2006) found no significant disparities in VO_{2max} results based on playing positions (Gil et al., 2007; Metaxas et al., 2006). Consistent with these findings, Söyler (2020) reported no significant distinctions in the VO_{2max} results of football players participating in the regional amateur league according to their playing positions (Söyler & Kayantaş, 2020). In the Italian and Danish football leagues, midfielders covered more distance in the Yo-Yo IR1 test than defenders and forwards, resulting in higher VO_{2max} values. Di Salvo et al. (2007) observed that midfielders had superior VO_{2max} results compared to both strikers and defenders, highlighting the physiological differences among player positions (Di Salvo et al., 2007). In a study conducted by Bujnovsky et al. in 2019, the physical fitness characteristics of high-level young football players were evaluated according to their positions (Bujnovsky et al., 2019). Given that midfielders actively contribute to both defensive and offensive aspects of the game and require greater effort to control a larger area, their VO_{2max} values may exceed those of players in other positions. Furthermore, a 2022 study by Soós et al. examined the anthropometric and physiological profiles of young male football players in Hungary according to their positions. The results showed that forwards and wingers had the highest peak speeds and high-intensity action frequencies, while midfielders covered the most total distance (Soos et al., 2022). The results emphasize that there are significant differences according to positions and that these differences should be taken into account in the design of training programs (Ceylan, 2021). The congruence between the findings of studies in the literature and our investigation suggests that football players in midfield possess a greater oxygen consumption capacity compared to defenders and forwards. Given that midfielders actively contribute to both defensive and offensive aspects of the game, requiring more effort to control a broader area, it is plausible that their VO_{2max} values surpass those of players in other positions.

When the results of the vertical jump were examined, it revealed significant differences, favouring attacking players (strikers) ($p < 0.001$). Strikers (41.01 ± 3.93 cm) outperformed midfielders, achieving 33.58 ± 5.26 cm, demonstrating superior performance. Söyler (2020) similarly ascertained a pronounced advantage for forwards in vertical jump performances (Söyler & Kayantaş, 2020). Existing research consistently indicates that forwards generally manifest superior vertical jumping capabilities in contrast to midfielders and defenders (Boone et al., 2012; Harry et al., 2018; Sporis et al., 2009). Moreover, a conspicuous discrepancy in favour of forwards was discerned in peak and mean anaerobic power values ($p < 0.001$). Forwards outperformed defenders, and defenders surpassed midfielders. Strikers demonstrated elevated average anaerobic power compared to defenders, whereas defenders exceeded midfielders. Studies delving into anaerobic power across different player positions corroborate our findings, underscoring the proclivity for forwards to exhibit heightened levels compared to counterparts in alternative positions.

These revelations align seamlessly with match analyses, thereby accentuating the predilection for forwards in anaerobic-centric performance parameters. The congruence between these scholarly inquiries and our investigation augments the robustness of the delineated patterns.

Football, being dynamic, involves varied runs and technical skills, demanding a blend of anaerobic and aerobic fitness (Rampinini et al., 2006; Stolen et al., 2005). In a match, 70-90% of energy is aerobic (Hostrup & Bangsbo, 2023). Aerobic capacity, crucial for recovery and

delaying fatigue (Tomlin & Wenger, 2001), is often measured as VO_{2max} . Yet, football's demands, featuring high-tempo runs, are better captured by maximal aerobic speed (MAS), defined as the speed at VO_{2max} (Öztürk et al., 2023). Our study found no significant difference in MAS among playing positions ($p > 0.05$). Midfielders (4.59 ± 0.13 m/s) outperformed strikers (4.45 ± 0.32 m/s), while strikers beat defenders (4.42 ± 0.33 m/s). Though no studies focus on MAS by playing position, Rowan et al. (2019) found young footballers' average MAS to be 4.38 ± 0.26 m/s (Rowan et al., 2019). Consistent studies reported MAS for young Spanish and Brazilian players as 4.5 m/s and 4.6 m/s, respectively (Gonzalez-Badillo et al., 2015; Teixeira et al., 2014). Our study aligns with these findings, suggesting uniform MAS values. Midfielders' higher MAS than strikers and defenders can be attributed to their dual-role involvement, covering more field area and engaging in diverse high-intensity activities.

In conclusion, the study revealed that U-18 strikers exhibited significantly superior peak and average anaerobic power as well as vertical jump results compared to players in other positions. While no significant differences were observed in 30m speed, 10m speed, Illinois, or change of direction speed, U-18 forwards demonstrated a better performance than players in other positions. Additionally, U-18 midfielders exhibited higher Yo-Yo IR1 running distance, VO_{2max} , and maximal aerobic speed (vVO_{2max}) results compared to players in other positions. Based on these findings, it can be concluded that the in-game anaerobic performance values of U-18 footballers in the forward position surpass those of players in other positions.

Recommendations

This study underscores significant findings regarding the performance differences among U-18 football players based on their playing positions. Future research could expand on these findings by exploring biomechanical, neuromuscular, and metabolic factors specific to each position to enhance performance optimization strategies. Moreover, studies including diverse age groups, genders, and competitive levels would enhance the generalizability of the results. Longitudinal research could offer deeper insights into the developmental dynamics of players' performance parameters. Additionally, investigating injury risks associated with position-specific demands and devising preventive measures would support player health and long-term performance sustainability.

REFERENCES

- Adıgüzel, N. S., Koç, M., Öztürk, B., Engin, H., Karaçam, A., Canlı, U., Orhan, B. E., & Aldhahi, M. I. (2024). The Effect of the Nordic Hamstring Curl Training Program on Athletic Performance in Young Football Players. *Applied Sciences*, 14(22), 10249. <https://doi.org/10.3390/app142210249>
- Aktas, S., Ucar, U. M., & Kaplan, T. (2020). The Relationship between Performance Parameters and Agility in Amateur Football Players According to Their Positions. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 11(2), 112-119. <https://doi.org/10.17155/omuspd.620634>.
- Aslan, C. (2015). Comparing selected physical, physiological and technical characteristics of a group of Turkish amateur soccer players according to playing positions. *Journal of Athletic Performance and Nutrition*, 2(2), 1-13.
- Aslan, C., & Koç, H. (2015). Comparing selected physical and motoric characteristics of Turkish amateur soccer players according to playing positions. *CBU journal of physical education and sport sciences*, 10(1), 56-65.
- Bangsbo, J., Iaia, F. M., & Krstrup, P. (2008). The Yo-Yo intermittent recovery test : a useful tool for evaluation of physical performance in intermittent sports. *Sports Med*, 38(1), 37-51. <https://doi.org/10.2165/00007256-200838010-00004>

- Barbero-Álvarez, J. C., Martínez-Aranda, L. M., Clemente, F. M., & González-Fernández, F. T. (2024). Technical and Physical Load Variables at Different Positions in U18 Semi-Professional Soccer Players: Differences between the First and Second Half. *Applied Sciences*, 14(13), 5811. <https://doi.org/10.3390/app14135811>
- Bloomfield, J., Polman, R., & O'Donoghue, P. (2007). Physical Demands of Different Positions in FA Premier League Soccer. *J Sports Sci Med*, 6(1), 63-70. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24149226>
- Boone, J., Vaeyens, R., Steyaert, A., Vanden Bossche, L., & Bourgois, J. (2012). Physical fitness of elite Belgian soccer players by player position. *J Strength Cond Res*, 26(8), 2051-2057. <https://doi.org/10.1519/JSC.0b013e318239f84f>
- Bujnovsky, D., Maly, T., Ford, K. R., Sugimoto, D., Kunzmann, E., Hank, M., & Zahalka, F. (2019). Erratum: Bujnovsky, D., et al. Physical Fitness Characteristics of High-level Youth Football Players: Influence of Playing Position. *Sports* 2019, 7, 46. *Sports (Basel)*, 7(12), 46. <https://doi.org/10.3390/sports7120250>
- Burgess, K., Holt, T., Munro, S., & Swinton, P. (2016). Reliability and validity of the running anaerobic sprint test (RAST) in soccer players. *Journal of Trainology*, 5(2), 24-29.
- Carling, C., Bloomfield, J., Nelsen, L., & Reilly, T. (2008). The role of motion analysis in elite soccer: contemporary performance measurement techniques and work rate data. *Sports Med*, 38(10), 839-862. <https://doi.org/10.2165/00007256-200838100-00004>
- Cerrah, A., Polat, C., & Ertan, H. (2011). Investigation of some physical and technical parameters of super amateur league players according to their positions. *Niğde University Journal of Physical Education and Sports Sciences*, 5(1), 1-6.
- Ceylan, R. (2021). Comparison of oxygen consumption of football players in different positions of the game. *Pakistan Journal of Medical & Health Sciences*, 15(7), 2193-2197. <https://doi.org/10.53350/pjmhs211572193>
- Di Salvo, V., Baron, R., Tschan, H., Calderon Montero, F. J., Bachl, N., & Pigozzi, F. (2007). Performance characteristics according to playing position in elite soccer. *Int J Sports Med*, 28(3), 222-227. <https://doi.org/10.1055/s-2006-924294>
- 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(3), 205-212. <https://doi.org/10.1055/s-0028-1105950>
- Dunn, R., & Tamminen, K. (2023). A scoping review of the use of theory in positive youth development and athlete transition literature. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1-24. <https://doi.org/10.1080/1750984x.2023.2188120>
- Enoksen, E., Tonnessen, E., & Shalfawi, S. (2009). Validity and reliability of the Newtest Powertimer 300-series testing system. *J Sports Sci*, 27(1), 77-84. <https://doi.org/10.1080/02640410802448723>
- Eyuboglu, E., & Aslan, C. S. (2016). Determination of motoric features of U-15 football teams players. *International Journal of Sport Culture and Science*, 4(Special Issue 3), 864-869.
- Gil, S. M., Gil, J., Ruiz, F., Irazusta, A., & Irazusta, J. (2007). Physiological and anthropometric characteristics of young soccer players according to their playing position: Relevance for the selection process. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 21(2), 438-445. <https://doi.org/10.1519/R-19995.1>
- Gonzalez-Badillo, J. J., Pareja-Blanco, F., Rodriguez-Rosell, D., Abad-Herencia, J. L., Del Ojo-Lopez, J. J., & Sanchez-Medina, L. (2015). Effects of velocity-based resistance training on young soccer players of different ages. *J Strength Cond Res*, 29(5), 1329-1338. <https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000000764>
- Harry, J. R., Barker, L. A., James, R., & Dufek, J. S. (2018). Performance Differences Among Skilled Soccer Players of Different Playing Positions During Vertical Jumping and Landing. *J Strength Cond Res*, 32(2), 304-312. <https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000002343>
- Heaney, N., Williams, M., Lorenzen, C., & Kemp, J. (2009). Comparison of a YOYO IR1 test and a VO2max test as a determination of training speeds and evaluation of aerobic power. Australian strength and conditioning association international conference on applied strength and conditioning; Gold Coast: Australia,

- Hostrup, M., & Bangsbo, J. (2023). Performance Adaptations to Intensified Training in Top-Level Football. *Sports Med*, 53(3), 577-594. <https://doi.org/10.1007/s40279-022-01791-z>
- Krustrup, P., Mohr, M., Amstrup, T., Rysgaard, T., Johansen, J., Steensberg, A., Pedersen, P. K., & Bangsbo, J. (2003). The yo-yo intermittent recovery test: physiological response, reliability, and validity. *Med Sci Sports Exerc*, 35(4), 697-705. <https://doi.org/10.1249/01.MSS.0000058441.94520.32>
- Loturco, I., Jeffreys, I., Abad, C. C. C., Kopal, R., Zanetti, V., Pereira, L. A., & Nimphius, S. (2023). Change-of-direction, speed and jump performance in soccer players: a comparison across different age-categories. In *Science and Football* (pp. 83-89). Routledge. <https://doi.org/10.1080/02640414.2019.1574276>
- Malina, R. M., Cumming, S. P., Kontos, A. P., Eisenmann, J. C., Ribeiro, B., & Aroso, J. (2005). Maturity-associated variation in sport-specific skills of youth soccer players aged 13-15 years. *J Sports Sci*, 23(5), 515-522. <https://doi.org/10.1080/02640410410001729928>
- Metaxas, T., Sendelides, T., Koutlianos, N., & Mandroukas, K. (2006). Seasonal variation of aerobic performance in soccer players according to positional role. *J Sports Med Phys Fitness*, 46(4), 520-525. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17119515>
- Morris, R., Tod, D., & Eubank, M. (2017). From youth team to first team: An investigation into the transition experiences of young professional athletes in soccer. *International journal of sport and exercise psychology*, 15(5), 523-539. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2016.1152992>
- Muniroglu, S., & Subak, E. (2018). A Comparison of 5, 10, 30 Meters Sprint, Modified T-Test, Arrowhead and Illinois Agility Tests on Football Referees. *Journal of Education and Training Studies*, 6(8), 70-76. <https://doi.org/10.11114/jets.v6i8.3360>
- Öztürk, B., Engin, H., Yusuf, K., & Ilkim, M. (2023). Comparison of Maximal Sprint Speed, Maximal Aerobic Speed, Anaerobic Speed Reserve and Vo2max Results According to the Positions of Amateur Football Players: Experimental Study. *Journal of Education and Recreation Patterns*, 4(2), 692-703. <https://doi.org/10.53016/jerp.v4i2.168>
- Rampinini, E., Bishop, D., Marcora, S., Bravo, D. F., Sassi, R., & Impellizzeri, F. (2006). Validity of simple field tests as indicators of match-related physical performance in top-level professional soccer players. *International journal of sports medicine*, 228-235. <https://doi.org/10.1055/s-2006-924340>
- Raya, M. A., Gailey, R. S., Gaunard, I. A., Jayne, D. M., Campbell, S. M., Gagne, E., Manrique, P. G., Muller, D. G., & Tucker, C. (2013). Comparison of three agility tests with male servicemembers: Edgren Side Step Test, T-Test, and Illinois Agility Test. *J Rehabil Res Dev*, 50(7), 951-960. <https://doi.org/10.1682/JRRD.2012.05.0096>
- Rowan, A., Atkins, S., & Comfort, P. (2019). A comparison of maximal aerobic speed and maximal sprint speed in elite youth soccer players. *Prof. Strength Cond. J*, 53, 24-29.
- Sariati, D., Hammami, R., Chtara, M., Zagatto, A., Boullousa, D., Clark, C. C. T., Hackney, A. C., Granacher, U., Souissi, N., & Zouhal, H. (2020). Change-of-Direction Performance in Elite Soccer Players: Preliminary Analysis According to Their Playing Positions. *International journal of environmental research and public health*, 17(22), 8360. <https://doi.org/10.3390/ijerph17228360>
- Sever, O., & Zorba, E. (2018). Investigation of physical fitness levels of soccer players according to position and age variables. *Facta Universitatis, Series: Physical Education and Sport*, 295-307. <https://doi.org/10.22190/FUPES1702295S>
- Soos, I., Boryslawski, K., Boraczynski, M., Ihasz, F., & Podstawski, R. (2022). Anthropometric and Physiological Profiles of Hungarian Youth Male Soccer Players of Varying Ages and Playing Positions: A Multidimensional Assessment with a Critical Approach. *Int J Environ Res Public Health*, 19(17), 11041. <https://doi.org/10.3390/ijerph191711041>
- Söyler, M., & Kayantaş, İ. (2020). Examination of seasonal changes of some physical and technical parameters according to the positions of professional league players. *International Journal of Applied Exercise Physiology*, 9(8), 99-108.

- Sporis, G., Jukic, I., Ostojic, S. M., & Milanovic, D. (2009). Fitness profiling in soccer: physical and physiologic characteristics of elite players. *J Strength Cond Res*, 23(7), 1947-1953. <https://doi.org/10.1519/JSC.0b013e3181b3e141>
- Stolen, T., Chamari, K., Castagna, C., & Wisloff, U. (2005). Physiology of soccer: an update. *Sports Med*, 35(6), 501-536. <https://doi.org/10.2165/00007256-200535060-00004>
- Taşkın, H. (2006). Profesyonel Futbolcularda Bazı Fiziksel Parametrelerin Ve 30 Metre Sprınt Yeteneğinin Mevklilere Göre İncelenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(2), 049-054. https://doi.org/10.1501/Sporm_0000000059
- Teixeira, A. S., da Silva, J. F., Carminatti, L. J., Dittrich, N., Castagna, C., & Guglielmo, L. G. (2014). Reliability and validity of the Carminatti's test for aerobic fitness in youth soccer players. *J Strength Cond Res*, 28(11), 3264-3273. <https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000000534>
- Tomlin, D. L., & Wenger, H. A. (2001). The relationship between aerobic fitness and recovery from high intensity intermittent exercise. *Sports Med*, 31(1), 1-11. <https://doi.org/10.2165/00007256-200131010-00001>
- Tonnessen, E., Hem, E., Leirstein, S., Haugen, T., & Seiler, S. (2013). Maximal aerobic power characteristics of male professional soccer players, 1989-2012. *Int J Sports Physiol Perform*, 8(3), 323-329. <https://doi.org/10.1123/ijspp.8.3.323>
- Turkeri, C., Oztürk, B., Koç, M., Engin, H., Uluöz, E., Yılmaz, C. Y., Özsu, B. N., Celik, L. T., Şeker, M. E., & Çiçek, İ. (2024). Relationship between lower extremity strength asymmetry and linear multidimensional running in female tennis players. *PeerJ*, 12, e18148. <https://doi.org/10.7717/peerj.18148>
- Turna, B., & Kılınç, F. (2018). Comparison of Some Biomotoric Properties and Anthropometric Measurements of Male Basketball and Football Players. *Journal of Education and Training Studies*, 6(5), 118-122. <https://doi.org/10.11114/jets.v6i5.2140>
- Wattie, N., Schorer, J., & Baker, J. (2015). The relative age effect in sport: a developmental systems model. *Sports Med*, 45(1), 83-94. <https://doi.org/10.1007/s40279-014-0248-9>
- Yapıcı, A., Aydın, E., Çelik, E., & Başkaya, G. (2016). The comparison of motoric characteristics of young soccer players according to their playing positions. *Sportive Sight: Journal of Sports and Education*, 3(1), 49-60.
- Zagatto, A. M., Beck, W. R., & Gobatto, C. A. (2009). Validity of the running anaerobic sprint test for assessing anaerobic power and predicting short-distance performances. *J Strength Cond Res*, 23(6), 1820-1827. <https://doi.org/10.1519/JSC.0b013e3181b3df32>



SPORMETRE
The Journal of Physical Education and Sport Sciences
Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi



DOI: 10.33689/spormetre.1447529

Geliş Tarihi (Received): 13.03.2024

Kabul Tarihi (Accepted): 15.10.2024

Online Yayın Tarihi (Published): 30.12.2024

EGZERSİZE BAĞLILIK ÖLÇEĞİNİN TÜRKÇEYE UYARLANMASI

Ender Şenel^{1*}, Aygün Akgül², Görkem Mentеш², Kaan Salman²

¹Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, MUĞLA

²Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, MUĞLA

Öz: Bu çalışmada, Egzersize Bağlılık Ölçeğinin (EBÖ) Türkçeye uyarlanma süreci detaylı bir şekilde incelenmiştir. Çalışmaya, düzenli olarak egzersiz salonlarına devam eden 207 birey katılım sağlamıştır. Wilson ve ark. (2004) tarafından geliştirilen bu ölçek, egzersize bağlılığı iki ana boyut (bağlanmak isteme ve bağlanmak zorunda olma) ile beş belirleyici faktör (tatmin, kişisel yatırım, sosyal kısıtlayıcılar, sosyal destek ve katılım alternatifleri) üzerinden ölçmektedir. Türkçe uyarlanma süreci, Beaton ve ark.'nin önerdiği çeviri adımlarına uygun olarak yürütülmüş ve uzman görüşleri doğrultusunda ölçeğin kapsam geçerliliği değerlendirilmiştir. Uzmanlar arasında yüksek düzeyde bir uyum görülmüş ve ölçeğin yapı geçerliliği doğrulayıcı faktör analizi kullanılarak test edilmiştir. Yapılan analizler sonucunda, Egzersize Bağlılık Ölçeği'nin Türk kültürüne uygun, geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olduğu ortaya konmuştur. Ayrıca, Cronbach alfa ve bileşik güvenilirlik katsayıları, ölçeğin iç tutarlılığını güçlü bir şekilde desteklemektedir. Bu sonuçlar, ölçeğin egzersize bağlılığı ölçmek için Türkiye'de güvenle kullanılabilirliğini göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Sosyal kısıtlayıcılar, egzersiz, sosyal destek, bağlılık

ADAPTATION OF EXERCISE COMMITMENT SCALE INTO TURKISH

Abstract: This study thoroughly examines the adaptation process of the Exercise Commitment Scale (ECS) into Turkish. The research involved 207 individuals who regularly attended gyms. Developed by Wilson et al. (2004) the scale measures exercise commitment through two main dimensions (want to commit and have to commit) and five determinants (satisfaction, personal investment, social constraints, social support, and participation alternatives). The Turkish adaptation process followed the translation steps outlined by Beaton et al., and content validity was assessed based on expert opinions. A high level of agreement was observed among the experts, and the construct validity of the scale was tested using confirmatory factor analysis. The findings revealed that the Turkish version of the ECS is a valid and reliable tool for assessing exercise commitment within the Turkish cultural context. Moreover, Cronbach's alpha and composite reliability coefficients strongly support the internal consistency of the scale. These results indicate that the ECS can be confidently used in Turkey to measure exercise commitment.

Key Words: Social constraints, exercise, social support, commitment

GİRİŞ

Uzun yıllar yapılan araştırmalar düzenli egzersizlerin fiziksel ve psikolojik açıdan yararlı olduğunu göstermiştir (American College of Sports Medicine, 2006; Dishman ve ark., 2004; Gillespie ve ark., 2012). Düzenli egzersizlerin sağlığa olumlu katkıları kanıtlanmasına rağmen (Blair ve Connelly, 1996; Buckworth ve ark., 2002; Martinez-Gonzalez ve ark., 2001), gelişen ülkelerde hareketsiz yaşam alışkanlıklarının artmaya devam ettiği görülmektedir (Cameron ve ark., 2002; Katzmaryzyk ve ark., 2000; Tiedemann ve ark., 2011). Günümüzde artarak devam

* Sorumlu Yazar: Ender Şenel, Doç. Dr., E-mail: endersenel@mu.edu.tr

eden fiziksel hareketsizlik, dünya genelinde etkisini arttırmakta ve sağlık açısından büyük bir risk faktörü olarak karşımıza çıkmaktadır (Bull ve ark., 2020; Zhu ve ark., 2020).

Fiziksel aktivitenin sağlık üzerindeki olumlu etkileri net bir şekilde bilinmekle birlikte, bireylerin egzersize bağlılık düzeyleri ve bu bağlılığın sürekliliği üzerine yapılan çalışmalar sınırlıdır. Egzersiz yapmak, bireyleri yalnızca fiziksel değil psikolojik olarak da etkilemektedir. Bireyler, egzersiz devamlılığını sağlamak için oluşturdukları plan, program ve egzersiz türlerine yönelik belli bir düzeyde bağlılık geliştirebilmektedir. Bireylerde egzersiz davranışının psikolojik açıdan belirleyicilerinin tespit edilmesi ve anlaşılabilmesi için bağlılık (commitment) önemli bir yapıdır. Smith ve ark. (2015), sportif faaliyetlere katılımın spora yönelik bir bağlılık seviyesi oluşturduğunu göstermiştir. Bağlılık, katılımı ve devamlılığı sağlamada önemli bir aracı role sahiptir (Iwasaki ve Havitz, 2004). Geçmiş araştırmalar bağlılık kavramını, bireyin egzersize katılımını sürekli hale getirebilmesi ve bu yükümlülüğü elde etmesini sağlayan psikolojik bir yapı olarak açıklamıştır (Corbin ve ark., 1987; Kayhan ve ark., 2020; Martin ve Hausenblaus, 1998). Scanlan ve arkadaşlarına (1993) göre bağlılık, spora devam etme isteği ve kararlılığını temsil eder. Bir başka deyişle spora bağlılık, bireyin spora katılımını devamlı hale getirme isteği ve kararlılığını oluşturan psikolojik bir durumdur (Weiss, 2020). Wilson ve ark. (2004) egzersize bağlılığı, bireyin egzersiz davranışını devamlı hale getirmek adına hissettiği sorumluluğu temsil eden motivasyonel bir araç olarak açıklamıştır. Diğer bir tanıma göre, egzersize bağlılık sedanter bireylerin zayıflıklarının üstesinden gelebilmeleri adına oluşturulan egzersiz programını sürdürmeleri olarak açıklanmaktadır (Weinberg ve Gould, 2014). Nam ve Han (2020), yüksek seviyedeki bağlılığın davranışı kalıcı hale getirdiğini ifade etmiştir.

Egzersize bağlılık, çeşitli popülasyonlarda fiziksel aktivitenin teşvik edilmesi ve sürdürülmesinde çok önemli bir faktördür. Bir bireyin sürekli olarak egzersiz yapma arzusu ve kararlılığı ile karakterize edilen psikolojik durumunu kapsar. Yüksek düzeyde egzersize bağlılık, uzun vadeli sağlık yararları elde etmek ve genel yaşam kalitesini iyileştirmek için hayati önem taşıyan egzersize bağlılığın artmasıyla ilişkilidir. Araştırmalar, egzersize bağlılığın yalnızca fiziksel aktivite seviyelerini artırmakla kalmayıp, aynı zamanda öz saygının artması ve anksiyete ve depresyon semptomlarının azalması da dahil olmak üzere psikolojik esenliğe katkıda bulunduğunu göstermektedir (Tian ve Shi, 2022; Ahmad ve ark., 2018; Ren ve Zou, 2022). Dahası, egzersize bağlılık sosyal destek, kişisel motivasyon ve egzersiz deneyimlerinin kalitesi gibi çeşitli faktörlerden etkilenmektedir. Örneğin, çalışmalar olumlu öznel egzersiz deneyimlerinin bireyin egzersize bağlılığını önemli ölçüde artırabildiğini ve böylece fiziksel aktiviteye daha kalıcı bir katılımı teşvik ettiğini göstermiştir (He ve ark., 2022; Zhang ve ark., 2022). Ayrıca, bilişsel-davranışsal stratejileri içeren müdahalelerin, özellikle obezite veya kronik hastalıklar gibi belirli sağlık sorunları olan popülasyonlarda egzersize bağlılığı etkili bir şekilde artırdığı bulunmuştur (Ahmad ve ark., 2018; Darawad ve ark., 2016). Farklı kültürel bağlamlarda egzersize bağlılığı anlamak birkaç nedenden dolayı önemlidir. İlk olarak, kültürel normlar ve değerler bireylerin egzersize yönelik tutumlarını ve bağlılık düzeylerini önemli ölçüde etkileyebilir. Örneğin, kolektivist kültürlerde, sosyal destek ve topluluk katılımı, kişisel motivasyonun daha ön planda olabileceği bireyci kültürlerle kıyasla egzersize bağlılığı teşvik etmede daha önemli bir rol oynayabilir (Tian ve Shi, 2022; Santi ve ark., 2014). Ayrıca, farklı kültürlerde egzersize bağlılığın ölçülmesi, araştırmacıların ve sağlık uygulayıcılarının belirli kültürel inançlar ve uygulamalarla örtüşen müdahaleleri uyarlamalarına ve böylece etkinliklerini artırmalarına olanak tanır (Seok ve Park, 2019; Guo, 2024). Ayrıca, egzersize bağlılık ile sağlık sonuçları arasındaki ilişki, yaşam tarzı, çevresel faktörler ve kaynaklara erişimdeki farklılıklar nedeniyle kültürler arasında değişiklik gösterebilir. Örneğin, bazı kültürlerde eğlence tesislerinin ve egzersiz için güvenli ortamların mevcudiyeti bağlılık

düzeylerini etkileyebilirken, diğerlerinde sosyal beklentiler ve akran etkileri daha önemli olabilir (Bourke ve ark., 2022; Lu ve ark., 2012). Araştırmacılar bu kültürel farklılıkları inceleyerek, egzersize bağlılığı ve uyumu küresel olarak teşvik etmek için daha kapsayıcı ve etkili stratejiler geliştirebilir ve sonuçta farklı popülasyonlarda daha iyi sağlık sonuçlarına katkıda bulunabilir (Park, 2024; Darawad ve ark., 2016).

Bu noktada, araştırmanın önemi, egzersize bağlılığı ölçen güvenilir ve geçerli bir Türkçe ölçeğin eksikliği üzerine odaklanmaktadır. Egzersize bağlılığın bireylerin egzersiz alışkanlıklarını sürdürebilmeleri açısından kritik bir psikolojik yapı olduğu bilinmesine rağmen, Türkiye'de bu yapıyı ölçen bir aracın olmaması önemli bir eksikliklerdir. Spor ve egzersiz birbirinden farklı kavramlar olup, her ikisinin kendine özgü yapısı ve özellikleri bulunmaktadır. Bu nedenle, spor bağlamında geliştirilen ölçüm araçlarının, egzersize bağlılığı yeterince kapsayıp kapsamadığı tartışmaya açıktır. Bu araştırma, Wilson ve ark. (2004) tarafından geliştirilen Egzersize Bağlılık Ölçeğini Türkçeye uyarlayarak, bu eksikliği gidermeyi ve Türk kültürüne uygun bir ölçüm aracı sunmayı amaçlamaktadır. Geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarının yapılması, Türkiye'de egzersize bağlılık üzerine yapılacak gelecekteki araştırmalar için sağlam bir temel oluşturacak ve egzersiz psikolojisi literatürüne önemli bir katkı sağlayacaktır.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bu araştırma, nicel araştırma yaklaşımına dayanmaktadır. Nicel araştırmalar, belirli bir örneklem grubunda sayısal veriler toplanarak bu veriler aracılığıyla araştırma sorularına yanıt arayan, ölçülebilir sonuçlar elde etmeyi hedefleyen araştırmalardır (Creswell, 2015). Bu çalışma da bireylerin egzersize bağlılık seviyelerini belirlemek amacıyla yapılmış olup, nicel veri toplama yöntemleri kullanılarak yürütülmüştür. Araştırma kapsamında Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu'ndan 05.04.2021 tarihinde 210140 protokol numaralı ve 129 sayılı kararla etik kurul izni alınmıştır.

Araştırma, kesitsel tarama modeli (cross-sectional design) ile gerçekleştirilmiştir. Kesitsel tarama modeli, belirli bir zaman diliminde bir grup katılımcının ölçülen değişkenler aracılığıyla mevcut durumlarını betimlemeyi amaçlayan, yaygın kullanılan bir araştırma modelidir (Büyüköztürk, 2018). Bu modelin temel amacı, örneklemde yer alan bireylerin o anki durumlarını bir fotoğraf karesi gibi kaydedip, elde edilen bulgular üzerinden genelleme yapmaktır (Fraenkel ve ark., 2012). Araştırmanın evrenini oluşturan bireylerin egzersize bağlılık ile ilgili çeşitli boyutlardaki algıları, bu kesitsel model aracılığıyla değerlendirilmiştir. Bu modelin avantajı, araştırmanın kısa süre içerisinde ve maliyet açısından verimli bir şekilde tamamlanabilmesine olanak tanınmasıdır (Cohen ve ark., 2002).

Evren-Örneklem (Araştırma Grubu)

Araştırmaya egzersiz salonlarına düzenli olarak giden (en az 1 yıldır devam eden) 207 birey katılmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi (DFA) için yapılan güç analizi, örneklem büyüklüğünün yeterli olduğunu ve %80 güç hedefinin sağlandığını göstermiştir. Etki büyüklüğü 0.15 olarak belirlenmiş, alfa hatası %5, beta hatası ise %20 olarak ayarlanmıştır. Katılımcıların yaş ortalaması 22,50±6,16, düzenli olarak egzersiz yapma süresi 7,30±6,33 yıl, salonda egzersize devam etme süresi ise 4,46±4,18 yıldır. Katılımcıların %39,1'i kadın (n=81), %60,9'u erkektir (n=126).

Veri Toplama Aracı, Çeviri Süreci ve Kapsam Geçerliliği

Egzersize Bağlılık Ölçeği Wilson ve ark. (2004) tarafından egzersize devam etmede önemli bir etken olan bağlılığın ölçülmesi amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek, iki boyut, beş belirleyici olarak tasarlanmıştır. Ölçeğin boyutlarını “bağlanmak isteme (3 madde)” ve “bağlanmak zorunda olma (3 madde)” faktörleri oluşturmaktadır. Ölçeğin belirleyicilerini “tatmin (3 madde),” “kişisel yatırım (3 madde),” “sosyal kısıtlayıcılar (3 madde),” “sosyal destek (3 madde)” ve “katılım alternatifleri (4 madde)” oluşturmaktadır.

Çeviri çalışmasının amacı, EBÖ’yü çevirmenlerin önerileri doğrultusunda Türkçeye çevirmek ve uzmanların önerileriyle kapsam geçerliliğini analiz etmektir. Çeviri sürecinde iki çevirmen, iki geri çevirmen ve süreci ve maddeleri değerlendirmek üzere bir uzman komitesi yer almıştır. Ayrıca, altı uzmandan maddelerin değerlendirme için uygun olup olmadığını değerlendirmeleri istenmiştir.

İlk olarak, orijinal ölçeğin yazarlarından gerekli izin alınmıştır. Ardından Beaton ve ark. (2000)’nin önerdiği süreç takip edildi. İki çevirmen ölçek maddeleri çevirmeleri için davet edildi; biri kavramı bilen (T1), diğeri ise konuyu bilmeyen ve konu hakkında bilgilendirilmeyen (T2). T1 spor bilimleri alanında akademisyen olarak çalışmaktadır, T2 ise başka bir uzmanlık alanına sahiptir. İlk olarak, iki bağımsız çevirmen orijinal EBÖ’yü Türkçeye çevirmiştir. Ardından, Türkçe bir sentez EBÖ formu oluşturulmuştur. İki çevirmenin çevirilerinin birbirine oldukça yakın olduğu görülmüştür. Bu süreçten sonra, biri kavramı bilen (BT1), diğeri ise bilmeyen ve bilgi sahibi olmayan (BT2) iki bağımsız çevirmenin sentez EBÖ formunu İngilizceye çevirmeleri istendi. Tüm çeviriler (T1, T2, BT1, BT2) ve sentez formları, çevirileri ve sentez formunu değerlendirmeleri için altı uzmana gönderilmiştir. T1 ve BT1, spor psikolojisi alanında doktora ve çalışmaları olan akademisyenlerdir. T2 ve BT2 ise İngilizce öğretimi alanında çalışan akademisyenlerdir. Her bir madde için geri bildirim vermeleri istenmiştir. Uzmanlar, tüm maddelerin düzenli egzersiz yapan bireyler için uygun olduğu konusunda ortak görüşe sahiptir. Spor bilimlerinde doktora derecesine sahip ve spor psikolojisi alanında çalışan altı uzmandan (çeviri maddeler için geri bildirim veren aynı uzmanlar), düzenli egzersizlere katılan bireyler için egzersize bağlılığı değerlendirmekle ilgili olup olmadıkları konusunda her bir maddeyi bir ile dört arasında derecelendirmeleri istenmiştir.

Veri Toplama Süreci

Veriler, düzenli olarak egzersiz yapan bireylere ulaşmak için egzersiz salonlarına giden bireylerden yüz yüze toplanmıştır. Bireylere araştırmanın amacı anlatılmış, gönüllü olarak katılmaları için davet edilmiştir.

Verilerin Analizi

Kapsam geçerliliği: Madde (I-CVI) ve ölçek (S-CVI) için kapsam geçerlilik indeksi Excel’de hesaplanmıştır. Polit ve Beck (2004) kapsam geçerliliğini, bir aracın ölçülen yapı için uygun madde örnekleme sahip olması olarak tanımlamıştır. I-CVI’yi hesaplamak için her bir madde için uzmanlar arasındaki anlaşma sayısı hesaplanmıştır. I-CVI, anlaşma sayısının uzman sayısına bölünmesiyle hesaplanmıştır. I-CVI’ların ortalama puanı S-CVI’yi göstermektedir. S-CVI/UA, anlaşma sayısının madde sayısına bölünmesiyle hesaplanır (Polit ve Beck, 2006) ve literatürde bu yöntemin kullanılması önerilmektedir (Polit ve ark., 2007).

Doğrulamalı faktör analizi: Ölçeklerin yapı geçerliklerini test etmek için yapısal eşitlik modellenmesi kullanılmıştır. DFA, daha önce kuramsal temelli modellerin test edilmesinde kullanım için daha uygun bir yöntemdir (Fabrigar ve ark., 1999; Hurley ve ark., 1997; Kline, 2015). Her bir madde için parametre tahminlerinin anlamlılığı ve faktör yük değerleri dikkate alınmıştır. Maksimum olabilirlik yönteminin seçilmesiyle, ölçeklerin uyum indeksleri

hesaplanmıştır (χ^2/df , NFI, IFI, CFI, RMSEA, SRMR) (Hu ve Betler, 1999; Brown, 2015). Bu çalışmada mutlak model uyumunun bir göstergesi olarak χ^2/df oranı kullanılmıştır (Kelloway, 1998). Ancak χ^2 istatistiği, örneklem büyüklüğüne aşırı duyarlı olması ve modelin verilere uyduğunu göstermek için ima edilen ve gözlenen kovaryans matrisinin ne kadar yakın olması gerektiği konusunda belirsiz olması nedeniyle eleştirilmiştir (Kelloway, 1998). Bu sınırlamalar göz önüne alındığında, küçük örneklemelerin kullanıldığı araştırmalarda global model uyumunun göstergeleri olarak uygunlukları göz önüne alınarak Artımlı Uyum Endeksi (IFI), Karşılaştırmalı Uyum Endeksi (CFI) ve Normlaştırılmış Uyum Endeksi (NFI) incelenmiştir (West ve ark., 1995).

BULGULAR

Ölçek maddelerinin çevirisinden sonra, maddelerin hedef özelliği ölçüp ölçmediğine dair uzman görüşlerine başvurulmuştur. Uzman görüşleri ile ölçme aracının kapsam geçerlik indeksleri hesaplanmıştır. Kapsam geçerlik indeksleri için spor psikolojisi alanında çalışmaları olan 6 uzmandan ölçme aracının maddelerini 1-4 arasında puanlamaları istenmiştir. 1 ve 2 ilgili maddenin hedef özellik ile ilgisiz olduğunu 3 ve 4 ise ilgili olduğunu ifade etmektedir. Tablo 1’de EBÖ’nün kapsam geçerlik indeksleri verilmiştir. EBÖ’nün boyutlar ve belirleyiciler olmak üzere iki farklı yapısı ve bu yapıların kendi içerisinde alt boyutları bulunmaktadır.

Tablo 1. Egzersize bağlılık ölçeğinin alt boyutları ve belirleyicilerinin kapsam geçerlik indeksleri

Madde	Uzman						Toplam Anlaşma	I-CVI			
	1	2	3	4	5	6					
Boyutlar											
Bağlanmak İsteme	Egzersize devam etmeye kararlıyım	3	3	2	3	4	3	5	0,83		
	Egzersize devam etmeye adanmış durumdayım.	3	4	4	4	4	3	6	1		
	Egzersize devam etmeye bağlıyım.	3	3	3	3	3	3	6	1		
Bağlanmak Zorunda	Egzersiz yapmaya devam etmek zorunda olduğumu hissediyorum.	3	3	4	4	4	4	6	1		
	Egzersize devam etmem gerektiğini hissediyorum.	4	4	4	4	3	4	6	1		
	Egzersiz bir görev olduğunu düşünüyorum.	3	3	3	4	4	4	6	1		
								Toplam Anlaşma	5		
								S-CVI/Ave	0,96		
								S-CVI/UA	0,83		
Belirleyiciler											
Sosyal Kısıtlayıcılar	Egzersiz yapmak için insanların bana baskı yaptığını düşünüyorum.	3	4	3	4	4	4	6	1		
	Başkalarını memnun etmek için egzersiz yapmaya devam etmeliyim.	4	4	3	3	3	4	6	1		
	Egzersiz bırakırsam insanlar hayal kırıklığına uğrar.	3	3	2	3	3	3	5	0,83		
Sosyal	Benim için önemli kişiler egzersiz yapmamı destekliyor.	4	4	4	4	4	4	6	1		

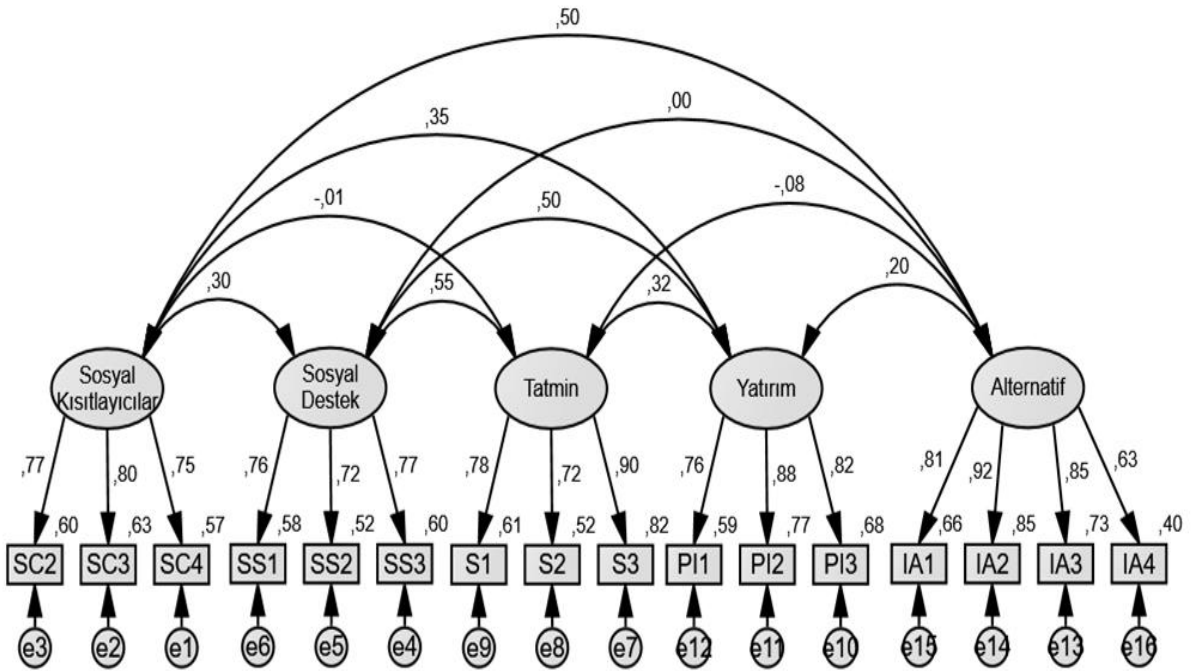
Tatmin	Benim için önemli kişiler egzersiz yapmanın sorun olmadığını düşünüyor.	4	4	4	4	4	4	6	1
	Benim için önemli kişiler beni egzersiz yapmaya teşvik ediyor.	4	4	4	4	4	4	6	1
	Her şey düşünüldüğünde, egzersiz çok tatmin edicidir.	4	4	4	4	4	4	6	1
	Egzersiz yaptığım için tatmin olmuş hissediyorum.	3	3	4	3	3	4	6	1
	Egzersiz yapmayı çok faydalı buluyorum.	3	4	3	3	3	3	6	1
	Egzersiz yapmak için çok çaba sarf ettim.	4	4	4	4	4	4	6	1
Kişisel Yatırım	Egzersiz yapmak için çok fazla enerji harcadım.	4	3	3	3	3	3	6	1
	Egzersiz yapmak için çok zaman harcadım.	4	4	4	4	4	4	6	1
Katılım Alternatifleri	Egzersiz yapmaya kıyasla, yapabileceğim daha eğlenceli başka şeyler de var.	3	4	4	4	3	3	6	1
	Egzersiz yapmaya kıyasla, yapabileceğim daha zevkli başka şeyler de var.	4	3	3	3	3	3	6	1
	Egzersiz yapmaya kıyasla, yapabileceğim daha değerli başka şeyler de var.	4	3	4	4	4	4	6	1
	Egzersiz yapmak yerine başka bir şey yaparsam daha mutlu olurum.	4	2	3	3	3	4	5	0,83
								Toplam Anlaşma	14
								S-CVI/Ave	0,97
								S-CVI/UA	0,82

I-CVI: Madde seviyesinde kapsam geçerlik indeksi (Item-level content validity index), *S-CVI*: Ölçek seviyesinde kapsam geçerlik indeksi (Scale-level content validity index), *S-CVI/Ave*: Ortalama yöntemine dayalı ölçek seviyesi kapsam geçerlik indeksi (scale-level content validity index based on the average method), *S-CVI/UA*: Evrensel anlaşma yöntemine dayalı ölçek seviyesi kapsam geçerlik indeksi A (scale-level content validity index based on the universal agreement method).

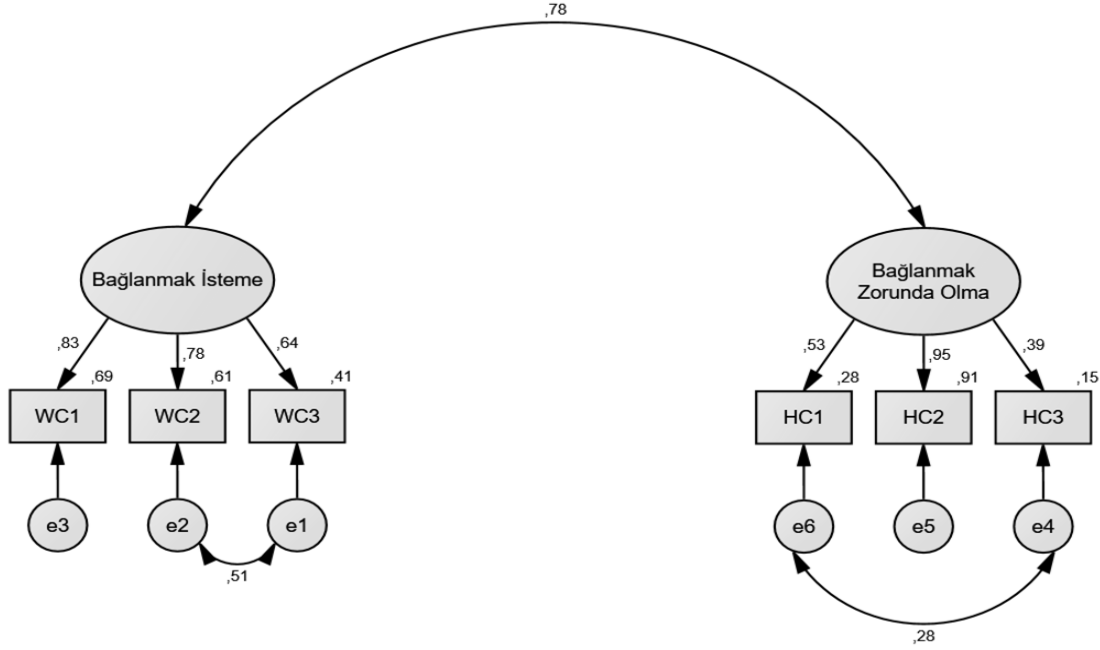
EBÖ'nün boyutlarına ilişkin kapsam geçerlik indeksleri 0,83 ile 1,0 arasındadır (Tablo 1). Uzmanların çoğunluğu maddelerin ilgili özelliği ölçtüğünü belirtmiştir ki toplam anlaşma sayısı bunun önemli bir göstergesidir (n=5). Uzmanlar, bir istisna hariç (madde 1 için uzman 3 görüşü) tüm maddelerin ilgili özelliği ölçebileceğini belirtmiştir. Toplam anlaşma sayısının uzman sayısına bölünmesiyle hesaplanan I-CVI değerlerinin oldukça yüksek olduğu görülmektedir (Polit ve Beck, 2006; Polit ve ark., 2007). S-CVI/Ave değeri, I-CVI puanları toplamının madde sayısına bölünmesi ile hesaplanmaktadır ve 0.80'ten yüksek olması beklenmektedir (Polit ve Beck, 2006; Polit ve ark., 2007; Lynn, 1986). S-CVI/Ave 0,96'dır ve bu değer sınırın oldukça üzerindedir. Bir başka indeks ise, anlaşma sayısının madde sayısına bölünmesiyle hesaplanan S-CVI/UA değeridir. Bu değer, 0,4'ten yüksek olması önerilmektedir (Davis, 1992; Grant ve Davis, 1997; Polit ve Beck, 2004). Dolayısıyla, bu değer önerilen ölçütleri karşılamaktadır.

EBÖ'nün belirleyicilerine ilişkin I-CVI değerleri 0,83 ile 1,0 arasındadır (Tablo 1). Toplam anlaşma 14, S-CVI/Ave 0,97, S-CVI/UA ise 0,82'dir. Bu değerler, önerilen değerlerin oldukça üzerindedir. İndeksleri EBÖ'nün hem boyutlarının hem de belirleyicilerinin kapsam geçerliliğinin olduğunu göstermektedir. Bu aşamadan sonra, yapı geçerliliği Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA) ile incelenmiştir.

Wilson ve ark. (2004) tarafından Açımlayıcı Faktör Analizi ve Doğrulamalı Faktör Analizi sonuçlarında elde ettiği modellerin Türk kültüründeki geçerliliğini test etmek için DFA süreçleri uygulanmıştır (şekil 1 ve 2). Ölçüm modellerini test etmek için faktörler arasında kovaryans eğrileri çizilerek ilişki tahminlerine izin verildi ve orijinal modeldeki maddeler ilgili faktöre eklendi. Her gizil değişkendeki en az bir gözlenebilir değişkenin regresyon katsayısı 1'e sabitlendi. EBÖ'nün belirleyicileri ve boyutlarının multivariate dağılımlarının normalden önemli ölçüde saptığı tespit edildi (Mardia'nın Katsayısı: Boyutlar= 54,33 ve Belirleyiciler=82,66). Normal dağılım göstermeyen veriler için alternatif tahmin süreçleri önerilmesine rağmen (Hu ve Bentler, 1995; Byrne, 2001), bu süreçlerin küçük örnekleme kullanıldığında model uyumuna yönelik önyargılı tahminler ürettikleri görülmüştür (Maruyama, 1998). Bu nedenle, bu analizler için maksimum olabilirlik (ML) tahmin prosedürleri kullanılmıştır.



Şekil 1. EBÖ belirleyicileri doğrulamalı faktör analizi. Büyük daireler EBÖ'nün gizil faktörlerini temsil etmektedir. Küçük kareler ise EBÖ maddelerini (gözlenebilir değişken) ifade etmektedir. Standartlaştırılmış faktör yükleri (λ) gizil değişkenden gözlenebilir değişkene doğru çizilen oklarla gösterilmiştir (tüm p değerleri <0.01). Küçük daireler artık hata varyanslarını temsil etmektedir. Faktörler arası ilişki tahminleri her bir gizil faktörü birbirine bağlayan kovaryans eğrileri ile görselleştirilmiştir.



Şekil 2. EBÖ boyutları doğrulayıcı faktör analizi. Büyük daireler EBÖ'nün gizil faktörlerini temsil etmektedir. Küçük kareler ise EBÖ maddelerini (gözlenebilir değişken) ifade etmektedir. Standartlaştırılmış faktör yükleri (λ) gizil değişkenden gözlenebilir değişkene doğru çizilen oklarla gösterilmiştir (tüm p değerleri <0.01). Küçük daireler artık hata varyanslarını temsil etmektedir. Faktörler arası ilişki tahminleri her bir gizil faktörü birbirine bağlayan kovaryans eğrileri ile görselleştirilmiştir.

DFA sonuçlarına göre, hem belirleyiciler ($\chi^2/df=5,59$; NFI=0,94; IFI=0,95; CFI=0,95; RMSEA=0,14; [%95CI =0,10-0,20]; SRMR =0,05) hem de boyutlar ($\chi^2/df=1,94$; NFI=0,90; IFI=0,95; CFI=0,95; RMSEA= 0,06; [%95CI =0,05-0,08]; SRMR =0,06) ölçüm modeli için kabul edilebilir düzeyde global uyum indekslerine sahiptir. Orta seviyeden güçlüyü kadar standartlaştırılmış parametre tahminleri istatistiksel olarak anlamlıdır. Belirleyiciler için bulunan uyum indeksleri incelendiğinde RMSEA değerlerinin oldukça kötü olduğu görülmesine rağmen, diğer indeksler kabul edilebilir seviyededir (Hu ve Bentler, 1999). Düşük serbestlik derecesi ve basit modellerde, RMSEA değerlerinin sorunlu olduğu kanıtlanmıştır (Kenny ve ark., 2015). Bu sorunun nedenini anlamak için, RMSEA'nın nasıl oluşturulduğuna biraz bakmak gerekmektedir. RMSEA, modelin karmaşıklığını (Hu ve Bentler, 1999) içeren bir mutlak uyum indeksidir. Karmaşıklığı hesaba katmak için, az sayıda serbestlik derecesi için bir tür ceza uygulanır. Sonuç olarak, az sayıda serbestlik derecesine sahip modeller, veriyle oldukça iyi uysalar bile genellikle düşük RMSEA değerlerine sahip olabilirler.

Simülasyon çalışmalarında, Kenny ve ark. (2015), az sayıda serbestlik derecesine sahip modeller için, model ile veri arasında anlamlı fark olmadığı durumda, RMSEA'nın yine de düşük olabileceğini bulmuşlardır. Buna göre "RMSEA'yı küçük df'ye sahip modellerde model uyumunu değerlendirmek için kullanmak sorunlu ve potansiyel olarak yanıltıcı olabilir, elbette örneklemin büyüklüğü çok büyük değilse. Aslında, araştırmacıların model df'leri küçük olduğunda RMSEA'yı tamamen hesaplamaktan kaçınmaları gerektiğini düşünüyoruz. Bu tür durumlarda, uygun olmayan uyum, silinmiş parametreleri içeren ek modelleri belirleyerek ve bu ek parametrelerin modele gereksinim olup olmadığını belirleyerek teşhis edilebilir." (Kenny ve ark., 2015).

Tablo 2. Ortalama, standart sapma, α , bileşik güvenilirlik (cr) ve iki değişkenli korelasyon katsayıları

Değişken	$\bar{X} \pm sd$	α	cr	1	2	3	4	5	6
Bağlanmak isteme	8,89±1,59	0,83	0,79	1					
Bağlanmak zorunda olma	8,23±1,89	0,67	0,67	0,54**	1				
Tatmin	9,23±1,29	0,82	0,84	0,62**	0,52**	1			
Kişisel yatırım	8,10±2,07	0,86	0,86	0,46**	0,42**	0,29**	1		
Sosyal kısıtlayıcılar	7,16±2,77	0,81	0,81	-0,09	-0,27**	-0,02	-0,29**	1	
Sosyal destek	8,41±2,01	0,79	0,79	0,31**	0,38**	0,47**	0,40**	-0,24**	1
Katılım alternatifleri	6,23±2,33	0,87	0,88	-0,00	-0,05	0,08	-0,16*	0,49**	-0,00

Tablo 2, EBÖ'nün boyutları ve belirleyicilerine ilişkin ortalama, standart sapma, iç tutarlılık ve güvenilirlik katsayıları ve korelasyon değerlerini göstermektedir. Bağlılık değişkenleri arasındaki iki değişkenli korelasyonlar, EBÖ yapıları arasında bir dereceye kadar bağımsızlık olduğunu akla getirecek şekilde zayıf ile orta arasındadır. Bu araştırmada, ölçeğin güvenilirlik değerlendirmesi için Cronbach'ın alfa katsayısı ile bileşik güvenilirlik katsayısı hesaplanmıştır. Her iki yaklaşım da bir ölçeğin iç tutarlılık veya güvenilirliğini değerlendirmek için kullanılan istatistiksel ölçütlerdir. Ancak, aralarında önemli farklar vardır. Cronbach'ın alfa, bir ölçeğin maddeleri (soruları) arasındaki iç tutarlılığını ölçmek için kullanılan bir istatistiksel ölçüdür. Maddeler arasındaki korelasyonları temel alarak ölçeğin iç tutarlılığını hesaplar. Yüksek bir alfa katsayısı (genellikle 0.70 veya daha yüksek), ölçeğin maddeleri arasında güçlü bir tutarlılık olduğunu gösterir ve ölçeğin daha güvenilir olduğunu ifade eder. Ancak, Cronbach'ın alfa, ölçeğin homojen bir yapıya sahip olduğunu varsayar ve ölçeğin alt boyutlarını veya farklı boyutlarındaki maddelerin tutarlılığını değerlendiremez. Composite reliability, yapısal eşitlik modellemesi ve faktör analizi gibi analizlerde ölçeğin iç tutarlılığını değerlendirmek için kullanılan bir istatistiksel ölçüdür. CR, ölçeğin alt boyutlarını (faktörleri) ve maddeleri bir araya getirerek ölçeğin genel iç tutarlılığını hesaplar. CR, alt boyutların (faktörlerin) maddeleri arasında güçlü bir tutarlılık olduğunu gösterir ve ölçeğin iç tutarlılığını daha kapsamlı bir şekilde değerlendirmeye yardımcı olur. Ayrıca, CR, ölçeğin homojen bir yapıya sahip olmasını varsaymaz ve ölçeğin alt boyutları arasındaki farklılıkları değerlendirebilir. Sonuç olarak, Cronbach'ın alfa, ölçeğin maddeleri arasındaki iç tutarlılığını değerlendirmek için kullanılırken, composite reliability (CR), ölçeğin alt boyutlarını ve maddeleri bir araya getirerek genel iç tutarlılığını değerlendirmek için kullanılır. Her ikisi de ölçeğin güvenilirliğini değerlendirmede önemli ölçütlerdir, ancak aralarında yöntem ve kapsam açısından farklar vardır.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırmanın amacı EBÖ'nün Türkçeye çevrilmesi, Türk kültüründe geçerlik ve güvenilirlik analizlerinin yapılmasıdır. Düzenli olarak egzersize katılan Türklerin, egzersize yönelik bağlılıklarını ölçmek için iki boyut (Bağlanmak isteme ve Bağlanmak zorunda olma) beş belirleyici (Tatmin, Kişisel yatırım, Sosyal kısıtlayıcılar, Sosyal destek ve Katılım alternatifleri) olmak üzere yapısal özelliklere sahip olan EBÖ Türkçe formunun, egzersiz ortamında orijinal yapının özelliklerini desteklediği görülmüştür. Bağlılık yapıları açısından değerlendirildiğinde belli bir yapısal ilişkinin bu yapılar arasında var olduğunu söylemek mümkündür ancak belirleyicilerin birbirinden belli düzeyde bağımsız özelliklere sahip olduğu çıkarımı yapılabilir. Ölçme aracının kapsam geçerlik analizleri, yapının hedef özelliği ölçmekte oldukça yeterli olduğunu göstermektedir. DFA sonuçlarının ise hem belirleyicilerin hem de boyutların çok boyutlu faktör yapısını kabul etmesi, kapsam geçerlik sonuçlarını desteklemiştir. Bu araştırmanın sonucu Wilson ve ark. (2004) tarafından geliştirilen orijinal ölçme aracının yapısal özelliklerini desteklemektedir.

Bazı araştırmacılar kişisel yatırım ve tatminin egzersize bağlılığın gcl belirleniciileri olduğunu tespit etmiştir (Carpenter ve ark., 1993). Egzersize bağlılık ölüm modeli, Scalan ve ark. (Scalan ve ark., 1993a, 1993b) tarafından spora bağlılık modeli temelinde oluşturmuştur ve egzersiz katılımcılarının egzersize devam etme davranışlarını belirleyen faktörlere odaklanmıştır. Bu araştırmada, geliştirilen bu yapının Türk kültürüne uygunluğu ve lme aracının yapısal özelliğinin benzer şekilde çalıştığı grlmştir.

Orijinal lme aracının geliştirildiği madde havuzunun tamamı Türkçeye çevrilmiş, ancak bu araştırmanın amacı doğrultusunda – farklı bir kültürde geliştirilen aracın Türk kültürüne uyarlanması – AFA ile keşfedilen DFA ile doğrulanana yapıdaki maddeler veri toplamada kullanılmıştır. Wilson ve ark. (2004) geliştirilen yapının cesaret verici olmasına rağmen, spora bağlılık modelindeki tüm belirleyicileri içermediğini belirtmiştir (Carpenter ve Coleman, 1998), ancak EB'nn mevcut yapısının egzersiz davranışlarının değerlendirilmesinde önemli bir yere sahip olduğu açıktır. Orijinal modelin içerisinde yer alan Katılım Fırsatları da benzer nedenlerden dolayı bu araştırmaya dahil edilmemiştir. Wilson ve ark. (2004) bu belirleyiciyi analizlerine dahil etmemesine gerekçe olarak, Katılım Fırsatları faktörünün karmaşık ve belirsiz bir özelliğe sahip olması göstermiştir. Ek olarak, katılım fırsatlarının maddeleri incelendiğinde (“egzersiz bana arkadaşlarımla birlikte olma fırsatı verir”, “egzersiz bana heyecan verici bir şey yapma imkanı verir”), bu maddelerin sosyal destek ve tatmin ile kavramsal olarak aşırı örtüşmesi, bu faktöre ihtiyaç duyulmamasının mantıklı olabileceği görüşünü uyandırmaktadır (Wilson ve ark., 2004). Gelecekte yapılacak araştırmalar, egzersize bağlılık modelindeki Katılım Fırsatları faktörünü de yapıya dahil ederek araştırabilir, nk ilgili faktör Türk kültüründe farklı bir özellik taşıyabileceğinden, bireylerin egzersiz davranışlarını daha iyi anlamamızı sağlayacaktır. EB'nn belirleyicilerinden Katılım Alternatifleri boyutunun da kapsamlı şekilde incelenmesi gerekliliği doğmuştur. Yapısal eşitlik modeli içerisinde kabul edilebilir uyuma ve oldukça yüksek yüklere sahip olmasına rağmen, Katılım Alternatifleri faktörünün Bağlanmak İsteme ve Bağlanmak Zorunda Olma boyutlarıyla ilişkisi değerlendirildiğinde bu yapılardan oldukça bağımsız hareket edebileceği fikri oluştuğundan, faktörün özellikleri gelecek çalışmalarda yeniden incelenmelidir.

Wilson ve arkadaşlarının (2004) bulguları, bağlılık boyutlarının egzersiz alanında ortak ve benzersiz belirleyicileri paylaştığını göstermektedir. Örneğin, YEM analizlerinin sonuçları, sosyal kısıtlamaların ve katılım alternatiflerinin egzersize bağlılık boyutlarının öngörülmesine farklı şekilde katkıda bulunduğunu göstermektedir. Bu, bir kişinin egzersiz yapmak için ne lde sosyal baskı algıladığının veya egzersiz yapmak için cazip alternatifler tarafından cezbedildiğinin, toplu olarak bir görev veya yükümlülük duygusuna dayalı bir taahhütte bulunma 'zorunda olma' duygusunu teşvik ettiğini göstermektedir. Alternatif olarak, insanların egzersize katılımlarından ne derece memnun oldukları ve kendilerini egzersize önemli ve geri dönüşü olmayan kaynaklar yatırmış olarak algıladıkları, bağlılığın daha uyarlanabilir boyutlarının gelişmesine elverişli görünmektedir. Gelecek araştırmalar, egzersize bağlılık belirleyicilerinin egzersize bağlılık boyutlarını ne düzeyde yordadığını inceleyerek egzersize bağlılık modelini daha iyi açıklamamıza katkı sağlayabilir.

Ek olarak, egzersize bağlılığın egzersiz davranışlarının önemli bir belirleyicisi olduğu tespit edildiğinden (Carpenter ve ark., 1993; Wilson ve ark., 2004), EB ile egzersiz davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi önemli görünmektedir. EB, bu araştırmaların yapılmasına olanak sağlayacağından ciddi bir boşluğu dolduracak potansiyele sahiptir. Spora ve egzersize katılım motivasyonunun incelenmesinde egzersize bağlılığın önemli bir rolü olabilir. Araştırmalar, spora katılımın içsel motivasyonun egzersize devam etme davranışlarıyla bağlantılı olduğunu kanıtladığından (Wilson ve ark., 2002), egzersize bağlılığın bu ilişkideki

yerinin incelenmesi gerekir. Dahası, Egzersize katılımında cinsiyet farklılıkları göz önüne alınarak, EBÖ'nün yapısal özelliklerinin ölçme eşdeğerliğiyle incelenmesi gerekliliğini ortaya çıkarmaktadır.

İlham verici sonuçlara rağmen, araştırmanın bazı sınırlılıkları da bulunmaktadır. Araştırmaya katılan bireylerin yaş aralıkları oldukça geniş olmasına rağmen, egzersiz davranışlarını belli gruplarda incelemek daha faydalı olacaktır. Bununla birlikte, araştırmanın katılımcı grubunun çoğunluğunu üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Öğrenciler, yalnızca düzenli egzersize katılmaktadır ve herhangi bir branşta müsabakalara katılmamaktadır. Sporcular ve egzersiz katılımcıları arasındaki özellikler dikkate alındığında bu iki grup arasındaki farklılıkların EBÖ yapısına nasıl yansıdığı incelenmemiştir. Özetle, sporcular ve egzersiz katılımcıları arasındaki ölçme eşdeğerliği incelenemediğinden EBÖ'nün yapısına ilişkin önemli bir alan açıklanamamıştır. Egzersiz katılımcılarının, katıldıkları egzersiz türünün de önemli olduğu düşünüldüğünde egzersiz türlerinin EBÖ yapısına katkısı incelenmemiştir. Araştırmalar, cinsiyet ve yaşın egzersiz davranışını etkilediğini ortaya koyduğundan (Roberts ve ark., 2015 Weman Josefsson ve ark., 2018) bu özelliklere göre EBÖ'nün faktör yapısının incelenmesi gerekir. Egzersize bağlılık zaman içerisinde değişebilen dinamik bir yapıya sahip olduğundan gelecek araştırmaların boylamsal çalışmalarla bağlılık belirleyicileri ve boyutlarını incelemesi önemlidir.

Sonuç olarak, bu araştırma EBÖ'nün egzersiz ortamındaki Türk katılımcılarda elde edilen yapısal özelliklerin psikometrik kanıt sağlamıştır. Devam eden egzersiz davranışlarında motivasyonun önemini anlamak adına egzersize bağlılığın teorik ve uygulamalı ortamda incelemek elzemdir. EBÖ egzersiz davranışlarında motivasyonel bileşenleri anlamamıza önemli bir katkı sağlayacaktır. Gelecekte yapılacak araştırmalar için birkaç öneri sunulabilir. İlk olarak, EBÖ'nün kültürler arası geçerliliğinin daha derinlemesine incelenmesi faydalı olabilir. Özellikle farklı sosyoekonomik geçmişe sahip ve farklı kültürel değerlere sahip gruplarda EBÖ'nün nasıl işlediği araştırılmalıdır. Bu, ölçeğin genel geçerliliğini daha geniş bir bağlamda test etme imkanı sağlayacaktır.

İkinci olarak, EBÖ'nün bireysel sporlar ile takım sporları arasında nasıl farklılaştığı üzerine çalışılabilir. Farklı spor türlerinin egzersize bağlılık üzerindeki etkilerinin incelenmesi, ölçeğin spor branşlarına göre ne kadar tutarlı sonuçlar verdiğini göstermesi açısından önemlidir.

Üçüncü bir öneri, EBÖ'nün uzun süreli kullanımının izlenmesidir. Egzersize bağlılık, zamanla değişkenlik gösterebilecek bir kavram olduğundan, boylamsal çalışmalar bu değişimin nasıl gerçekleştiğini daha iyi anlamamızı sağlayabilir. Ayrıca, bağlılık belirleyicilerinin hangi faktörlerle zaman içerisinde etkileşimde olduğu araştırılabilir.

Dördüncü olarak, cinsiyet, yaş ve egzersiz geçmişi gibi demografik faktörlerin EBÖ üzerindeki etkilerini araştırmak, egzersize bağlılık yapısının bu gruplar arasında nasıl farklılaştığını gösterebilir. Özellikle cinsiyet ve yaş farklılıklarının belirleyici faktörler üzerindeki etkilerini ortaya koymak, ölçeğin daha geniş bir demografik yelpazede nasıl performans gösterdiğini anlamamıza yardımcı olacaktır.

Son olarak, gelecekte yapılacak araştırmalar, EBÖ ile egzersiz davranışları arasındaki ilişkiyi inceleyerek, bu ölçeğin davranışsal sonuçlarla nasıl ilişkili olduğunu ortaya çıkarabilir. Egzersize katılımın sürdürülebilirliğini artırmaya yönelik uygulamalı çalışmalar için bu tür bir bilgi, değerli bir rehberlik sunabilir.

KAYNAKLAR

- Ahmad, D., Vaez Mousavi, M., & Taheri, H. (2018). Effect of special cognitive-behavioral intervention on commitment to exercise and mental health. *Global Journal of Health Science*, 10(5), 78. <https://doi.org/10.5539/gjhs.v10n5p78>
- American College of Sports Medicine, (2006). *ACSM's guidelines for exercise testing and prescription*. Lippincott Williams & Wilkins.
- Atlantis, E., Chow, C. M., Kirby, A., & Singh, M. F. (2004). An effective exercisebased intervention for improving mental health and quality of life measures: a randomized controlled trial. *Preventive Medicine*, 39(2), 424-434. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2004.02.007>
- Beaton, D. E., Bombardier, C., Guillemin, F., & Ferraz, M. B. (2000). Guidelines for the process of cross-cultural adaptation of self-report measures. *Spine*, 25(24), 3186-3191.
- Berczik K., Szabo A., Griffiths M. D., Kurimay T., Kun B., Urban R., & Demetrovics Z. (2012). Exercise addiction: symptoms, diagnosis, epidemiology, and etiology. *Substance Use Misuse*. 47(4): 403-417.
- Blair, S. N., & Connelly, J. C. (1996). How much exercise should we do? The case for moderate amounts and intensities of exercise. *Research Quarterly for Exercise & Sport*, 67(2), 193-205. <https://doi.org/10.1080/02701367.1996.10607943>
- Bourke, A., Niranjan, V., O'Connor, R., & Woods, C. (2022). Barriers to and motives for engagement in an exercise-based cardiac rehabilitation programme in Ireland: a qualitative study. *BMC Primary Care*, 23(1). <https://doi.org/10.1186/s12875-022-01637-7>
- Brown, T. A. (2015). *Confirmatory factor analysis for applied research*. Guilford publications.
- Buckworth, J., & Dishman, R. K., O'Connor, P. J., & Tomporowski, P. D. (2002). *Exercise psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Bull, F. C., Al-Ansari, S. S., Biddle, S., Borodulin, K., Buman, M. P., Cardon, G., Carty, C., Chaput, J. P., Chastin, S., Chou, R., Dempsey, P., DiPietro, L., Ekelund, U., Firth, J., Friedenreich, C., Garcia, L., Gichu, M., Jago R., Katzmarzky, P. T., Lambert, E., Lietzmann, M., Milton, K., Ortega, F. B., Ranasinghe, C., Stamatakis, E., Tiedemann, A., Toriano, R. P., Ploeg, H. P., Wari, V., & Willumsen, J. F. (2020). World Health Organization 2020 guidelines on physical activity and sedentary behaviour. *British journal of sports medicine*, 54(24), 1451-1462. <http://dx.doi.org/10.1136/bjsports-2020-102955>
- Büyüköztürk, Ş. (2018). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Pegem Atuf İndeksi.
- Byrne, B. M. (2001). *Structural equation modeling with Amos: basic concepts, applications, and programming*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Cameron, C., Craig, C. L., Stephens, T., & Ready, T. A. (2002). *Increasing physical activity: Supporting an active workforce*. Canadian Fitness and Lifestyle Research Institute.
- Carek, P. J., Laibstain, S. E., & Carek, S. M. (2011). Exercise for the treatment of depression and anxiety. *The international journal of psychiatry in medicine*, 41(1), 15-28. <https://doi.org/10.2190/PM.41.1.c>
- Carpenter, P. J., & Coleman, R. (1998). A longitudinal study of elite youth cricketers' commitment. *International Journal of Sport Psychology*, 29, 195-210.
- Carpenter, P. J., Scanlan, T. K., Simons, J. P., & Lobel, M. (1993). A test of the sport commitment model using structural equation modeling. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 15, 119-133.
- Caspersen, C. J., Powell, K. E., & Christenson, G. M. (1985). Physical activity, exercise, and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research. *Public Health Reports*, 100(2), 126-131.

- Chen, W. (2016). Frequent exercise: A healthy habit or a behavioral addiction? *Chronic Diseases and Translational Medicine*, 2(4), 235-240.
- Coakley J. (2009). *Sports in society: Issues and controversies*. McGraw Hill.
- Cohen, L., Manion, L., & Morrison, K. (2002). *Research methods in education*. Routledge.
- Corbin, C. B., Nielson, A. B., Borsdorf, L. L., & Laurie, D. R. (1987). Commitment to physical activity. *International Journal of Sport Psychology*, 18(3), 215-222.
- Creswell, J. W. (2015). *Educational research: Planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative research*. Pearson.
- Çakır, R., & Semiz, K. (2023). Sporcu öğrenciler için "spora bağlılık ölçeği" nin Türkçeye uyarlanması. *Türkiye Klinikleri Journal of Sports Sciences*, 15(1), 96-104. <https://doi.org/10.5336/sportsci.2022-88997>
- Darawad, M., Khalil, A., Hamdan-Mansour, A., & Nofal, B. (2016). Perceived exercise self-efficacy, benefits and barriers, and commitment to a plan for exercise among Jordanians with chronic illnesses. *Rehabilitation Nursing*, 41(6), 342-351. <https://doi.org/10.1002/rnj.199>
- Darawad, M., Mosleh, S., Khalil, A., Maharmeh, M., Hamdan-Mansour, A., & Samarkandi, O. (2016). Investigating physical exercise among Jordanians with diabetes mellitus. *Health*, 8(02), 181-189. <https://doi.org/10.4236/health.2016.82021>
- Davis, L. L. (1992). Instrument review: Getting the most from a panel of experts. *Applied nursing research*, 5(4), 194-197.
- Dishman, R. K., Washburn, R. A., & Heath, G. W. (2004). *Physical activity epidemiology*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Fabrigar, L. R., Wegener, D. T., MacCallum, R. C., & Strahan, E. J. (1999). Evaluating the use of exploratory factor analysis in psychological research. *Psychological Methods*, 4(3), 272-299. <https://doi.org/10.1037/1082-989X.4.3.272>
- Gillespie, L. D., Robertson, M. C., Gillespie, W. J., Sherrington, C., Gates, S., Clemson, L., & Lamb, S. E. (2012). Interventions for preventing falls in older people living in the community. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 7(12). <https://doi.org/10.1002/14651858.CD007146.pub3>
- Grant, J. S., & Davis, L. L. (1997). Selection and use of content experts for instrument development. *Research in Nursing & Health*, 20(3), 269-274. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1098-240X\(199706\)20:3<269::AID-NUR9>3.0.CO;2-G](https://doi.org/10.1002/(SICI)1098-240X(199706)20:3<269::AID-NUR9>3.0.CO;2-G)
- Guo, T. (2024). The relationship between live sports learning and exercise behavior in college students: a serial mediation model. *Behavioral Sciences*, 14(4), 266. <https://doi.org/10.3390/bs14040266>
- He, L., Li, Y., & Chen, Z. (2022). The effect of subjective exercise experience on exercise behavior and amount of exercise in children and adolescents: the mediating effect of exercise commitment. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(17), 10829. <https://doi.org/10.3390/ijerph191710829>
- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1-55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- Hurley, A. E., Scandura, T. A., Schriesheim, C. A., Brannick, M. T., Seers, A., Vandenberg, R. J., & Williams, L. J. (1997). Exploratory and confirmatory factor analysis: Guidelines, issues, and alternatives. *Journal of Organizational Behavior*, 18(6), 667-683.
- Hyun, H. (2014). *How to design and evaluate research in education*. McGraw-Hill Education-Europe.

- Iwasaki, Y., & Havitz, M. E. (2004). Examining relationships between leisure involvement, psychological commitment and loyalty to a recreation agency. *Journal of Leisure Research*, 36(1), 45-72. <https://doi.org/10.1080/00222216.2004.11950010>
- Katzmarzyk, P. T., Gledhill, N., & Shephard, R. J. (2000). The economic burden of physical inactivity in Canada. *Canadian Medical Association Journal*, 163(11), 1435-1440.
- Kayhan, R.F., Bardakçı, S. & Caz, Ç. (2020). Spora bağlılık ölçeğini Türkçeye uyarlama çalışması. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 9(3), 2905-2922. <https://doi.org/10.15869/itobiad.676854>
- Kelecek, S., Kara, F. M., Aşçı, F. H. (2018). “Sporcu bağlılık ölçeği”nin geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 16(3), 39-47. https://doi.org/10.1501/Sporm_0000000374
- Kelloway, E. K. (1998). *Using LISREL for structural equation modeling: A researcher's guide*. SAGE Publications, Inc.
- Kenny, D. A., Kaniskan, B., & McCoach, D. B. (2015). The performance of RMSEA in models with small degrees of freedom. *Sociological Methods & Research*, 44(3), 486-507. <https://doi.org/10.1177/0049124114543236>
- Kline, P. (2015). *A handbook of test construction (psychology revivals): introduction to psychometric design*. Routledge.
- Lu, F., Hsu, E., Wang, J., Huang, M., Chang, J., & Wang, C. (2012). Exercisers' identities and exercise dependence: the mediating effect of exercise commitment. *Perceptual and Motor Skills*, 115(2), 618-631. <https://doi.org/10.2466/0>
- Lynn, M. R. (1986). Determination and quantification of content validity. *Nursing Research*, 35(6), 382-386.
- Martin, K. A., & Hausenblaus, H. A. (1998). Psychological commitment to exercise and eating disorder symptomatology among female aerobic instructors. *Sport Psychologist*, 35(6), 382-386.
- Martinez-Gonzalez, M. A., Varo, J. J., Santos, J. L., De Irala, J., Gibney, M. J., Kearney, J., & Martinez J. A. (2001). Prevalence of physical activity during leisure time in the European Union. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 33(8), 1142-1146.
- Maruyama, G. M. (1998). *Basics of structural equation modeling*. SAGE Publications Inc.
- Nam, J. J., & Han, D. H. (2020). The comparison of perfectionism and commitment between professional and amateur golfers and the association between perfectionism and commitment in the two groups. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(16), 5657. <https://doi.org/10.3390/ijerph17165657>
- Polit, D. F., & Beck, C. T. (2004). *Nursing research: Principles and methods*. Lippincott Williams & Wilkins.
- Polit, D. F., & Beck, C. T. (2006). The Content Validity Index: Are You Sure You Know What's Being Reported? Critique and Recommendations. *Research in Nursing & Health*, 29(5), 489-497.
- Polit, D. F., Beck, C. T., & Owen, S. V. (2007). Is the CVI an acceptable indicator of content validity? Appraisal and recommendations. *Research in Nursing & Health*, 30(4), 459-467. <https://doi.org/10.1002/nur.20147>
- Roberts, S., Reeves, M., & Ryrie, A. (2015). The influence of physical activity, sport and exercise motives among UK-based university students. *Journal of Further and Higher Education*, 39, 598-607. <https://doi.org/10.1080/0309877X.2014.938265>.
- Scanlan, T. K., Carpenter, P. J., Simons, J. P., Schmidt, G. W., & Keeler, B. (1993a). An introduction to the sport commitment model. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 15, 1-15. <https://doi.org/10.1123/jsep.15.1.1>
- Scanlan, T. K., Carpenter, P. J., Simons, J. P., Schmidt, G. W., & Keeler, B. (1993b). The sport commitment model: Measurement development for the youth sport domain. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 15, 16-38. <https://doi.org/10.1123/jsep.15.1.16>

- Sırgancı, G., Ilgar A. E. ve Cihan, B. (2019). Spora bağlılık ölçeği'nin geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 7(17), 171-191.
- Smith, M., Berdel, D., Nowak, D., Heinrich, J., & Schulz H. (2015). Sport Engagement by Accelerometry under Field Conditions in German Adolescents: Results from GINIPlus. *Plos One*, 10(8), 1-15. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0135630>
- Tezcan, M. (1994). *Boş zamanların değerlendirilmesi sosyolojisi*. Atilla Kitabevi.
- Tiedemann, A., Sherrington, C., & Lord, S. R. (2011). Predictors of exercise adherence in older people living in retirement villages. *Preventive Medicine*, 6(52), 480-481. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2011.03.015>
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2014). *Foundations of sport and exercise psychology*. Human Kinetics.
- Weiss, W. M. (2020). Applying the sport commitment model to sport injury rehabilitation. *Journal of Sport Rehabilitation*, 30(2), 242-247. <https://doi.org/10.1123/jsr.2019-0427>
- Weman Josefsson, K., Johnson, U., & Lindwall, M. (2018). Short report: moderations in exercise motivation – gender and age moderates the relations of motivation quality and exercise behavior. *Health Psychology and Behavioral Medicine*, 6, 93-103.
- West, S. G., Finch, J. F., & Curran, P. J. (1995). Structural equation models with nonnormal variables: Problems and remedies. In R. H. Hoyle (Ed.), *Structural equation modeling: Concepts, issues, and applications* (pp. 56–75). SAGE Publications, Inc.
- Wilson, P. M., Rodgers, W. M., & Fraser, S. N. (2002). Examining the psychometric properties of the behavioral regulation in exercise questionnaire. *Measurement in Physical Education & Exercise Science*, 6(1), 1–21. https://doi.org/10.1207/S15327841MPEE0601_1
- Wilson, P. M., Rodgers, W. M., Carpenter, P. J., Hall, C., Hardy, J., & Fraser, S. N. (2004). The relationship between commitment and exercise behavior. *Psychology of Sport and Exercise*, 5(4), 405-421. [https://doi.org/10.1016/S1469-0292\(03\)00035-9](https://doi.org/10.1016/S1469-0292(03)00035-9)
- Zhu, L., Wang, Z. Z., & Zhu, W. M. (2020). Construction of exercise prescription database under the vision of healthy China. *China Sport Sci.* 40, 4–15. <https://doi.org/10.16469/j.css.202001001>



SPORMETRE

The Journal of Physical Education and Sport Sciences
Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi

DOI: 10.33689/spormetre.1464500



Geliş Tarihi (Received): 03.04.2024

Kabul Tarihi (Accepted): 12.12.2024

Online Yayın Tarihi (Published): 30.12.2024

DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞININ FİZİKSEL AKTİVİTE, BEL/BOYUN AĞRISI VE STRES DÜZEYİ İLE İLİŞKİSİ

Emine Cihan^{1*}, Cansu Şahbaz Pirinççi²

¹ Selçuk Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, KONYA

² Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Gülhane Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Fakültesi, ANKARA

Öz: Dijital oyun bağımlılığı, bağımlılık türleri arasında giderek artan bir endişe kaynağıdır. Özellikle gençlerde fiziksel ve psikolojik sağlık üzerinde çeşitli olumsuz etkiler yaratabilir. Bu çalışmanın amacı dijital oyun bağımlılığının gençler arasındaki yaygınlığını tespit ederek fiziksel aktivite, bel-boyun ağrısı ve stres düzeyi ile olan ilişkilerini incelemektir. Çalışma 18-25 yaş aralığındaki 916 üniversite öğrencisi ile tamamlanmıştır. Katılımcıların demografik ve kişisel özellikleri kaydedilmiştir. Dijital oyun bağımlılığı Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (DOBÖ) ile, Boyun ağrısı Boyun Özur İndeksi (BÖİ) ile, Bel ağrısı Oswestry Özürlülük Anketi (OÖA) ile, fiziksel aktivite düzeyi Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi Kısa Formu (UFAA-KF) ile, stres seviyesi Algılanan Stres Ölçeği-14 (ASÖ-14) ile değerlendirilmiştir. Kullanılan anketler uzantıya tıklanarak ulaşılabilen çevrimiçi şekilde oluşturulmuştur. Katılımcılara kartopu örneklem yöntemi ile ulaşılmıştır. Normal dağılan verilerde Pearson korelasyonu ve independent samples t-test; normal dağılmayan verilerde Spearman korelasyonu ve Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Bulgulara göre; öğrencilerin %66.2'si dijital oyun oynadığını bildirmiştir. Haftalık oyun oynama süresi ortalama 44.26±66.73 dk olup bu süre haftalık yaklaşık 2.5 güne yayılmıştır. Dijital oyun büyük oranda (%55,1) telefon aracılığı ile oynanmaktadır. Oyun oynamanın en büyük nedeni boş zaman geçirmektir (%47.5). Oyun oynayan ve oynamayan öğrenciler karşılaştırıldığında OÖA skoru (p=0.008), BÖİ skoru (p<0.001), ASÖ-14 skoru (p<0.001) ve fiziksel aktivite/yürüme (p=0.043) skorunda anlamlılık farklılık elde edilmiştir. Sonuç olarak, dijital oyun bağımlılıkları özürlülük düzeylerini artırmaktadır. Bu durum sadece bel/boyun ağrısıyla sınırlı kalmayıp öğrencilerin stres düzeylerini de önemli ölçüde etkilemektedir. Bağımlılık sebepleri ele alındığında, dijital oyun sürelerini sınırlandırmaya yönelik eğitim programlarının geliştirilmesi ve farkındalık kampanyalarının düzenlenmesi gibi toplumsal müdahalelere ihtiyaç olduğu görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Oyun bağımlılığı, fiziksel aktivite, boyun ağrısı, bel ağrısı, stres.

THE RELATIONSHIP BETWEEN DIGITAL GAME ADDICTION AND PHYSICAL ACTIVITY, LOWER/NECK PAIN, AND STRESS LEVEL

Abstract: Digital game addiction is increasingly becoming a source of concern among various types of addiction. It can have several negative effects, especially on the physical and psychological health of young people. The aim of this study is to identify the prevalence of digital game addiction among young people and investigate its relationship with physical activity, back-neck pain, and stress levels. The study was conducted with 916 university students aged 18-25. Demographic and personal characteristics of the participants were recorded. Digital game addiction was assessed using the Digital Game Addiction Scale (DGAS), neck pain with the Neck Disability Index (NDI), back pain with the Oswestry Disability Index (ODI), physical activity level with the International Physical Activity Questionnaire Short Form (IPAQ-SF), and stress level with the Perceived Stress Scale-14 (PSS-14). The questionnaires were created online and accessed through a link. Participants were reached using a snowball sampling method. For normally distributed data, Pearson correlation and independent samples t-test were used; for non-normally distributed data, Spearman correlation and Mann Whitney U test were employed. According to the findings, 66.2% of students reported playing digital games. The average weekly gaming time was 44.26±66.73 minutes, which is spread over approximately 2.5 days per week. A majority (55.1%) of the games were played on mobile phones. The most common reason for gaming was leisure time (47.5%). Significant differences were found in the ODI score (p=0.008), NDI score (p<0.001), PSS-14 score (p<0.001), and physical activity/walking (p=0.043) between gamers and non-gamers. In conclusion, digital game addiction increases disability levels, affecting not only back/neck pain but also significantly influencing students' stress levels. There is a need for societal interventions, such as developing educational programs to limit gaming time and conducting awareness campaigns.

Key Words: Game Addiction, Physical Activity, Neck Pain, Back Pain, Stress

* Sorumlu Yazar: Emine Cihan, Dr. Öğr. Üyesi, E-mail: pteminecihan@gmail.com

GİRİŞ

Gelişen teknoloji ile geleneksel oyunların yerini dijital oyunlar almıştır. Dijital oyunlar sayesinde zamansal ve mekansal zorluklar elimine edilmekte; istenilen zaman ve istenilen mekanda oyun oynama imkanı sağlanmaktadır (Mustafaoğlu ve Yasacı, 2018). Dijital oyunlar, çok yönlü düşünmeyi destekleme, yaratıcılığı arttırma, aidiyet duygusunu geliştirme gibi olumlu etkilerinin yanı sıra kas iskelet sistemi başta olmak üzere insan bedeni ve ruhunda birçok olumsuzlukların gelişmesine neden olabilmektedir (Arslan ve ark., 2014). Dünya Sağlık Örgütü, dijital oyun bağımlılığını “oyun oynama bozukluğu” olarak tanımlamış ve bu durumu Uluslararası Hastalık Sınıflandırması (ICD-11) kapsamında ruhsal sağlık sorunları arasında değerlendirmiştir. Bu bağımlılık, kontrol kaybı, günlük işlevselliğin bozulması ve diğer yaşam alanlarına olan ilginin azalması gibi özellikleriyle madde bağımlılığına benzer bir şekilde ele alınmaktadır (Mustafaoğlu ve Yasacı, 2018). Uzun süre ekran başında vakit geçirmek kişilerin fiziksel olarak inaktif olmasına sebep olabilmekte fiziksel inaktive de beraberinde obezite ve depresyon semptomları getirebilmektedir (Ballard ve ark., 2009; Fullerton ve ark., 2014). Bunun yanı sıra sürekli bilgisayar oyunları oynayan bireylerde kaba ve ince motor yeteneklerinde olumsuz etkilenim görülebilmekte, el göz koordinasyonunda bozulma, kas iskelet sistemi rahatsızlıkları, uyku bozuklukları gelişebilmektedir (Akçay ve Akçay, 2020; Jacobs ve ark., 2009; King ve ark., 2013).

Dijital oyun oynama için tablet ve telefonun tercih edilmesi başın öne doğru uzun süre eğilmesi ile fleksiyonunda sabitlenme görülmekte bu da bireyler de daha kifotik postürün gelişmesine neden olabilmektedir. Aynı zamanda uzun süre oturma pozisyonunu devam ettirmek omurganın fizyolojik eğriliklerinin korunmasını engellemektedir. Bu da vücutta ağırlı bölgelerin oluşmasına ortam hazırlamaktadır. Boyun düzleşmesi, boyun ve belde kifoz lordoz gelişmesi gelişebilecek patolojilere örnek verilebilir (Abdelhameed ve Abdel-Aziem, 2016; AlAbdulwahab ve ark., 2017; Jung ve ark., 2016).

Genç yetişkinler üzerinde yapılan araştırmalar daha çok akıllı telefon kullanımı ve bunun kas iskelet ağrısı ve fiziksel aktivite ile ilişkisini araştırmıştır (Rüstem ve ark.,2021; Xiao ve ark., 2022). Ancak dijital oyun bağımlılığın yaygınlığı ve stres de dahil olmak üzere birçok parametre ile ilişkisi hala önemini korumaktadır. Bu bilgilerin ışığında, çalışmamızın amacı dijital oyun bağımlılığının gençler arasındaki yaygınlığını tespit etmek ve bunun fiziksel aktivite düzeyi, bel-boyun ağrısı ve stres ile olan ilişkisini incelemektir.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bu çalışma kesitsel ve tanımlayıcı bir çalışmadır. Çalışma 2024 yılı Ocak-Şubat ayları içinde Konya ilindeki üniversite öğrencilerine Google online form aracılığı ile uygulanmıştır. Çalışmada kullanılan anketler uzantıya tıklanarak ulaşılabilen çevrimiçi şekilde oluşturulmuştur. Katılımcılara kartopu örneklem yöntemi ile ulaşıldı (Biernacki ve Waldorf, 1981). Anket öğrenci topluluklarına iletilmiştir. Bağlantıların kontrolü yazarlar tarafından sağlanmıştır. Ankete bilgilendirmiş onam formu eklenerek öğrencilerden onay alındıktan sonra anketin açılması sağlanmıştır. Online anketlerin cevaplanması yaklaşık 20 dakika içinde tamamlanacak şekilde ayarlanmıştır. Bilgilerin saklanması ve korunması şifre korumalı elektronik veritabanı ile yapılmıştır. Çalışmaya başlamadan önce Selçuk Üniversitesi yerel etik kurulundan onay alınmıştır (no:2024/48). Çalışma, Helsinki Bildirgesi ve Uluslararası İyi Klinik Uygulamaları Uyumlaştırma Konseyi Kılavuz İlkeleri'ne uygun olarak yürütülmüştür.

Araştırma Grubu

Çalışmaya katılmaya gönüllü 18-25 yaş arasındaki Konya’da üniversite okuyan öğrenciler dahil edilmiştir. Bilinen veya eşlik eden psikiyatrik herhangi bir hastalık tanısı almış olmak, iletişim becerisini etkileyecek şekilde herhangi bir patolojiye sahip olmak dışlanma kriteri olarak belirlenmiştir. Çalışmaya 1024 öğrenci katılmıştır. Ancak 108 öğrenci kriterleri sağlamadığı ve eksik cevap verdiği için çalışma dışı bırakılmıştır. Çalışma toplam 916 kişi ile tamamlanmıştır.

Veri Toplama Araçları

Öğrencilerin demografik ve kişisel özellikleri yapılan online anket ile elektronik veritabanına kaydedilmiştir. Dijital oyun oynama alışkanlıkları hakkında bilgiler (oyun oynama nedenleri, kaynakları, oyun için harcanan zaman vb) sorgulanmıştır.

Dijital Oyun Bağımlılığı Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (DOBÖ), Boyun Ağrısı Boyun Özürlü İndeksi (BÖİ), Bel Ağrısı için Oswestry Özürlülük Anketi (OÖA), fiziksel aktivite düzeyi için Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi Kısa Formu (UFAA-KF), stresin değerlendirilmesi için Algılanan Stres Ölçeği-14 (ASÖ-14) kullanılmıştır.

Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği: Lemmens ve arkadaşları (Lemmens ve ark., 2009) tarafından dijital oyun oynamaya dair davranışları belirlemek amacıyla tasarlanan ölçeğin Türkçe geçerliliği Irmak ve Erdoğan tarafından yapılmıştır (Yalçın Irmak ve Erdoğan, 2015). Ölçeğin Kapsam Geçerlik İndeksi $r=0.92$, Cronbach alfa katsayısı 0.72 , madde toplam puan korelasyonları $0.52-0.76$ arasındadır. Anket toplam 7 sorudan oluşmaktadır ve 5’li (1=hiçbir zaman, 5=her zaman) likert özelliğine sahiptir. Her bir soruya denk gelen sayının toplanması ile toplam puan elde edilir. Anketten minimum 7 maksimum 35 puan alınırken oyun bağımlılık düzeyi ölçekten alınan toplam puan artışına göre değerlendirilmektedir.

Boyun Ağrısı Boyun Özürlü İndeksi: Vernon ve arkadaşları tarafından (Vernon ve Mior, 1991) geliştirilen anketin Türkçe geçerliliği Aslan ve arkadaşları tarafından (Aslan ve ark., 2008) yapılmıştır. Test-tekrar test güvenilirliği için sınıf içi korelasyon katsayısı puanı $0,979$ (%95, güven aralığı= $0,968-0,986$)’dır. Toplam 10 bölümden oluşmakta ve her bir bölümde 6 durum bulunmaktadır. Bölümlere verilen cevaplar 0 ile 5 arasında değişmekte olup 0 en iyi durumu 5 ise en kötü durumu ifade etmektedir. Her soruya verilen cevaplar toplanarak toplam puan elde edilir. Anketten minimum 0 puan alınırken maksimum 50 puan alınabilir. 0 puan en iyiyi ifade ederken 50 puan ise en kötüyü ifade etmektedir.

Oswestry Özürlülük Anketi: Johnsen tarafından (Johnsen ve ark., 2013) geliştirilen anketin Türkçe geçerliliği Yakut ve arkadaşları tarafından (Yakut ve ark., 2004) yapılmıştır. Anketin skorları 1. günde 27.10 ($SD=16.22$) ve 7. günde 22.88 ($SD=13.94$), sınıf içi korelasyon katsayısı $r = 0.938$ ’dir ($p<0.001$). Cronbach alfa doğrulamada 0.918 (1. gün) ve 0.895 (7. gün) olarak verilmiştir. Toplam 10 soru içermektedir ve her bir soruya 0 ile 5 arasında değerlendirilir. Tüm sorulara verilen cevaplara karşılık gelen puan toplanır. Toplam skor 50’ye bölünür; elde edilen puanın 100 ile çarpılması ile hasta skoru elde edilir. Elde edilen toplam puanın artması engelliğin arttığını ifade eder.

Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi-Kısa Form: Craig ve arkadaşları tarafından (Craig ve ark., 2003) geliştirilen anketin Türkçe geçerliliği bulunmaktadır (Öztürk, 2005). Anket tekrar edilebilir ($r=0.69$) ve karşılaştırılabilir veri sağlamaktadır ($r=0.66$). Kriter geçerliğin kısa formda $r=0.30$ olduğu saptanmıştır. Anket bireylerin son 7 gün içerisindeki fiziksel aktivite düzeylerini şiddetli, orta, yürüme ve oturma şeklinde değerlendirir. Toplam skor hesaplanırken aktivitenin yapılma süresi ile yapılma sayısı çarpılarak MET cinsinden puan elde edilir. Toplam skor arttıkça bireyin fiziksel aktivite seviyesi yüksek olarak yorumlanır. Aynı zamanda toplam

puan <600 met- dk/hafta ise aktif olmayan, 600–3000 met-dk/hafta arasında ise fiziksel aktivite düzeyi düşük, >3000 met-dk/hafta ise fiziksel aktivite düzeyi yeterli olarak sınıflandırılır.

Algılanan Stres Ölçeği: Cohen tarafından (Cohen ve ark., 1983) geliştirilen ölçeğin Türkçe geçerliliği Eskin ve arkadaşları tarafından (Eskin ve ark., 2013) yapılmıştır. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı 0.84; test re test güvenirlik katsayısı 0.87 olarak hesaplanmıştır. Toplam 14 maddeden oluşan 5'li likert tip ölçektir. Ölçekte her madde 0 (hiçbir zaman) ile 4 (çok sık) arasında değerlendirilir. Her bir maddeye karşılık gelen puanın toplanması ile toplam puan elde edilirken toplam puan 0 ile 56 arasında değişmektedir. Puanın yüksek olması stresin fazla olduğunu ifade eder.

Verilerin Analizi

Verilerin analizi Statistical Package for the Social Sciences yazılımı versiyon 25 (IBM Corp., Armonk, NY, ABD) ile yapılmıştır. Verilerin normalliğinin kontrolü için Kolmogorov-Smirnov testi kullanılmıştır. Kolmogorov Smirnov için $p < 0,05$ ise veriler normal dağılmıyor; $p > 0,05$ ise veriler normal dağılıyor olarak kabul edilmiştir. Buna ek olarak histogram, stem and leaf, Q Q plots grafiği ve box plotlarda değerlendirilerek 5 kriterin en az 3'ünün sağlanması normal dağılım olarak kabul edilmiştir (Field, 2018). Normal dağılan veriler için Pearman korelasyon analizi ve Independent Samples T Test; normal dağılmayan veriler için ise Spearman korelasyon analizi ve Mann Whitney U Testli kullanılmıştır. Sonuçlar ortalama \pm standart sapma ($X \pm SS$), sayı (n) ve yüzde (%) olarak verilmiştir. Tüm istatistiksel analizler $p < 0,05$ anlamlılıkla değerlendirilmiştir. Post hoc analiz sonucu 916 kişiden oluşan örnekleme çalışma gücü etki büyüklüğü, $\alpha = 0,05$, $r = 0,80$ tip 1 hata ile %99 olarak hesaplanmıştır.

BULGULAR

Çalışma 916 (E: 649; K: 267) üniversite öğrencisi ile tamamlanmıştır. Katılımcıların yaşı $21,23 \pm 2,68$ yıl olup, VKİ'si $22,82 \pm 3,85$ kg/m^2 olarak hesaplanmıştır. Katılımcıların çoğunluğunu üniversite 1. ve 2. sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. %61,7'si evde kalan öğrencilerdir. %29,5'i sigara kullandığını ve günlük ortalama sigara sayısının $13,52 \pm 8,48$ olduğunu bildirmiştir. Öğrencileri günlük uyku süresi yaklaşık 7 buçuk saattir (Tablo 1).

Tablo 1. Katılımcıların tanımlayıcı özellikleri

		X \pm SS	
	Yaş (yıl)	21,23 \pm 2,68	
	Boy (cm)	167,91 \pm 9,25	
	Kilo (kg)	64,61 \pm 13,56	
	VKİ (kg/m ²)	22,82 \pm 3,85	
		n (916)	%
Cinsiyet	Kadın	267	29,1
	Erkek	649	70,9
Sınıf	1. sınıf	324	35,4
	2. sınıf	317	34,6
	3. sınıf	105	11,5
	4. sınıf	170	18,6
Yaşadığı yer	Ev	565	61,7
	Yurt	351	38,3
Sigara kullanımı	Var	270	29,5
	Yok	646	70,5
	Günlük Sigara Sayısı (adet)	13,52 \pm 8,48	
	Günlük Uyku Süresi (saat)	7,40 \pm 1,52	

cm: santimetre, kg: kilogram, n: katılımcı sayısı, %: yüzde

Öğrencilerin %66,2'si (606 kişi) dijital oyun oynadığını bildirmiştir. Oyunlara ulaşım büyük oranda (%55,1) telefon aracılığı ile sağlanmaktadır. Bu oranı sırasıyla oyun konsolu ve tablet takip etmektedir. Öğrencilerin %36,7'si sadece gün içinde oyun oynarken %4,3'ü sürekli oyun oynamaktadır. Sabah uyanınca ilk olarak oyunu açan 101 ve yatmadan önce son olarak oyun oynama alışkanlığı olan toplam 130 öğrenci vardır. Oyun oynamanın en büyük nedeni boş zaman geçirmektir (%47,5). Bunu %38 ile eğlenme amacı takip etmektedir. Gelir elde etme, popülerite, başarı elde etme, sosyalleşme ve takdir edilme amaçları ise %2'lik oranın altında belirtilen amaçlardır. Öğrencilerde hesaplanan haftalık oyun oynama süresi ortalama $44,26 \pm 66,73$ dk olup bu süre haftalık yaklaşık 2 buçuk gündür (Tablo 2).

Tablo 2. Katılımcıların dijital oyun oynama alışkanlıklarına dair bilgiler.

		n (916)	%
Dijital Oyun Oynuyor Mu	Evet	606	66,2
	Hayır	310	33,8
Dijital Oyun Aracı	Akıllı Telefon	505	55,1
	Oyun Konsolu	75	8,2
	Tablet	26	2,8
	Yok	310	33,8
Dijital Oyun Oynama Alışkanlığı Nasıldır	Bakmam	310	33,8
	Gece Uyumadan Bakarım	130	14,2
	Sabah Uyanır Uyanmaz	101	11,0
	Sadece Gün İçinde Bakarım	336	36,7
	Sürekli Bakarım	39	4,3
Dijital Oyun Oynama Nedeni	Bilgi Amaçlı Oyunlarla Öğrenmek	74	8,1
	Boş Zaman Geçirmek	435	47,5
	Eğlenmek/Zevk Almak	348	38
	Gelir Elde Etmeyi Düşünmek	10	1,1
	Herkesin Konuştuğu Popüler Bir Oyun Oluşu	6	0,7
	Kazanma/Başarma İhtiyacı	13	1,4
	Sosyalleşme İhtiyacı	16	1,7
	Takdir Edilmek	14	1,5
		X±SS	
Haftalık Oyun Oynama Süresi (dk)		44,26±66,73	
Haftalık Oyun Oynama Gün Sayısı		2,46±2,56	

n: katılımcı sayısı, %: yüzde, X: Ortalama, SS: Standart Sapma

Öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı skoru 35 üzerinden ortalama $12,39 \pm 5,22$, Oswestry özürülük skoru ortalama $8,31 \pm 11,11$, boyun ağrısı boyun özür indeksi skoru 50 üzerinden ortalama $5,88 \pm 6,07$, algılanan stres skoru 56 üzerinden ortalama $25,28 \pm 11,91$ ve fiziksel aktivite skoru ise ortalama $3919,73 \pm 3931,42$ olarak hesaplanmıştır. Öğrencilerin şiddetli fiziksel aktivite skoru $854,77 \pm 2131,65$, orta şiddetli fiziksel aktivite skoru $636,66 \pm 1490,00$, yürüme skoru $2019,43 \pm 2038,32$ ve oturma skoru $408,87 \pm 238,2$ 'dir (Tablo 3).

Tablo 3. Katılımcıların değerlendirme parametrelerine ait bilgiler

	X±SS
Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Skoru	12,39±5,22
Oswestry Özürlülük Anketi Skoru	8,31±11,11
Boyun Ağrısı Boyun Özür İndeksi Skoru	5,88±6,07
Algılanan Stres Ölçeği Skoru	25,28±11,91
Fiziksel Aktivite Skoru (MET- dk/hafta)	3919,73±3931,42
<i>Şiddetli Fiziksel Aktivite</i>	854,77±2131,65
<i>Orta Şiddetli Fiziksel Aktivite</i>	636,66±1490,00
<i>Yürüme</i>	2019,43±2038,32
<i>Oturma</i>	408,87±238,2

X: Ortalama, SS: Standart Sapma

Oyun oynayan ve oyun oynamayan öğrencilerin değerlendirme parametreleri karşılaştırıldığında Oswestry özürlülük anketi skoru ($p=0,008$), boyun özür indeksi skoru ($p<0,001$), algılanan stres skoru ($p<0,001$) ve fiziksel aktivite yürüme ($p=0,043$)'nda anlamlılık farklılık elde edildi (Tablo 4).

Tablo 4. Katılımcıların oyun oynama durumuna göre değerlendirme parametrelerinin karşılaştırılması

	Dijital Oyun Oynayanlar X±SS	Dijital Oyun Oynamayanlar X±SS	t,z	p
Oswestry Özürlülük Anketi Skoru	9,01±11,86	6,95±9,36	2,656 ^t	0,008
Boyun Ağrısı Boyun Özür İndeksi Skoru	6,43±6,41	4,80±5,19	-3,912 ^z	<0,001
Algılanan Stres Ölçeği Skoru	26,39±11,11	23,09±13,08	4,000 ^t	<0,001
Fiziksel Aktivite Skoru (MET)	3811,83±3913,57	4130,65±3963,93	-1,428 ^z	0,153
<i>Şiddetli Fiziksel Aktivite</i>	853,86±2200,05	856,54±1994,63	-0,031 ^z	0,975
<i>Orta Şiddetli Fiziksel Aktivite</i>	627,67±1433,76	654,22±1596,49	-0,631 ^z	0,528
<i>Yürüme</i>	1922,07±1998,22	2209,75±2104,80	0,048 ^t	0,043
<i>Oturma</i>	408,22±240,82	410,14±233,55	-0,213 ^z	0,831

p<0,05, t: independent samples test, z: mann Whitney u testi

Dijital oyun bağımlılığı skoru Oswestry özürlülük skoru arasında güçlü ve pozitif yönde bir anlamlılık vardır ($r:0,271$; $p<0,001$). Yine boyun ağrısı boyun özür skoruyla da arasında güçlü ve pozitif yönde bir korelasyon söz konusudur ($r:0,230$; $p<0,001$). Algılanan stres düzeyi de dijital oyun bağımlılığından etkilenmektedir ($r:0,196$; $p<0,001$). Fiziksel aktivite skoru ise öğrencilerdeki dijital oyun bağımlılığıyla ilişkili değildir ($r:-0,002$; $p:0,944$) (Tablo 5).

Tablo 5. Dijital oyun bağımlılığının diğer özürülülük, boyun ağrısı, stres ve fiziksel aktivite parametreleriyle ilişkisi

		Oswestry Özürülülük Anketi Skoru	Boyun Ağrısı Boyun Özür İndeksi Skoru	Algılanan Stres Ölçeği Skoru	Fiziksel Aktivite Skoru
Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Skoru	r	0,271**	0,230**	0,196**	-0,002
	p	<0,001	<0,001	<0,001	0,944

r: korelasyon katsayısı, p<0,05

TARTIŞMA VE SONUÇ

Çalışmaya katılan üniversite öğrencilerinin çoğunluğunun dijital oyun oynama eğilimi göstermesi, özellikle zihinsel ve fiziksel olarak aktif olmaları gereken gün ışığında ekran sürelerinin artması, önemli bir bulgu olarak değerlendirilmektedir. Uzun süreler boyunca dijital ekranlara bakmak ve mavi ışığa maruz kalmak, gece ve gündüz fark etmeksizin, uyku düzeni, hafıza işlevi, ruh hali ve beslenme gibi yaşam tarzı üzerinde olumsuz etkilere yol açmaktadır (Dresp-Langley ve Hutt, 2022). Dijital oyun oynayan öğrencilerde özürülülük, boyun ağrısı, stres düzeyi belirgin şekilde artarken yürüme miktarı da oyun oynamayan öğrencilere göre azalmaktadır. Dijital oyun bağımlılığının artışı, bel-boyun ağrılarında ve stres seviyesinde artışa neden olmaktadır.

Öğrencilerin dijital oyun oynama nedenleri arasında yer alan boş zaman doldurma ve eğlenme, zaman yönetimi becerilerini olumsuz etkileyerek bu yetilerin körelmesine yol açmaktadır. Boş zamanlarını verimli kullanamayan kişilerde sıkılma ve depresyona yatkınlık artmaktadır (Öz ve Abdil, 2023). Uluslararası Hastalık Sınıflandırması'nın 11. revizyonuna 'Oyun Oynama Bozukluğu' eklenirken, 'İnternet Oyun Bozukluğu', Zihinsel Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı'nın 5. revizyonunda geçici bir bozukluk olarak tanımlanmıştır (Griffiths ve Pontes, 2020; Macur ve Pontes, 2021). Boş zaman aktivitelerinde, öz kontrol becerilerinde ve ebeveyn ilişkilerindeki bozulmaların artışı, gençlerin ekran başında geçirdikleri zamanın fazla olması ile ilişkili olarak 'yüksek riskli' gruba dahil olmalarına neden olmaktadır (Macur ve Pontes, 2021). Boş zaman doldurmak ve buna ek olarak eğlenmek gençlerde ödül mekanizmasını harekete geçirebilir. Oyunlarda elde edilen başarılar, kortiko-limbik yolak aktivasyonunu ve dopamin üretimini tetikler. Zamanla artan dopamin, mevcut dopamin reseptörlerini yetersiz kılarak gençlerin oyuna bağımlı hale gelmesine yol açar (Aktaş ve Bostancı, 2021; Irmak ve Erdoğan, 2016).

Oyun monitörünün akıllı telefon olması ve yanında taşıma kolaylığı sağlaması öğrencilerin gün içinde aktif olarak oyun oynama nedenleri arasında olabilir. Bu durum %55 lik bir popülasyonun dijital oyun aracı olarak telefonları göstermesi ve %37 lik popülasyonun gün içinde oyuna ulaşmasının sonucu olduğunun göstergesidir. Greenfield ve ark yaptıkları çalışma ile taşınabilirlik kolaylığının telefonları oyun oynamak için bir faktör haline getirdiğini rapor etmişlerdir (Greenfield, 2018). Bulgularımızda, oyun oynayan ve oynamayan öğrenciler arasında fiziksel aktivite düzeylerinin benzer olması ve öğrencilerin aktivite düzeylerinin 3000 MET ten yüksek olması ve öğrencilerin büyük kısmının oyun aracınının telefon olması durumu açıklamaktadır. Dijital oyun bağımlılığı mekanda ve sabit monitörden bağımsız olması nedeniyle fiziksel olarak aktiflik açısından için net bir engel teşkil etmemiştir.

Yapılan manyetik rezonans (MR) görüntüleme çalışmaları, haftada 3 günden az olmak üzere günde en az 1 saat oyun oynayan bilgisayar oyuncularının işaret ve orta parmakların fleksör tendonlarında kısılma olduğu diğer parmak tendonlarının ise kısılmaya meyilli olduğunu göstermektedir. Ayrıca oyuncularında servikal lordoz açısının nispeten azaldığı ortaya konmuştur

(Wang ve ark., 2023). Araştırma sonuçlarımıza göre haftalık oyun oynama süresi öğrenciler için 45 dakikadan 110 dakikaya kadar çıkabilmektedir. Haftanın en az 2 günü oyun ekranı başında geçirilirken bu süre 5 güne kadar artmaktadır. Bu durumda kısa vadede morfolojik değişikliklere neden olan bilgisayar oyunculuğu uzun dönemde kalıcı kas-iskelet sistemi anomalilerine neden olabilir. Benzer şekilde, akıllı telefon bağımlılığına bağlı olarak uzun süre oyun oynamak, başın eğik kalmasına yol açarak yanlış postürün gelişmesine neden olabilir. Bu durum, zamanla omurga anomali riskini artırabilir (Alonazi ve ark., 2019). Ayrıca servikal bölgede normal eklem hareket açıklığını etkileyerek boyun fonksiyonelliğini azaltabilir (Karkusha ve ark., 2019). Sonuçlarımız literatürü destekleyecek şekildedir. Uygun olmayan postürün sekonder olarak kazanılması, boyun hareketliliği üzerinde olumsuz etkiler yaratabilir. Özellikle servikal vertebraların hareket açıklığının kısıtlanması, bu bölgeyle uyumlu kas sisteminde dengesizliklere yol açarak boyun ağrısını tetikleyebilir. Kas-iskelet sistemi üzerindeki bu etkiler, uzun vadede fonksiyonel kayıplara ve yaşam kalitesinde azalmaya neden olabilir. Kas zincirine bağlı retraksiyonlar (Pillastrini ve ark., 2018) göz önüne alındığında, etkilenen boyun kaslarının agonist-antagonist dengeyi bozarak bel ağrılarına neden olabilir.

Kas iskelet sistemi ve mental sağlık için olumsuz etkileri düşünüldüğünde dijital oyun bağımlılığı kitlesel bir problem haline gelmektedir. Çin, online oyunculuğun halk sağlığı üzerindeki tehditlerini azaltmak için ciddi yasal düzenlemeler yapan ülkelerden biridir. Düzenledikleri halk sağlığı politikaları doğrultusunda haftada 3 saat oyun oynayan çocukların yüzdesi bir yılda %75'ten %67'ye kadar düşürülmüştür. Benzer şekilde Güney Kore'de de Sindirella Yasası'nın uygulamaya girmesinden sonraki yıllarda online oyunculukta belirgin azalmalar olmuştur (Yang ve ark., 2023). Xu ve arkadaşları, aşırı çevrimiçi oyun oynamanın gençlerde bağımlılığa neden olduğunu belirtmiş ve bu durumu önlemek için toplum merkezleri, parklar ve kültürel etkinlik alanları gibi eğlence, boş zaman, ilişki kurma ve sosyalleşme ihtiyaçlarını karşılayacak mekanların artırılmasını önermiştir (Xu ve ark., 2012).

Yaptığımız çalışma her ne kadar katılımcı sayısı yüksek ve geniş bir örneklem büyüklüğüne sahip olsa da sonuçların tüm üniversite öğrencileri için genellenmesinde dikkatli olunmalıdır. Veriler öğrencilerin subjektif bildirimlerine dayanmaktadır. Stres düzeyleri, bel-boyun özürülük düzeyleri ve ağrıları için subjektif verilerin kullanıldığı gelecek çalışmaların temeli oluşturulduğunda göz önüne alınmalıdır.

Sonuç olarak, bu çalışma dijital oyun bağımlılığının etkilerini fiziksel yönden incelemiştir. Dijital oyun oynayan ve oynamayan öğrencilerde fiziksel aktivitelerdeki benzerlik literatürden farklılık göstermektedir. Geniş bir popülasyonda yapılan bir araştırma olması birçok yönden etkili sonuçlar doğurmuştur. Oyun bağımlılığının yarattığı özürülük değerleri ve stres seviyeleri literatüre katkıda bulunacaktır. Sonuç olarak üniversite öğrencileri dijital oyun bağımlılığına oldukça meyillidir. Dijital oyun bağımlılıkları özürülük düzeylerini artırmaktadır. Bu durum sadece ağrıyla sınırlı kalmayıp öğrencilerin stres düzeylerini de önemli ölçüde etkilemektedir. Bağımlılık sebepleri ele alındığında toplumsal düzenlemelere ihtiyaç olduğu görülmektedir. Gençlerin sosyal ve kültürel katılımını artıracak etkinliklerin teşvik edilmesi, ekran başında geçirilen süreyi azaltabilir. Bu bağlamda, gençlerin serbest zamanlarını değerlendirebilecekleri parklar, spor kompleksleri ve kültürel aktiviteler sunan toplum merkezlerinin yaygınlaştırılması önemlidir. Süre kısaldıkça, kas-iskelet sisteminin olumsuz bir postüre uyum sağlama ihtimali de azalacaktır. Bunun yanı sıra, eğitim programları ile dijital oyun bağımlılığı konusunda farkındalık artırılarak, gençlerin sağlıklı yaşam alışkanlıkları kazanmaları desteklenebilir.

KAYNAKLAR

- Abdelhameed, A. A., & Abdel-Aziem, A. A. (2016). Exercise training and postural correction improve upper extremity symptoms among touchscreen smartphone users. *Hong Kong Physiotherapy Journal*, 35, 37-44.
- Akçay, D., & Akçay, B. D. (2020). The effect of computer game playing habits of university students on their sleep states. *Perspectives in Psychiatric Care*, 56(4), 820-826.
- Aktaş, B., & Bostancı, N. (2021). Covid-19 pandemisinde üniversite öğrencilerindeki oyun bağımlılığı düzeyleri ve pandeminin dijital oyun oynama durumlarına etkisi. *Bağımlılık Dergisi*, 22(2), 129-138.
- AlAbdulwahab, S. S., Kachanathu, S. J., & AlMotairi, M. S. (2017). Smartphone use addiction can cause neck disability. *Musculoskeletal Care*, 15(1), 10-12.
- Alonazi, A., Daher, N., Alismail, A., Nelson, R., Almutairi, W., & Bains, G. (2019). The Effects Of Smartphone Addiction On Childrens Cervical Posture And Range Of Motion. *International Journal of Physiotherapy*, 6(2), 32-39.
- Arslan, E., Bütün, P., Doğan, M., Dağ, H., Serdarzade, C., & Arica, V. (2014). Çocukluk çağında bilgisayar ve internet kullanımı. *Journal of Dr. Behcet Uz Children's Hospital*, 4(3), 195-201.
- Aslan, E., Karaduman, A., Yakut, Y., Aras, B., Simsek, I. E., & Yagcı, N. (2008). The cultural adaptation, reliability and validity of neck disability index in patients with neck pain: a Turkish version study. *Spine*, 33(11), E362-E365.
- Ballard, M., Gray, M., Reilly, J., & Noggle, M. (2009). Correlates of video game screen time among males: body mass, physical activity, and other media use. *Eating behaviors*, 10(3), 161-167.
- Biernacki, P., & Waldorf, D. (1981). Snowball sampling: Problems and techniques of chain referral sampling. *Sociological methods & research*, 10(2), 141-163.
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of health and social behavior*, 24(4), 385-396.
- Craig, C. L., Marshall, A. L., Sjöström, M., Bauman, A. E., Booth, M. L., Ainsworth, B. E., Pratt, M., Ekelund, U., Yngve, A., & Sallis, J. F. (2003). International physical activity questionnaire: 12-country reliability and validity. *Medicine & science in sports & exercise*, 35(8), 1381-1395.
- Dresp-Langley, B., & Hutt, A. (2022). Digital Addiction and Sleep. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(11), 6910.
- Eskin, M., Harlak, H., Demirkıran, F., & Dereboy, Ç. (2013). Algılanan stres ölçeğinin Türkçeye uyarlanması: güvenilirlik ve geçerlik analizi. *New/Yeni Symposium Journal*, 51(3), 132-140.
- Field, A. (2018). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics* (5th ed., J. Seaman, Ed.). Los Angeles, CA: Sage Publications.
- Fullerton, S., Taylor, A. W., Dal Grande, E., & Berry, N. (2014). Measuring physical inactivity: do current measures provide an accurate view of “sedentary” video game time? *Journal of obesity*, 2014(1), 1-5.
- Greenfield, D. N. (2018). Treatment considerations in internet and video game addiction: a qualitative discussion. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics*, 27(2), 327-344.
- Griffiths, M. D., & Pontes, H. M. (2020). The Future of Gaming Disorder Research and Player Protection: What Role Should the Video Gaming Industry and Researchers Play? *International Journal of Mental Health and Addiction*, 18(3), 784-790.
- Irmak, A. Y., & Erdoğan, S. (2016). Ergen ve genç erişkinlerde dijital oyun bağımlılığı: Güncel bir bakış. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 27(2), 128-137.
- Jacobs, K., Hudak, S., & McGiffert, J. (2009). Computer-related posture and musculoskeletal discomfort in middle school students. *Work*, 32(3), 275-283.

- Johnsen, L. G., Hellum, C., Nygaard, Ø. P., Storheim, K., Brox, J. I., Rossvoll, I., Leivseth, G., & Grotle, M. (2013). Comparison of the SF6D, the EQ5D, and the Oswestry disability index in patients with chronic low back pain and degenerative disc disease. *BMC musculoskeletal disorders*, *14*, 1-9.
- Jung, S. I., Lee, N. K., Kang, K. W., Kim, K., & Do, Y. L. (2016). The effect of smartphone usage time on posture and respiratory function. *Journal of physical therapy science*, *28*(1), 186-189.
- Karkusha, R. N., Mosaad, D. M., & Abdel Kader, B. S. (2019). Effect of Smartphone Addiction on Neck Function among Undergraduate Physical Therapist Students. *The Egyptian Journal of Hospital Medicine*, *76*(4), 4034-4038.
- King, D. L., Gradisar, M., Drummond, A., Lovato, N., Wessel, J., Micic, G., Douglas, P., & Delfabbro, P. (2013). The impact of prolonged violent video-gaming on adolescent sleep: an experimental study. *Journal of sleep research*, *22*(2), 137-143.
- Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2009). Development and validation of a game addiction scale for adolescents. *Media psychology*, *12*(1), 77-95.
- Macur, M., & Pontes, H. M. (2021). Internet Gaming Disorder in adolescence: investigating profiles and associated risk factors. *BMC public health*, *21*, 1-9.
- Mustafaoğlu, R., & Yasacı, Z. (2018). Dijital oyun oynamanın çocukların ruhsal ve fiziksel sağlığı üzerine olumsuz etkileri. *Bağımlılık Dergisi*, *19*(3), 51-58.
- Mustafaoğlu, R., Yasacı, Z., Zirek, E., Griffiths, M. D., & Ozdincler, A. R. (2021). The relationship between smartphone addiction and musculoskeletal pain prevalence among young population: a cross-sectional study. *The Korean journal of pain*, *34*(1), 72-81.
- Xiao, W., Wu, J., Yip, J., Shi, Q., Peng, L., Lei, Q. E., & Ren, Z. (2022). The relationship between physical activity and Mobile phone addiction among adolescents and young adults: systematic review and Meta-analysis of observational studies. *JMIR public health and surveillance*, *8*(12), e41606.



SPORMETRE

The Journal of Physical Education and Sport Sciences
Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi

DOI: 10.33689/spormetre.1472811



Geliş Tarihi (Received): 24.04.2024

Kabul Tarihi (Accepted): 12.12.2024

Online Yayın Tarihi (Published): 30.12.2024

YAŞLILARDA EGZERSİZ İLE İLGİLİ TÜRKÇE WEB SİTELERİNİN OKUNABİLİRLİK, GÜVENİRLİK VE KALİTE AÇISINDAN DEĞERLENDİRİLMESİ

Tahir Keskin^{1*}, Mesut Ergan², Bayram Sönmez Ünüvar³, Zeliha Başkurt²

¹Bingöl Üniversitesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Fakültesi, BİNGÖL

²Süleyman Demirel Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, ISPARTA

³KTO Karatay Üniversitesi, Odyoloji Bölümü, KONYA

Öz: Bu çalışmanın amacı “yaşlılarda egzersiz” ile ilgili Türkçe çevrimiçi platformlarda yer alan bilgileri inceleyerek, bu bilgilerin güvenilirliğini, etkinliğini ve okunabilirliğini değerlendirmektir. Kesitsel olarak planlanan bu çalışma Türkçe dilinde, Google arama motorunda, dâhil edilme kriterlerini karşılayan 29 Web sitesi ile gerçekleştirildi. Web sitelerinde yer alan egzersizle ilgili bilgiler ayrıntılı olarak değerlendirildi. Web sitelerinin okunabilirlik düzeyleri Ateşman Okunabilirlik Formülü, güvenilirlik ve bilgi kaliteleri ise Quality Criteria for Consumer Health Information (DISCERN) ve Journal of American Medical Association (JAMA) ölçekleriyle analiz edildi. İncelenen 29 web sitesi arasında 7’sinin sağlıklı yaşam merkezine, 6’sının doktorlara, 3’ünün fizyoterapistlere ait olduğu, 13’ünün ise sağlık sayfası olduğu belirlendi. Ateşman formülüne göre sayfaların okunabilirliğinin orta zorlukta olduğu tespit edildi. Web sayfası içeriklerine göre sayfaların egzersizle ilgili içeriklerinin yetersiz olduğu ve düşük güvenilirliğe sahip oldukları belirlendi. DISCERN skoruna göre sağlık sayfalarının güvenilirlik ve kalitesinin çok zayıf, fizyoterapistlere ait sayfaların zayıf, sağlık sayfalarının ve doktorlara ait sayfaların ise orta düzeyde olduğu gözlemlendi. Sonuç olarak “yaşlılarda egzersiz” ile ilgili Web sayfalarının okunabilirlik düzeyleri orta düzeyde, güvenilirlik ve kaliteleri ise düşük düzeyde olup hitap ettiği popülasyon için yeterli düzeyde değildir. Bu nedene “yaşlılarda egzersiz” konulu web sitelerinin içerikleri hazırlanırken okunabilirlik, kalite ve güvenilirlik açısından değerlendirilip yetkin kişiler tarafından hazırlanması, bu konuda bir denetleme mekanizması ve standardizasyonun oluşturulması gerekmektedir.

Anahtar Kelimeler: Yaşlılarda egzersiz, okunabilirlik, web sitesi, kalite

EVALUATION OF TURKISH WEBSITES RELATED TO EXERCISE IN THE ELDERLY IN TERMS OF READABILITY, RELIABILITY AND QUALITY

Abstract: The objective of this study was to examine the information on the subject of "exercise in the elderly" on Turkish online platforms and to evaluate the reliability, effectiveness, and readability of this information. This cross-sectional study was conducted on 29 Turkish-language websites that met the inclusion criteria in the Google search engine. The websites were evaluated in detail with regard to their content related to exercise. The readability of the websites was analysed using the Ateşman Readability Formula, and their reliability and information quality were analysed using the Quality Criteria for Consumer Health Information (DISCERN) and Journal of American Medical Association (JAMA) scales. Of the 29 websites analysed, seven belonged to wellness centres, six to doctors, three to physiotherapists, and 13 were health sites. The readability of the pages was found to be of medium difficulty. According to the content of the pages, the exercise-related content of the pages was found to be inadequate and of low reliability. According to the DISCERN score, the reliability and quality of the health pages were very poor, the physiotherapists' pages were poor, the health pages and the doctors' pages were at a medium level. As a result, the readability levels of the Web pages related to "exercise in the elderly" were at medium level, their reliability and quality were at low level and they were not sufficient for the population they address. It is therefore imperative that the content of websites on the subject of "exercise in the elderly" be evaluated in terms of readability, quality, and reliability. The preparation of such content should be the responsibility of suitably qualified individuals, and a supervision mechanism and standardization process should be established to ensure the quality and reliability of the content.

Key Words: Exercise in the elderly, readability, website, quality

* Sorumlu Yazar: Tahir KESKİN, Arş. Gör. Dr. tahirkeskin2323@gmail.com

GİRİŞ

Dünya nüfusunun hızla yaşlanması yaşlılık ile ilgili yapılan çalışmaların ortak öznesi haline gelmiştir. Yaşlılıkla ilgili yapılan çalışmaların çoğu nüfus projeksiyonlarına yer vermektedir. Özellikle gelişmiş ülkelerde %20'lere varan yaşlı nüfus oranı sağlık ve sosyal politika belirleyicilerin ana konusu olmaya başlamıştır (Tieland ve ark., 2018). Ülkemizde de yaşlı nüfus oranları bu denli yüksek olmasa da gelinen nokta endişe verici haldedir. Türkiye istatistik kurumu verilerine göre ülkemizdeki yaşlı nüfus oranı 2017- 2022 yılları arasında %8,5'ten %9,9'a yükselmiştir (Tuik, 2022). Yaşlı nüfus oranının ve ortalama yaşam süresinin bu denli yükselmesi insanların yaşamlarının son yıllarını yaşam kalitesi yüksek ve günlük yaşam aktivitelerinde bağımsız olarak geçirme isteğini daha da arttırmıştır (Yıldırım, 2021). Bu nedenle aktif yaşlanma kavramı gündeme gelmiştir. Sağlık, aktif yaşlanmanın önemli bir determinantlarından biridir. Egzersiz ve fiziksel aktivite ise sağlıklı yaşlanmanın en önemli anahtarlarıdır (Marzo ve ark., 2023).

Egzersiz bu denli önemli olduğunun bilinmesine rağmen, yaşlıların yeterince egzersiz yaptığı söylenemez. Yaşlıların düzenli fiziksel aktivite ve egzersize katılımının çok düşük düzeylerde olduğu görülmektedir (Franco ve ark., 2015). Bu nedenle yaşlılarda egzersize katılımı ve kompliyansı arttırmak çok önemlidir. Birçok sağlık profesyoneli ve sağlık kuruluşu tarafından yaşlılara egzersiz tavsiyesi verilmektedir. Aynı zamanda yaşlılar sağlık faydaları için egzersiz yapmaları gerektiğini çeşitli kaynaklardan öğrenmektedir (Keskin ve Başkurt 2020). Egzersiz konusunda yaşlıların bilgi sahibi olabileceği önemli kaynaklardan biri de şüphesiz internettir.

Teknolojik gelişmelerin zirve yaptığı günümüzde internet kullanımı artık bir zorunluluk haline gelmiştir. İnsanlar birçok ihtiyacını internet aracılığıyla karşılamaktadır. Nitekim ülkemizin büyük bir kısmında internet erişimi bulunmakta olup, hane halkı internet ulaşım oranlarının %94'lere ulaştığı bildirilmektedir. Yaşlıların internet kullanım oranı ise %36,6 gibi azımsanmayacak düzeydedir (Tuik, 2022). Sağlıkla ilgili bilgi almak için de insanların ulaşabildiği en kolay bilgi kaynağı internettir. Ancak internette yer alan bilgiler herhangi bir editör veya uzman kontrolünden geçmediği için güvenilirliklerinin sorgulanması gerekir (Atcı ve ark., 2022). Bu konudaki bir diğer problem ise internet kaynaklarında yer alan bilgilerin okunabilirlik düzeyidir. İnternet kaynaklarında yaşlılara özgü bilgilerin daha okunabilir olması için çeşitli şartları taşıması gerekir. Örneğin egzersiz önerisi veya tarifi yapılırken anlaşılabilir olması ve görsellerle desteklenmesi yaşlı bireyler için önemlidir. Okunabilirlik düzeyinin dile ve topluma göre değiştiği ve yaşlılarda önemli olduğu dikkate alındığında, internet sitelerinin okunabilirlik düzeylerinin değerlendirilmesi gerekmektedir (Yılmaz ve ark., 2023). Bu nedenle bu çalışmadaki amacımız yaşlılarda egzersiz ile ilgili çevrimiçi platformlarda yer alan bilgileri inceleyerek, bu bilgilerin güvenilirliğini, etkinliğini ve okunabilirliğini değerlendirmektir. Bu çalışma ile yaşlıların egzersizle ilgili daha etkili ve güvenilir bilgilere ulaşması hedeflenmektedir. Bununla beraber sağlık profesyonellerinin egzersizle ilgili çevrimiçi ortamlarda sundukları bilgileri daha etkili nasıl sunabileceklerine dair bir farkındalık oluşturmaktır.

YÖNTEM

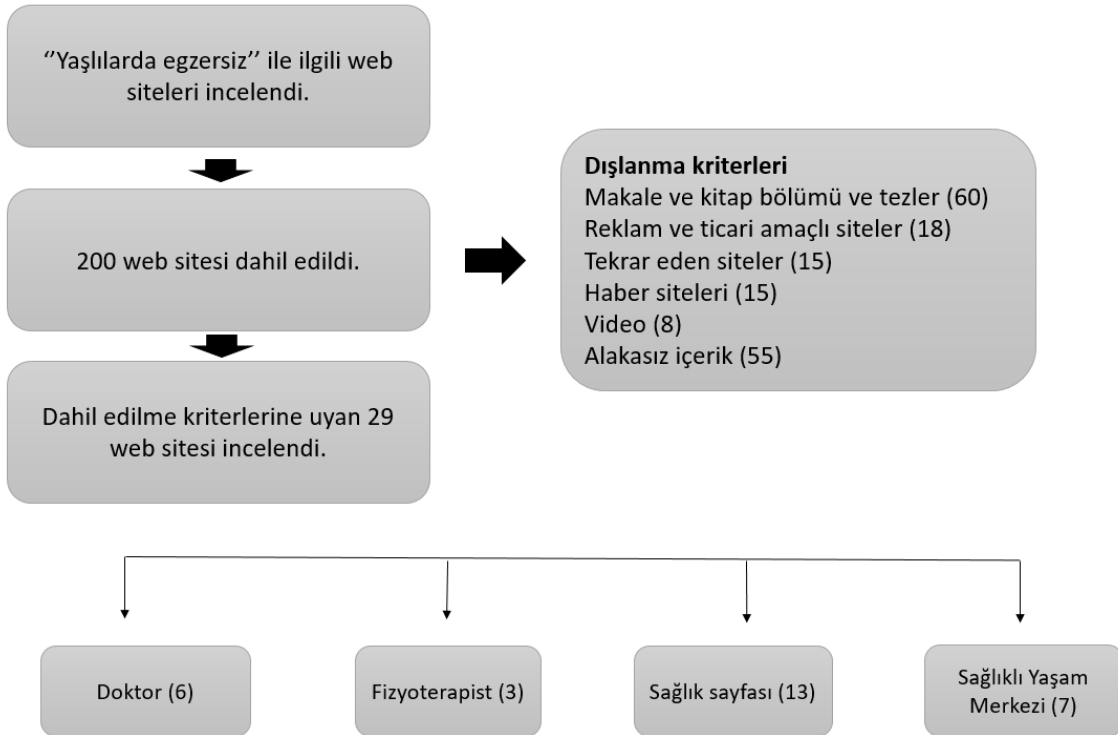
Araştırma Modeli

Yaşlılarda egzersiz ile ilgili çevirim içi internet kaynaklarının kalitesini ve okunabilirliğini değerlendirmek amacıyla yaptığımız çalışma, kesitsel araştırma olarak planlandı. Çalışmada sadece kamuya açık çevrimiçi bilgiler kullanıldığı için etik kurul onayı gerekmedi. Çalışmada

pazar payı en yüksek olduğu için “Google” arama motorundan elde edilen veriler kullanıldı (<https://www.google.com/>) (Özduran ve ark., 2022). Araştırma 04/03/2023-11/03/2023 tarihleri arasında gerçekleştirildi.

Evren-Örneklem

Belirtilen arama motoru kullanılarak “yaşlılarda egzersiz” anahtar kelimesi ile arama yapıldı. Araştırma sonuçlarının etkilenmemesi için web sitesinde yer alan çerezler ve arama geçmişi silindi. Literatürde yer alan diğer çalışmalarda yapıldığı gibi ilk 200 sayfa iki araştırmacı tarafından bağımsız olarak incelendi. Yaşlılarda egzersizle ilgili bilgi içermeyen, tekrar eden, sadece görsel ve video içerikli sayfalar, üyelik ya da abonelik isteyen siteler, forum veya sohbet sayfaları, sosyal medya uzantısı olan sayfalar çalışma dışında tutuldu. Ayrıca kitap bölümleri ve bilimsel makaleler dışlandı (Şekil 1).



Şekil 1. İncelenen Çevrimiçi Sayfaların Akış Diyagramı

Veri Toplama Araçları

Sayfalardaki Metin İçeriklerinin Değerlendirilmesi

Bu aşamada, incelenen sayfalarda yer alan bilgiler geriatrik rehabilitasyon ve yaşlılarda egzersiz prensiplerine göre değerlendirildi. Buna göre seçilen çevrimiçi sayfaların; egzersiz öncesi geriatrik değerlendirme önerisi bulundurma, yaşlılarda egzersizin faydaları hakkında bilgi verme, egzersizin süresi, sıklığı ve yoğunluğunu belirtme, egzersizi çeşitlendirme, aerobik egzersiz ve fiziksel aktivite önerisine yer verme, denge ve düşmelerin önlenmesi ile ilgili önerilerde bulunma ve egzersizin görsellerle desteklenmesi gibi kriterleri taşıma durumu değerlendirildi.

Güvenirlilik Değerlendirilmesi

İncelenen internet sayfalarının güvenilirliği, internet kaynaklı bilgileri yazarlık, atıf, çıkar çatışması ve güncellik açısından değerlendiren “Journal of American Medical Association (JAMA) ile analiz edildi. Her bir maddenin 0 veya 1 ile puanlandığı JAMA’ya göre, dört puan en yüksek güvenilirliği ve kaliteyi temsil etmektedir. Jama sonuçlarına göre 0-1 puan düşük,

2-3 puan orta güvenilirliği, 4 puan ise bilgilerin tamamen yeterli bilgi içerdiği ve güvenilir olduğunu belirtmektedir (Özduran ve ark., 2022).

Quality Criteria for Consumer Health Information (DISCERN) Ölçeği: DISCERN ölçeği sağlıkla ilgili Web sitelerinin güvenilirlik ve bilgi kalitesinin değerlendirilmesi amacıyla kullanılan bir ölçektir. 1-5 arası puanlanan ve 16 sorudan oluşan ölçek Charnock tarafından geliştirilmiştir (Charnock ve ark., 1999). DISCERN ölçeğinde yer alan sorular hem genel internet sitesi bilgilerini hem de tedavi ile ilgili bilgileri değerlendirmektedir. DISCERN total skoru 16-80 arasında değişmektedir. Skor sonuçlarına göre 63-80 arası “mükemmel”, 51-62 arası “iyi”, 39-50 arası “orta”, 28-38 arası “zayıf” ve 16-27 arası “çok zayıf” olarak değerlendirilir (Charnock ve ark., 1999). Çalışmamızda internet siteleri iki bağımsız araştırmacı tarafından değerlendirilip final DISCERN skoru elde edildi.

Ateşman Okunabilirlik Ölçeği: İnternet sitelerinin okunabilirliği; metinlerin anlaşılabilirliğini değerlendirmek amacıyla kullanılan "http://okunabilirlikindeksi.com/" adresinden elde edilen ve Türkçe ‘ye uyarlaması yapılmış olan Ateşman Okunabilirlik Formülü kullanılarak değerlendirildi. Bu formül Flesch okuma kolaylığı formülünü temel alarak geliştirdiği formüle dayanan ve metin içindeki kelime ve cümle uzunluklarını dikkate alan bir formüldür. Okunabilirlik Puanı = $198,825 - 40,175 \times (\text{toplam hece/toplam kelime}) - 2,610 \times (\text{toplam kelime/toplam cümle})$ şeklinde hesaplanır. Çıkan sonucun 100’e yaklaşması metnin kolay okunabilir olduğu anlamına gelmektedir (Ateşman, 1997). 90-100 arası çok kolay, 70-89 arası kolay, 50-69 arası orta zor, 30-49 arası zor, 0-29 arası ise çok zor olarak sınıflandırılır (Tablo 1).

Tablo 1. Ateşman Türkçe Okunabilirlik Aralıkları

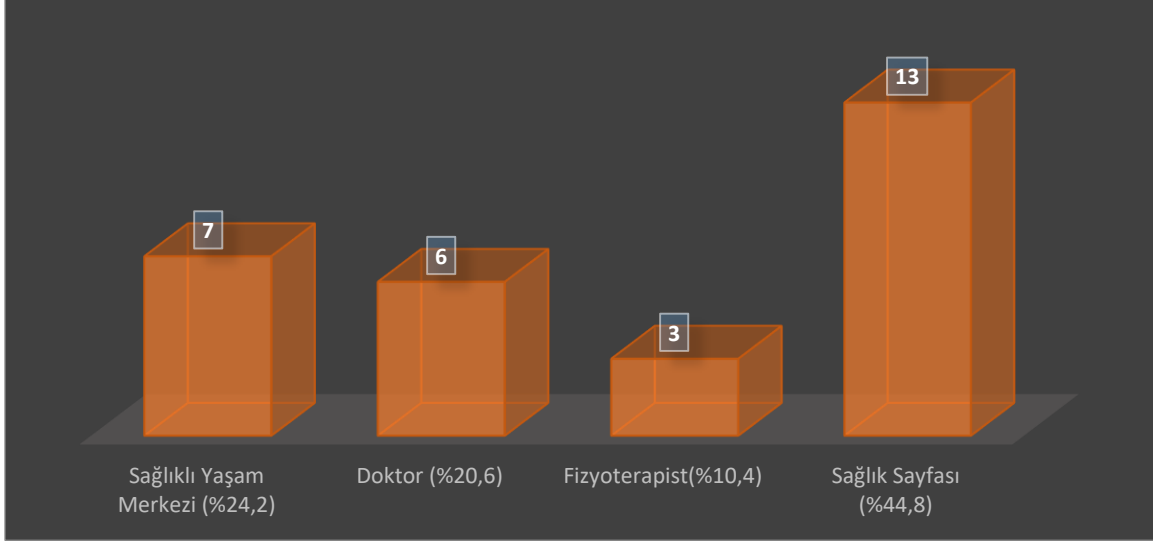
Ateşman Değeri	Okunabilirlik Aralığı
90-100	Çok Kolay
70-89	Kolay
50-69	Orta Zorlukta
30-49	Zor

Verilerin Analizi

Verilerin istatistiksel analizleri IBM SPSS Statistics 22.0 programı ile yapıldı. Verilerin dağılımı Kolmogorov-Smirnov testi ile değerlendirildi. Test sonucunda verilerin normal dağılım şartlarını sağladığı saptandı. Veriler ortalama, standart sapma, yüzde ve oranlarla tanımlandı. Verilerin internet sayfalarına göre değişimi One-way Anova testi ile değerlendirildi. İstatistiksel anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak kabul edildi.

BULGULAR

İncelenen 29 web sitesi arasında 7’sinin sağlıklı yaşam merkezine, 6’sının doktorlara, 3’ünün fizyoterapistlere ait olduğu, 13’ünün ise sağlık sayfası olduğu görüldü (Şekil 2).



Şekil 2. Web Sitelerinin Dağılımı

Sözcük sayısı, karakter sayısı, zor sözcük sayısı vb. gibi okunabilirlik ölçeği parametreleri analiz edildi ve Tablo 2’de verildi. Sayfaların okunabilirliğinin orta zorlukta olduğu belirlendi. Okunabilirlik ölçeği parametreleri açısından web sayfaları arasında anlamlı düzeyde farklılık bulunmadı ($p>0,05$).

Tablo 2. İncelenen web sitelerine göre ateşman okunabilirlik ölçeği parametrelerinin dağılımı

	Sağlıklı Yaşam Merkezi	Doktor	Sağlık Sayfası	Fizyoterapist	Toplam	p
	Ortalama±SS	Ortalama±SS	Ortalama±SS	Ortalama±SS	Ortalama±SS	
Sözcük Sayısı	962,71± 495,6	1584,33± 1767,44	1346,00± 719,70	1014,67± 727,12	1268,52± 961,60	0,672
Karakter Sayısı	8139,57± 4073,64	12737,33± 13972,17	10624,62± 5379,70	8536,67± 6287974	10245,90± 7514,21	0,728
Zor Sözcük Sayısı	946,71± 479,695	1553,17± 722,47	1303,23± 689,38	1004,67± 719,86	1238± 932,79	0,678
Benzersiz Sözcük	462,80± 109,43	472,25± 90,78	438,38± 244,49	267,67± 236,03	425,65± 191,15	0,506
Kısa Sözcük Sayısı	150,57± 93,71	272,17± 310,94	250,23± 172,61	170,00± 121,35	222,41± 188,2	0,605
Boşluksuz Karakter Sayısı	7037,14± 3466,57	11087,67± 12141,97	9203,23± 4647,70	7472,67± 554,49	8891,24± 6520,493	0,723
Cümle Sayısı	85,43± 34,85	169,33± 156,93	162,62± 161,14	100,67± 84,85	138,97± 132,78	0,572
Paragraf Sayısı	44,14± 19,01	90,83± 82,18	91,31± 136,79	43,00± 40,26	74,83± 99,7	0,710
Ortalama Sözcük Uzunluğu	3,00± 0,08	2,88± 0,09	2,82± 0,14	2,97± 0,10	2,89± 0,13	0,240
Ortalama Cümle Uzunluğu	11,01± 1,45	11,33± 3,23	10,16± 2,22	11,07± 2,23	10,74± 2,63	0,802
Ateşman okunabilirlik düzeyi	49,61±3,14	53,55±7,64	59,26±11,70	50,63±7,71	54,86±9,67	0,139

SS: Standart Sapma, p: One-way Anova Testi, $p<0,05$ düzeyinde anlamlıdır.

Ayrıntılı olarak değerlendirilen web sayfası içeriklerine göre sayfaların egzersizle ilgili içeriklerinin yetersiz olduğu belirlendi. Sayfalarda en çok değinilen özelliğin egzersizlerin faydası olduğu görüldü (%86). Yüzde olarak en az değinilen konunun ise geriatrik değerlendirme önerisi bulundurma olduğu tespit edildi (Tablo 3).

Tablo 3. Web Sayfalarının Egzersizle İlgili İçerikleri

		Sağlıklı Yaşam Merkezi (%)	Doktor (%)	Sağlık Sayfası (%)	Fizyoterapist (%)	Total(%)
Bir uzman tarafından geriatrik değerlendirme önerilmiş mi?	Evet	14	0	23	33	17,2
	Hayır	86	100	77	67	82,8
Görselle desteklenmiş mi?	Evet	43	17	54	33	41,4
	Hayır	57	83	46	67	58,6
Egzersiz faydalarına değinilmiş mi?	Evet	100	83	77	100	86
	Hayır	0	17	23	0	14
Egzersiz süresi belirtilmiş mi?	Evet	14	50	69	33	48
	Hayır	86	50	31	67	52
Egzersiz yoğunluğu belirtilmiş mi?	Evet	29	67	69	0	52
	Hayır	71	33	31	100	48
Egzersiz çeşitlendirilmiş mi?	Evet	100	33	85	33	72
	Hayır	0	67	15	67	28
Fiziksel aktivite önerilmiş mi?	Evet	43	50	69	33	55
	Hayır	57	50	31	67	45
Denge ve düşmelerin önlenmesi ile ilgili önerilerde bulunulmuş mu?	Evet	14	50	69	0	45
	Hayır	86	50	31	100	55

İncelenen web sayfalarının JAMA ve DISCERN puan ortalamaları Tablo 4'te verildi. JAMA skorlarına göre internet sitelerinin düşük güvenilirliğe sahip oldukları belirlendi. JAMA skoru açısından internet siteleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığı tespit edildi ($p>0,05$). DISCERN skoruna göre sağlık sayfalarının güvenilirlik ve kalitesinin çok zayıf, fizyoterapistlere ait sayfaların zayıf, sağlık sayfalarının ve doktorlara ait sayfaların ise orta düzeyde olduğu gözlemlendi. Web sayfalarının DISCERN skorları karşılaştırıldığında ise sağlık sayfalarına ait DISCERN skorları sağlıklı yaşam merkezi sayfalarına göre anlamlı düzeyde yüksek bulundu ($p=0,008$).

Tablo 4. Web Sitelerine Ait JAMA ve DISCERN Skorları

		Ortalama	Standart Sapma	p
JAMA Skoru	Sağlıklı Yaşam Merkezi	0,43	0,787	0,081
	Doktor	1,83	0,753	
	Sağlık Sayfası	1,62	1,193	
	Fizyoterapist	1,67	1,528	
DISCERN Skoru	Sağlıklı Yaşam Merkezi	25,14 ^a	7,77	0,008
	Doktor	39,00 ^{ab}	13,82	
	Sağlık Sayfası	47,38 ^b	14,37	
	Fizyoterapist	32,00 ^{ab}	11,35	

p: One Way Anova testi. a,b,c: Her bir sütunda farklı harfleri taşıyan gruplar, istatistiksel olarak birbirinden farklıdır. $p<0,05$ düzeyinde anlamlıdır.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Yaşlılarda egzersiz ile ilgili çevrimiçi platformlarda yer alan bilgilerin güvenilirliğini, etkinliğini ve okunabilirliğini değerlendirmek amacıyla yapmış olduğumuz bu çalışma, konu ile ilgili web sayfalarının yetersiz olduğunu gösterdi. İncelenen 200 sayfanın içerisinde 29'unun dâhil edilme kriterlerine uygun olduğu görüldü. Sayfaların okunabilirliğinin orta zorlukta ve egzersiz içeriklerinin yetersiz olduğu tespit edildi. Web sayfalarının genel anlamda düşük güvenilirliğe ve zayıf kaliteye sahip oldukları belirlendi.

Çalışma kapsamında incelenen web siteleri dört kategoride şekillenmiştir. Sağlıklı yaşam merkezi, doktorlara ve fizyoterapistlere ait sayfalar ve sağlık sayfaları şeklinde bir dağılım gerçekleşmiştir. Egzersizle ilgili bilgi kaynaklarının bu şekilde şekillenmesi olağandır. Ancak doktorlara ve özellikle egzersiz konusunda uzman olan fizyoterapistlere ait sitelerin sayısının çok az olması düşündürücüdür. Bu nedenle konu ile ilgili kişilerin egzersizle alakalı web sayfalarının daha fazla olması gerektiği düşünülmektedir.

Yaşlılık beraberinde fizyolojik değişikliklerin beraberinde geldiği yaşamın bir dönemidir. Fizyolojik değişiklikler arasında sinir iletim hızında ve santral sinir sisteminde meydana gelen değişiklikler yer almaktadır. Bu nedenle yaşlılarda okuma yazma ve lisan becerileri de azalmaktadır (Akdeniz ve ark., 2019). Dolayısıyla yaşlılara yönelik yazılan metinlerin belirli özellikleri taşıması gerekmektedir. Anlaşılabilirlik düzeylerinin yüksek olması için cümlelerin kısa ve anlaşılır olması, okunabilirlik düzeylerinin yüksek olması ve görsellik içermesi gerekmektedir. Yani yaşlılara yönelik metin yazımında okunabilirlik özelliklerine daha çok dikkat etmek gerekmektedir. Bu anlamda cümle uzunlukları değerlendirildiğinde, cümle uzunluklarının ortalama 10-11 arasında, dolayısıyla fazla olduğu görülmektedir. Aksine kısa ve öz cümleler metinlerin daha çok özümsemesine katkıda bulunmaktadır (Jackson ve ark., 1991). Bu nedenle özellikle yaşlılarda cümle uzunluklarının azaltılması daha çok gereklidir. Yaşlılara yönelik metinlerin cümle uzunluklarının azaltılmasını, kısa ve öz cümleler kullanılmasını öneriyoruz.

Teknolojik gelişmelerin çok yüksek olduğu ve yüksek oranda teknoloji kullanıldığı bu günlerde, kişiler için web siteleri önemli bir kaynak haline gelmiştir. Sağlıkla ilgili çevrimiçi araştırma yapan yetişkinlerin sayısı yüksek düzeydedir (Bujnowska-Fedak ve Węgierek, 2020). Bu nedenle ilgili kaynakların okunabilirlik düzeylerinin incelenmesi önemlidir. Türkiye istatistik kurumu verilerine göre ülkemizdeki yaşlıların okuma yazma oranı %85,6'dır. Eğitim durumuna bakıldığında ise yaşlıların büyük bölümü (%46,5) ilkokul mezunudur. Ortaokul, lise ve yükseköğretim mezunu olan yaşlıların oranı ise her bir kategoride %7-8 düzeyindedir (Tüik, 2024). Bu nedenle yaşlılara yönelik oluşturulan metinlerdeki okunabilirlik düzeylerinin yüksek olması gerekmektedir. Ancak bu çalışmanın sonuçları okunabilirlik düzeylerinin orta zorlukta olduğunu göstermiştir. Bu konuda literatürdeki çalışmalar incelendiğinde, yaşlılara yönelik çalışmalar olmasa da ülkemizde sağlıkla ilgili web sitelerinin genel anlamda okunabilirlik düzeyleri düşük bulunmuştur (Otu ve Karagözoğlu, 2022; Tahir ve Kent, 2021; Yaran ve Özkan, 2022). Bu nedenle web sayfalarını oluşturan kişi veya kuruluşların sağlıkla ilgili bilgiler verirken bunun anlaşılabilir olması ve sağlıkla ilgili tavsiyelerin etkili olması için okunabilirlik düzeyi yüksek içerikler düzenlemesi gerekmektedir.

Yaşlılarda egzersizin sağlıkla ilgili faydaları çok yüksek olduğundan egzersiz bu konuda anahtar bir role sahiptir. Egzersiz sağlıklı yaşlanmanın bir gerekliliği, komorbid durumların

önleyicisi ve aktif yaşlanmanın ana öğelerinden biridir. Bu nedenle yaşlılarda egzersiz önerileri amaca uygun ve gereksinimleri karşılayacak nitelikte olmalıdır. Sağlık otoriteleri yaşlıların aerobik egzersizler, kuvvetlendirme ve denge egzersizleri gibi multimodal egzersizleri yapması gerektiğini belirtmekte ve bu egzersizlerin belirli süre ve yoğunlukta yapılmasını tavsiye etmektedir (Galloza ve ark., 2017; Izquierdo ve ark., 2021). Bu nedenle çalışmamızda yaşlılarda egzersizle ilgili web sayfaları egzersiz önerilerini karşılaması açısından da değerlendirilmiştir. Ancak bu konuda web sayfalarının yetersiz kaldığı görülmüştür. Örneğin kapsamlı geriatrik değerlendirme önerisi veren web sayfaları %17 gibi çok düşük oranlarda kalmıştır. Egzersizin süresi, yoğunluğu ve frekansına değinen web siteleri sayıları ise %50'nin altında kalmıştır. Daha yüksek oranların egzersizin çeşitlendirilmesi ve egzersizin faydasına değinilmesi konularında olduğu görülmüştür. Fiziksel aktivite ve denge egzersizleri önerileri de düşük oranlarda kalmıştır. Sonuç olarak incelenen web sayfaları yaşlılarda egzersiz tavsiyesi açısından çok yetersiz bulunmuştur. Bu nedenle yaşlılarda egzersizle ilgili web sayfası hazırlanırken mutlaka bir uzmandan görüş alınması ve geriatrik rehabilitasyon prensiplerini yansıtan içerikler hazırlanması gereklidir.

Günümüzde internet insanların sağlıkla ilgili birçok konuda fikir edinmesini sağladığı ve sağlıklı yaşam sürmek için tavsiyeler aldığı mecra haline gelmiştir (Bujnowska-Fedak ve Weğierek, 2020). Makaleler ve kitap bölümleri gibi çeşitli bilimsel kaynaklar tıbbi terimler içerdiği ve alana özgü olduğu için çok anlaşılmamaktadır. Bu nedenle sağlıkla ilgili internet sayfalarında yer alan bilgilerin toplumun tüm kesimine hitap edebilecek şekilde yazılması önemlidir. Bu konuda ise yazılı bilgilerin kalitesi öne çıkmaktadır. Web sayfalarında yer alan bilgilerin kalitesi ve güvenilirliğini ölçmek için çeşitli ölçekler geliştirilmiştir. DISCERN de bu ölçeklerden biridir (Charnock ve ark., 1999). Çalışmamızda incelenen web sitelerinin kalite düzeyinin orta ila çok zayıf arasında değiştiği belirlenmiştir. Literatür incelendiğinde çalışmamızla benzer sonuçlara ulaşıldığı görülmüştür (Basavakumar ve ark., 2019; Ceyhan ve ark., 2020). İnsanlara sağlıkla ilgili bilgiler sunarken sayfaların bilgi kalitesinin bu denli düşük olması hiç şüphesiz istenilen bir durum değildir. Bu nedenle sağlıkla ilgili sitelere ait bir kontrol mekanizması geliştirilmesi düşünülebilir. Ayrıca çalışmamızda sağlıkla ilgili sayfaların bilgi kalitesinin sağlıklı yaşam merkezlerine ait sayfalara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu durum da sağlıkla ilgili web sayfası hazırlanırken uzman kişilerden gerekli mentörlük hizmetlerinin alınması gerekliliğini göstermektedir. İncelenen web siteleri arasında sağlıklı yaşam merkezlerinin DISCERN skorları, sağlıklı yaşam merkezine ait sayfalara göre anlamlı düzeyde düşük çıkmıştır. Bu farklılığın da sağlıklı yaşam merkezine ait sayfaların reklam amaçlı ve ticari kaygı ile yapılmasından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Bir web sayfasında sağlıkla ilgili bilgiler edinirken bu bilgilerin güvenilir olması büyük önem taşımaktadır. Yazılı bilgilerin güvenilir olması için de yazarlık, referans ve güncellik gibi bazı özellikleri taşıması gerekmektedir. Bu nedenle sağlıkla ilgili web sayfalarını bu açıdan değerlendirmek önemlidir (Özduran ve ark., 2022). Çalışmamızda web sayfaları JAMA kriterlerine göre değerlendirilmiş ve güvenilirliklerinin düşük olduğu belirlenmiştir. İncelenen web sayfaları arasında JAMA skorlarına göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Özellikle referans ve güncellik konusunda web sayfalarının eksik kalması güvenilirlik açısından problemler oluşturmaktadır. Bu nedenle bu konuda web sayfası oluşturulurken güncel bilgilerin yer aldığı, yazarlık, referans gibi parametrelere dikkat edilen sayfalar hazırlamak insanların doğru ve güncel bilgiye ulaşması için elzemdir.

Çalışmamızın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. Öncelikle incelenen 200 web sayfasının sadece 29'unun dâhil edilme kriterlerini karşılaması nedeniyle sınırlı sayıda web sayfasının incelenmesi "yaşlılarda egzersiz" konulu web sayfalarının sayısının ve içeriğinin yetersiz

olduğunu göstermektedir. Bu amaçla daha fazla web sitesinin incelendiği çalışmalar tasarlanabilir. Çalışmamız sadece Türkçe dilinde yapıldığı için diğer dillerde sunulan çevrimiçi bilgilerin kalitesi hakkında bilgi sunmamaktadır. Çalışmanın belirli bir zaman aralığında ve belirli bir arama motorunda gerçekleştirilmesi çalışmamızın diğer sınırlılıkları arasındadır. Çalışmamızın güçlü yönü ise ülkemizde “yaşlılarda egzersiz” ile ilgili çevrimiçi kaynakların kapsamlı bir değerlendirmesi ve analizinin yapıldığı ilk araştırma olmasıdır.

Sonuç olarak “yaşlılarda egzersiz” ile ilgili çevrimiçi kaynakların ve egzersiz konusunda uzman olan fizyoterapistlere ait sayfaların yetersiz olduğu bulunmuştur. Bu sayfaların okunabilirlik düzeyleri orta düzeydedir ve hitap ettiği popülasyon için yeterli düzeyde değildir. Egzersizle ilgili içerikler ve egzersiz tavsiyesi açısından sayfalar çok yetersizdir. Ayrıca çalışmaların kalitesi ve güvenilirliği de düşük düzeydedir. Bu nedene “yaşlılarda egzersiz” konulu web sitelerinin içerikleri hazırlanırken okunabilirlik, kalite ve güvenilirlik açısından değerlendirilip yetkin kişiler tarafından hazırlanması gerekmektedir. Bu konuda bir denetleme mekanizması ve standardizasyonun oluşturulması düşünülebilir. Ulaşılan kesimin yaşlılar olması içeriklerin hazırlanırken okunabilirlik konusuna özellikle dikkat edilmesini gerekli kılmaktadır. Ayrıca web sitesi içerikleri hazırlanırken bir uzman görüşü alınması, güncel akademik kaynaklardan yararlanılması ve görsel içeriklerin artırılması gerekmektedir.

KAYNAKLAR

Akdeniz, M., Kavukcu, E., Teksan, A. (2019). Yaşlanmaya bağlı fizyolojik değişiklikler ve kliniğe yansımaları. *Türkiye Klinikleri Family Medicine-Special Topics*, 10(3), 1–15.

Atcı, M., Tutar, M.S., Tosun, O.M., Altınordu Atıcı, A., Arıkan, M.N. (2022). Kardiyopulmoner resüsitasyon ile ilgili internet makalelerinin doğruluk, yeterlilik ve okunabilirlik düzeyi. *Paramedik ve Acil Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 3(2), 126–136. <https://doi.org/10.54862/pashid.1080447>

Ateşman, E. (1997). Türkçede Okunabilirliğin Ölçülmesi. *Dil Dergisi*, 58, 71–74.

Basavakumar, D., Flegg, M., Eccles, J., Ghezzi, P. (2019). Accuracy, completeness and accessibility of online information on fibromyalgia. *Rheumatology International*, 39(4), 735–742. <https://doi.org/10.1007/s00296-019-04265-0>

Bujnowska-Fedak, M.M., Węgierek, P. (2020). The impact of online health information on patient health behaviours and making decisions concerning health. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(3). <https://doi.org/10.3390/ijerph17030880>

Ceyhan, E., Gurhan, U., İnci, F., Karaismailoğlu, E., Yavuz, İ.A., Koçak, C., Yıldırım, A.Ö., Öken, Ö.F. (2020). Türkçe İnternet Sitelerindeki Ortopedik Hastalıklar Hakkındaki Bilgilerin Değerlendirilmesi: Ön Çapraz Bağ Rüptürü Üzerine Pilot Bir Çalışma. *SDÜ Tıp Fakültesi Dergisi*, 27(3), 323–330. <https://doi.org/10.17343/sdutfd.595351>

Charnock, D., Shepperd, S., Needham, G., Gann, R. (1999). DISCERN: An instrument for judging the quality of written consumer health information on treatment choices. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 53(2). DOI: 10.1136/jech.53.2.105

Franco M.R, Tong A, Howard K, Sherrington C.F., Pinto R.Z. (2015). Older people’s perspectives on participation in physical activity: a systematic review and thematic synthesis of qualitative literature. *British Journal of Sports Medicine*, 49(19), 1268-1276. DOI: 10.1136/bjsports-2014-094015

Galloza, J., Castillo, B., Micheo, W. (2017). Benefits of Exercise in the Older Population. *Physical Medicine and Rehabilitation Clinics of North America*, 28(4), 659–669. DOI: 10.1016/j.pmr.2017.06.001

[https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-\(BT\)-Kullanim-Arastirmasi-2022-45587](https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-(BT)-Kullanim-Arastirmasi-2022-45587). (n.d.). Erişim tarihi: 20.03.2024

<https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Istatistiklerle-Yaslilar-2022-49667>. (n.d.).

"<https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Istatistiklerle-Yaslilar-2022-49667>. Erişim tarihi: 20.03.2024

<https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Istatistiklerle-Yaslilar-2022-49667>. (2024).

"<https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Istatistiklerle-Yaslilar-2022-49667>. Erişim tarihi: 20.03.2024

Izquierdo, M., Merchant, R. A., Morley, J. E., Anker, S. D., Aprahamian, I., Arai, H., Aubertin-Leheudre, M., Bernabei, R., Cadore, E. L., Cesari, M., Chen, L. K., de Souto Barreto, P., Duque, G., Ferrucci, L., Fielding, R. A., García-Hermoso, A., Gutiérrez-Robledo, L. M., Harridge, S. D. R., Kirk, B., Singh, M. F. (2021). International Exercise Recommendations in Older Adults (ICFSR): Expert Consensus Guidelines. *Journal of Nutrition, Health and Aging*, 25(7), 824–853. DOI: 10.1007/s12603-021-1665-8

Jackson R.H., Davis TC., Bairnsfather L.E., George R.B., Crouch M.A. (1991). Patient reading ability: An overlooked problem in health care. *Southern Medical Journal*, 84(10). doi: 10.1097/00007611-199110000-00004.

Keskin, T, Başkurt F. (2020). Yaşlılarda Egzersiz Kompliyansı ve Motivasyon. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 11(3), 369-375. DOI: 10.22312/sdusbed.757470

Marzo, R.R., Khanal, P., Shrestha, S., Mohan, D., Myint, P.K., & Su, T.T. (2023). Determinants of active aging and quality of life among older adults: systematic review. *Frontiers in Public Health*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1193789>

Otu, M., & Karagözoğlu, Ş. (2022). Investigating the Websites in Turkey that Providing Information on Fibromyalgia Syndrome by Readability, Content and Quality. *Turk Osteoporoz Dergisi*, 28(1), 19–25. DOI: 10.4274/tod.galenos.2021.75508

Özduran, E. (2022). “ Bel Ağrısı ” ile İlgili Türkçe İnternet Kaynaklı Hasta Eğitim Materyallerinin Okunabilirliklerinin Değerlendirilmesi. *DEU Tıp Derg*, 36(2), 135–150. <https://doi.org/10.18614/deutip.1174522>
Tahir, E., Erman KENT, A. (2021). Baş Dönmesi İle İlgili İnternet Kaynaklı Bilgilendirme Metinlerini Okunabilirlik Düzeyleri. *KBB-Forum*, 20(2), 163–170.

Tieland, M., Trouwborst, I., Clark, B. C. (2018). Skeletal muscle performance and ageing. *Journal of Cachexia, Sarcopenia and Muscle*, 9(1), 3–19. DOI: 10.1002/jcsm.12238

Yaran, M., & Özkan, E. (2022). Ergoterapi ile ilgili çevrimiçi bilgilerin kalitesi ve okunabilirliği. *Ergoterapi ve Rehabilitasyon Dergisi*, 10(2), 45-52. <https://doi.org/10.30720/ered.904799>

Yılmaz, R., Karpuz, S., Yılmaz, H., & Solak, I. (2023). Evaluating the information content, readability, reliability and quality of turkish websites on osteoporosis. *Turk Osteoporoz Dergisi*, 29(2), 109–116. DOI: 10.4274/tod.galenos.2023.46872

Yıldırım, A. (2021). Regulations on aging at the national level in Turkey in the context of social policy (Sosyal politika kapsamında Türkiye’de yaşlanmaya ilişkin ulusal düzeydeki düzenlemeler). *MANAS Journal of Social Studies*, 10(3), 1889–1909.



SPORMETRE

The Journal of Physical Education and Sport Sciences
Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi



DOI: 10.33689/spormetre.1474467

Geliş Tarihi (Received): 27.04.2024

Kabul Tarihi (Accepted): 08.10.2024

Online Yayın Tarihi (Published): 30.12.2024

SESSİZ İSTİFA ÖLÇEĞİNİN TÜRKÇE'YE UYARLANMASI: GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI*

Erdinç Demiray¹, Tuğberk Bilgi², Utku Işık^{1†}, Mutlu Çetin²

¹Ege Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İZMİR

²Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İZMİR

Öz: Bu araştırmanın temel amacı, son yıllarda uluslararası literatürde sıklıkla karşılaştığımız "sessiz istifa" kavramını spor organizasyonları kapsamında inceleyerek, Türkçe bir ölçme aracı olarak literatüre kazandırılmasıdır. Araştırma kurumsal ortamlarda henüz etkili bir şekilde ele alınmayan sessiz istifanın anlaşılmasını, kavramsallaştırılmasını ve etkin bir şekilde ölçülmesini amaçlamaktadır. Çalışmanın evrenini Türkiye'de farklı spor örgütlerinde görev yapan veya yapmış olan çalışanlar oluşturmaktadır. Çalışmaya dahil edilecek olan örneklem sayısı G*Power analizi ile belirlenmiştir. Çalışmaya toplam 215 katılımcı dâhil edilmiştir. Çalışmanın temelini oluşturan "Quiet Quitting Scale" ölçeği tek alt boyut ve 10 maddeden oluşmaktadır. Karranive ark. (2024) tarafından geliştirilen ölçek çalışanların sessizce işten ayrılma davranışlarının anlamaya yönelik olarak geliştirilen bir ölçektir. Ölçek Türkçe'ye uyarlanırken sistematik olarak bazı belli başlı bazı aşamalar izlenmiştir. Dilsel eşdeğerlik çalışmasının ardından sırasıyla içerik, yapı ve yakınsak geçerlik analizlerine tabi tutulmuştur. Yapılan analizler ile geçerlik ve güvenirlik testleri sonucunda elde edilen puanlar Sessiz İstifa Ölçeğinin 10 maddeli ve tek alt boyutlu yapısını desteklemektedir. Spor örgütleri içerisinde yer alan çalışanların sessiz istifa davranışlarının ortaya konulması ve hangi değişkenlerden etkilendiğinin açıklanması spor örgütlerinin gelişimlerine katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Özellikle spor örgütü çalışanlarının motivasyonları, iş performansı ve tatmini, bağlılık düzeyleri ve iş ve yaşam doyumları gibi farklı parametrelerle sessiz istifa düzeyleri arasındaki ilişkiler araştırılabilir.

Anahtar Kelimeler: Sessiz istifa, spor yönetimi, ölçek uyarlaması (en fazla 5 kelime)

TURKISH ADAPTATION OF THE QUIET QUITTING SCALE; VALIDITY AND RELIABILITY STUDY

Abstract: The aim of this study was to investigate the concept of "Quiet Quitting," which has been frequently mentioned in international literature in recent years, particularly in the context of sports organizations, and to present it as a measurement tool in Turkish literature. The goal of the study was to provide a thorough understanding, accurate measurement, and conceptualization of quiet quitting—a phenomenon that has not yet gotten sufficient attention from organizations. Participants in the research consist of individuals who work or have worked for different Turkish sports organizations. G*Power analysis determined the study's sample size. The study included a total of 215 participants. The study was based on the "Quiet Quitting Scale," which includes a single sub-dimension and 10 items. (Karrani ve ark., 2024) developed the scale to comprehensively measure employees' quiet quitting behavior. The process of converting the scale to Turkish involved several phases. After completing the linguistic equivalence study, it followed separate analyses to evaluate its content, structure, and convergent validity. The results indicated that the 10-item, one-subdimensional structure of the Quiet Quitting Scale was supported by the scores from the validity and reliability tests. This context suggests that identifying the quiet quitting behaviors of sports organization members and discovering the variables that influence them can aid in the development of sports organizations. Specifically, one can examine the correlations between the levels of quiet quit and variables such as motivation, performance indicators, commitment levels, job satisfaction, and life satisfaction among employees in sports organizations.

Key Words: Quiet quitting, sport management, scale adaptation

* Bu çalışma 16-19 Mayıs 2024 tarihleri arasında Antalya'da düzenlenen 5. Uluslararası Rekreasyon ve Spor Yönetimi Kongresinde sözel sunum olarak sunulmuştur.

† Sorumlu Yazar: Adı Soyadı, Ünvanı., E-mail: Utku Işık, Doç. Dr., utku.isik@ege.edu.tr

GİRİŞ

1999 yapımı olan Dövüş Kulübü filmi yayınlandığı yıllarda dünya çapında çok büyük bir yankı getirmiştir. Sayısız ödül almış olan film, uluslararası film veri tabanlarına göre dünyanın gelmiş geçmiş en iyi 13. filmi olarak kabul edilmektedir (IMDB, 2024). Dövüş Kulübü (orjinal adı: Fight Club), Chuck Palahniuk tarafından yazılmış “Aynı” isimli romandan uyarlanmıştır. David Fincher tarafından yönetilmiştir ve başrollerinde Brad Pitt ve Edward Norton rol almıştır. Film boyunca ismini hiçbir şekilde duymadığımız filmin sonundaki kapanış jeneriğinde dahi “Anlatıcı” olarak geçen ve Edward Norton tarafından canlandırılan karakter; modern kapitalist sistem içerisinde derin bir hissizlik ve uyuşma yaşayan, çalışmış olduğu işten hiç bir şekilde tatmin olmayan ve sürekli olarak benzer şeyleri yapmaktan bıkan bir kurumsal şirket çalışanıdır. Karakterin film içerisinde isminin geçmemesi ve sadece “Anlatıcı” olarak yer almasının temel sebebi izleyicilerin filmi kendi deneyimleriyle ilişkilendirmesi ve karakterlerle özdeşleşmesini sağlamaktır. Çünkü milyonlarca insan kapitalist dünya düzeni içerisinde bu karaktere benzer bir yaşam sürdürmektedir (Lim, 2009). Aslında filmin bu kadar popüler olmasındaki temel neden bu şekilde yaşayan insanların bir araya gelerek gerçek özgürlüğe ulaşma çabasına odaklanmasıdır. Film içerisinde yer alan “her şey ve herkes bir kopyanın kopyasının kopyası” sözü günümüzde ki çalışma hayatını belirli bir oranda karşılayan en iyi ifadelerden biridir. Artan işgücü kıtlığı ve işe karşı motivasyonsuzluğun yaygınlaştığı günümüzde, hizmet sektöründe çalışan insanların işlerine duyduğu tutkunun kaynağını anlamak ve bu tutkuyu beslemek, hem akademik araştırmalar hem de işletme yönetimi açısından önemli bir görev haline gelmiştir (Riehleve ark., 2023).

Kapitalist dünya düzeninde değişmekte ve gelişmekte olan rekabetçi iş ortamı içerisinde; beşeri faktörlerin, işin amaç ve ihtiyaçlarını nasıl etkilediğini anlamak ve çalışan davranışları ile iş süreçleri arasındaki bağlantıyı tahlil etmenin son derece önemli olduğu görülmektedir (Badru ve ark., 2022; Bani-Melhem ve ark., 2023; Maden, 2014). Organizasyona faydası büyük olan yetenekli çalışanların, organizasyondan ayrılması maliyetlerin artmasına, motivasyonun düşmesine ve organizasyonel büyümenin duraksamasına yol açabileceğinden, bahsedilen nitelikteki çalışanların elde tutulmasının başarı ve uzun vadeli kurumsal sürdürülebilirlik için kritik önem taşıdığı belirtilmiştir (Karrani ve ark., 2024). Çalışanları işte tutmak da yetmemekte ve bu kişilerin işlerine yönelik içsel motivasyonlarını da yüksek tutmayı öğrenmek ve bu durumun gerekliliklerini yerine getirmek gerekmektedir. Bu yüzden organizasyonların çalışanlarının iş-yaşam dengelerini göz önüne almaları gerekmektedir (Akin ve ark.,2017).

İş-yaşam dengesi kavramı, çalışanların ücretli işleri ile bireysel sorumlulukları arasında denge kurmalarını sağlayan destekleyici ve sağlıklı çalışma ortamları oluşturmak ve korumak olarak tanımlanmıştır (Asiedu-Appiahve ark., 2015). Özellikle Kovid-19 pandemisi sonrasında insanların iş-yaşam dengelerinde ciddi bir değişim olmuş, iş memnuniyetlerinde azalmalar yaşanmıştır (Nemteanu ve ark., 2021). Bundan dolayı çalışanların içsel motivasyonlarını belirleme yöntemleri daha da önemli hale gelmeye başlamıştır. Organizasyonların çalışanlarıyla anlamlı ilişkiler kuramaması, çalışanların işlerine asgari düzeyde bağlılık göstermeleri ve sorumluluk almamaları şeklinde sonuçlanmakta (Zenger ve Folkman, 2022) ve bu durum günümüzde daha yeni bir kavram olarak bilinen “sessiz istifa” kavramı altında değerlendirilmektedir (Mahand ve Caldwell, 2023). Pandemi döneminin sonlarına doğru sessiz istifa kavramının insanların hayatına girdiğinden bahsedilmektedir ancak popüler inanışın aksine, "Sessiz İstifa" olgusu yeni bir olay veya durum olmanın aksine uzun yıllar boyunca varlığını sürdürmüş ve bağlılık, motivasyon, katılım ve sosyal değişim teorisi gibi farklı teorilerle ilişkili olduğu bilinmektedir (Atalay ve Dağıstan, 2023).

Sessiz istifa kavramını en basit haliyle, çalışanların işlerine fazladan çaba harcamadan işlerinin gerekliliklerini yerine getirmeleriyle ve fazladan sorumluluk almamalarıyla ilgilidir (Esen, 2023; Karrani ve ark., 2024). Sessiz istifa ile istifa etmek arasında farklar vardır ve en önemlisi sessiz istifa durumunda çalışanların işlerinde kaldıkları ancak yılmış bir halde oldukları, işlerine olan tutkularını kaybettikleri ve mümkün olduğu kadar az iş yapmaya çalıştıkları görülmüştür (Galanisve ark., 2023). İşyerinin getirdiği stresli olayların yalnızca çalışma saatleri içinde ortaya çıkması ve hayatınızın geri kalanını etkilememesi için işi bırakmak yerine çalışmaya devam edilmektedir (Xueyun ve ark., 2024).

Atalay ve Dağıstan (2023), sessiz istifanın ardındaki potansiyel teorileri (eşitlik teorisi, Herzberg'in çift faktör teorisi, beklenti teorisi, örgütsel bağlılık, işe bağlılık ve sosyal değişim teorisi) ele alarak, çalışanların fedakarlık yaptıklarında maddi ve manevi ödülleri göremedikleri zaman, kendilerine değer verilmediğini ve takdir edilmediğini hissettikleri zaman görev tanımlarında yer alan görevleri minimum düzeyde yapmakta, sorumluluk almaktan kaçınmakta ve bir anlamda sadece fiziksel olarak işte ve iş başında bulunmakta olduklarına yani işten zihinsel anlamda koptuklarına değinmektedirler. Sessiz istifa olgusuyla ilişkili iş sorumlulukları, iş-yaşam dengesi, ücret politikaları, yönetici tutumları, çalışanların desteği, işin anlamlılığı ve iş tatmini gibi faktörlerin farkına vararak kuruluşların, çalışanların refahını, bağlılığını ve motivasyonunu artırmak için proaktif önlemler alabileceklerini savunurken, çalışma koşullarının ve kurumsal adaletin iyileştirilmesi, adil ücretlendirmenin sağlanması, olumlu yönetim ilişkilerinin teşvik edilmesi ve iş-yaşam dengesinin teşvik edilmesi gibi hedefe yönelik müdahaleler yoluyla ele alınması ile çalışanların motivasyonunun, bağlılığının ve katılımının daha yüksek düzeyde olmasının sağlanabileceği olumlu bir çalışma ortamı yaratarak, büyüme ve gelişme fırsatları sunarak, örgütsel adaleti sağlayarak, tanınma ve destek sağlayarak, kuruluşlar çalışanlar arasında bağlılık ve sadakat duygusunu geliştirebileceğine değinmektedirler (Çimen ve Yılmaz, 2023; Yıldız ve Özmenekşe, 2022).

Sessiz istifa kavramına ilişkin sistematik literatür taraması yapan Kachhap ve Singh (2024), çalışanların pandemi ve uzaktan çalışma, sosyal medya, kuşak farkı, cinsiyet, sağlık ve alışkanlıklara ilişkin farklılıklardan dolayı sessiz istifaya yöneldikleri sonucuna ulaşmışlardır. Aynı çalışmada Kachhap ve Singh (2024), yöneticilerin sessiz istifa olasılığını sınırlamak için; personelle bağlarının geliştirilmesi, çalışanların becerilerini ve kariyerlerini yükseltme fırsatı sunmaları, liderlik tekniklerinin güçlendirilmesi, başarıların övülmesi ve iş sorumluluklarının yeniden tanımlanması, açık iletişim kültürünün geliştirilmesi, yapıcı eleştiri sunulması, çalışan ödül programlarının uygulamaya konuşması, iş yasalarını geliştirirken adil çalışma koşullarını ve işçi refahının teşvik edilmesi, insan kaynakları profesyonellerinin kapsamlı işe alım prosedürlerine, personel geliştirme programlarına ve anlaşmazlık çözümü eğitimlerine yatırım yapılmasının sessiz istifa ya da sessiz bırakma davranışını önleyebileceğine değinmektedirler.

Endüstriyel ilişkiler açısından bakıldığında, sessiz istifa kavramının, çalışanların maaşlarını ve çalışma koşullarını iyileştirmek için işverenlerine baskı yapmak amacıyla, işyerinde bilinçli olarak asgari düzeyde çaba göstermesini içeren "yönetmek için çalışmak" olarak da bilinen eski bir stratejiyle paralellik gösterdiği öne sürülmüştür (Lord, 2022). Yönetmek için çalışmak, sendikacılık şemsiyesi altında bir anlaşmazlık üzerine yapılan toplu endüstriyel eylemlerin bir biçimi olarak bilinmektedir. Ancak sessizce istifanın, sendikanın organize ettiği bir eylemden ziyade, çalışanların iş-yaşam dengesine yönelik bireysel istekleri, iş ve kişisel yaşamları arasındaki sağlıklı sınırların oluşturulması, geliştirilmesi ve zihinsel sağlıklarıyla ilgili kişisel ve psikolojik bir eylem biçimi olmasının daha muhtemel olduğu düşünülmektedir (Hamoucheve ark., 2023). Değişen zamanla birlikte belirsizlik karşısında bazı bireylerin farklı

şekillerde de yaşayabileceklerini anladığı görülmektedir (Montaudon-Tomasve ark., 2023). Sessiz istifa her zaman yalnızca iş veya organizasyonun sağladığı koşullardan kaynaklanmamakla birlikte, 11 Eylül saldırıları veya Covid-19 pandemisi gibi beklenmedik kriz süreçlerinin ardından kişilerin “Memento mori (ölümü hatırla)” felsefesini benimser düşünce kalıplarına girmesi ile de yaşamlarında radikal değişiklikler yaptıkları görülmüştür.

Eşsiz küresel erişime ve güce sahip olmasından dolayı spor, dikkate alınması gereken bir sektör olarak küresel ekonomide ciddi bir şekilde konumlanmış durumdadır (Dolles ve Söderman, 2011) ve hemen hemen her sektör gibi insan faktörünün son derece önemli olduğu bu sektörde de çalışanların ihtiyaçları göz önünde bulundurulmalıdır. Daha yüksek verimlilikte çalışan ve daha sürdürülebilir spor organizasyonları sağlamak kapsamında globalde ve ülkemizde sessiz istifa kavramının spor örgütlerindeki etkisini anlamamız kritik önem taşımaktadır.

Bu araştırmanın amacı, son yıllarda ilgili literatürde sıklıkla karşılaştığımız "sessiz istifa" kavramını spor organizasyonları kapsamında inceleyerek, Türk kültürü için geliştirilmiş geçerli ve güvenilir bir ölçme aracının literatüre kazandırılmasıdır. Araştırma kurumsal ortamlarda henüz etkili bir şekilde ele alınmayan sessiz istifanın anlaşılmasını, kavramsallaştırılmasını ve etkin bir şekilde ölçülmesini amaçlamaktadır.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bu çalışma, Karrani ve ark. (2024) tarafından geliştirilmiş olan Sessiz İstifa Ölçeği'ni metodolojik bir araştırma kapsamında faktör yapısının test edilmesini içermektedir. Araştırma, tarama modeli bağlamında nicel bir araştırma olarak yürütülmüştür (Karasar, 2010).

Araştırma Grubu

Ülkemizde (Türkiye) farklı spor örgütlerinde görev almış olan veya görev almakta olan çalışanlar ($X_{yaş}=34.6\pm 3.28$), çalışmanın genel evrenini oluşturmaktadır. Çalışmaya dahil edilecek olan örneklem sayısı G*Power analizi ile belirlenmiştir (Faulve ark., 2007). G*Power analizine göre, 166 katılımcının (.95 gücünde ve 0.5 etki büyüklüğünde; $df=45$; Karrani ve ark., 2024) katılım sağlaması yeterli olup, çalışma içerisinde eksik veri olması durumu göz önüne alarak çalışmaya 114 i erkek 101'i kadın olmak üzere 215 katılımcı dâhil edilmiştir. Ölçeğin orijinal formunun geliştirildiği çalışma göz önüne alındığında bu sayı yeterli gözükmektedir. Çalışmaya dâhil edilme kriteri olarak herhangi bir cinsiyet, yaş gibi sınırlama konulmamıştır. G*Power analizine ilişkin sonuçlar aşağıda gösterilmektedir.

Veri Toplama Araçları

Çalışma içerisinde geçerlilik ve güvenilirliği test edilen “Quiet Quitting Scale” ölçeği tek alt boyut ve 10 maddeden oluşmaktadır. Ölçek, 5’li likert tipinde geliştirilmiş bir ölçektir. Karrani ve ark. (2024) tarafından geliştirilen bu ölçek çalışanların sessizce işten ayrılma davranışlarını anlamaya yöneliktir.

Verilerin Analizi

“Quiet Quitting Scale” ölçeğinin, sistematik süreçlerden geçerek Türkçe’ye uyarlaması gerçekleştirilmiştir. İlk olarak ham veriler standardize edilerek Z skorlarına dönüştürülmüş ve tek faktörlü uç değerlerin tespit edilebilmesi adına analize tabii tutulmuşlardır. Uç değerleri analiz edebilmek için kalabalık örneklemelerde ($n>100$) Z skorlarının aralığının $\pm 3,00$ 'e kadar genişletilebildiği belirtilmiştir (Raykov ve Marcoulides, 2008). Aykırı değerlerin analizi sırasında bu aralığın dışında kalan herhangi bir veri bulunamamıştır. Çalışma 215 kişi ile

sürdürülmüştür. Sonrasında ilk olarak dilsel eşdeğerlik gerçekleştirilmiş ve daha sonra ise ölçeğe sırasıyla içerik analizi, yapı analizi ve yakınsaklık analizler uygulanarak çalışma son halini almıştır. Cronbach' s Alpha katsayısı kullanarak ölçeğin güvenilirliği sağlanmıştır. Verilerin analizi Microsoft Excel, IBM SPSS 25.0 ve IBM SPSS Amos 24.0 uygulamaları ile gerçekleştirilmiştir.

Araştırmanın Etiği

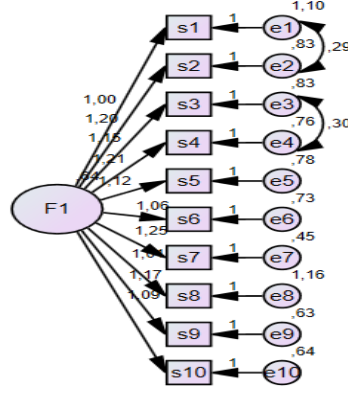
Ölçeği Türkçe'ye uyarlamak ve geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları için çalışmanın asıl sahibi ve yazarı olan Mariam Arif Karrani ile iletişime geçilmiş ve gerekli izinler elektronik posta aracılığıyla alınmıştır. Daha sonra çalışma, Ege Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'ndan, 28/02/2024 tarihli ve 2328 protokol numaralı yayın etiği kurulu karar belgesi ile etik açıdan uygun olduğuna dair değerlendirilmiş ve raporlanmıştır. Çalışma süresi boyunca "Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi" kapsamında, etik sınırları içerisinde ilerlenmiştir."

BULGULAR

Dilsel Eşdeğerlik Süreci: Dilsel eşdeğerliğin sağlanması için ölçek, Türkçe'yi akıcı bir şekilde konuşabilmekte olan ve anadili İngilizce olan bir öğretim görevlisinden yardım alınarak Türkçe'ye çevrilmiştir. Sonrasında spor yönetimi alanında uzman olan 3 kişi ile, Türkçe'ye çevrilmiş olan form üzerindeki ifadelerin doğruluğu üzerinde fikir birliği sağlanmıştır. Son olarak anadili Türkçe olan ve Yabancı Diller Yüksekokulunda görevli olan 2 öğretim görevlisine hazırlatılan dökümanlar tekrar orijinal diline geri çevrilmiştir ve son olarak araştırmacılar tarafından ölçeğin orijinali ile uygunluğuna karar verilmiştir.

Kapsam Geçerliliği: Lawshe (1975) tarafından önerilen yaklaşım çerçevesinde kapsam geçerliliği sağlanmıştır. Dil eşdeğerliği sağlamak için yardım alınan uzmanların yanıtları doğrultusunda maddelerin her biri için Kapsam Geçerliliği Oranı (KGO) ve genel olarak ölçek için bir Kapsam Geçerliliği İndeksi (KGİ) hesaplanmıştır. Nihayetinde maddelerin KGO (0,80) ve KGİ (0,67) değerlerinin belirlenen referansları aştığı tespit edilmiştir (Wilson ve ark., 2012; Yurdugül, 2005).

Yapı geçerliliği: Ölçeğin yapı geçerliliği için doğrulayıcı faktör analizini uygulanmış, açımlayıcı faktör analizi uygulanmamıştır. Ölçek uyarlama çalışmalarında önceden açılanmış bir yapıyı başka bir dile uyarlayarak, var olan yapının, hedef dilde doğrulanması söz konusu olduğundan, uyarlama çalışmalarında açımlayıcı faktör analizi yapmanın sınırlılık oluşturduğu dile getirilmektedir (Watkins, 1989; Esin, 2014; Seçer, 2018). Ölçeğin tek alt boyutlu oluşu ve esas çalışmada ölçeğin örtük yapısı belirlendiği için açımlayıcı faktör analizi gerçekleştirilmemiştir. Sessiz İstifa Ölçeği'nin DFA sonuçları; modifikasyon indeksi, teorik olarak model uyumunun daha iyi olabileceğine yönelik kanıtlar sunmuş ve bu sebeple yeniden bir model tanımlanmıştır. Modifikasyon indekslerine göre 1. ve 2. soru ile 3. ve 4. Sorular arasında modifikasyonlar gerçekleştirilmiştir. Modifikasyonlar sonucunda toplam uyum indekslerinin (GFI=0,913) ve karşılaştırmalı uyum indekslerinin ise (CFI=0,949) tavsiye edilen seviye olan 0,90'ı aştığı görülmüştür. Ayrıca CMIN/df değerinin 3'den küçük olduğu tespit edilmiştir (Bagozzi ve Yi, 1988). Yapılan işlemler sonucunda varılan modelin verilere iyi uyum sağladığı görülmüştür.



Şekil 1. Sessiz istifa ölçeğine ilişkin DFA standardize değerleri

Tablo 1. Sessiz istifa ölçeği DFA değerleri

Sessiz İstifa Ölçeği	Standardize Faktör Yükleri	Faktör Yükleri	SE (Standart Hata)	t-değeri
1. Fazlasını değil yalnızca benden bekleneni yaparım.	0.607	1.000		
2. İşimi tamamlarım ama ekstra çaba veya zaman harcamam.	0.726	1.202	0.118	10.145
3. Ek sorumluluklar için gönüllü olmam.	0.711	1.153	0.137	8.414
4. Görev tanımım dışında ek proje veya görev üstlenmem.	0.744	1.213	0.140	8.686
5. Süreçleri veya prosedürleri iyileştirmek için yeni fikir veya öneri sunmam.	0.713	1.119	0.133	8.441
6. İşyerinde inisiyatif almaktan veya liderlik rollerinden kaçınırım.	0.707	1.065	0.127	8.391
7. Olağan iş sorumluluklarım dışında hiçbir gönüllü faaliyete veya projeye katılmam.	0.830	1.251	0.134	9.354
8. Yalnızca gerektiğinde iletişim kurarım.	0.601	1.010	0.136	7.429
9. İş arkadaşarımla veya amirimle işle ilgili konuşmalara aktif olarak katılmam.	0.764	1.167	0.132	8.856
10. Aktif olarak geri bildirim almanın veya becerilerimi geliştirmenin peşinde değilim.	0.737	1.091	0.126	8.644

Yakınsak Geçerlilik: Literatürde ölçme araçlarının geçerliliğini ölçmek için uygulanan testler, uyum değerlerinin belirtilmesinin yetersiz olduğunu, yakınsak geçerlilik ve ayırt edici

geçerlilik gibi testlerinde yapılması gerektiği vurgulanmaktadır (Heggstadve ark., 2019; Tugtekinve ark., 2020). Fornell ve Larcker (1981); Henselerve ark. (2015); Hu ve Bentler (1999) tavsiyeleri ile uyarlanan ölçeğin geçerlilik kriterleri değerlendirilmiştir. Yakınsak geçerliliğin sağlanması için yapı güvenirliği (CR) skorunun ortalama açıklanan varyans (AVE) değerinden büyük olması ve AVE'nin 0.50'den büyük olması beklenir. Yapılan analizler sonucunda Sessiz İstifa Ölçeğinin AVE değeri 0,51 ve CR değeri ise 0,91 olarak bulunmuştur. AVE'nin 0,50'den yüksek olduğu, CR>0.70 ve CR>AVE gerekli durumlarının da sağlandığı görülmüştür (Fornell ve Larcker, 1981; Hatcher ve O'Rourke, 2013).

Güvenirlilik: Sessiz İstifa Ölçeği'nin güvenirliği Cronbach's Alpha iç tutarlık katsayıları ile test edilmiştir. Toplam puan için hesaplanan iç tutarlık katsayılarının yeterli düzeyde oldukları görülmektedir ($\alpha=0.914$; Nunnally ve Bernstein, 1994).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmada Sessiz İstifa Ölçeği'nin Türkçe formu oluşturulmuştur ve sessiz istifa davranışlarının ölçülmesi ve değerlendirilmesi için geçerlik ve güvenirlik testleri yapılmıştır. Gerçekleşen analizler ile ulaşılan puanların, Sessiz İstifa Ölçeğinin 10 maddeli ve tek alt boyutlu yapısını desteklediği görülmektedir. Ölçeğin geçerliliğini değerlendirilmek için kapsam geçerliliği, yapı geçerliliği ve yakınsak geçerlilik analizleri yapılmıştır. Hesaplamalar sonucunda KGO ve KGİ'lerin belirlenene referans değerlerinden yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuçlar ölçeğin kapsam geçerliğini sağladığının kanıtı niteliğindedir (Wilson ve ark., 2012; Yurdugül, 2005). Ölçeğin yapı geçerliliği kapsamında, DFA sonucunda ulaşılan uyum indekslerinin bazılarının mükemmel bazılarının ise kabul edilebilir seviyede olduğu görülmüştür. Baumgartner ve Homburg (1996), Bentler ve Yuan (1999), Byrne (2010), Hu ve Bentler (1999), Kelloway (1998), Schermelleh-Engel ve ark. (2003), Marsh ve ark. (2016) gibi literatürde ölçek uyarlama çalışmalarının sınırlarını belirleyen araştırmalara göre GFI, IFI, CFI ve NFI değerlerinin .90 ile .95 arasında olması kabul edilebilir değerleri, .95'den yüksek olmaları ise mükemmel uyum göstermektedir. Ayrıca iyi uyum göstergelerinden birinin de AGFI değerinin de .85'in üzerinde olması olduğu belirtilmiştir. Bizim çalışmadaki uyum indekslerine bakıldığında ölçeğe ait bazı uyum değerlerinin mükemmel ve kabul edilebilir uyumlar arasında olduğu görülmektedir. Bu sonuçlar ise ölçeğin orijinal halindeki değerlerle de benzer olduğunu göstermektedir (Karrani ve ark., 2024). Araştırmanın uyum değerleri ilgili literatürde daha önce yapılmış ve spor yönetimini merkezine almış olan ölçek uyarlama çalışmalarının sonuçları ile de uyum içerisindedir (Çini ve Kuyumcu, 2023; Denizci ve Singin, 2023; Erdoğan ve Şirin, 2021).

Sessiz İstifa Ölçeği için AVE ve CR değerleri hesaplanarak, ölçeğin yakınsak geçerlilik analizi yapılmıştır. AVE<0.50 ve CR>0.70 sonuçlarına ulaşılması ölçeğin yakınsak geçerliliğinin sağlandığını göstermektedir. Ayrıca CR>AVE koşulu da sağlanmıştır (Hair ve ark., 2010). Ölçeğin güvenirliği için Cronbach's Alpha iç tutarlık katsayısı hesaplanmıştır. İç tutarlık katsayısının 0.90 seviyesinde mükemmel, 0.80 seviyesinde çok iyi ve 0.70 seviyesinde ise yeterli olacağı belirtilmiştir (Kline, 2023). Bu sebeple güvenirlik katsayılarının çok iyi düzeyde olduğunu söyleyebiliriz. Farklı bir ifade ile ölçeğin maddeleri arasında bir uyum vardır. Ayrıca her bir madde diğer bir maddenin rolünü üstlenmemekte ve ölçeğin içerisinde gerekli ve bir anlam ifade etmektedir.

Bütün bu sonuçlar ışığında Sessiz İstifa Ölçeği'nin, ana dili Türkçe olan örneklem grupları için geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu söylenebilir. Sessiz İstifa kavramının yönetim alanında sık karşılaşılan ve oldukça önemli bir konu olduğu son yıllarda yapılan çalışmalarla

defalarca vurgulanmıştır (Campton, 2023; Kachhap ve Singh, 2024; Serenko, 2024). Sessiz istifa kavramına farklı bakış açılarından yaklaşan çalışmalar organizasyonların sürekliliği açısından çalışanların bu tür davranışlarını anlamının ve diğer kavramlarla olan ilişkisini ortaya koymanın öneminden bahsetmişlerdir.

İster kamu isterse özel olsun spor organizasyonları (kulüpler, federasyonlar, tesisler) işletmeler için de diğer sektörlerle karşılaştırıldığında oldukça karmaşık bir yapıya sahiptir. Bu kapsamda spor örgütleri içerisindeki çalışanların sessiz istifa davranışlarının belirlenmesi ve hangi değişkenlerden etkilendiğinin ortaya konulması, spor örgütlerinin çalışanları hakkında bilgi sahibi olmaları konusunda onlara katkı sağlayacaktır. Spor yönetimi alanında spor örgütü çalışanlarının motivasyonları, performans parametreleri, bağlılık düzeyleri, iş ve yaşam dengesi gibi çalışmalar ortaya koyan araştırmacılar, bu ölçek vasıtası ile organizasyon içindeki çalışanların bu tür değişkenler ile sessiz istifa düzeyleri arasındaki ilişkileri araştırabilirler. Böylece bu ölçek yoluyla Türkiye’de yapılan spor yönetimi araştırmalarına yeni ve farklı bir bakış açısı kazandırılabilir.

Bu çalışma, sporun ve spor organizasyonlarının çok boyutlu yönleri de göz önüne alınarak spor organizasyonları çalışanları ile sınırlandırılmıştır. Bu ölçek kullanılarak farklı sektörlerde çalışan kişilerle yapılacak olan gelecek çalışmalarda örneklem grubuna özgü yeni bir doğrulayıcı faktör analizinin uygulanmasının fayda sağlayacağını düşünmekteyiz.

KAYNAKLAR

Akın, A., Ulukök, E., & Arar, T. (2017). İş-yaşam dengesi: Türkiye’de yapılan çalışmalara yönelik teorik bir inceleme. *Afyon Kocatepe Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 19(1), 113-124. doi: 10.5578/jeas.57176

Asiedu-Appiah, F., Mehmood, A., & Bamfo, B. A. (2015). Work-life balance practices, job performance and turnover intentions. *International Journal of Arts & Sciences*, 8(4), 379-404.

Atalay, M., & Dağıstan, U. (2023). Quiet quitting: a new wine in an old bottle? *Personnel Review*. 53(4), 1059-1074. doi.org/10.1108/pr-02-2023-0122

Badru, A. F., Karadas, G., & Olugbade, O. A. Employee voice: the impact of high-performance work systems and organisational engagement climate. *The Service Industries Journal*, 44(7-8), 563-591. doi.org/10.1080/02642069.2022.2056163

Bagozzi, R. P., & Yi, Y. (1988). On the evaluation of structural equation models. *Journal of the academy of marketing science*, 16(1), 74-94. doi.org/10.1007/BF02723327

Bani-Melhem, S., Abukhait, R. M., & Mohd Shamsudin, F. (2023). This doesn’t make sense! Does illegitimate tasks affect innovative behaviour? *The Service Industries Journal*, 1-27. doi.org/10.1080/02642069.2022.2163994

Baumgartner, H., & Homburg, C. (1996). Applications of structural equation modeling in marketing and consumer research: A review. *International journal of Research in Marketing*, 13(2), 139-161. doi.org/10.1016/0167-8116(95)00038-0

Bentler, P. M., & Yuan, K.-H. (1999). Structural equation modeling with small samples: Test statistics. *Multivariate Behavioral Research*, 34(2), 181-197. doi: 10.1207/S15327906Mb340203.

Byrne, B. M. (2010). *Structural equation modeling with AMOS*. New York: Routledge.

Campton, J. (2023). What is quiet quitting? A thematic analysis of news media. *36th Australian and New Zealand Academy of Management (ANZAM) Conference bildirileri içinde*, 05.07 Aralık 2023, Wellington, New Zealand

Çimen, A. İ., & Yılmaz, T. (2023). Sessiz istifa ne kadar sessiz. *Sakarya Üniversitesi İşletme Enstitüsü Dergisi*, 5(1), 27-33. doi.org/10.47542/sauied.1256798

Çini, N. G., & Kuyucu, E. G. (2023). Sezonluk (kombine) bilet sahipleri memnuniyet ölçeği: Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 6(4), 1277-1291. doi.org/10.38021/asbid.1355793

Denizeci, T., & Singin, R. H. (2023). Seyirci tabanlı sporda marka değer ölçeği: Türkçe uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 17(2), 88-105.

Dolles, H., & Söderman, S. (2011). *Sport as a business*. Berlin: Springer

Erdoğan, A., & Şirin, E. F. (2021). Spor takımına duygusal bağlılık ölçeğinin türkçe formunun geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 19(4), 192-207. doi.org/10.33689/spormetre.946677

Esen, D. (2023). Quiet quitting in public institutions: A descriptive content analysis. *International Journal of Contemporary Economics and Administrative Sciences*, 13(1), 296-326. doi.org/10.5281/zenodo.8428256

Esin, M. N. (2014). Veri toplama yöntem ve araçları & veri toplama araçlarının güvenilirlik ve geçerliği. Erdoğan S, Nahçıvan N, Esin MN (Ed.). *Hemşirelikte Araştırma: Süreç, Uygulama ve Kritik* içinde (217-230), İstanbul: Nobel Tıp Kitapevi.

Faul, F., Erdfelder, E., Lang, A.G., & Buchner, A. (2007). G* Power 3: A flexible statistical power analysis program for the social, behavioral, and biomedical sciences. *Behavior Research Methods*, 39(2), 175-191. doi: 10.3758/bf03193146

Fornell, C., & Larcker, D. F. (1981). *Structural equation models with unobservable variables and measurement error: Algebra and statistics*. Los Angeles: Sage publications.

Galanis, P., Katsiroumpa, A., Vraka, I., Siskou, O., Konstantakopoulou, O., Moisoglou, I., Gallos, P., & Kaitelidou, D. (2023). The quiet quitting scale: Development and initial validation. *Aims Public Health*, 10(4), 828-848. doi.org/10.3934/publichealth.2023055

Hair, J. F., Anderson, R. E., Babin, B. J., & Black, W. C. (2010). *Multivariate data analysis: A global perspective (Vol. 7)*. New Jersey: Pearson Education.

Hamouche, S., Koritos, C., & Papastathopoulos, A. (2023). Quiet quitting: relationship with other concepts and implications for tourism and hospitality. *International Journal of Contemporary Hospitality Management*, 35(12), 4297-4312. doi.org/10.1108/ijchm-11-2022-1362

Hatcher, L., & O'Rourke, N. (2013). *A step-by-step approach to using SAS for factor analysis and structural equation modeling*. North Carolina: Sas Institute.

Heggstad, E. D., Scheaf, D. J., Banks, G. C., Monroe Hausfeld, M., Tonidandel, S., & Williams, E. B. (2019). Scale adaptation in organizational science research: A review and best-practice recommendations. *Journal of Management*, 45(6), 2596-2627. doi.org/10.1177/0149206319850280

Henseler, J., Ringle, C. M., & Sarstedt, M. (2015). A new criterion for assessing discriminant validity in variance-based structural equation modeling. *Journal of The Academy of Marketing Science*, 43, 115-135. doi: 10.1007/s11747-014-0403-8

Hu, L. t., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1-55. doi.org/10.1080/10705519909540118

IMDB (2024). https://www.imdb.com/chart/top/?ref=mv_mv_250. Son Erişim Tarihi: 27.04.2024

Kachhap, V., & Singh, T. (2024). Quiet quitting: a comprehensive exploration of hidden problems. *Development and Learning in Organizations: An International Journal*, 38(5), 23-26. doi:10.1108/DLO-10-2023-0214

- Karasar, N. (2010). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Karrani, M. A., Bani-Melhem, S., & Mohd-Shamsudin, F. (2024). Employee quiet quitting behaviours: conceptualization, measure development, and validation. *The Service Industries Journal*, 44(3-4), 218-236. doi.org/10.1080/02642069.2023.2286604
- Kelloway, E. K. (1998). *Using LISREL for structural equation modeling: A researcher's guide*. New York: Sage
- Kline, R. B. (2023). *Principles and practice of structural equation modeling*. New York: Guilford publications
- Lawshe, C. H. (1975). A quantitative approach to content validity. *Personnel Psychology*, 28(4), 563-575. doi.org/10.1111/j.1744-6570.1975.tb01393.x
- Lord, J. (2022). Quiet quitting is a new name for an old method of industrial action. *The Conversation*. <https://salford-repository.worktribe.com/output/1562610>. Son Erişim Tarihi: 28.04.2024
- Maden, C. (2014). Impact of fit, involvement, and tenure on job satisfaction and turnover intention. *The Service Industries Journal*, 34(14), 1113-1133. doi.org/10.1080/02642069.2014.939644
- Mahand, T., & Caldwell, C. (2023). Quiet quitting—causes and opportunities. *Business and Management Research*, 12(1), 9-19. doi.org/10.5430/bmr.v12n1p9
- Marsh, H. W., Hau, K. T., Artelt, C., Baumert, J., & Peschar, J. L. (2006). OECD's brief self-report measure of educational psychology's most useful affective constructs: Cross-cultural, psychometric comparisons across 25 countries. *International Journal of Testing*, 6(4), 311-360. doi.org/10.1207/s15327574ijt0604_1
- Montaudon-Tomas, C. M., Amsler, A., Pinto-López, I. N., & Malcón-Cervera, C. (2023). Beyond the great resignation: Additional notions. *The International Trade Journal*, 37(1), 135-142. doi.org/10.1080/08853908.2022.2147107
- Nemteanu, M. S., Dinu, V., & Dabija, D. C. (2021). Job insecurity, job instability, and job satisfaction in the context of the COVID-19 pandemic. *Journal of Competitiveness*, 13(2), 65-82. doi.org/10.7441/joc.2021.02.04
- Nunnally, J., & Bernstein, I. (1994). *Psychometric Theory*. New York: MacGrow-Hill Higher.
- Raykov, T., & Marcoulides, G. A. (2008). *An introduction to applied multivariate analysis*. London: Routledge.
- Riehle, R., Wieser, V. E., & Hemetsberger, A. (2023). "We truly love what we do": The Tribal Consumer Inside Passionate Service Employees. *Journal of Service Research*. doi.org/10.1177/10946705231204982
- Schermelleh-Engel, K., Moosbrugger, H., & Müller, H. (2003). Evaluating the fit of structural equation models: Tests of significance and descriptive goodness-of-fit measures. *Methods of psychological research online*, 8(2), 23-74. doi.org/10.23668/psycharchives.12784
- Seçer, İ. (2018). *Psikolojik test geliştirme ve uyarlama süreci: SPSS ve LISREL uygulamaları*. Ankara: Anı yayıncılık.
- Serenko, A. (2024). The human capital management perspective on quiet quitting: recommendations for employees, managers, and national policymakers. *Journal of Knowledge Management*, 28(1), 27-43. doi: 10.1108/JKM-10-2022-0792
- Tugtekin, U., Barut Tugtekin, E., Kurt, A. A., & Demir, K. (2020). Associations between fear of missing out, problematic smartphone use, and social networking services fatigue among young adults. *Social Media+ Society*, 6(4), doi.org/10.1177/2056305120963760
- Watkins, D. (1989). The Role of Confirmatory Factor Analysis in Cross-Cultural Research. *International Journal of Psychology*, 24(6), 685–701. doi.org/10.1080/00207598908247839

Wilson, F. R., Pan, W., & Schumsky, D. A. (2012). Recalculation of the critical values for Lawshe's content validity ratio. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 45(3), 197-210. doi.org/10.1177/0748175612440286

Xueyun, Z., Al Mamun, A., Yang, Q., Naznen, F., & Ali, M. H. (2024). Modeling quiet quitting intention among academics: Mediating effect of work addiction and satisfaction. *Journal of Workplace Behavioral Health*, Early Access 2024, 1-37. doi.org/10.1080/15555240.2024.2323636

Yıldız, S., & Özmenekşe, Y. O. (2022). Kaçınılmaz son: Sessiz istifa. *Al Farabi Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(4), 14-24. doi: 10.46291/Al-Farabi.070402

Yurdugül, H. (2005). Ölçek geliştirme çalışmalarında kapsam geçerliği için kapsam geçerlik indekslerinin kullanılması. *XIV. Ulusal Eğitim Bilimleri Kongresi bildiriler kitabı içinde*, (ss, 771-774). Denizli: Pamukkale Üniversitesi

Zenger, J., & Folkman, J. (2022). Quiet Quitting Is About Bad Bosses, Not Bad Employees. *Harvard Business Review*. <https://hbr.org/2022/08/quiet-quitting-is-about-bad-bosses-not-bad-employees>. Son Erişim Tarihi: 28.03.2024



SPORMETRE

The Journal of Physical Education and Sport Sciences
Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi

DOI: 10.33689/spormetre.1477159



Geliş Tarihi (Received): 02.05.2024

Kabul Tarihi (Accepted): 04.10.2024

Online Yayın Tarihi (Published): 30.12.2024

SAĞLIKLI BİREYLERDE FARKLI SOLUNUM KASI EGZERSİZLERİNİN SOLUNUM FONKSİYONLARI, FONKSİYONEL KAPASİTE VE YAŞAM KALİTESİ ÜZERİNE ETKİSİNİN KARŞILAŞTIRILMASI*

Zait Burak Aktuğ^{1†}, Gönül Yavuz², Zeynep Kutlu¹, Menduha Akçar³

¹ Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Niğde

² Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Kahramanmaraş

³ Araştırmacı Öğrenci, Niğde

Öz: Yapılan çalışmanın amacı sağlıklı bireylere uygulanan 8 haftalık aletli solunum kası egzersizi ile aletsiz solunum kası egzersizinin solunum fonksiyonları, fonksiyonel kapasite ve yaşam kalitesi üzerine olan kronik etkisinin karşılaştırılmasıdır. Çalışmaya 55-65 yaş arası toplam 30 kadın gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılar egzersizleri yapmak üzere 10 kişiden oluşan powerbreathe grubu (PG), triflo grubu (TG) ve büyük dudak grubu (BDG) olarak üç gruba ayrılmıştır. Katılımcıların solunum parametreleri spirometre ile, fonksiyonel kapasiteleri 6 dakika yürüme testi (6DYT) ve 6DYT'i sonunda yorgunluk düzeyleri modifiye borg skalası (MBS) ile, yaşam kaliteleri SF-36 ölçeğinin kısa formu ile belirlenmiştir. Katılımcılar 8 hafta boyunca haftanın her günü sabah ve akşam 30'ar tekrardan oluşan solunum kası egzersizi uygulamıştır. Farklı protokollerin sonuçlarını, ön ve son test ölçümlerini ve protokol*zaman etkileşim etkisini incelemek için, tekrarlanan ölçümlerde iki yönlü ANOVA testi kullanılmıştır. Çalışma sonucunda solunum parametrelerinin grup içi karşılaştırılmasında FVC'de PG'da, FEV₁ ve MVV'de PG ve TG'lerinde, FEV₁/FVC%'de PG, TG ve BDG'lerinde son test lehine istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunurken (p<0,05) bu parametrelerin gruplar arası karşılaştırılmasında ise herhangi bir fark görülmemiştir. 6DYT ve MBS'nın PG ve BDG'de son test lehine istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunurken (p<0,05) bu parametrelerin gruplar arası karşılaştırılmasında ise PG'nin diğer gruplara göre daha yüksek bir gelişim sağladığı belirlenmiştir. Yaşam kalitesinin fiziksel rol güçlüğü ile emasyonel rol güçlüğü alt boyutlarında gruplar arası karşılaştırılmasında PG'nin BDG'ye göre istatistiksel olarak anlamlı şekilde daha yüksek puana sahip olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Solunum fonksiyonları, yaşam kalitesi, powerbreathe, triflo

COMPARISON OF THE EFFECTS OF DIFFERENT RESPIRATORY MUSCLE EXERCISES ON RESPIRATORY FUNCTIONS, FUNCTIONAL CAPACITY AND QUALITY OF LIFE IN HEALTHY INDIVIDUALS

Abstract: The aim of the study is to compare the chronic effects of 8-week respiratory muscle exercise with deviced and respiratory muscle exercise without device applied to healthy individuals on respiratory functions, functional capacity and quality of life. A total of 30 women aged 55-65 participated in the study voluntarily. Participants were divided into three groups consisting of 10 people: powerbreathe group (PG), triflo group (TG) and pursed lip group (PLG) to do the exercises. Respiratory parameters of the participants were determined by spirometry, functional capacities were determined by the 6-minute walk test (6MWT) and fatigue levels at the end of the 6MWT were determined by the modified borg scale (MBS), and their quality of life was determined by the short form of the SF-36 scale. Participants performed 30 repetitions of respiratory muscle exercise in the morning and evening every day of the week for 8 weeks. Repeated measures two-way ANOVA test was used to examine the results of different protocols, pre- and post-test measurements, and protocol*time interaction effect. As a result of the study, in the intra-group comparison of respiratory parameters, there was a statistically significant difference in favor of the post-test in PG in FVC, PG and TG in FEV₁ and MVV, and PG, TG and PLG in FEV₁/FVC% (p<0.05), no difference was observed in the comparison of these parameters between groups. While there was a statistically significant difference in favor of the posttest in PG and PLG of 6MWT and MBS (p<0.05), when comparing these parameters between groups, it was determined that PG provided a higher improvement than the other groups. In the intergroup comparison of the physical role difficulty and emotional role difficulty sub-dimensions of quality of life, it was determined that PG had a statistically significantly higher score than PLG.

Key Words: Respiratory functions, quality of life, powerbreathe, triflo

* Bu çalışma TÜBİTAK 2209-A projesinden üretilmiştir.

† Sorumlu Yazar: Zait Burak Aktuğ, Doçent, E-mail: zaitburak@gmail.com

GİRİŞ

Yaşlanma, diğer sistemlerde olduğu gibi solunum sistemi fonksiyonlarında da değişikliğe neden olmaktadır. Yaşlılarda solunum sistemindeki başlıca değişiklikler, göğüs duvarı kompliyansının kaybı, hipoksemi ve hiperkapniye yanıtın gecikmesi ve solunum kas kuvvetinin azalması şeklinde sıralanabilir (Lalley, 2013; Lowery ve ark., 2013). Yaşın ilerlemesiyle birlikte solunum kası kuvvetindeki bu azalmalar fiziksel performansı etkileyerek egzersiz performansında düşüş, günlük yaşam aktivitelerini gerçekleştirme yeteneğinde azalma (Polese ve ark., 2013), yaşam kalitesinde düşme (Kostka, 2007; Buchman ve ark., 2009) ve hastalığa karşı daha savunmasız hale gelme ile sonuçlanmaktadır (Visser ve Schaap, 2011). Bu nedenle solunum kası kuvvetinin geliştirilmesi önemli olmakla birlikte (Buchman ve ark., 2008) doğru bir egzersiz programı solunum kaslarının enerji metabolizmasını etkileyerek bu parametrelerin verimliliğini artırabilmektedir (Fernández-Lázaro, 2020).

Morfolojik ve fonksiyonel özellikleriyle iskelet kası olarak kabul edilen solunum kasları, belirli bir egzersiz yükü uygulandığında lokomotor kaslar gibi egzersize yanıt vermektedir (Kraemer ve ark., 2002). Uygulanan solunum kası egzersizlerinden sonra solunum kaslarında hipertrofi (Egan ve Zierath, 2013; Gibala ve ark., 2006) ve kuvvet artışı görülmektedir (Enright ve ark., 2006). Lötters ve ark., (2002) solunum kası egzersizlerinin solunum kas gücünü ve solunum kas dayanıklılığını önemli ölçüde artırdığını, dinlenimde ve egzersiz sırasında nefes darlığı hissini azalttığını, fonksiyonel egzersiz kapasitesini geliştirdiğini bildirmiştir. Ayrıca birçok çalışma solunum kaslarını çalıştırmanın egzersiz performansı için etkili bir ergojenik yardım gibi görüldüğünü belirtmiştir (Illi ve ark., 2012; HajGhanbari ve ark., 2013). Solunum kası egzersizleri genellikle astım, kronik obstrüktif akciğer hastalığı ve hava akımı kısıtlaması olan kişileri tedavi etmek için kullanılırken (Aktuğ ve ark., 2023; Beckerman ve ark., 2005; Weiner ve ark., 2004), son zamanlarda spor bilimciler sporcuların akut veya kronik değişikliklerini belirlemek için bu egzersiz yöntemini incelemektedir (Aktuğ ve ark., 2022a; Aktuğ ve ark., 2022b; Bağırın ve ark., 2019; İbiş ve ark., 2022; Krauspenhar Merola ve ark., 2019; Richard ve Billaut, 2019; Yılmaz ve Özdal, 2019).

Literatürde solunum kaslarının kuvvetlendirilmesinde kişinin direnci kendi kendine ayarladığı ve bu nedenle sabit bir basıncın uygulanmadığı egzersizlere (büyük dudak, diyafragmatik solunumu, triflo vb.) ilaveten, direnç sistemi ile çalışan ve farklı dirençlerde egzersiz imkânı sunabilen aletli solunum kası egzersizleri de bulunmaktadır. Solunum kası egzersiz aletlerinde uygulanan direncin kişiye özgü ayarlanabilmesi ve her uygulama esnasında aynı direnç ile karşılaşılması bu aletlerin avantajları olarak belirtilmiştir (Sukatan ve ark., 2022). Literatür incelendiğinde solunum kası egzersizlerinin solunum sistemi ile ilgili rahatsızlıkları olan kişilerde (Beckerman ve ark., 2005; Weiner ve ark., 2004) ve sportif performansı artırmak için sporcular üzerinde çalışıldığı görülmektedir (Bağırın ve ark., 2019; Cheng ve ark., 2013; Krauspenhar Merola ve ark., 2019; Richard ve Billaut, 2019; Yılmaz ve Özdal, 2019). Ayrıca bu çalışmaların bir kısmında aletsiz olarak yapılan ve hangi iş yükünde çalışıldığı belli olmayan solunum kası egzersizleri kullanılmıştır. Çalışmamızda ise hem aletli ve aletsiz solunum kası egzersizlerinin karşılaştırılması hem de katılımcıların sağlıklı sedanter kişilerden oluşması çalışmamızın özgün yönünü oluşturmaktadır.

Bu düşünceler ile yapılan çalışmanın hipotezi “sağlıklı bireylere uygulanan 8 haftalık aletli solunum kası egzersizi aletsiz solunum kası egzersizine göre solunum fonksiyonlarını, fonksiyonel kapasiteyi ve yaşam kalitesini daha çok geliştirir” şeklinde belirlenmiştir.

YÖNTEM

Araştırma Grubu

Çalışmaya solunum fonksiyonları ile ilgili herhangi bir problemi bulunmayan 55-65 yaş aralığında 30 kadın gönüllü katılmıştır. Çalışmaya katılım gönüllülük esasına göre yapılmış ve katılımcıların 8 hafta sürecek olan solunum kası egzersiz programını tamamlamaları sağlanmıştır. Katılımcıların demografik özellikleri Tablo 1’de verilmiştir. Çalışma için Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulundan 29.08.2023 tarih ve 2023/46 karar nolu etik kurul raporu alınmıştır. Ölçümler öncesi katılımcılara çalışma ile ilgili ayrıntılı bir sunum yapılmış ve bilgilendirilmiş gönüllü olur formu imzalatılmıştır. Bu çalışma Helsinki Deklarasyonu Prensipleri’ne uygun olarak gerçekleştirilmiştir.

Tablo1. Katılımcıların Demografik Değişkenleri

	Powerbreathe	Triflo	Büzük dudak
	$\bar{X}\pm Sd$	$\bar{X}\pm Sd$	$\bar{X}\pm Sd$
Yaş (yıl)	52.50±11.98	58.10±9.23	58.00±9.23
Boy (cm)	16.60±8.48	155.80±5.75	164.10±11.74
Vücut ağırlığı (kg)	77.10±17.55	75.70±8.42	72.70±9.67
VKİ (kg/m ²)	30.01±7.77	31.16±2.76	27.45±6.03

Araştırmanın Tasarımı

Çalışmada katılımcılar random yöntem ile triflo solunum kası egzersiz grubu (TG, [n=10]), büyük dudak solunum kası egzersiz grubu (BDG, [n=10]) ve aletli solunum kası egzersiz grubu (PG, [n=10]) olarak ayrılmıştır. Birinci adım olarak bütün grupların solunum parametreleri spirometre ile, fonksiyonel kapasiteleri 6 dakika yürüme testi (6DYT) ile, yaşam kaliteleri SF-36 ölçeğinin kısa formu ile belirlenmiştir. Fonksiyonel kapasiteyi belirlemek için kullanılan 6DYT’i sonunda algılanan dispne modifiye borg skalası ile değerlendirilmiştir. Uygulanan testler çalışma başlangıcında ve 8. hafta sonunda olmak üzere toplam iki kez uygulanmış ve katılımcıların gelişim takibi sağlanmıştır.

Veri Toplama Araçları

Maksimal İspirasyon Basıncı (MIP) Ölçümü: Aletli solunum kası egzersizine başlamadan önce egzersiz yükünü belirlemek amacıyla Powerbreathe K5 solunum cihazı ile MIP ölçümü yapılmıştır (Powerbreathe inspiratory muscle trainer, Ironman K5, HaB Ltd.,UK). Cihaza katılımcıların cinsiyet, yaş, boy ve vücut ağırlığı bilgileri girildikten sonra S-Index (kuvvet indeksi) üzerinden 30 ventilasyon uygulanmıştır. Ölçüm iki deneme yaptırılmış ve en iyi değer kaydedilmiştir. Katılımcıların MIP (cmH₂O) değerleri belirlendikten sonra bu değerlerin %40’ı hesaplanarak egzersiz yükleri ayarlanmıştır.

Akciğer Hacim ve Kapasitelerinin Belirlenmesi: Yapılacak akciğer hacim ve kapasite ölçümleri çalışma başlangıcında ve 8. hafta sonunda olmak üzere toplam iki kez uygulanmıştır. Akciğer hacim ve kapasitesini ölçmek için MIR marka Spirolab model spirometre cihazı kullanılmıştır. Ölçüm, katılımcı en az beş dakika dinlenik durumdayken burnuna klips takılarak ve hava kaçağı olmayacak şekilde cihaz ağızlığı dudaklar arasına yerleştirilerek yapılmıştır. Testin güvenilirliğini artırmak için test iki kez uygulanmış olup, en iyi değer çalışmaya dahil edilmiştir. Çalışmada akciğer hacim ve kapasitelerinden birinci saniyedeki zorlu ekspirasyon hacmi (FEV₁), zorlu vital kapasite (FVC), zorlu ekspirasyon oranı (FEV₁/FVC%), zirve ekspirasyon akım hızı (PEF), maksimum istemli ventilasyon (MVV) ve maksimal inspirasyon basıncı (MIP) parametreleri kullanılmıştır.

6 Dakika Yürüme Testi (6DYT): Fonksiyonel kapasiteyi yansıtan 6DYT'i katılımcıların 30 m'lik bir mesafeyi verilen zaman içerisinde koşmadan veya sıçramadan mümkün olduğunca en yüksek hızda yürümeleri şeklinde belirlenmiştir. Katılımcılara 60 sn'de bir test süresi ile ilgili bilgi verilmiş ve test katılımcının yürümesi ile başlatılmıştır. Katılımcılara test sırasında konuşmalarını ile ilgili bilgi verilerek, herhangi bir sağlık problemi yaşamaları durumunda testi bırakabilecekleri söylenmiştir. Süre bittiğinde katılımcıların toplam kat ettiği mesafe m cinsinden kaydedilmiştir (ATS, 2002).

Modifiye Borg Skalası: 1970 yılında Borg tarafından geliştirilen Modifiye Borg Skalası (MBS) genellikle dispne şiddetini değerlendirme amacı ile kullanılmaktadır. MBS'ı dispne şiddetini belirten 10 puandan oluşmaktadır. 0 puan dispne ve yorgunluk şiddeti yok, 10 puan ise en yüksek dispne ve yorgunluğu tanımlamaktadır (Borg, 1982). MBS'ı çalışmanın başlangıcında ve 8. hafta sonunda yapılan 6DYT'inin hemen sonrasında belirlenmiştir.

Yaşam Kalitesi Ölçeği (SF-36 Kısa Formu): Çalışmada 1987 yılında Ware tarafından geliştirilen ve ülkemizde geçerlilik ve güvenilirlik çalışması 1999 yılında Koçyiğit ve ark., tarafından yapılmış olan SF-36 ölçeği kullanılmıştır. Ölçek fiziksel fonksiyon, fiziksel rol güçlüğü, emosyonel rol güçlüğü, enerji/canlılık/vitalite, ruhsal sağlık, sosyal işlevsellik, ağrı, genel sağlık algısı olmak üzere 8 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin soruları 0-100 arasında değişiklik gösterirken, her bir alt boyut ayrı puanlanmakta ve toplam skor bulunmamaktadır. Ölçekte puan artması sağlık durumunun iyi olduğu anlamına gelmektedir (Ware, 1993). SF-36 Kısa Formu çalışmanın başlangıcında ve 8. hafta sonunda olmak üzere toplam iki kez uygulanmıştır.

Solunum Kası Egzersizleri

Aletli Solunum Kası Egzersizi: Katılımcıların solunum egzersiz aletindeki basınç yükünü belirlemek için MIP solunum cihazı kullanılmıştır. Bu ölçüm çalışmanın başlangıcında ve 8. hafta sonunda olmak üzere toplam iki kez uygulanmış ve katılımcıların gelişim takibi sağlanmıştır. Yapılan ölçümler sonrasında her kişiye belirlenen MIP'in %40'ı ile egzersiz yükü bireye özgü olarak ayarlanmış Powerbreathe Classic solunum egzersiz aleti verilmiştir. Çalışmada 10-98 cmH₂O arası değişen yük ayar aralığı olan ve basıncı aşamalı olarak ayarlanabilen bir mekanizmaya sahip Powerbreathe solunum egzersiz aletinin Classic (yeşil) modeli kullanılmıştır. Literatürde solunum kası egzersizlerinde en uygun egzersiz yükünün MIP'in %40'ı olarak belirtildiğinden, çalışmamızda da katılımcıların solunum kası egzersiz yükleri MIP'in %40 olarak uygulanmıştır. Aletli solunum kası egzersiz grubu bu egzersiz aleti ile haftanın her gününde sabah-akşam olmak üzere iki kez 30 tekrar solunum kası egzersizi gerçekleştirmiştir (Bostancı ve ark., 2019; Cheng ve ark., 2013).

Triflo Solunum Kası Egzersizi: Triflo solunum egzersiz aleti kanallar arasında bulunan topların solunum ile hareket ettirilmesi prensibi ile çalışmaktadır. Aletin tekli, ikili, üçlü ve dörtlü topları bulunan modelleri mevcut olup, çalışmamızda üçlü top modeli kullanılmıştır. Triflo da hem ekspirasyon hem de inspirasyon yaparak çalışılabilmektedir. Çalışmamızda aletli solunum kası egzersizinde inspirasyon yapılarak egzersiz uygulandığından, yapılan solunum kası egzersizlerindeki standardı sağlamak için triflo ters olarak tutulmuş ve inspirasyon yaparak solunum egzersizi uygulanmıştır.

Katılımcı aleti hava kaçağı oluşmayacak şekilde dudakları arasına yerleştirmiş ve ağızlıktan içeriye doğru havayı çekmiştir. Amaç önce birinci top sonra diğer topları sırayla yükseltmek ve beş saniye kadar topların havada kalmasını sağlamaktır. Triflo kullanımının tekrar ve set sayıları ile ilgili literatürde yeterli kanıt bulunmamaktadır. Triflo kullanılan çalışmalar

genellikle postoperatif hastalar üzerinde olup, bu yayınlarda genellikle kullanım şekli (tekrar ve set sayısı) ile ilgili bilgi bulunmamaktadır. Çalışmamızda benzer yüklerin etkilerini karşılaştırabilmek için aletli solunum kası egzersiz grubu ile aynı set ve tekrarlar (haftanın her gününde sabah-akşam olmak üzere iki kez 30 tekrar) triflo solunum kası egzersiz grubunda da uygulanmıştır.

Büyük Dudak Solunum Kası Egzersizi: Katılımcılar büyük dudak egzersizini rahat bir pozisyonda otururken, burundan yaklaşık iki saniyede aldığı nefesi dudaklarını büzerek kontrollü şekilde yaklaşık dört saniyede geri vermesi şeklinde uygulamıştır. Katılımcılara hareketin uygulaması, verilen nefesin bir mum alevini söndürmeyecek şekilde olması şeklinde tarif edilmiştir. Büyük dudak solunum kası egzersizi de çalışmamızda kullanılan diğer solunum kası egzersizleri gibi katılımcılar tarafından sabah-akşam 30 tekrardan haftanın her günü gerçekleştirilmiştir.

Verilerin Analizi

Veriler SPSS 24 programında analiz edilmiştir. Bu çalışmada, nicel değişkenlerin normal dağılım varsayımı görsel (histogram ve olasılık grafikleri) ve analitik (Shapiro-Wilk Testi) yöntemlerle incelenmiştir. Nicel değişkenler normal dağılım gösterdikleri için ortalama ve standart sapma olarak ifade edilmiştir. Farklı protokollerin (PG, TG, BDG) sonuçlarını, ön ve son test ölçümlerini ve protokol*zaman etkileşim etkisini incelemek için, Tekrarlanan ölçümlerde iki yönlü ANOVA testi kullanılmıştır. Varyansların homojenliğini test etmek için Mauchly küresellik testi kullanılmış ve gerektiğinde Greenhouse-Geisser düzeltmesi uygulanmıştır. Gruplar arasındaki etkinin büyüklüğü için kısmi eta kareler (η^2) hesaplanmış ve çalışmada anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ kabul edilmiştir.

BULGULAR

Tablo 2. Akciğer Hacim ve Kapasitelerinin Grup İçi ve Gruplar Arası Karşılaştırması

n=30	Ön	Son	Δ	%	Tekrarlanan Ölçümlerde İki Yönlü ANOVA		
Değişken	$\bar{x} \pm SS$	$\bar{x} \pm SS$	$T_B - T_{son}$	$T_B - T_{son}$	Zaman	Grup	Zaman*Grup
FVC (lt)							
PG	3.07±.89	3.42±.98*	0.35±.09	11.40	F = 8.60	F = 1.77	F = 2.68
TG	2.60±.42	2.82±.51	0.22±.09	8.46	$p < 0.007$	$p < 0.188$	$p < 0.87$
BDG	2.84±.46	2.83±.58	0.01±.12	0.35	$\eta^2 = .24$	$\eta^2 = .11$	$\eta^2 = .16$
FEV ₁ (lt/sn)							
PG	2.58±.85	2.79±.77*	0.21±.08	8.13	F = 11.88	F = 2.08	F = 1.23
TG	2.05±.32	2.30±.48*	0.25±.16	12.19	$p < 0.002$	$p < 0.144$	$p < 0.306$
BDG	2.31±.46	2.38±.39	0.07±.07	3.03	$\eta^2 = .30$	$\eta^2 = .13$	$\eta^2 = .08$
FEV ₁ /FVC%							
PG	77.83±6.67	82.16±3.81*	4.33±.2.86	5.56	F = 24.65	F = .14	F = .25
TG	78.76±7.12	83.11±6.35*	4.35±.0.77	5.52	$p < 0.000$	$p < 0.863$	$p < 0.778$
BDG	78.68±8.33	84.49±9.08*	5.81±.0.75	7.38	$\eta^2 = .47$	$\eta^2 = .01$	$\eta^2 = .01$
PEF (lt/sn)							
PG	5.42±2.76	6.24±2.86*	0.82±.10	15.12	F = 14.54	F = 1.74	F = .05
TG	3.84±1.04	4.78±.96*	0.94±.08	24.47	$p < 0.001$	$p < 0.194$	$p < 0.945$
BDG	4.74±1.55	5.75±1.63*	1.01±.08	21.30	$\eta^2 = .35$	$\eta^2 = .11$	$\eta^2 = .00$
MVV (lt/dk)							
PG	89.26±28.54	94.98±29.72*	5.72±.1.18	6.40	F = 4.62	F = 1.47	F = .94
TG	73.38±13.54	80.19±16.92*	6.81±.3.38	9.28	$p < 0.041$	$p < 0.246$	$p < 0.401$
BDG	82.17±15.41	82.64±14.96	0.47±.45	0.57	$\eta^2 = .14$	$\eta^2 = .09$	$\eta^2 = .06$
MIP (cmH ₂ O)							
PG	44.29±18.30	53.25±19.57*	8.96±.1.27	20.23	F = 91.21	F = .56	F = 4.54
TG	39.64±7.18	44.25±7.16*	4.61±.02	11.62	$p < 0.000$	$p < 0.576$	$p < 0.020$
BDG	42.90±15.64	47.94±14.05*	5.04±.1.59	11.74	$\eta^2 = .77$	$\eta^2 = .04$	$\eta^2 = .25$

Δ = Değişim; Ön= Müdahale öncesi; Son= Müdahale sonrası; η^2 : Kısmi eta kare; * Ön test ile son test arasında $p < 0.05$ düzeyinde anlamlı farkı gösterir. PG = Powerbreathe grubu; TG = Triflo grubu; BDG = Büyük dudak grubu

Tablo 2 incelendiğinde, FVC (F=8.60; p=0.007, eta=.24), parametresinde PG’de ön testten son teste istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur, TG ve BDG’de ise herhangi bir farka rastlanılmamıştır. Gruplar arası istatistiksel olarak bir fark bulunmamıştır. Grup*zaman etkileşimde istatistiksel olarak fark bulunmamıştır. FEV₁ (F=11.88; p=0.002, eta=.30), MVV (F=4.62; p=0.041, eta=.14) parametresinde PG ve TG ön testten son teste istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur, büzük dudakta ise herhangi bir farka rastlanılmamıştır. Gruplar arası istatistiksel olarak bir fark bulunmamıştır. Grup*zaman etkileşimde istatistiksel olarak fark bulunmamıştır.

FEV₁/FVC% (F=24.65; p=0.000, eta=.47), PEF (F=14.54; p=0.001, eta=.35), MIP (F=91.21; p=0.000, eta=.77) parametrelerinde PG, TG ve BDG ön testten son teste istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur. Gruplar arası istatistiksel olarak bir fark bulunmamıştır. Grup*zaman etkileşimde istatistiksel olarak fark bulunmamıştır.

Tablo 3. Yaşam Kalitesi Ölçeğinin Grup İçi ve Gruplar Arası Karşılaştırılması

n=30	Ön	Son	Δ	%	Tekrarlanan Ölçümlerde İki Yönlü ANOVA			
					Zaman	Grup	Zaman*Grup	Tukey
Değişken	$\bar{x} \pm SS$	$\bar{x} \pm SS$	T _B -T _{son}	T _B -T _{son}				
Fiziksel fonksiyon								
PG	73.00±24.28	80.50±16.74	7.50±7.54	10.27	F = 3.27	F = .72	F = .25	
TG	69.50±8.18	72.00±7.88	2.50±.03	3.59	p < 0.082	p < 0.493	p < 0.777	
BDG	73.30±15.39	79.00±6.58	5.70±8.81	7.77	η _p ² = .10	η _p ² = .05	η _p ² = .01	
Fiziksel rol güclüğü								
PG	72.50±36.22	75.00±31.18	2.50±5.04	3.44	F = 2.04	F = 11.60	F = .88	
TG	42.50±22.16	47.50±21.88	3.00±.28	11.76	p < 0.165	p < 0.000	p < 0.426	PG>
BDG	40.00±21.08	45.00±22.97	5.00±1.89	12.50	η _p ² = .07	η _p ² = .46	η _p ² = .06	BDG
Emasyonel rol güclüğü								
PG	53.33±35.83	73.33±14.05*	20.00±21.78	37.50	F = 10.44	F = 2.06	F = .25	
TG	36.66±29.18	60.00±14.05*	23.34±15.13	63.66	p < 0.003	p < 0.146	p < 0.778	PG>
BDG	36.66±36.68	49.99±28.32	13.33±8.36	36.36	η _p ² = .27	η _p ² = .13	η _p ² = .01	BDG
Enerji / canlılık / vitalite								
PG	66.50±26.25	58.00±25.29	8.50±0.96	-12.78	F = .00	F = 3.08	F = .98	
TG	41.00±25.79	50.50±10.12	9.50±15.67	23.17	p < 0.925	p < 0.062	p < 0.386	
BDG	43.00±24.74	43.50±24.38	0.50±0.36	1.16	η _p ² = .00	η _p ² = .18	η _p ² = .06	
Ruhsal sağlık								
PG	80.00±18.37	86.00±7.11	6.00±11.26	7.5	F = .29	F = .65	F = 3.02	
TG	71.20±24.78	80.80±16.08	9.60±8.07	13.48	p < 0.594	p < 0.526	p < 0.065	
BDG	84.00±16.11	74.00±11.96	10.00±4.15	-11.90	η _p ² = .01	η _p ² = .04	η _p ² = .18	
Sosyal işlevsellik								
PG	70.00±27.76	85.00±22.66	15.00±5.01	21.42	F = 4.20	F = .55	F = .22	
TG	62.50±33.85	75.00±21.24	12.50±12.61	20	p < 0.050	p < 0.583	p < 0.800	
BDG	75.00±32.80	81.25±19.76	6.25±13.04	8.33	η _p ² = .13	η _p ² = .03	η _p ² = .01	
Ağrı								
PG	64.50±29.00	75.75±13.54	11.25±15.46	17.44	F = 9.95	F = 1.12	F = .14	
TG	59.25±28.23	69.75±12.55	10.50±15.68	17.72	p < 0.064	p < 0.034	p < 0.868	
BDG	69.00±23.60	84.25±10.73*	15.25±12.87	22.10	η _p ² = .26	η _p ² = .07	η _p ² = .01	
Genel sağlık algısı								
PG	65.50±26.67	67.50±22.51	2.00±4.16	3.05	F = .43	F = 1.80	F = .04	
TG	52.50±17.83	56.50±9.44	4.00±8.39	7.61	p < 0.517	p < 0.184	p < 0.954	
BDG	60.50±16.23	63.50±13.13	3.00±3.01	4.95	η _p ² = .01	η _p ² = .11	η _p ² = .00	

Δ = Değişim; Ön= Müdahale öncesi; Son= Müdahale sonrası; η_p²: Kısmi eta kare; * Ön test ile son test arasında p<0.05 düzeyinde anlamlı farkı gösterir. PG = Powerbreathe grubu; TG = Triflo grubu; BDG = Büzük dudak grubu

Tablo 3 incelendiğinde, emasyonel rol gücülüğü ($F=10.44$; $p=0.003$, $\eta^2=.27$) parametresinde PG ve TG, ağırlık ($F=9.95$; $p=0.064$, $\eta^2=.26$) BDG’de ön testten son teste istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur. Gruplar arası fark incelendiğinde fiziksel rol gücülüğünde ($F=11.60$; $p=0.000$; $\eta^2=.46$) ve emasyonel rol gücülüğünde ($F=2.06$; $p=0.146$; $\eta^2=.13$) PG’de, BDG’ye göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. Grup*zaman etkileşimde istatistiksel olarak fark bulunmamıştır.

Tablo 4. 6DYT ve MBS Parametrelerinin Grup İçi ve Gruplar Arası Karşılaştırılması

n=30	Ön	Son	Δ	%	Tekrarlanan Ölçümlerde İki Yönlü ANOVA			
Değişken	$\bar{x} \pm SS$	$\bar{x} \pm SS$	$T_B - T_{son}$	$T_B - T_{son}$	Zaman	Grup	Zaman*Grup	Tukey
6 Dakika Yürüme Testi (m)								
PG	351.80±70.80	372.40±70.45*	4.3±2.27	1.22	F = 7.55	F = 5.26	F = .93	PG>
TG	276.00±47.32	287.00±22.76	20.4±26.12	7.39	$p < 0.011$	$p < 0.012$	$p < 0.404$	TG-
BDG	291.60±49.76	309.60±28.73*	18±21.03	6.17	$\eta_p^2 = .21$	$\eta_p^2 = 0.28$	$\eta_p^2 = .06$	BDG
Modifiye Borg Skalası								
PG	11.20±1.98	10.00±1.41*	1.2±0.57	-10.71	F = 11.65	F = 2.78	F = .09	
TG	12.20±1.39	11.30±1.15	0.9±0.24	-7.37	$p < 0.002$	$p < 0.079$	$p < 0.908$	
BDG	11.60±.96	10.40±1.34*	1.2±.38	-10.34	$\eta_p^2 = .30$	$\eta_p^2 = .17$	$\eta_p^2 = .00$	

Δ = Değişim; Ön= Müdahale öncesi; Son= Müdahale sonrası; η_p^2 : Kısmi eta kare; * Ön test ile son test arasında $p < 0.05$ düzeyinde anlamlı farkı gösterir. PG = Powerbreathe grubu; TG = Triflo grubu; BDG = Büzük dudak grubu

Tablo 4 incelendiğinde, 6DYT ($F=7.55$; $p=0.011$, $\eta^2=.21$), MBS ($F=11.65$; $p=0.002$, $\eta^2=.30$) parametrelerinde PG ve BDG’de ön testten son teste istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur, trifloda ise herhangi bir farka rastlanılmamıştır. Gruplar arası fark incelendiğinde 6DYT ($F=5.26$; $p=0.012$; $\eta^2=0.28$) PG’nin, TG ve BDG’ye göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. Grup*zaman etkileşimde istatistiksel olarak fark bulunmamıştır.

TARTIŞMA

Solunum sistemi ile vücuda alınan oksijen miktarı solunum kaslarının kuvvetine bağlıdır. Solunum kaslarının kuvveti ve kapasitesi bireyin günlük aktivitelerini ve yaşam kalitesini etkilemektedir (Watsford ve ark., 2005). 40 yaşından sonra solunum sisteminin fonksiyonlarında yaşa bağlı olarak düşüş görülmekte, yaş arttıkça da solunum kaslarında zayıflık, akciğer dokularının elastikiyetinde azalma, göğüs duvarında sertleşme ve diyaframda düzleşme gibi problemler ortaya çıkmaktadır (Janssens ve ark., 1999). Solunum sistemi ve kaslarından kaynaklanan bu gibi olumsuzluk düzenli yapılan solunum kası egzersizler ile azaltılabilmektedir (Verges ve ark., 2007). Solunum kaslarına uygulanan egzersizlerin temeli, solunum fonksiyonlarının iyileştirilmesi, dispne algısının azaltılabilmesi, fiziksel aktivitelere ve günlük işlere toleransın artırılmasına dayanmaktadır (Culver ve ark., 2017; Siafakas ve ark., 1995). Ayrıca bu egzersizler diyaframın doğru kullanılması, hareket halindeyken etkin ve rahat bir şekilde solunumun gerçekleşmesi, büzüşmüş olan akciğer ve alveolleri genişlemesi, anksiyete gibi strese bağlı rahatsızlıkların önüne geçmesi amacıyla da yapılmaktadır (Cazzola ve ark., 2007).

Yapılan çalışmada solunum parametrelerinde gruplar arası fark belirlenmediğinden “sağlıklı bireylere uygulanan 8 haftalık aletli solunum kası egzersizi aletsiz solunum kası egzersizlerine göre solunum fonksiyonlarını daha çok geliştirir” hipotezi doğrulanmamıştır. Fakat tablo 2 incelendiğinde powerbreathe grubunun bütün solunum fonksiyon parametrelerinde son test lehine gelişme görülürken, triflo grubunda FEV₁, FEV₁/FVC%, PEF, MVV ve MIP parametrelerinde, büzük dudak grubunda ise FEV₁/FVC%, PEF, MIP parametrelerinde son test lehine gelişme tespit edilmiştir.

Literatürdeki benzer bir çalışmada aletli solunum kası egzersizi ve aletsiz (büyük dudak) olarak yapılan solunum kası egzersizlerinin sağlıklı genç erkek bireylerde akciğer hacim ve kapasitelerine kronik etkisi incelenmiştir. Çalışma sonucunda aletli solunum kası egzersizi yapan grupta solunum kası güç ve basınç parametreleri artarken, aletsiz solunum kası egzersiz grubunda ise FEV₁, MVV, FEF25-75, FEF50 ve FEF75 parametrelerinde azalma olduğu söylenmiştir (Şerifoğlu ve ark., 2021). Minoguchi ve ark., (2002) yaptıkları çalışmada kronik obstrüktif akciğer hastalığı (KOAH) olan hastalarda solunum kaslarına yönelik germe egzersizleri ile aletli solunum kası egzersizlerinin karşılaştırılması amaçlanmıştır. Katılımcılar germe egzersizleri yapan grup ile solunum kası egzersizi yapan grup olarak ikiye ayrılmıştır. Germe egzersizleri yapan grup 4 hafta boyunca her gün ve günde 3 kez, solunum kası egzersizi yapan grup ise 4 hafta boyunca her gün ve günde 2 kez 10’ar dk solunum kası egzersizi yapmışlardır. Sonuç olarak her iki grupta da akciğer hacim ve kapasitelerinde anlamlı değişiklik olmadığı söylenmiştir. Başka bir çalışmada Pehlivan ve ark., (2018) akciğer nakli yapılacak olan hastaları nakil öncesi iki gruba ayırmış, 3 ay boyunca haftada 2 gün birinci gruba pulmoner rehabilitasyon ve solunum kası egzersizi ikinci gruba ise sadece pulmoner rehabilitasyon uygulamıştır. Sonuç olarak, ekstra solunum kası egzersizi uygulayan grubun solunum fonksiyonlarında daha fazla artış meydana geldiği belirlenmiştir.

Çalışma sonucunda solunum parametrelerinde gruplar arasında anlamlı bir fark belirlenmesi de aletli solunum kası egzersiz grubunda solunum parametrelerinin hepsinde istatistiksel olarak bir artış olması, diğer gruplara göre daha etkili bir sonuç oluşturduğu kanaatini oluşturmaktadır. Bu durum aletli solunum kası egzersizi öncesinde katılımcıların MIP değerlerinin belirlenmesi ve belirlenen bu değer ile solunum kası egzersizlerinin yüklenme yüzdelerinin kişiye özel ayarlanmasından kaynaklanabilir. Triflo grubunda FEV₁, FEV₁/FVC%, PEF, MVV ve MIP parametrelerinde, büyük dudak grubunda ise FEV₁/FVC, PEF, MIP gelişme tespit edilmiştir. Hem triflo hem de büyük dudak solunum kası egzersizlerinde belirli bir basınç uygulaması olmasa da triflo uygulamasında topların havaya kaldırılması ve havada belirli süre tutulması ekstra bir motivasyonla egzersizin daha doğru yapılmasını sağlayarak büyük dudak egzersizine göre daha iyi bir gelişim sağlamış olabilir.

Yapılan çalışmada “sağlıklı bireylere uygulanan 8 haftalık aletli solunum kası egzersizi aletsiz solunum kası egzersizine göre fonksiyonel kapasiteyi daha çok geliştirir” hipotezi doğrulanmıştır. 2015 yılında yapılan randomize kontrollü bir çalışmada, hafif ile çok şiddetli KOAH hastalarında 8 haftalık ev bazlı solunum kası egzersiz programının, 6DYM ile ölçülen fonksiyonel kapasiteyi artırabildiğini belirtmiştir (Bavarsad ve ark., 2015). Gosselink ve ark., (2011), 32 çalışmayı değerlendirdiği bir meta-analizde solunum kası egzersizi sonrası KOAH hastalarında 6DYM ile yapılan fonksiyonel kapasite değerlendirilmesinde ve yaşam kalitesinde iyileşmeler meydana geldiği belirtilmiştir. Benzer bir çalışmada pulmoner arteriyel hipertansiyon hastalarına uygulanan egzersiz ve solunum eğitiminin solunum kas gücü ve 6 dakikalık yürüme mesafesi (6DYM) etkisi incelenmiş olup, çalışma sonucunda uygulanan egzersizlerin hem solunum kası gücünü hem de 6 DYM’ni artırdığı belirlenmiştir (Kabitz ve ark., 2014). Literatürde solunum kası egzersizlerinin fonksiyonel kapasitesi üzerine olumlu etkilerinin olduğunu gösteren farklı çalışmalar da bulunmaktadır (Bavarsad ve ark., 2015; Geddes ve ark., 2008).

Yapılan çalışmada “sağlıklı bireylere uygulanan 8 haftalık aletli solunum kası egzersizi aletsiz solunum kası egzersizine göre yaşam kalitesini daha çok geliştirir” hipotezi emasyonel rol güçlüğü ve fiziksel rol güçlüğü alt boyutlarında doğrulanırken, diğer alt boyutlarda doğrulanmamıştır.

Yapılan bir çalışmada 8 hafta boyunca haftada 3 seans uygulanan diyafragmatik solunum kası egzersizlerinin 45 sağlıklı genç bireylerin uyku kalitesi, depresyon, anksiyete ve yaşam kalitelerinde iyileşme sağladığı belirtilmiştir (Çakar ve ark., 2018). Başka bir çalışmada KOAH tanısı ile hastanede yatan 60 hastaya uygulanan derin solunum öksürük ve uyku hijyeni egzersizlerinin uyku ve yaşam kalitesi üzerine olumlu etkisi olduğu söylenmektedir (Menekşe, 2018). Benzer bir çalışmada 65 yaş üzeri 51 birey egzersiz grubu ve kontrol grubu olarak iki gruba ayrılmış olup, egzersiz grubundaki katılımcılara 3 ay boyunca haftada 3 gün 30 dk solunum kası egzersizleri (derin solunum egzersizi, büzük dudak solunum kası egzersizi ve öksürük egzersizi) uygulanmıştır. Çalışma sonucunda solunum kası egzersizi yapan grubun uyku kalitesi artmış ve kan basıncında düşüş olduğu söylenmiştir (Erdal, 2020). Yukarıda belirtilen çalışmalarda farklı solunum kası egzersizlerinin yaşam kalitesini geliştirmede etkili olduğu belirtilmiştir. Literatürde solunum kası egzersizlerinin yaşam kalitesi üzerindeki etkilerinin küçük ancak başlangıç seviyesine göre daha yüksek olduğu bunun da daha uzun bir egzersiz süresi (örneğin 6 ay veya 1 yıl) ile değerlendirilmesi gerektiği söylenmiştir (Hoffman ve ark., 2021). Bu nedenle çalışmamızda da 8 haftalık aletli solunum kası egzersizlerinin etkilerinin başladığı fakat tam etkilerinin uzun sürede daha iyi bir şekilde görülebileceği düşünülmektedir. Ayrıca aletsiz solunum kası egzersizleri de uzun süre ile uygulanırsa yaşam kalitesini iyileştirmede etkili olabilir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Sonuç olarak, solunum kası egzersizlerinin gruplar arasında solunum fonksiyonları üzerine istatistiksel olarak bir etkisinin olmaması katılımcı sayısının azlığı (her grupta 10 katılımcı) ile ilişkili olabilir. Çünkü solunum fonksiyonlarının ön test son test skorlarına bakıldığında en etkili yöntem sırası ile aletli solunum kası egzersizi, triflo ve büzük dudak şeklinde sıralanabilir. Aletli solunum kası egzersizinde uygulanan basıncın her tekrarda aynı olması ve basıncın yapılan MIP ölçümü ile kişiye göre ayarlanması bu durumun temel nedeni olabilir. Maliyetleri yüksek olduğundan solunum kası egzersizlerinde kullanılan aletlerin temin edilememesi durumunda triflo ile yapılacak solunum kası egzersizlerinin kullanılması tavsiye edilebilir. Uygulanan solunum kası egzersizlerinin fiziksel egzersizler ile kombine edilmesinin yaşam kalitesi, fonksiyonel kapasite ve solunum parametreleri üzerine daha etkili sonuçlar ortaya çıkarabileceği düşünülmektedir. Yapılacak olan sonraki çalışmalarda daha fazla katılımcı ile çalışılması ve fiziksel bir egzersizin çalışma programına eklenmesi önerilebilir.

KAYNAKLAR

Aktuğ, Z. B., Kurt, S., Pişkin, E. P., Yavuz, G., İbiş, S. (2022a). Effect of inspiratory muscle training with the device on respiratory. *Mediterranean Journal of Sport Science*, 5(3), 571-581. doi:10.38021/asbid.1153587

Aktuğ, Z. B., Yavuz, G., Pişkin, N. E., Aka, H., İbiş, S. (2022b). Acute effect of different respiratory muscle exercises on maximal oxygen consumption and lung functions. *Turkish Journal of Sports Medicine*. 57(2), 79-85. doi:10.47447/tjism.0632

ATS Committee on Proficiency Standards for Clinical Pulmonary Function Laboratories. (2002). ATS statement: guidelines for the six-minute walk test. *American Journal of Respiratory and Critical Care Medicine*, 166(1), 111-117. doi:10.1164/ajrccm.166.1.at1102

Bağiran, Y., Dağlıoğlu, Ö., Bostancı, Ö. (2019). The effect of respiratory muscle training on aerobic power and respiratory parameters in swimmers. *International Journal of Sports Exercise & Training Sciences*, 5(4), 214-220. doi:10.18826/useeabd.647449

- Bavarsad, M. B., Shariati, A., Eidani, E., Latifi, M. (2015). The effect of home-based inspiratory muscle training on exercise capacity, exertional dyspnea and pulmonary function in copd patients. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 20, 613-618. doi:10.4103/1735-9066.164588
- Beckerman, M., Magadle, R., Weiner, M., Weiner, P. (2005). The effects of 1 year of specific inspiratory muscle training in patients with COPD. *Chest*, 128(5), 3177-3182. doi:10.1378/chest.128.5.3177
- Borg, G. A. (1982). Psychophysical bases of perceived exertion. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 14(5), 377-381.
- Bostancı, Ö., Mayda, H., Yılmaz, C., Kabadayı, M., Yılmaz, A. K., Özdal, M. (2019). Inspiratory muscle training improves pulmonary functions and respiratory muscle strength in healthy male smokers. *Respiratory Physiology & Neurobiology*, 264, 28-32. doi:10.1016/j.resp.2019.04.001
- Buchman, A. S., Boyle, P. A., Leurgans, S. E., Evans, D. A., Bennett, D. A. (2009). Pulmonary function, muscle strength, and incident mobility disability in elders. *Proceedings of The American Thoracic Society*, 6(7), 581-587. doi:10.1513/pats.200905-030RM
- Buchman, A. S., Boyle, P. A., Wilson, R. S., Gu, L., Bienias, J. L., Bennett, D. A. (2008). Pulmonary function, muscle strength and mortality in old age. *Mechanisms of Ageing and Development*, 129(11), 625-631. doi:10.1016/j.mad.2008.07.003
- Cazzola, M., Donner, C.F., Hanaia, N.A. (2007) One hundred years of chronic obstructive pulmonary disease (COPD). *Respiratory Medicine*, 101(6), 1049-1065. doi:10.1016/j.rmed.2007.01.015
- Cheng, C. F., Tong, T. K., Kuo, Y. C., Chen, P. H., Huang, H. W., Lee, C. L. (2013). Inspiratory muscle warm-up attenuates muscle deoxygenation during cycling exercise in women athletes. *Respiratory Physiology & Neurobiology*, 186(3), 296-302. doi:10.1016/j.resp.2013.02.029
- Culver, B. H., Graham, B. L., Coates, A. L., Wange, J., Berry, C. E., Clarke, P. K. (2017). Recommendations for a standardized pulmonary function report. An official American thoracic society technical statement. *American Journal of Respiratory Critical Care Medicine*, 196(11), 1463-1472. doi:10.1164/rccm.201710-1981ST
- Çakar, F., Şimşek, H., Sever, A. (2018). Gençlerde diyafragmatik solunum egzersizinin bazı mental ve fiziksel sağlık düzeylerine etkisi. *Türk Doğa ve Fen Dergisi*, 7(2), 42-47.
- Egan, B., Zierath, J. R. (2013). Exercise metabolism and the molecular regulation of skeletal muscle adaptation. *Cell Metabolism*, 17(2), 162-184. doi:10.1016/j.cmet.2012.12.012
- Enright, S. J., Unnithan, V. B., Heward, C., Withnall, L., & Davies, D. H. (2006). Effect of high-intensity inspiratory muscle training on lung volumes, diaphragm thickness, and exercise capacity in subjects who are healthy. *Physical Therapy*, 86(3), 345-354. doi:10.1093/ptj/86.3.345
- Erdal, A. (2020). *Yaşlılarda solunum egzersizinin bazı fizyolojik parametreler, uyku kalitesi ve zindelik üzerine etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hemşirelik Anabilim Dalı, Ankara.
- Fernández-Lázaro, D. (2020). *Ergogenic strategies for optimizing performance and health in regular physical activity participants: evaluation of the efficacy of compressive cryotherapy, exposure to intermittent hypoxia at rest and sectorized training of the inspiratory muscles*. Doctoral thesis, Faculty of Health Sciences, University of León, Spain.
- Geddes, E. L., O'Brien, K., Reid, W. D., Brooks, D., Crowe, J. (2008). Inspiratory muscle training in adults with chronic obstructive pulmonary disease: An update of a systematic review. *Respiratory Medicine*, 102, 1715-1729. doi:10.1016/j.rmed.2008.07.005
- Gibala, M. J., Little, J. P., Van Essen, M., Wilkin, G. P., Burgomaster, K. A., Safdar, A., Tarnopolsky, M. A., (2006). Short-term sprint interval versus traditional endurance training: similar initial adaptations in human skeletal muscle and exercise performance. *Journal of Physiology*, 575, 901-911. doi:10.1113/jphysiol.2006.112094

- Gosselink, R., De Vos, J., Van Den Heuvel, S. P., Segers, J., Decramer, M., Kwakkel, G. (2011). Impact of inspiratory muscle training in patients with COPD: what is the evidence?. *European Respiratory Journal*, 37(2), 416-425. doi:10.1183/09031936.00031810
- HajGhanbari, B., Yamabayashi, C., Buna, T. R., Coelho, J. D., Freedman, K. D., Morton, T. A., Palmer, S. A., Toy, M. A., Walsh, C., Sheel, A. W., Reid, W. D. (2013). Effects of respiratory muscle training on performance in athletes: a systematic review with meta-analyses. *The Journal of Strength and Conditioning Research*, 27, 1643-1663. doi:10.1519/JSC.0b013e318269f73f
- Hoffman, M., Augusto, V. M., Eduardo, D. S., Silveira, B. M., Lemos, M. D., & Parreira, V. F. (2021). Inspiratory muscle training reduces dyspnea during activities of daily living and improves inspiratory muscle function and quality of life in patients with advanced lung disease. *Physiotherapy Theory and Practice*, 37(8), 895-905. doi:10.1080/09593985.2019.1656314
- Illi, S. K., Held, U., Frank, I., Spengler, C. M. (2012). Effect of respiratory muscle training on exercise performance in healthy individuals: a systematic review and meta-analysis. *Sports Medicine*, 42, 707-724. doi:10.1007/BF03262290
- İbiş, S., Yavuz, G., Kurt, S., Pişkin, N. E., Aktuğ, B. (2022). What is the most important percentage of pressure in inspiratory muscle warm-up exercises for children?. *Mediterranean Journal of Sport Science*, 5(3), 593-603. doi:10.38021/asbid.1153675
- Janssens, J.P., Pache, J.C., Nicod, L.P. (1999). Physiological changes in respiratory function associated with ageing. *European Respiratory Journal*, 13, 197-205. doi:10.1034/j.1399-3003.1999.13a36.x
- Kabitz, H. J., Bremer, H. C., Schwoerer, A., Sonntag, F., Walterspacher, S., Walker, D. J., Ehlken, N., Staehler, G., Windisch, W., Grünig, E. (2014). The combination of exercise and respiratory training improves respiratory muscle function in pulmonary hypertension. *Lung*, 192, 321-328. doi:10.1007/s00408-013-9542-9
- Koçyiğit, H., Aydemir, Ö., Fişek, G., Ölmez, N., Memiş, A. (1999). Kısa Form-36 (KF-36)'nın Türkçe versiyonunun güvenilirliği ve geçerliliği. *İlaç ve Tedavi Dergisi*, 12,102-106.
- Kostka, T. (2007). Independent contribution of overweight/obesity and physical inactivity to lower health-related quality of life in community-dwelling older subjects. *Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie*, 40(1), 43-51. doi:10.1007/s00391-006-0374-6
- Kraemer, W. J., Adams, K., Cafarelli, E., Dudley, G. A., Dooly, C., Feigenbaum, M. S., Fleck, S. J., Franklin, B., Fry, A. C., Hoffman, J. R., Newton, R.U., Potteiger, J., Stone, M.H., Ratamess, N. A., Triplett-McBride, T. (2002). American college of sports medicine position stand. Progression models in resistance training for healthy adults. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 34(2), 364-380. doi:10.1097/00005768-200202000-00027
- Krauspenhar Merola, P., Andrade Zaccani, W., Carvalho Faria, C., Cortozi Berton, D., Verges, S., Franchini, E. (2019). High load inspiratory muscle warm-up has no impact on Special Judo Fitness Test performance. Ido movement for culture. *Journal of Martial Arts Anthropology*, 19(1), 66-74. doi:10.14589/ido.19.1.7
- Lalley, P. M. (2013). The aging respiratory system-pulmonary structure, function and neural control. *Respiratory Physiology & Neurobiology*, 187(3), 199-210. doi:10.1016/j.resp.2013.03.012
- Lötters, F., Van Tol, B., Kwakkel, G., Gosselink, R. (2002). Effects of controlled inspiratory muscle training in patients with COPD: a meta-analysis. *European Respiratory Journal*, 20(3), 570-577. doi:10.1183/09031936.02.00237402
- Lowery, E. M., Brubaker, A. L., Kuhlmann, E., Kovacs, E. J. (2013). The aging lung. *Clinical Interventions in Aging*, 1489-1496. doi:10.2147/CIA.S51152
- Menekşe, B. (2018). *KOAH tanısı almış hastalara verilen uyku hijyeni ve derin solunum-öksürük egzersizleri eğitiminin uyku ve yaşam kalitesine etkisi*. Yüksek Lisans tezi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hemşirelik Anabilim Dalı, Manisa.

- Minoguchi, H., Shibuya, M., Miyagawa, T., Kokubu, F., Yamada, M., Tanaka, H., Aliose, D. M., Adachi, M., Homma, I. (2002). Cross-over comparison between respiratory muscle stretch gymnastics and inspiratory muscle training. *Internal Medicine*, 41(10), 805-812. doi:10.2169/internalmedicine.41.805
- Pehlivan, E., Mutluay, F., Balcı, A., Kılıç, L. (2018). The effects of inspiratory muscle training on exercise capacity, dyspnea and respiratory functions in lung transplantation candidates: a randomized controlled trial. *Clinical Rehabilitation*, 32(10), 1328-1339. doi:10.1177/0269215518777560
- Pişkin, N. E., Kutlu, Z., Yavuz, G., Aktuğ, Z. B., İbiş, S., & Aka, H. (2023). The Effect of DevicedRespiratory Muscle Exercises Applied to Smokers and Non-Smokers on Respiratory Functions. *Journal of Education and Recreation Patterns (JERP)*, 4(1), 87-98. DOI: Doi: <https://doi.org/10.53016/jerp.v4i1.99>
- Polese, J. C., Pinheiro, M. B., Faria, C. D., Britto, R. R., Parreira, V. F., Teixeira-Salmela, L. F. (2013). Strength of the respiratory and lower limb muscles and functional capacity in chronic stroke survivors with diferent physical activity levels. *Brazilian Journal of Physical Therapy*, 17(5), 487-493. doi:10.1590/S1413-35552012005000114
- Richard, P., Billaut, F. (2019). Effects of inspiratory muscle warm-up on locomotor muscle oxygenation in elite speed skaters during 3000 m time trials. *European Journal of Applied Physiology*, 119(1), 191-200. doi:10.1007/s00421-018-4015-8
- Siafakas, N. M., Vermeire, P., Pride, N. B., Paoletti, P., Gibson, J., Howard, P., Yernault, J. C., Decramer, M., Higenbottam, T., Postma, D. S. (1995). Optimal assessment and management of chronic obstructive pulmonary disease (COPD) the european respiratory society task force. *The European Respiratory Journal*, 8(8), 1398-1420. doi:10.1183/09031936.95.08081398
- Sukatan, Z., Aktuğ, Z. B., İbiş, S., Yavuz, G., Pişkin, N. E. (2022). Acute effect of different respiratory muscle warm-up on respiratory parameters. *Journal of Human Sciences*, 19(4), 550-560. doi:10.14687/jhs.v19i4.6318
- Şerifoğlu, H., Çetinkaya, C., Kayatekin, B. M. (2021). Sağlıklı bireylerde yapılan, aletli solunum egzersizleri ile aletsiz solunum egzersizlerinin akciğer hacim ve kapasitelerine etkisinin incelenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 19(1), 127-136. doi:10.33689/spormetre.754566
- Verges, S., Lenherr, O., Haner, A. C., Schulz, C., Spengler, C. M. (2007). Increased fatigue resistance of respiratory muscles during exercise after respiratory muscle endurance training. *American Journal of Physiology-Regulatory, Integrative and Comparative Physiology*, 292(3), 1246-1253. doi:10.1152/ajpregu.00409.2006
- Visser, M., Schaap, L. A. (2011). Consequences of sarcopenia. *Clinics in Geriatric Medicine*, 27(3), 387-399. doi:10.1016/j.cger.2011.03.006
- Ware, J. E. (1993). SF-36 health survey. Manual and interpretation guide. *The Health Institute*, 6-1.
- Watsford, M. L., Murphy, A. J., Pine, M. J., Coutts, A. J. (2005). The effect of habitual exercise on respiratory-muscle function in older adults. *Journal of Aging and Physical Activity*, 13(1), 34-44. doi:10.1123/japa.13.1.34
- Weiner, P., Magadle, R., Beckerman, M., Weiner, M., Berar-Yanay, N. (2004). Maintenance of inspiratory muscle training in COPD patients: one year follow-up. *European Respiratory Journal*, 23(1), 61-65. doi:10.1183/09031936.03.00059503
- Yılmaz, Ö. F., Özdal, M. (2019). Acute, chronic, and combined pulmonary responses to swimming in competitive swimmers. *Respiratory Physiology & Neurobiology*, 259, 129-135. doi:10.1016/j.resp.2018.09.002



SPORMETRE

The Journal of Physical Education and Sport Sciences
Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi

DOI: 10.33689/spormetre.1480804



Geliş Tarihi (Received): 08.05.2024

Kabul Tarihi (Accepted): 25.11.2025

Online Yayın Tarihi (Published): 30.12.2025

TARAF TARLARIN TAKIMLARIYLA ÖZDEŞLEŞME VE TÜKETİM DAVRANIŞI: X VE Y KUŞAĞI BAĞLAMINDA BİR İNCELEME*

Ali Rıza Tekerek^{1†}, Selçuk Gençay²

¹Ankara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Yönetim Bilimleri ABD, ANKARA

²Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, KAHRAMANMARAŞ

Öz: Çalışmada takımla özdeşleşme ve tüketim arasındaki ilişkinin X ve Y kuşağı taraftarların bakış açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma evrenini Kahramanmaraş'taki X ve Y kuşağı taraftarlar olarak belirlenirken; örneklem ise çalışmaya gönüllü katılım sağlayan 186 X ve 206 Y kuşağı taraftar oluşturmıştır. Verilerin toplanmasında "Kişisel Bilgi Formu", "Futbol Taraftarı Tüketim Davranışı Ölçeği" ve "Spor Taraftarı Özdeşleşme Ölçeği" kullanılmıştır. SPSS programı ile analize tabi tutulan veriler normal dağılım göstermediğinden ikili gruplar için Mann Whitney U; ikiden fazla gruplar için Kruskal Wallis H analizleri ve Spearman Korelasyon analizi kullanılmıştır. Çalışma sonucunda cinsiyet, X ve Y kuşağı ve harcanabilecek gelir düzeyi ile özdeşleşme ve tüketim davranışları arasında farkın anlamlı olduğu bulunmuştur. Özdeşleşme ile futbol tüketimi arasında çok yüksek düzeyde pozitif ilişki olduğu saptanmıştır. Ayrıca özdeşleşme ile tüketim ölçeği alt boyutlarından müsabaka tüketimi ve ağızdan ağıza iletişim arasında çok yüksek pozitif ilişki; medya tüketimi ve lisanslı ürün tüketimi arasında ise yüksek düzeyde pozitif ilişki saptanmıştır. Sonuç olarak X kuşağı taraftarların takımlarıyla daha fazla özdeşleştikleri ve bunun sonucu olarak da futbolu daha fazla tükettikleri saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Kuşaklar, özdeşleşme, taraftar, tüketim

FANS IDENTIFICATION WITH THEIR TEAMS AND CONSUMPTION BEHAVIOR: A STUDY IN THE CONTEXT OF GENERATIONS X AND Y

Abstract: The study aimed to examine the relationship between team identification and consumption from the perspective of Generation X and Y fans in Kahramanmaraş. The research universe was determined as Generation X and Y fans in Kahramanmaraş, while the sample consisted of 186 Generation X and 206 Generation Y fans who voluntarily participated in the study. Data were collected using a "Personal Information Form," "Football Fan Consumption Behavior Scale," and "Sports Fan Identification Scale." Since the data analyzed with the SPSS program did not show a normal distribution, the Mann-Whitney U test for two groups, the Kruskal-Wallis H test for more than two groups, and the Spearman Correlation analysis were used. The study found that there was a significant difference in identification and consumption behaviors based on gender, Generation X and Y, and the level of disposable income. A very high positive relationship was detected between identification and football consumption. Additionally, a very high positive relationship was found between identification and the sub-dimensions of the consumption scale, such as match consumption and word-of-mouth communication; whereas, a high positive relationship was observed between media consumption and licensed product consumption. In conclusion, it was determined that Generation X fans identify more with their teams and, as a result, consume football to a greater extent.

Key Words: Consumption, generations, fan, identification

* Bu çalışma Ali Rıza TEKEREK'in Prof. Dr. Selçuk GENÇAY danışmanlığında yürüttüğü yüksek lisans tezinin bir bölümünden oluşturulmuştur.

† Sorumlu Yazar: Ali Rıza TEKEREK, E-mail: rizatekere@gmail.com

GİRİŞ

Futbol, bugün yalnızca bir spor dalı olmanın çok ötesine geçmiş, küresel bir fenomen haline gelmiş ve milyonlarca insanın ortak tutkusu haline dönüşmüştür (Öntürk ve ark., 2019; Ohlander, 2020). Bu yaygın spor, sadece oyun alanında değil, aynı zamanda tüketim alışkanlıklarında da önemli bir rol oynamaktadır. Özellikle Dünya Kupaları gibi uluslararası etkinlikler, farklı ülkelerden insanları bir araya getirerek geniş bir izleyici kitlesi oluşturmuştur (McDonagh, 2017).

Günümüzde futbol, sadece bir takım oyunu olmanın ötesinde, sosyal, politik, kültürel, ekonomik ve hatta diplomatik bir konu haline gelmiştir (Boniface, 1998). Maçlar, toplumları bir araya getirir, duygusal bağları güçlendirir ve milli gururu ateşler. Günümüzde bir spor etkinliği olmanın yanı sıra kültürün ifade edilme biçimi olarak da işlev görmektedir. Bu evrensel oyunun en belirgin özelliklerinden biri de tutkulu taraftarlardır ve bu tutku taraftarların takımlarıyla güçlü bir şekilde özdeşleşmelerine ve tüketim davranışlarının derinden etkilemesine neden olur (Walker ve Kent, 2009). Taraftarlar, takımlarının başarılarıyla gurur duyarlar ve her zaman onlara desteklerini sürdürürler. Bu destek, tüketim alışkanlıklarına da yansır; taraftarlar, takımlarının renklerini taşıyan formalar, atkılar, bereler gibi ürünleri satın alarak hem takımlarını desteklerler hem de kimliklerini ifade ederler. Diğer tüm tüketici gruplarından farklı özellikler taşıyan bu taraftarlar ve onların sadakati, spor yöneticileri ve pazarlamacılar için önemli bir odak noktasıdır (Trail ve ark., 2003). Dolayısıyla, spor tüketicisini neyin motive ettiğini anlamak ve onların kültürel çeşitliliğini ve küresel izleyici kitlesini kavramak, spor endüstrisi için kritik öneme sahiptir (Samra ve Wos, 2014). Taraftarların spor takımlarıyla ve ligue kurdukları ilişki, sporu tüketme ve bunun için uzun mesafeler kat etme kararlarının merkezindedir (Smith ve Stewart, 2007). Bu ilişkiyi güçlendiren faktörlerden biri de taraftarların takımlarıyla güçlü bir şekilde özdeşleşmeleridir (Trail ve ark., 2003).

Taraftarlık ve taraftarların takımlarıyla özdeşleşme düzeyleri, sadakatleri, bağlılıkları ve tüketim davranışları ile ilgili literatür oldukça geniştir. Örneğin; Samra ve Wos (2014), çalışmalarında taraftarları sporu tüketmeye neyin ikna ettiğini sorgulamışlardır. Smith ve Stewart (2014) çalışmalarında taraftarların tüketim davranışlarını ve takımlarının maçlarını izlemek için onları uzun mesafeler kat etmeye iten sebepleri incelemişlerdir. Funk ve ark. (2012) çalışmalarında taraftarların sporu tüketmeye motive eden sebepleri incelemişlerdir. Bee ve Havitz (2010), çalışmalarında taraftarları tüketim, psikolojik bağlılık ve davranışsal sadakat bakımından irdelemişlerdir. Bu alanda ulusal literatürdeki çalışmalara baktığımızda Karatopak (2019) çalışmasında spor yapan futbol taraftarlarının takımlarıyla özdeşleşme düzeyleri ve spor organizasyonu tüketim düzeylerini incelemiştir. Gençay ve Karaküçük (2006), üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmalarında, taraftarların özdeşleşme ve taraftarlık davranışlarını incelemişlerdir. Enginkaya (2015) çalışmasında taraftarların sponsor markaya ilişkin tutum, satın alma ve özdeşleşme arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Tekerek ve Koç (2021) çalışmalarında taraftarların futbol tüketim davranışlarını incelemişlerdir. Polat ve ark. (2019), çalışmalarında taraftarların takım imajı, sadakati ve özdeşleşme düzeylerini incelemişlerdir.

Uluslararası ve ulusal literatür incelendiğinde sporda tüketim ve tüketici davranışları alanında sayısız çalışma olduğu görülebilir. Spor tüketicisi davranışları araştırmacıları, insanların nasıl ve neden tükettiğine ve tüketimin sonuçlarına ilişkin sağlam bir anlayış geliştirdiler. Ancak, bu alanda çeşitlilik konusunda literatür yetersizdir (Delia ve ark., 2022) ve bu durum farklı yaş gruplarından oluşan taraftarların takımlarıyla özdeşleşme ve buna bağlı tüketim davranışlarını

saptamak amacıyla konu üzerine daha fazla bilimsel çalışmanın yapılması gerekliliğini göstermektedir.

Birbirlerinden farklı karakteristik özelliklere sahip kuşakların herhangi bir futbol takımına yönelik tüketim düzeyleri ile özdeşleşme tarzları önemli bir araştırma alanı oluşturmaktadır. X ve Y kuşağındaki taraftarların takımla ne kadar özdeşleştikleri ve ne tür tüketim davranışları sergiledikleri üzerine yapılan analizler, spor endüstrisi ve pazarlama çabaları için önemli bilgiler sunabilir (İlhan ve ark., 2019). Bu bilgiler ışığında çalışmamızın genel amacı taraftarların takımlarıyla özdeşleşme ve tüketim davranışlarını kuşaklar bağlamında irdelemektir. Bu amaç doğrultusunda araştırmada cevap aranan problem cümlesi ‘‘Taraftarların futbol tüketimi ile özdeşleşme düzeylerinde X ve Y kuşağı bakımından fark var mıdır?’’ şeklinde belirlenmiştir. Araştırmanın problemi çerçevesinde alt problemler ise şu şekildedir:

- 1) Özdeşleşme ve tüketim davranışı bakımından cinsiyet değişkenine göre taraftarlar arasında fark var mıdır?
- 2) Özdeşleşme ve tüketim davranışı bakımından X ve Y kuşağı taraftarlar arasında fark var mıdır?
- 3) Özdeşleşme ve tüketim davranışı bakımından harcanabilecek gelire göre taraftarlar arasında fark var mıdır?
- 4) Özdeşleşme ve tüketim davranışı bakımından taraftarlar arasında fark var mıdır?

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Takımla özdeşleşme ve tüketim arasındaki ilişkinin X ve Y kuşağı taraftarların bakış açısından incelenmesinin amaçlandığı bu çalışmada betimsel araştırma modeli kullanılmıştır. Karasar (2006), bu modelde bir değişkendeki durum bilindiğinde diğerinin tahmin edilebilmesine olanak tanıyan bir ilişki bulunduğunu, ancak bu ilişkinin kesin bir neden-sonuç ilişkisi olmadığını belirtmiştir.

Tablo 1. Taraftarların demografik özelliklerine ilişkin sonuçlar

		<i>f</i>	%
<i>Cinsiyet</i>	Kadın	84	21,4
	Erkek	308	78,6
<i>Kuşak</i>	X (45-59 yaş)	186	47,4
	Y (25-44 yaş)	206	52,6
<i>M. Durum</i>	Evli	306	78,1
	Bekar	86	21,9
<i>Eğitim</i>	İlköğretim	16	4,1
	Lise	109	27,8
	Lisans	213	54,3
	Lisansüstü	54	13,8
<i>H. Gelir</i>	Düşük Gelir	145	37
	Orta Gelir	226	57,7
	İyi Gelir	21	5,4
<i>Toplam</i>		392	100

Araştırma Grubu

Araştırma evreni Kahramanmaraş'taki X ve Y kuşağı taraftarlar olarak belirlenirken; örneklem ise Kolayda Örneklem yöntemi ve 0.05 tolerans gösterilebilir hata payı ile 384 kişi olarak belirlenmiştir. Çalışmaya 186 X ve 206 Y kuşağı taraftar olmak üzere toplam 392 kişi gönüllü olarak katılmıştır (Tablo 1). Etik kurul için gerekli olan tüm izinler ‘‘Kahramanmaraş Sütçü

İmam Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu”nun 15.02.2021 tarih 2021/06 oturum ve 04 nolu kararı ile alınmıştır. Çalışmada referans alınan kuşak sınıflandırması ise; X kuşağı “1965-1979 arası doğumlular”, Y kuşağı “1980-1999 yılları arasında doğanlar” (Altuntuğ, 2012; Bilgili ve Çetin, 2019; Demirkaya ve ark., 2015; Göksel ve Güneş, 2017; Kraus, 2017; Terzi ve Boylu, 2019; Twenge ve ark., 2010) şeklinde belirlenmiştir.

Veri Toplama Araçları

Araştırma 3 bölüm halinde tasarlanmıştır. İlk olarak katılımcılar kişisel bilgi formunu, daha sonra “Spor Taraftarı Özdeşleşme Ölçeği”ni ve son olarak da “Futbol Taraftarı Tüketim Davranışı Ölçeği”ni doldurmuşlardır.

Kişisel Bilgi Formu: Taraftarların demografik bilgileri; cinsiyet, kuşak, medeni durum ve harcanabilir gelir seviyesi olarak sınıflandırılmıştır.

Spor Taraftarı Özdeşleşme Ölçeği (STÖÖ): 1993’te Wann ve Brascompe tarafından geliştirilen ölçek, 2003’te Günay ve Tiryaki tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Bu 7 maddeli ölçek, her biri 1 ile 8 arasında puanlanan ve özdeşleşme düzeyini belirleyen tek bir faktörden oluşur. Ölçeğin Cronbach Alfa değeri %87’dir, bu da ölçeğin güvenilirliğini gösterir.

Futbol Taraftarları Tüketim Davranışı Ölçeği (FTTDÖ): Kim (2008) tarafından geliştirilen ölçeğin Türkçe uyarlama çalışması Köse (2014) tarafından yapılmıştır. 11 madde 5’li likert tipi ölçek “müsabaka tüketimi”, “medya tüketimi”, “ağızdan ağıza iletişim”, “lisanslı ürün tüketimi” şeklinde dört boyuttan oluşmaktadır. Ölçek iç tutarlık katsayısı 0.90’dır.

Verilerin Analizi

Verilerin incelenmesi ve analizi, SPSS yazılımı aracılığıyla yapılmıştır. Araştırmada örneklem sayısı 30’dan fazla olduğundan, Kolmogorov-Smirnov test sonuçlarına bakılmış ve verilerin gruplar bazında normal bir dağılım sergilemediği ve varyans homojenliğinin sağlanmadığı tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Bu nedenle nonparametrik analizlerde karar kılınmıştır. Analizler için Mann Whitney U, Kruskal Wallis H ve ilişkilerin incelenmesi için Spearman Korelasyon analizi kullanılmıştır.

Tablo 2. Normallik analiz tablosu

	<i>Kolmogorov Smirnov^a</i>			<i>Shapiro Wilk</i>		
	<i>Statistic</i>	<i>S.d</i>	<i>P</i>	<i>Statistic</i>	<i>S.d</i>	<i>P</i>
STÖÖ	0,136	392	0,00	0,904	392	0,00
<i>Lisanslı Ürün T.</i>	0,139	392	0,00	0,924	392	0,00
<i>Medya T.</i>	0,180	392	0,00	0,895	392	0,00
<i>Ağızdan Ağıza İ.</i>	0,181	392	0,00	0,899	392	0,00
<i>Müsabaka T.</i>	0,176	392	0,00	0,9	392	0,00
FTTDÖ	0,111	392	0,00	0,943	392	0,00

a. Lilliefors Significance Correction

BULGULAR

Tablo 3 incelendiğinde taraftarların cinsiyet değişkenine göre takımlarıyla özdeşleme düzeyleri ve tüketim davranışlarında her iki ölçek toplam düzeylerinde ve futbol taraftarı tüketim davranışı ölçeğinin tüm alt boyutlarında anlamlı farklılıklar saptanmış ve kadınlara oranla erkeklerin ortalamaları yüksek bulunmuştur ($p < 0,05$).

Tablo 3. Taraftarların cinsiyet değişkeninde tüketim ve özdeşleşme düzeyleri

	<i>Gruplar</i>	<i>N</i>	\bar{X}	<i>U</i>	<i>Z</i>	<i>P</i>
STÖÖ	Kadın	84	127,08	7104,5	-6,339	0,00*
	Erkek	308	215,43			
<i>Lisanslı Ürün T.</i>	Kadın	84	123,46	6801	-6,719	0,00*
	Erkek	308	216,42			
<i>Medya T.</i>	Kadın	84	113,51	5965	-7,686	0,00*
	Erkek	308	219,13			
<i>Ağızdan Ağıza İ.</i>	Kadın	84	138,68	8079,5	-5,342	0,00*
	Erkek	308	212,27			
<i>Müsabaka T.</i>	Kadın	84	110,19	5686	-7,999	0,00*
	Erkek	308	220,04			
FTDÖ	Kadın	84	117,33	6285,5	-7,235	0,00*
	Erkek	308	218,09			
Toplam		392				

*p<0.05

Tablo 4 X ve Y kuşağı taraftarların takım özdeşleme düzeyleri ile tüketimlerine ilişkin sonuçları vermektedir. Tablo incelendiğinde her iki ölçek toplam düzeyinde ve tüketim davranışı ölçeğinin tüm alt boyutlarında gruplar arası farkın istatistiki olarak anlamlı olduğu ve X kuşağı taraftarların ortalamalarının daha yüksek olduğu görülmektedir (p<0,05).

Tablo 4. Taraftarların kuşak değişkeninde tüketim ve özdeşleşme düzeyleri

	<i>Gruplar</i>	<i>N</i>	\bar{X}	<i>U</i>	<i>Z</i>	<i>P</i>
STÖÖ	X (45-59 yaş)	186	274	4743,5	-12,875	0,00*
	Y (25-44 yaş)	206	126,53			
<i>Lisanslı Ürün T.</i>	X (45-59 yaş)	186	244,15	10295,5	-7,976	0,00*
	Y (25-44 yaş)	206	153,48			
<i>Medya T.</i>	X (45-59 yaş)	186	256,37	8022	-10,089	0,00*
	Y (25-44 yaş)	206	142,44			
<i>Ağızdan Ağıza İ.</i>	X (45-59 yaş)	186	267,43	5964,5	-11,926	0,00*
	Y (25-44 yaş)	206	132,45			
<i>Müsabaka T.</i>	X (45-59 yaş)	186	267,83	5890,5	-12,028	0,00*
	Y (25-44 yaş)	206	132,09			
FTDÖ	X (45-59 yaş)	186	267,72	5911	-11,841	0,00*
	Y (25-44 yaş)	206	132,19			
Toplam		392				

*p<0.05

Tablo 5 incelendiğinde taraftarların harcanabilecek gelir düzeylerine göre özdeşleme düzeyleri ve tüketim davranışlarında her iki ölçek toplam düzeyinde ve tüketim davranışı ölçeğinin tüm alt boyutlarında anlamlı fark olduğu ve tüm düzeylerde iyi gelir düzeyine sahip olanların ortalamalarının diğer gelir düzeyine sahip olan taraftarlardan yüksek olduğu görülmektedir (p<0,005).

Tablo 5. Taraftarlarının harcanabilecek gelir değişkeninde tüketim ve özdeşleşme düzeyleri

	<i>Gruplar</i>	<i>N</i>	\bar{X}	<i>S.d</i>	X^2	<i>P</i>	<i>Fark Olan Gruplar</i>
STÖÖ	Düşük Gelir (1)	145	170,20	2	25,046	,000*	1-2,3
	Orta Gelir (2)	226	204,13				2-3
	İyi Gelir (3)	21	295,98				
<i>Lisanslı Ürün T.</i>	Düşük Gelir (1)	145	187,02	2	10,845	,004*	1-3
	Orta Gelir (2)	226	195,45				2-3
	İyi Gelir (3)	21	273,21				
<i>Medya T.</i>	Düşük Gelir (1)	145	184,57	2	9,749	,008*	1-3
	Orta Gelir (2)	226	197,73				2-3
	İyi Gelir (3)	21	265,62				
<i>Ağızdan Ağıza İ.</i>	Düşük Gelir (1)	145	177,82	2	10,999	,004*	1-3
	Orta Gelir (2)	226	202,82				
	İyi Gelir (3)	21	257,45				
<i>Müsabaka T.</i>	Düşük Gelir (1)	145	177,82	2	10,999	,004*	1-3
	Orta Gelir (2)	226	202,82				
	İyi Gelir (3)	21	257,45				
FTTDÖ	Düşük Gelir (1)	145	182,57	2	9,844	,007*	1-3
	Orta Gelir (2)	226	199,14				2-3
	İyi Gelir (3)	21	264,24				
Toplam		392					

*p<0.05

Tablo 6 inceleme sonuçlarına göre, özdeşleşme ile futbol tüketimi arasında çok yüksek düzeyde pozitif ilişki olduğu saptanmıştır. Ayrıca özdeşleşme ile tüketim ölçeği alt boyutlarından müsabaka tüketimi ve ağızdan ağıza iletişim arasında çok yüksek pozitif ilişki; medya tüketimi ve lisanslı ürün tüketimi arasında ise yüksek düzeyde pozitif ilişki saptanmıştır (p<0,001).

Tablo 6. Tüketim ile özdeşleşme arasında korelasyon analizi sonuçları

	STÖÖ	<i>Lisanslı Ürün T.</i>	<i>Medya T.</i>	<i>Ağızdan Ağıza İ.</i>	<i>Müsabaka T.</i>	FTTDÖ
STÖÖ	1					
	-					
<i>Lisanslı Ürün T.</i>	,661**	1				
	,000	-				
<i>Medya T.</i>	,796**	,667**	1			
	,000	,000	-			
<i>Ağızdan Ağıza İ.</i>	,805**	,681**	,785**	1		
	,000	,000	,000	-		
<i>Müsabaka T.</i>	,803**	,642**	,828**	,811**	1	
	,000	,000	,000	,000	-	
FTTDÖ	,848**	,837**	,906**	,916**	,893**	1
	,000	,000	,000	,000	,000	-

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

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmada, takımla özdeşleşme ve tüketim arasındaki ilişkinin X ve Y kuşağı taraftarların bakış açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Bu bölümde, araştırmanın tartışma ve önerileri sunulacaktır.

İstatistiksel analizler sonucunda, cinsiyetin özdeşleşme ve tüketim arasındaki ilişki üzerinde anlamlı etkisi olduğu görülmüştür ($p<0,05$). Takımla özdeşleşme ve futbolu tüketim bakımından erkeklerin sıra ortalamalarının daha yüksek olduğu saptanmıştır (Tablo 3). Erkek taraftarların takımlarıyla daha güçlü bir şekilde özdeşleşme eğilimi göstermeleri ve futbolu daha fazla tüketmelerinin arkasındaki sebepler arasında, erkeklerin genellikle futbola daha fazla ilgi göstermeleri ve merak etmeleri yer alabilir. Ayrıca, futbolun tarihsel olarak erkek egemen bir oyun ve seyir boyutunda da erkeklerin daha fazla etkisi olduğu düşünüldüğünde, bu durumun etkili olduğunu söylemek mümkündür. Literatür incelendiğinde Yağız (2023) taraftar özdeşleşme düzeyi ile sponsor markaya yönelik tutumu incelediği araştırmada erkek taraftarların kadınlara göre takımla özdeşleşme düzeylerinin ve sponsor ürüne yönelik tutumun yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Karabulut ve Balçıkkanlı (2024) spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin takımlarıyla özdeşleşme düzeylerini incelemiştir. Çalışma sonucunda erkek taraftarların kadınlara göre takımla özdeşleşme düzeylerini yüksek olarak saptamışlardır. Yıldız ve Kutlu (2022) taraftar özdeşleşme düzeylerinin spor katılımı üzerine etkisini inceledikleri çalışmada erkeklerin takımlarıyla özdeşleşme düzeyinin kadınlara oranla yüksek olduğunu ancak spora katılım açısından farklılık olmadığını belirtmişlerdir. Polat ve ark. (2019) taraftarların serbest zaman ve yaşam tatminleri ile özdeşleşme düzeylerini araştırdıkları çalışmalarında özdeşleşme ile cinsiyet arasında pozitif ilişki saptamalarına ilaveten erkeklerin ortalamalarının yüksek olduğunu rapor etmişlerdir. Karatopak (2019) tarafından yapılan çalışma, spor yapan futbol taraftarları üzerinde gerçekleştirilmiştir ve sonuçlarına göre, erkek taraftarların spor organizasyonlarına katılım düzeyinin kadın taraftarlardan daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Genchev (2021) erkek ve kadın spor taraftarlarının özdeşleşme, takım performansı ve tüketim davranışlarını incelediği çalışmada, erkeklerin takımlarıyla özdeşleşme düzeylerinin yüksek olduğunu ancak tüketim bakımından cinsiyetler arasında farklılık olmadığını belirtmiştir. Kim ve Gower (2021) NFL taraftarları üzerine yaptıkları çalışmada, erkek taraftarların özdeşleşme ve tüketim davranışlarını kadın taraftarlardan yüksek bulmuştur. Bu sonuçlar, topluca ele alındığında, çalışmamızın sonuçlarını destekleyici bir özellik göstermektedir.

X ve Y kuşağı taraftarlar arasında özdeşleşme ile tüketim bakımından anlamlı farklılık olduğu saptanmıştır ($p<0,05$). X kuşağı taraftarların sıra ortalamalarının yüksek olduğu saptanmıştır (Tablo 5). Başka bir deyişle, X kuşağı taraftarlar, takımlarıyla daha derin bir bağ kurmakta ve futbolu daha yoğun bir şekilde tüketmektedirler. X kuşağı taraftarlar için yıldız oyunculara ilgi ve nostajik bağ, spor karşılaşmalarını izleme motivasyonlarında önemli bir faktördür (Gilal ve ark., 2020). Y kuşağı taraftarlarda ise spor tüketiminde teknoloji kullanımı ve topluluk odaklı faaliyetler önemli rol oynamaktadır. Bu kuşak spor etkinliklerini takip etmek ve katılmak için yoğun bir şekilde dijital platformları tercih etmektedir. Ayrıca bu kuşak için grup ve sosyal etkinlikler spor tüketiminde önemli bir motivasyon kaynağıdır (Yim ve ark., 2020). X kuşağı bireyler, genellikle hiyerarşi ve itaate yönelik bir kültüre eğilim gösterirler. Ayrıca, örgütsel ilişkilerde sadık olma eğilimindedirler ve alışkanlıklarından kolay vazgeçmezler. Ancak, yeniliklere adapte olma konusunda zorlanabilirler. X kuşağı taraftarların Y kuşağı taraftarlara göre futbola daha fazla ilgi göstermeleri, takımla daha derin bir bağ kurmaları ve takımlarına daha sadık olmalarıyla ilişkilendirilebilir. Bu nedenle, takımlarıyla olan bağlılık ve alışkanlıklarından vazgeçmekte zorlanmaları, X kuşağı taraftarların takımlarıyla özdeşleşme düzeylerinin yüksek olması ve bunun sonucunda futbol tüketimlerinin artmasıyla ilişkilendirilebilir. Ayrıca Y kuşağı taraftarların X kuşağına göre teknolojinin daha yoğun olduğu bir dönemde yetişmeleri, e-spor vs. gibi sporların internet ortamına taşınması bu kuşak için futbola alternatif birçok branşın olması Y kuşağının futbola olan ilgisini azaltmış, dolayısıyla futbol takımlarıyla özdeşleşme ve sonucunda da futbolu tüketim oranı X kuşağına göre düşüş göstermiştir yorumu yapılabilir. Literatürdeki benzer çalışmalar incelendiğinde

Akkuş (2018) X ve Y kuşağındaki taraftarları ele alınmış ve X kuşağındaki taraftarların, takımla özdeşleşme düzeylerinin yüksek olduğu; ayrıca X kuşağı taraftarların kulübün aynı ürününü tekrar satın alma konusunda sadakatlerinin Y kuşağından yüksek olduğu bulgulanmıştır. Kırpık (2018) tarafından yapılan bir çalışmada, kurumsal, örgütsel ve bireysel özdeşleşme bakımından X kuşağı çalışanların daha yüksek ortalamalara sahip olduğu bulunmuştur. Bu sonuçlar, mevcut çalışmamızı destekler niteliktedir.

Taraftarların harcaabilecekleri gelire bağlı olarak, özdeşleşme ile tüketim davranışları açısından farkın anlamlı olduğu saptanmıştır ($p < 0,05$). İyi gelir düzeyine sahip olanların, diğer gelir gruplarına kıyasla daha yüksek sıra ortalamalarına sahip olduğu belirlenmiştir (Tablo 5). Al Ganideh ve Good (2015) çalışmasında, taraftarların gelir seviyesi ile özdeşleşme arasında pozitif bir ilişki bulunduğu belirlenmiştir. Paár ve ark. (2021) Macaristan, Polonya ve Almanya'daki spor tüketim alışkanlıklarını inceledikleri çalışmalarında, maddi zenginliğin, gelir düzeyinin ve spor sosyalleşmesinin spor tüketimi ile ilgili belirleyici bir faktör olduğunu belirtmişlerdir. Dalangin ve ark. (2020) 338 Filipinli üniversite öğrencisi ile gerçekleştirdikleri çalışmalarında, özdeşleşme, eğitim ve gelir seviyesi yüksek olanların takımlarının lisanslı ürünlerini satın alma oranının yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Literatürdeki çalışmalar göz önüne alındığında çalışmamız bulgularını destekler nitelikte olduğu görülmektedir.

Spearman Korelasyon Analizi sonuçlarına göre, taraftarların özdeşleşme ile tüketim düzeyleri arasındaki ilişkinin yüksek düzeyde ve pozitif olduğu gözlemlenmiştir (%84,8; $r = 0,848$; $p = 0,000 < 0,005$). Ayrıca tüketim ölçeği alt boyutları ile özdeşleşme arasında ilişkinin pozitif olduğu saptanmıştır. Lisanslı ürün tüketimi alt boyutu ile %66,1 oranında pozitif bir ilişki ($r = 0,661$; $p < 0,05$), medya tüketimi alt boyutu ile %79,6 oranında pozitif bir ilişki ($r = 0,796$; $p < 0,05$), ağızdan ağıza iletişim boyutu ile %80,5 oranında pozitif bir ilişki ($r = 0,805$; $p < 0,05$) ve müsabaka tüketimi alt boyutu ile %80,3 oranında pozitif bir ilişki ($r = 0,803$; $p < 0,05$) tespit edilmiştir. Araştırma sonuçları birlikte değerlendirildiğinde taraftarların takımlarıyla özdeşleşme düzeyleri arttıkça futbolu tüketim düzeylerinin de arttığı; özdeşleşme düzeyleri azaldıkça futbolu tüketim düzeylerinin de benzer şekilde azaldığı yorumu yapılabilir. Literatürdeki benzer çalışmalar incelendiğinde İlk ve ark. (2020) taraftarların özdeşleşme düzeyleri ile lisanslı ürün satın alma eğilimleri arasında bir bağlantı bulmuşlardır. Özer (2023) öğrencilerin okula olan duygusal bağlılıklarının ve memnuniyetlerinin, pozitif ağızdan ağıza iletişimi teşvik ettiği sonucuna ulaşmıştır. Yılmaz (2021) futbol taraftarlarının takımlarıyla özdeşleşme düzeylerinin, kulüp imajı ve stadyum kalitesi algıları üzerinde etkili olduğunu ve bu faktörlerin maça gitme oranı ile pozitif bir ilişki içinde olduğunu bulmuştur. Polat ve ark. (2019) da benzer şekilde, taraftarların müsabakalara katılım oranlarının takımla özdeşleşme düzeyleri ile ilişkili olduğunu belirlemişlerdir. Karatopak (2019) ise, spor yapan taraftarların takımlarının maçlarını izleme alışkanlıklarının, özdeşleşme düzeylerini etkilediğini bulmuştur. Bu çalışmada, maçları hiç izlemeyen taraftarların özdeşleşme düzeylerinin, sürekli izleyenlere göre daha düşük olduğu belirlenmiştir. Kural ve Özbek (2023) takımla özdeşleşmenin gelecekteki maçlara katılma kararı üzerinde doğrudan etkili olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Shtudiner ve ark. (2020) özdeşleşme ve takım performansının spor tüketimi üzerine etkisini inceledikleri çalışmalarında özdeşleşme ve takım performansındaki artış ile tüketim arasında pozitif korelasyon olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Bu bulgular, çalışmamızın sonuçlarının literatürle uyumlu olduğunu göstermektedir.

Sonuç itibarıyla, X kuşağı futbol taraftarlarının, Y kuşağı futbol taraftarlarına kıyasla, takımlarıyla daha yoğun bir özdeşleşme yaşadıkları ve bu durumun, futbol tüketimlerini de artırdığı görülmüştür.

Araştırmamızın demografik analiz sonuçlarına göre; cinsiyet ve gelir düzeyi, taraftarların takımlarıyla özdeşleşme düzeylerini ve futbol tüketimlerini etkileyen önemli faktörlerdir. Özellikle, erkek taraftarların kadınlara kıyasla ve yüksek gelirli taraftarların orta ve düşük gelirli taraftarlara kıyasla, takımlarıyla daha yoğun bir özdeşleşme yaşadıkları ve futbolu daha fazla tükettikleri görülmüştür. Bu bulgular, demografik özelliklerin taraftar davranışları üzerinde belirgin bir etkisi olduğunu göstermektedir.

Öneriler

- Araştırmamız, takımla özdeşleşme ve futbol tüketimi arasında bir bağlantı olduğunu göstermektedir. Bu, takımla yüksek düzeyde özdeşleşen bireylerin, futbol pazarında ürün sağlayıcılar için değerli bir hedef kitle oluşturduğunu belirtmektedir. Bu nedenle, futbol kulüplerinin pazarlama stratejilerini belirlerken, taraftarların takımla özdeşleşme düzeylerini dikkate almaları önemlidir.
- Taraftarların demografik özelliklerini göz önünde bulundurarak, futbol tüketimine yönelik ürünlerin fiyatlandırılması ve tasarlanması esnek olmalıdır, böylece taraftarların beklentilerini karşılayabilir.
- Farklı kuşakların çeşitli talep ve beklentilerini karşılayabilecek spor politikalarının oluşturulması gerekmektedir.
- Bu çalışmanın yanı sıra, Z kuşağı ve Alfa kuşağı da dahil olmak üzere geniş bir popülasyon üzerinde ve daha fazla futbol takımı değişkeni ile araştırmalar yapılabilir. Bu, mevcut bulguları genişletebilir ve daha kapsamlı bir anlayış sağlayabilir.

KAYNAKLAR

Akkuş E. (2018). *Özdeşleşme ve davranışsal sadakat bağlamında x ve y kuşağı taraftarları üzerine bir inceleme* Yayınlanmamış Yüksek Lisans tezi, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İşletme Anabilim Dalı, Muğla.

Al Ganideh S., Good L. (2015). Cheering for spanish clubs: Team identification and fandom of foreign soccer clubs (The case of Arab fans). *International Journal of Sport Psychology*, 46(4), 348-368. doi:10.7352/IJSP2015.46.348

Altuntuğ N. (2012). Kuşaktan kuşağa tüketim olgusu ve geleceğin tüketici profili. *Organizasyon ve Yönetim Bilimleri Dergisi*, 4(1), 203-212.

Bee, C. C., & Havitz, M. E. (2010). Exploring the relationship between involvement, fan attraction, psychological commitment and behavioural loyalty in a sports spectator context. *International Journal of Sports Marketing and Sponsorship*, 11(2), 37-54. doi:10.1108/IJSMS-11-02-2010-B004

Bilgili H. A., Çetin B. (2019). Siyasi liderlerden beklenen liderlik özellikleri: X ve y kuşağı bağlamında nitel bir araştırma. *LAÜ Sosyal Bilimler Dergisi* 2019(1), 135-151.

Boniface, P. (1998). Football as a factor (and a reflection) of international politics. *The International Spectator*, 33(4), 87-98. doi:10.1080/03932729808456836

Dalangin, J., Pascua, L., Aquino, R., Cereno, E. (2020). Mediating the sport consumer behaviour model: Analysis in non-sporting brand. *Jurnal Studi Komunikasi*, 4(2), 282-295. doi:10.25139/jsk.v4i2.2386

Delia, E. B., Melton, E. N., Sveinson, K., Cunningham, G. B., Lock, D. (2022). Understanding the lack of diversity in sport consumer behavior research. *Journal of Sport Management*, 36(3), 265-276. doi:10.1123/jsm.2021-0227

Demirkaya H., Akdemir A., Karaman E., Atan Ö. (2015). Kuşakların yönetim politikası beklentilerinin araştırılması. *İşletme Araştırmaları Dergisi*, 7(11), 86-204.

Enginkaya, E. (2015). Futbol taraftarlarının sponsor markalara ilişkin tutum, satın alma niyeti ve takımla özdeşleşmeleri arasındaki ilişki. *Marmara Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 36(2), 145-158. doi:10.14780/iibd.75351

Funk, D. C., Beaton, A., Alexandris, K. (2012). Sport consumer motivation: Autonomy and control orientations that regulate fan behaviours. *Sport management review*, 15(3),355-367. doi:10.1016/j.smr.2011.11.001

Gençay, S., Karaküçük, S. (2006). Üniversite öğrencilerinin spor taraftarlığıyla ilgili davranışları üzerine bir araştırma. *Gazi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, 11(4), 11-22.

Genchev, S. E., Gray, G., Wert-Gray, S. (2021). Male and female sports fans: Team identification, satisfaction with team performance, and consumption behavior. *Journal of Marketing Development and Competitiveness*, 15(2), 1-9. doi:10.33423/jmdc.v15i2.4329

Gilal, F., Gilal, N., Tariq, B., Gilal, R., Gilal, R., Gong, Z., Channa, N. (2020). Intergenerational differences in fans' motivation to watch the T20 world cup: a generation cohort theory perspective. *International Journal of Sports Marketing and Sponsorship*, 22(2), 197-219. doi:10.1108/ijsms-09-2019-0094

Göksel, A., Güneş, G. (2017). Kuşaklar arası farklılaşma: X ve y kuşaklarının örgütsel sessizlik davranışı bağlamında analizi. *Gazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi* 2017(3), 807-828.

Günay, T., Tiryaki, Ş. (2003). Spor taraftarı özdeşleşme ölçeğinin (STÖÖ) geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 14 (1), 14-26. doi:10.17644/sbd.171501

İlhan, Ü. D., Güler, B. K., Aksaraylı, M. (2019). Çalışma değerleri ve örgüte duygusal bağlılık: X ve Y kuşağı mavi yakalı çalışanlar üzerine bir çalışma. *Yaşar Üniversitesi E-Dergisi*, 14(56), 379-406.

İlk Ç., Çavuşoğlu SB., Güler C. (2020). Futbol taraftarlarının fanatıklık ve lisanslı ürün satın alma düzeylerinin incelenmesi. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 16(32), 2528-9535. doi:10.26466/opus.726872

Karabulut, E. O., Baçkanlı-Sezen, G. (2024) Spor bilimleri eğitimi alan üniversite öğrencilerinin taraftarı oldukları takımla özdeşleşme düzeyleri. *Uluslararası Bozok Spor Bilimleri Dergisi*, 5(1), 103-111.

Karasar, N. (2006). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Nobel.

Karatopak, T. (2019). *Spor yapan futbol taraftarlarının takımlarıyla özdeşleşmeleriyle spor organizasyonları tüketimi arasındaki ilişki (Ordu ili örneği)*. Yayımlanmış Yüksek Lisans tezi, Ordu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ordu.

Kırpık, G. (2018). *Kuşak farklılıkları ile kurumsal itibar algısı ve örgütsel özdeşleşme ilişkisi: TRC1 bölgesinde bir araştırma*. Yayımlanmış Doktora tezi, İnönü Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İşletme Anabilim Dalı, Malatya.

Kim, E., Gower, K. (2021). Who goes to the game? A model of organization-public relationships and team identification with attitudes and behavioral intentions. *Journal of Global Sport Management*, 8(2), 1-23. doi:10.1080/24704067.2021.1888208

Kim, Y. K. (2008). *Relationship framework in sport management: How relationship quality affects sport consumption behaviors*. Published Doctoral dissertation, The University of Florida, Florida.

Kural, S., Özbek, O. (2023). Sports consumption behaviors of football fans: the relationship between social identity, team loyalty and behavioral intention toward consumption. *Sport, Business and Management*, 13(6), 685-703. doi:10.1108/SBM-08-2022-0069

Köse H. (2014). *Algılanan taraftar odaklılık ve ilişki kalitesinin taraftar tüketim davranışı üzerine etkisinin incelenmesi*. Yayımlanmış Doktora tezi, Anadolu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Eskişehir.

Kraus M. (2017). Comparing generation x and generation y on their preferred emotional leadership style. *Journal of Applied Leadership and Management* 2017(5), 62-75.

McDonagh, P. (2017). Football–marketplace icon?. *Consumption Markets & Culture*, 20(1), 7-11. doi:10.1080/10253866.2016.1163944

Ohlander, S. (2020). From national to global obsession: Football and football English in the superdiverse 21st century. *Nordic Journal of English Studies*, 19(5), 359-383. doi:10.35360/njes.627

Öntürk, Y., Karacabey, K., Özbar, N. (2019). Günümüzde spor denilince ilk akla neden futbol gelir? sorusu üzerine bir araştırma. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 17(2), 1-12. doi:10.33689/spormetre.533739

Özer M. (2023). Öncülleri ve sonuçlarıyla marka aşkı: Mekteb-i Mülkiye özelinde bir araştırma. *Ankara Üniversitesi SBF Dergisi*, 78(1), 1-27.

Paár, D., Kovács, A., Stocker, M., Hoffbauer, M., Fazekas, A., Betlehem, J., Bergier, B., Ács, P. (2021). Comparative analysis of sports consumption habits in Hungary, Poland and Germany. *BMC Public Health*, 21(1), 2-9. doi:10.1186/s12889-020-09442-6

Polat E., Yoka K., Can B., Yılmaz K. (2019). Taraftar özdeşleşme düzeyi, yaşam tatmini ve serbest zaman tatmini arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(2), 116-127.

Polat, E., Sönmezoğlu, U., Yıldız, K., Çoknaz, D. (2019). Futbol taraftarlarının takım imajı, takım sadakati ve takımla özdeşleşme düzeylerinin belirlenmesi. *International Journal of Sport Exercise and Training Sciences-IJSETS*, 5(3), 143-153. doi:10.18826/useeabd.592699

Samra, B., Wos, A. (2014). Consumer in sports: Fan typology analysis. *Journal of Intercultural Management*, 6(4), 263-288. doi:10.2478/joim-2014-0050

Smith, A. C., Stewart, B. (2007). The travelling fan: Understanding the mechanisms of sport fan consumption in a sport tourism setting. *Journal of sport & tourism*, 12(3-4), 155-181. doi:10.1080/14775080701736924

Shtudiner, Z., Tohar, G., Kantor, J. (2022). The effect of identification with a sports team and its performance on the willingness of fans to pay for team products. *Managerial and Decision Economics*, 43(3), 607-615. doi:10.1002/mde.3405

Tekerek, A. R., Koç, M. (2021). Futbol taraftarlarının tüketim davranışlarının incelenmesi (Adıyaman ili örneği). *Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, 15(2), 301-313.

Terzi E, Boylu Y. (2019). Türkiye ve dünyada tersine mentorluk: Kuşaklar bazında farklılaşan iş değerleri ve gençlerin işten ayrılma niyeti açısından bir inceleme. *İşletme Araştırmaları Dergisi*, 11(4), 3283-3322. doi:10.20491/isarder.2019.810

Trail, G. T., Fink, J. S., Anderson, D. F. (2003). Sport spectator consumption behavior. *Sport Marketing Quarterly*, 12(1), 8-17.

Twenge JM., Campbell, SM., Hoffman BJ., Lance CE. (2010). "Generational differences in work values: Leisure and extrinsic values increasing, social and intrinsic values decreasing." *Journal of management* 2010; 36, 1117-1142. doi:10.1177/0149206309352246

Walker, M., Kent, A. (2009). Do fans care? Assessing the influence of corporate social responsibility on consumer attitudes in the sport industry. *Journal of sport management*, 23(6), 743-769. doi:10.1123/jsm.23.6.743

Wann D. L, Branscombe N. R. (1993). Sports fans: measuring degree of identification with their team. *International Journal of Sports Psychology*, 24 (1), 1-17.

Yağız, K. (2023). Sponsor markaya tutumun taraftar özdeşleşme düzeyi ve bazı demografik değişkenlerle ilişkisi. *Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 4(2), 29-37.

Yıldız, Y., Kutlu, A., (2022). Spor taraftarlarının özdeşleşme düzeylerinin seyirci katılım kararları üzerindeki etkisi. *The Online Journal of Recreation and Sports (TOJRAS)*, 11(4),1-9. doi:10.22282/ojrs.2022.104

Yılmaz K. (2021). *Futbol taraftarlarının takımlarına yönelik kulüp imajı özdeşleşme ve stadyum hizmet kalitesi algularının incelenmesi*. Yayımlanmış Yüksek Lisans tezi, Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Niğde.

Yim, B., Byon, K., Baker, T., Zhang, J. (2020). Identifying critical factors in sport consumption decision making of millennial sport fans: mixed-methods approach. *European Sport Management Quarterly*, 21(4), 484 - 503. doi:10.1080/16184742.2020.1755713



SPORMETRE

The Journal of Physical Education and Sport Sciences
Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi

DOI: 10.33689/spormetre.1484111



Geliş Tarihi (Received): 15.05.2024

Kabul Tarihi (Accepted): 09.11.2024

Online Yayın Tarihi (Published): 30.12.2024

ÇİFT KARIYERLİ HAKEMLERİN HAKEMLİĞİ SÜRDÜRME DURUMLARINA TOPLUMSAL CİNSİYET BAĞLAMINDAN BİR BAKIŞ

Rana Eti¹ , Yeter Aytül Dağlı Ekmekçi^{2*} 

¹Pamukkale Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, DENİZLİ

²Pamukkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, DENİZLİ

Öz: Günümüz gerçeklerinde birey ikinci bir işe yönelmektedir. İkinci bir iş veya hobi amaçlı başka bir işe yönelme durumu çift kariyerliliğin kapsamındadır. Bu kapsamda çift kariyerli hakemlerin hakemliği sürdürme durumlarının toplumsal cinsiyet bağlamında araştırılması amaçlanmıştır. Bu çalışmada raket sporları branşlarında (tenis, badminton ve masa tenisi) görev yapan 134 kadın ve 243 erkek olmak üzere toplam 377 hakeme ulaşılmıştır. Çalışma verileri, araştırmacılar tarafından düzenlenen kişisel bilgi formu ve “Hakemlik Mesleğini Sürdürme Ölçeği” ile toplanmıştır. Çalışmada tanımlayıcı istatistiğin yanı sıra verilerin normal dağılım gösterdiği (kurtosis $-0,300$ ve skewness $-0,094$) kabul edilerek bağımsız örneklem T-testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Bulgulara göre cinsiyet, medeni durum, yaş, eğitim durumu, branş değişkenlerine göre hakemlik mesleğini sürdürme ölçeği ve alt boyutları arasında anlamlı farklılıklar bulunmaktadır. Ayrıca toplumsal cinsiyete yönelik ifadeler verilen yanıtlara göre de hakemlik mesleğini sürdürme ölçeği ve alt boyutlarında anlamlı farklılıklar bulunmaktadır. Sonuç olarak çift kariyerli kadın hakemler stres düzeylerinin yüksek olduğunu belirtmelerine rağmen hakemlik mesleğini sürdürme açısından da erkeklere göre daha yüksek ortalamaya sahiptirler.

Anahtar Kelimeler: Çift kariyerlilik, hakem, hakemliği sürdürme, toplumsal cinsiyet

A GENDER PERSPECTIVE ON DUAL-CAREER REFEREES' CONTINUATION AS REFEREES

Abstract: In today's realities, the individual turns to a second job. The situation of turning to another work for a second job or hobby is within the scope of dual career. In this context, it is aimed to investigate the status of dual-career referees in continuing their refereeing profession in the context of gender. In this study, a total of 377 referees, 134 women and 243 men, working in racquet sports branches (tennis, badminton and table tennis) were reached. Study data were collected with the personal information form prepared by the researchers and the “Referee Retention Scale”. In addition to descriptive statistics, independent samples T-test and One-Way Analysis of Variance (ANOVA) were used in the study, assuming that the data were normally distributed (kurtosis -0.300 and skewness -0.094). According to the findings, there are significant differences between the referee retention scale and its sub-dimensions according to gender, marital status, age, educational status and sport branches. There are significant differences in the scale and sub-dimensions of the expressions related to the referee profession and gender-related expressions according to gender, marital status, age, educational status and branch variables. In addition, there are significant differences in the referee retention scale and its sub-dimensions according to the responses to gender-related statements. As a result, although dual-career female referees stated that their stress levels were high, they also had a higher average in terms of maintaining their refereeing profession compared to men.

Key Words: Dual career, referee, refereeing continuation, gender

*Sorumlu Yazar: Yeter Aytül Dağlı Ekmekçi, Doç. Dr., E-mail: yaekmekci@pau.edu.tr

GİRİŞ

“Karşılaşmaları, yarışmaları kurallara uygun ve yansız olarak yöneten kimse” (TDK) şeklindeki yalın tanıma ek olarak hakemlerin bugün bir karşılaşmanın gidişatında ve sonucunda sporcular, antrenörler ve seyirciler kadar önemli bir unsur olduğu görülmektedir. Hakemlik, ilgili branş özelinde teknik bilgi ve beceri gerektirmesinin yanı sıra zamanla uzmanlık kazanılan bir alandır. Hakemler, sporcular ve antrenörlerden sonra dikkat çekici bir diğer boyuttur. Spor ortamlarında müsabaka anında hakemler karar verici olarak önemli ve kritik sorumluluklara sahiptir (Ekmekçi, 2016). Hakemlerin müsabaka içi ve müsabaka dışında aynı veya benzer durumlar karşısında tutarlı, tarafsız, kendinden emin şekilde kesin ve tereddütsüz karar verebilen, zihinsel ve duygusal becerilere sahip, antrenör ve sporcuyla uyumlu, duygularında denge içerisinde kalabilen, dürüst bireyler olmaları gerekmektedir (Ekmekçi, 2011). Ancak müsabakalar sırasında yaşanan olaylarda seyirci, antrenör ve sporcunun hakem üzerinde yarattığı baskı hakemlerin yıpranmasına neden olmaktadır. Sporun yaygınlaşması ve spora olan talebin artmasıyla baskı da artmıştır. Artık bu konu hakemlerin mücadele etmesi gereken bir sorun haline gelmiştir. Hakemlik sürecinde yaşanan baskı hakemliği sürdürme kararında etkilidir. Giderek artan baskı ortamında hakemler ya kendi isteğiyle hakemliği bırakmakta ya da yöneticiler tarafından hakemlerin görevleri sonlandırılmaktadır (Jacobs ve ark., 2020; Kellet ve Shilbury, 2007). Bireyin sağlıklı ve mutlu bir şekilde hayatını sürdürebilmesi için sahip olduğu mesleği önemlidir. Meslek belli başlı eğitim sürecinden geçtikten sonra kazanılan bilgi ve becerilerin toplamıdır. Birey mesleğiyle sadece maddi kazanç sağlamayı amaçlamamaktadır. Aynı zamanda psikolojik olarak tatmin, özsaygı gibi duyguları da arzu etmektedir. İcra edilen meslek kişiye kendini tanıma ve ifade etme imkanları da vermektedir (Özdemir ve ark., 2002; Yanıkerem ve ark., 2004). Bu açılarından bakıldığında hakemliğin ülkemiz koşullarında bir mesleğin sağladığı faydaları tam olarak yerine getirdiği söylenemez. Ancak popüler branşlarda (futbol, basketbol gibi) ve üst seviye hakemliklerde (FİFA, FİBA kokartlı, uluslararası hakem statüsü gibi) federasyonlar hakemlerle iş sözleşmesi yapmakta ve geçim koşullarına uygun ödemeler yapmaktadırlar. Tüm spor branşları göz önüne alınarak hakemliğin sağladığı faydalar düşünüldüğünde hakemlik için net olarak “meslek” tanımını yapmak güçleşmektedir. Ancak bu çalışmada kaynak olarak gösterilen bazı kaynaklarda görüldüğü üzere ve çalışmanın veri toplama aracının isminde geçtiği üzere “hakemlik mesleği” ifadesi yer almaktadır.

Sayılan nedenlerle hakemlik henüz ikinci bir iş veya hobi olarak görülmekte ve hakemler kalıcı meslek edinmeye ve sosyal güvencesi olan meslek gruplarına yönelmektedirler (Dağlı Ekmekçi ve ark., 2020). Hakemlerin, hakemlik dışında bir meslek sahibi olmaları hakemliği birinci meslek olarak değil, ikinci bir meslek olarak düşündüklerini göstermektedir (Tapşın ve Koç Doğan, 2024). İkinci bir mesleği olan hakemler, hakemlik yaparken daha dikkatli olduklarını belirtmektedirler. Bu da hakemlerin doğru kararlar verebilmesinde pozitif bir etki yaratmaktadır (Alper ve ark., 2023). Bu durumda hakemliği çift kariyerlilik konusu içinde ele almak uygun olacaktır.

Yaşamın insanlara öğretmiş olduğu beceriler ve insanların benimsedikleri tutumlar sonucunda şekillenen kariyer sürecinde birey; fikirlerinin zamanla değişmesi, mesleğini desteklemek, ek kazanç sağlamak, saygınlık, aidiyet, sosyal ilişkiler geliştirmek gibi isteklerle zaman, enerji ve zihinsel güç harcayarak yeni bir meslek ya da uğraşı edinmeyi tercih edebilmektedirler. Bu noktada çift kariyerlilik insanların birden çok kariyeri benimsemesi ve farklı bilgi, beceri ve tecrübe gerektiren meslekleri eş zamanlı olarak sürdürmesidir (Çelik ve Şimşek, 2013; Dilsiz, 2011). Çift kariyer bireye hem avantaj hem de dezavantaj sağlamaktadır. Kişinin birden çok mesleği bir arada yapması için farklı bilgi, tecrübe ve uzmanlığa ihtiyaç duymasının karşılığında farklı alanlarda statü edinmesi ve gelişim imkanı bulması söz konusudur (Aktaş,

2015). Günümüzde çift kariyer sahibi insanlar çift gelir kazanarak yaşam standartlarını iyileştirmekte, bir mevki elde etme sayesinde de yaşamında olan iyileşmeyle mutlu olmaktadır (Herdem, 2020). Çift kariyerlilik kişiye iş zenginliği sağlamaktadır. Bu sayede bir işinden vazgeçme durumunda alternatif bir iş ile devam etme şansı bulunmaktadır (Durusoy, 2018). Bireylerin çift kariyerlilik yaşantılarında dezavantajlı olduğu hususlar da vardır. Farklı mesleklerde deneyim kazanarak ve bilgi edinerek ilerlemek tek bir konu üzerinde uzmanlaşmayı zorlaştırmaktadır. Dolayısıyla birey enerji ve zamanını doğru yönlendiremez ise bu durum mesleki performansına olumsuz etki etmekte ve kişi çeşitli zorluklarla mücadele etmek durumunda kalacağından motivasyonun/azminin/devamlılığının azalacağı düşünülmektedir (Kişioğlu, 2015). Çift kariyerlilik aynı anda iki farklı meslekte/uğraşıda aktif çalışmayı kapsamaktadır. Örneğin sporcu - öğrenci olan bir kişinin, akademik eğitimlerine odaklanmasının yanı sıra antrenman programları, müsabaka dönemleri, ailenin ve antrenörün beklentilerini karşılama çabası yoğun emek, psikolojik ve fiziksel destek isteyen bir süreçtir. Bu süreçte başarılı olmak isteyen çift kariyerli kişinin zorluklarla mücadele ederek kariyerini sürdürmeye çalışması gerekmektedir (Çağlayan, 2019). Meslek alanlarında erkeklere göre daha dar alanda görev alan kadınlar çift kariyerlilikte de daha zorlu aşamaları içeren bir süreç yaşamaktadırlar (Cross ve Margaret, 2006; Dugan, 2018). Bu çalışmaya spor alanında çift kariyerli olarak yer alan çalışan-hakem ve öğrenci-hakem durumundaki bireyler katılmıştır.

Toplumsal cinsiyet kavramı cinsiyetin toplumların algılayış biçimlerine ve kültürlerine göre farklılığını ifade etmektedir (Wiesner Hanks, 2024). Cinsiyet, insanların kadın ve erkek olarak doğmasıyla, toplumsal cinsiyet ise kültürlerarası farklılıklar sonucu zamanla şekillenip insanların algılayışına göre değişiklik göstermektedir (Yılmaz, 2018). Bugün toplumsal cinsiyet olarak adlandırılan ifade; geçmişten günümüze kadın ve erkek arasındaki iktidar ilişkilerinden, kadın ve erkeğe toplumlarda biçilen rollerden ve beklenen özelliklerden doğmuştur (Koca ve Bulgu, 2005). Kadın ve erkeğin bir arada ve etkileşim içinde olduğu tüm alanlarda toplumsal cinsiyet olgusu karşımıza çıkmaktadır. Örneğin iş dünyasında eşit işe eşit ücret politikasının uygulanması gerekliliği Birleşmiş Milletler tarafından önceliklendirilen konular arasında yer almaktadır. Spor alanında en belirgin durum; profesyonel kadın sporcuların sayısının artmasına rağmen kadınların spordan yeterli düzeyde gelir elde etme şanslarının erkeklere göre daha düşük olmasıdır. Kadın sporcular erkeklerle aynı başarıyı elde etseler dahi maddi açıdan sorun yaşayabilmektedir. Özellikle kadın sporcular için çift kariyeri düşünmeden profesyonel sporcu kariyeri yaşıyor olsalar da sadece kendi spor branşlarına odaklanmak yaşamlarını sürdürmek için yeterli olmamaktadır (Dağlı Ekmekçi ve ark., 2023). Koca ve Bulgu (2005)'ya göre sporda başarının yüksek performans, gelişmiş vücut, hırs ve rakamlarla tanımlanması devam ettikçe, spor ortamları bu unsurların dışında kalanları kısıtlayarak toplumsal ikincilleşmeye yani kadının erkek karşısında "öteki" olması fikrine dönüşmesine neden olmaktadır. Bu durum erkek bedeni karşısında ikincil olarak atfedilen kadın bedenini cinsellik yoluyla öne çıkarmaktadır. Catherine McKinnon (1987) kadının zayıflığı ve erkeğin kuvvetine yönelik biyolojik farklılıklara dayanan söylemlerin sürdürülmesiyle kadınlık ve erkeklikle ilgili bedensel algıların normalleştirilmesi sonucu, kadın bedeninin narin, hassas olarak görülmeye devam ettiğini belirtmektedir. Bu söylemler, kadının güç ve dayanıklılık gerektiren fiziksel etkinlikleri yapmasının önüne geçilmesinin de yolunu açmaktadır. Bu duruma benzer olarak ataerkillik, kadın ve erkeğin ilişkisinden doğan ve sosyal, siyasal, düşünsel, kültürel bağlamda şekillenerek toplumun ideolojisi haline gelmiş bir yapıdır. Burada asıl sorun, erkeğin kadına karşı uyguladığı baskı ve zorbalıktan dolayı erkeğin iktidar konumunda gibi algılanmasıdır. Bu durum erkek hegemonyasındaki güç yapısına dayanmaktadır (Aydın ve Aydın Aslaner, 2015). Connell (1988) hegemonya kavramının toplum tarafından işlenerek beslendiğini belirtmektedir. Kök salmış olan hegemonya kavramı toplumda işyerlerine, ücret yapısına, kitle iletişimin içeriğine

kadar derinleşmiş aynı zamanda filmler, romanlar, oyunlar gibi hayatın içinde olan öğeler tarafından da doğal hale getirilmiştir.

Spor ortamlarında kadınlar, sporculuğun yanı sıra hakem, antrenör, teknik direktör ve yönetici gibi konumlarda erkeklere oranla sayıca daha az yer almaktadır (Şahin ve ark., 2020). Bu sonuç; süregelen düzende kadın ve erkeğe biçilen toplumsal rollerin gereği olarak kadına evde yemek yapmak, çocuk bakmak, el işi yapmak gibi ev içi rollerin, erkeğe ise genelde maddi konulara bakmak gibi ev dışı rollerin öğretilmesinin bir yansımasıdır. Bireye, doğduğu andan itibaren başlamak üzere oyuncak, renk, meslek vb. seçimlerinde toplumca benimsenen şekilde kadın ve erkeğe özgü olarak hareket etme ve zamanla bu doğrultuda beceriler kazanılan bir yaşam ileri sürülmektedir. Hem anaç yapısı hem de toplumun öğrettiği beceriler kadını, sosyal hayatta ve iş hayatında gıda, sağlık ve eğitim gibi sektörlere katılım sağlamaya yönlendirilmiştir. Kadına atfedilen evlilik ve çocuk bakma rolleri kadına ya iş kariyerinde ilerlemede ya da ücret, yükselme gibi durumlarda engel olarak çıkmaktadır. Bu durumlar zamanla işi sonlandırma bir sonucu dahi doğurabilmektedir (Kocacık ve Gökkaya 2005; Önder, 2013). Ökten (2009)'a göre toplumda kadının kamu ve özel alanlarda hangi rol ve modellerle yer alacağını, sosyal hayata katılım sağlama oranını ve nasıl temsil edileceğini yine toplumsal cinsiyet belirlemektedir.

Spor müsabakalarının sürdürülmesinde ve geçerlilik kazanmasında mutlak unsur olan hakemlerin bu uğraşları henüz tam bir meslek olarak tanımlanmamasına rağmen hakemliğin eğitim, bilgi, deneyim gibi mesleki özellikleri içerdiği bilinmektedir. Çift kariyerlilik ise bireyin sürdürdüğü farklı iki kariyeri ifade etmektedir. Kariyerler arası kaynak dağılımı, kariyerlere bağlılık durumları, bir kariyerden vazgeçme ya da kariyeri dondurma/öteleme durumları bireyin içinde bulunduğu koşullara göre göz önünde bulundurması gereken konulardır. Hem hakemlik hem de çift kariyerlilikte yerleşmiş bir anlayış olarak toplumsal cinsiyet yer almaktadır. Araştırmacıların da çalışma alanlarıyla ilişkileri nedeniyle bu çalışmada spor federasyonlarının görevlendirdiği, “çalışan-hakem” ve “öğrenci-hakem” durumundaki çift kariyerli bireylerin müsabaka içi/dışı yaşadıkları olayların toplumsal cinsiyet bağlamında ve hakemlik mesleğini sürdürme durumları açısından incelenmesi amaçlanmıştır.

Çalışmanın Amacı ve Önemi

Çalışmada raket sporları olan tenis, badminton ve masa tenisinde ilgili federasyonlar tarafından müsabakalar için görevlendirilen hakemlerin, çift kariyerlilik ve toplumsal cinsiyet bağlamında hakemlik mesleğini sürdürme durumlarının araştırılması amaçlanmaktadır. Hakemler müsabakanın seyrine yön verecek kararlarla kritik anlarda söz sahibi olduklarından sporun önemli bir paydaşdır. Hakemlerin müsabaka boyunca yaşadıkları olaylar hakemliği sürdürme veya bırakma durumlarına etki etmektedir (Karaçam ve ark., 2021).

Hakemlik, genel olarak eril özellikte kabul edilmiş erkeklere uygun bir iş olarak görülmektedir. Spor ruhunun sert ve saldırgan olduğu, kadının ise narin ve hassas yapıda olduğu düşüncesi kadınların spora uygun olmadığı yönünde bir önyargıyı oluşturmaktadır (Kavasoglu ve Yaşar, 2016). Kadın hakemlerin başarılı hakem olamayacağı yönünde toplumsal bir yargı da mevcuttur. Özellikle hakemliğin saatlerinin esnekliği ve seyahatler içeren bir meslek olması kadınlara göre olmadığı yargısını güçlendirmektedir. Aynı zamanda erkek egemen bir yapıda biçimsel olmayan iletişim ağlarının yaygın olması kadın hakemleri ağın dışında bırakmaktadır (Şahin ve ark., 2020).

Kadın hakemlerin sayısı gün geçtikçe artmaktadır. Ancak bu sayıların erkek hakemlerle oranları hala oldukça dengesizdir (Hietala ve Archibald, 2021). Toplumsal cinsiyet bağlamında bakıldığında; ataerkilliğin egemen olduğu toplumlarda hakemlikte üst klasmanlara yükselme

ve bu klasmanlarda kalma durumlarında kadın hakem sayısının az olduğu görülmektedir. Eşit bir topluma kavuşmak için spor yöneticisi, antrenör, sporcu, hakem, beden eğitimi öğretmeni vb. gibi spor alanındaki tüm aktörlerin toplumsal cinsiyet eşitsizliğini önleyecek çözümler üretmesi ve toplumu bu konularda bilgilendirmesi hem spor camiasına hem de topluma önemli katkılar sağlayacaktır (Kavasoğlu ve Yaşar, 2016).

Müsabaka içi ve dışında oluşan baskı, yaşanan stres gibi iç ve dış etkenlerden kaynaklı parsonshakemlik mesleğini sürdürme durumunu etkileyen unsurlar araştırılmaktadır. Dünyada farklı spor branşlarında hakemlerin yıllık %20'yi aşan yıpranma oranları raporlanmaktadır (Hancock ve ark., 2015; Parsons ve Balmer, 2015). Ancak hakemlere yönelik yapılan araştırmalar henüz sınırlıdır ve görece bilgi eksiklikleri bulunmaktadır (Livingston ve ark., 2017). Aynı şekilde literatürde çoğunlukla çift kariyerli sporculara yönelik araştırmalar yer almaktadır (Bayram ve ark., 2016; Geraniosova ve Ronkainen, 2015; Herdem, 2020). İncelenen çalışmalar arasında toplumsal cinsiyet bağlamında çift kariyerli hakemleri inceleyen bir araştırmaya rastlanılmamıştır. Hakemlik, çift kariyerlilik ve toplumsal cinsiyetle ilgili belirtilen durumlar göz önünde bulundurulduğunda araştırmanın özgünlük değeri taşıdığı düşünülmektedir. Bu bağlamda hakemliğin tek ve ana meslek olarak yapılmadığı ülkemizde çift kariyerli hakemlere yönelik hakemlik mesleklerini sürdürme durumlarının araştırılması önemli görülmüştür.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden tarama araştırma deseni kullanılmıştır. Tarama araştırma deseninde amaç, örneklemin demografik bilgileri ile bir olguya ilişkin, görüş, tutum ve düşüncelerinin tekil ya da bazı faktörlerle olan ilişkilerinin belirlenmesidir (Büyüköztürk, 2018).

Evren-Örneklem

Araştırmanın evrenini Türkiye Tenis, Badminton ve Masa Tenisi Federasyonlarının bünyesinde yer alan, aynı zamanda çalışan ya da öğrenci olan aktif hakemler oluşturmaktadır. İlgili federasyonların 2023 yılı verilerine göre evreni simgeleyen toplam hakem sayısı 4622'dir. Hakemlerin branşlara ve cinsiyetlere göre dağılımı Tablo 1'de verilmiştir. Örneklem grubu ise bu spor branşlarından kolayda erişilebilir örnekleme yöntemiyle ulaşılan 377 hakemden oluşmaktadır. Örneklem grubuna kolay ulaşma ve erişmeye dayalı olan uygun örnekleme yöntemi, bilginin hızlıca toplanması amacıyla tercih edilen bir yöntemdir (Büyüköztürk, 2018). Örneklem sayısının hesaplanması için formülden yararlanılmıştır. $N=4622$, $p=0.5$, $q=0.5$, $t=1.96$, $d=0.05$ olmak üzere n örneklem sayısı 355 olarak hesaplanmıştır.

$$n = \frac{N \times t^2 \times p \times q}{d^2 \times (N - 1) + t^2 \times p \times q}$$

Federasyonlardan elde edilen verilere göre raket sporlarında kadın, erkek ve toplam hakem sayıları Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1. Raket sporlarında hakem sayıları

	Tenis	Badminton	Masa Tenisi
Kadın Hakem Sayısı	~1000	84	404
Erkek Hakem Sayısı	~2000	153	981
Toplam Hakem Sayısı	~3000	237	1385

Veri Toplama Araçları

Kişisel bilgi formu: Araştırmacılar tarafından geliştirilen bu formda; araştırmaya katılan raket sporu hakemlerinin cinsiyet, medeni durum, yaş, eğitim durumu, branş ve çift kariyer durumları ile ilgili bilgileri toplanmıştır. Ayrıca Gözütok ve arkadaşlarının (2017) çalışmasındaki toplumsal cinsiyet eşitliği ölçeğinin iki ifadesinden yararlanılmıştır. Bunlar “Erkek kadına göre olaylara daha mantıklı yaklaşır” ve “İş yaşamında erkeğe öncelik verilmektedir” ifadeleridir. Diğer 3 ifade ise Herdem’in (2020) çift kariyerli hakemlere yönelik çalışmasından yararlanılarak oluşturulmuştur. Bunlar “Çalışılan kurumun hakemliğe bakış açısının mesleği ya da öğrencilik sürecini etkileme durumu”, “Müsabakaya giderken izin almakta sorun yaşama durumu” ve “Mesleği ya da öğrenciliği ve hakemliği bir arada yaparken zorlanma durumu” ifadeleridir.

“Hakemlik Mesleğini Sürdürme Ölçeği (HMSÖ): Karaçam ve arkadaşları (2021) tarafından hakemlerin hakemlik mesleğini sürdürmeye yönelik eğilimlerinin belirlenmesi amacıyla Türkçeye uyarlanan, geçerlik ve güvenilirliği yapılan ölçeğin beşli likert tipi dereceleme biçiminde 27 maddesi bulunmaktadır. Ölçekte 4 maddeden (24, 25, 26, 27) oluşan yönetici algısı, 3 maddeden (1,2, 3) oluşan hakemlik yapma dürtüsü, 4 maddeden (11, 12, 13, 14) oluşan mentör, 4 maddeden (7, 8, 9, 10) oluşan ödül, 6 maddeden (18, 19, 20, 21, 22, 23) oluşan camia algısı ve eğitim, 3 maddeden (15, 16, 17) oluşan stres olgusu ve 3 maddeden (4, 5, 6) oluşan hakemlikte rekabet algısı olmak üzere 7 alt faktör bulunmaktadır. Ölçek maddelerinden 8, 15, 17, 24, 26 ve 27 nolu maddeler ters puanlanmaktadır. Ölçeğin her bir faktöründen alınan yüksek puanlar, o faktördeki algının yüksek olduğunu göstermektedir.

Veri Toplama Süreci

Araştırma, verilerin toplanmasından önce Pamukkale Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu’nun E-93803232-622.02-478389 sayılı yazısı ve 1 sayılı toplantısında onaylanmıştır. Veriler 16 Aralık 2023-6 Ocak 2024 tarihleri arasında toplanmıştır. 16 Aralık’ta Türkiye Badminton Federasyonu Merkez Hakem Kurulu (MHK) başkanı ile görüşülerek Ankara Badminton Olimpiyat Hazırlık Merkezi’nde gerçekleştirilen hakem gelişim seminerine katılan hakemlere online form gönderilmiştir. Ayrıca tenis, badminton ve masa tenisi branşlarının il temsilcileri ve millî antrenörlerine telefon ve sosyal medya aracılığıyla ulaşılarak soru formu gönderilmiştir.

Verilerin Analizi

Araştırma sürecinde elde edilen veriler düzenlenerek istatistik programına aktarılmıştır. Araştırmada ilk toplanan veri sayısı 393’tür. Ancak araştırmanın kapsamı gereği çift kariyerli olmayan hakemlerden elde edilen veriler çıkarılmış, toplamda 377 veri ile analizler yapılmıştır. Ters kodlanan ölçek maddeleri 8, 15, 17, 24, 26 ve 27 çevrilmiştir. Normallik varsayımında basıklık ve çarpıklık değerleri genellikle ± 1.5 aralığında uygun kabul edilmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Verilerin kurtosis (-,300) ve skewness (-,094) değerleri ile normal dağıldığı kabul edilmiştir. Böylelikle analizlerde parametrik analiz yöntemlerinden bağımsız örneklem T-testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Gruplar arası farkın kaynağını tespit etmek için Post Hoc ikili karşılaştırma testlerinden Scheffe testi uygulanmıştır. Ölçeğin Cronbach alfa değerleri; genel ölçek için ,802, hakemlik yapma dürtüsü alt boyutu ,686, hakemlikte rekabet algısı ,807, ödül ,750, mentör ,831, stres ,632, camia algısı ve eğitim ,808 olarak hesaplanmıştır.

Tablo 2’de araştırma için kurulan hipotezler ve kullanılan analiz yöntemleri yer almaktadır.

Tablo 2. Hipotezler ve kullanılan analiz yöntemleri

	Analizler
H ₁ : Hakemlik mesleğini sürdürme durumu cinsiyete göre farklılık göstermektedir.	Bağımsız örneklem T-testi
H ₂ : Hakemlik mesleğini sürdürme durumu medeni duruma göre farklılık göstermektedir.	Bağımsız örneklem T-testi
H ₃ : Hakemlik mesleğini sürdürme durumu yaşa göre farklılık göstermektedir.	Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)
H ₄ : Hakemlik mesleğini sürdürme durumu eğitim durumuna göre farklılık göstermektedir.	Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)
H ₅ : Hakemlik mesleğini sürdürme durumu branşa göre farklılık göstermektedir.	Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)

Katılımcılara ayrıca toplumsal cinsiyet bağlamında değerlendirilmek üzere “kurum yetkililerin hakemliğe bakış açısının mesleği etkileme durumu, çift kariyerlikte zorlanma durumu, kurum yetkililerinden izin almakta sorun yaşama durumu, erkeklerin kadınlara göre olaylara daha mantıklı yaklaşım yaklaşmama durumu ve erkeklere öncelik verilme durumu” sorulmuştur.

BULGULAR

Tablo 3’te hakemlerin demografik bilgileri yer almaktadır. Katılımcıların %64,5’i erkek, %55,4’ü evli, %35,3’ü 42 yaş ve üzerinde, %74’ü önlisans ve lisans mezunu, %53,1’i badminton hakemi, %81,7’si çalışan-hakem durumundadır.

Tablo 3. Katılımcıların demografik bilgileri

	f	%		f	%
Cinsiyet			Medeni durum		
Kadın	134	35,5	Evli	209	55,4
Erkek	243	64,5	Bekar	168	44,6
Toplam	377	100,0	Toplam	377	100,0
Yaş			Eğitim durumu		
18-25	86	22,8	Lise	34	9,0
26-33	76	20,2	Önlisans-Lisans	279	74,0
34-41	82	21,8	Lisansüstü	64	17,0
42 ve üzeri	133	35,3			
Toplam	377	100,0	Toplam	377	100,0
Hakemlik branşı			Çift kariyerlilik durumu		
Tenis	84	22,3	Çalışan+ hakem	308	81,7
Badminton	200	53,1	Öğrenci+ hakem	69	18,3
Masa Tenisi	93	24,7			
Toplam	377	100,0	Toplam	377	100,0
Çalışılan kurum/üni. yetkililerin hakemliğe bakış açısının mesleği etkileme durumu			Müşabaka izni almakta sorun yaşama durumu		
Olumlu	205	54,4	Evet	164	43,5
Olumsuz	77	20,4	Hayır	158	41,9
Nötr	95	25,2	Kararsızım	55	14,6
Toplam	377	100,0	Toplam	377	100,0
Meslek/öğrenciliği ve hakemliği bir arada yaparken zorlanma durumu			Erkek kadına göre olaylara daha mantıklı yaklaşmaktadır.		
Evet	115	30,5	Evet	94	24,9
Hayır	231	61,3	Hayır	194	51,5
Kararsızım	31	8,2	Kararsızım	89	23,6
Toplam	377	100,0	Toplam	377	100,0
İş/öğrencilik hayatında erkeğe öncelik verilmektedir.			Cinsiyete göre HMSÖ ortalamaları		
Evet	96	25,5	Kadın	134	3,4889
Hayır	221	58,6	Erkek	243	3,3605
Kararsızım	60	15,9			
Toplam	377	100,0	Toplam	377	

Tablo 4’te HMSÖ ve stres olgusu alt boyutunda kadın ve erkek hakemler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Ortalamalar incelendiğinde kadın hakemlerin hakemlik mesleğini sürdürme ve stres olgusunda daha yüksek ortalamalara sahip olduğu görülmektedir. Bu durumda “H₁: Hakemlik mesleğini sürdürme durumu cinsiyete göre farklılık göstermektedir.” hipotezi kısmen kabul edilmiştir.

Tablo 4. HMSÖ ve alt boyutlarının cinsiyete göre t-testi bulguları

Değişken	Cinsiyet	N	\bar{X}	S.S.	t	p
HMSÖ	Kadın	134	3,4889	,39941	2,898	,004
	Erkek	243	3,3605	,43396		
Stres olgusu	Kadın	134	3,3060	,52195	3,701	,000
	Erkek	243	3,0878	,56169		

* $p < ,05$

Tablo 5’te HMSÖ’nde evli ve bekar hakemler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Ortalamalar incelendiğinde bekar hakemlerin hakemlik mesleğini sürdürme ortalamasında daha yüksek skora sahip olduğu görülmektedir. Bu durumda “H₂: Hakemlik mesleğini sürdürme durumu medeni duruma göre farklılık göstermektedir.” hipotezi kısmen kabul edilmiştir.

Tablo 5. HMSÖ ve alt boyutlarının medeni duruma göre t-testi bulguları

Değişken	Medeni Durum	N	\bar{X}	S.S.	t	p
HMSÖ	Evli	209	3,3647	,42768	-2,121	,035
	Bekar	168	3,4577	,41935		

* $p < ,05$

Tablo 6’da sunulan bulgular incelendiğinde HMSÖ ve hakemlikte rekabet algısı alt boyutunda 18-25 ile 26-33 yaş grubundaki ve 18-25 ile 42 ve üzeri yaş grubundaki hakemler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Ödül alt boyutunda 18-25 ile 34-41 yaş grubundaki ve 18-25 ile 42 ve üzeri yaş grubundaki hakemler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu durumda “H₃: Hakemlik mesleğini sürdürme durumu yaşa göre farklılık göstermektedir.” hipotezi kısmen kabul edilmiştir.

Tablo 6. HMSÖ ve alt boyutlarının yaş grubuna göre ANOVA bulguları

Değişken	Yaş Grubu	N	\bar{X}	S.S	F	P	Anlamlı Fark
HMSÖ	18-25 a	86	4,0426	,67986	5,715	,001	a-b a-d
	26-33 b	76	3,8904	,86648			
	34-41 c	82	3,8008	,79065			
	42 ve üzeri d	133	3,9298	,94375			
Hakemlikte rekabet algısı	18-25 a	86	4,2713	,57054	3,686	,012	a-b a-d
	26-33 b	76	3,9298	,97421			
	34-41 c	82	4,0163	,70837			
	42 ve üzeri d	133	3,9524	,79046			
Ödül	18-25 a	86	3,5756	1,03190	3,919	,009	a-c a-d
	26-33 b	76	3,7336	,80864			
	34-41 c	82	3,4543	,96875			
	42 ve üzeri d	133	3,2820	,99830			

* $p < ,05$

Tablo 7’de HMSÖ ve stres olgusu alt boyutunda eğitim durumu lise ile önlisans-lisans olan hakemler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Yönetici algısı alt boyutunda eğitim durumu önlisans-lisans ile lisansüstü olan hakemler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu durumda “H₄: Hakemlik mesleğini sürdürme durumu eğitim durumuna göre farklılık göstermektedir.” hipotezi kısmen kabul edilmiştir.

Tablo 7. HMSÖ ve alt boyutlarının eğitim durumuna göre ANOVA bulguları

Değişken	Eğitim durumu	N	\bar{X}	S.S	F	P	Anlamlı Fark
HMSÖ	Lise ^a	34	3,5926	,42980	3,685	,026	a-b
	Önlisans-Lisans ^b	279	3,3912	,41871			
	Lisansüstü ^c	64	3,3721	,43760			
Stres olgusu	Lise ^a	34	3,4020	,53673	3,628	,028	a-b
	Önlisans-Lisans ^b	279	3,1326	,56221			
	Lisansüstü ^c	64	3,1823	,52092			
Yönetici algısı	Lise ^a	34	3,5882	1,04062	3,214	,041	b-c
	Önlisans-Lisans ^b	279	3,5197	,88836			
	Lisansüstü ^c	64	3,2109	,99425			

* $p < ,05$

Tablo 8’de hakemlik yapma dürtüsü alt boyutunda badminton ile tenis hakemleri arasında, hakemlikte rekabet algısı alt boyutunda badminton ile masa tenisi hakemleri arasında, camia algısı ile eğitim alt boyutunda badminton- tenis ve badminton-masa tenisi hakemleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Bu durumda “H₅: Hakemlik mesleğini sürdürme durumu branşa göre farklılık göstermektedir.” hipotezi kısmen kabul edilmiştir.

Tablo 8. HMSÖ ve alt boyutlarının branşlarına göre ANOVA bulguları

Değişken	Branş	N	\bar{X}	S.S	F	P	Anlamlı Fark
Hakemlik yapma dürtüsü	Tenis ^a	84	3,7698	,75866	3,794	,023	b-a
	Badminton ^b	200	4,0300	,84815			
	Masa tenisi ^c	93	3,8172	,87299			
Hakemlikte rekabet algısı	Tenis ^a	84	4,0198	,69296	3,942	,020	b-c
	Badminton ^b	200	4,1250	,82360			
	Masa tenisi ^c	93	3,8530	,72974			
Camia algısı ve eğitim	Tenis ^a	84	3,6329	,68488	6,152	,002	b-a b-c
	Badminton ^b	200	3,8800	,66250			
	Masa tenisi ^c	93	3,6380	,69358			

* $p < ,05$

Tablo 9’da çalışılan kurumun hakemliğe bakış açısının mesleği etkileme durumunu olumlu olarak belirten kadın hakemlerin stres alt boyutu ve HMSÖ ortalamaları erkek hakemlere göre yüksek bulunmuştur. Nötr ve olumsuz olduğunu belirten kadın hakemlerin ise sadece stres alt boyutu ortalamaları erkek hakemlere göre yüksek bulunmuştur. Müsabakaya giderken izin almakta sorun yaşama sorusuna evet yanıtını veren kadın hakemlerin stres, camia algısı ve eğitim ile HMSÖ ortalamaları erkek hakemlere göre yüksek bulunmuştur. Hayır yanıtını veren kadın hakemlerin de stres ortalamaları yüksek bulunmuştur. Mesleği/öğrenciliği ve hakemliği bir arada yaparken zorlanma sorusuna evet yanıtını veren kadın hakemlerin stres, camia algısı ve eğitim ile HMSÖ ortalamaları erkek hakemlere göre yüksek bulunmuştur. Yine hayır yanıtını veren kadın hakemlerin stres ve HMSÖ ortalamaları erkek hakemlere göre yüksek bulunmuştur.

Tablo 9. Hakemlikle ilgili değerlendirmelerin HMSÖ ve alt boyutları ile cinsiyete göre t-testi bulguları

		HMSÖ	Cinsiyet	N	\bar{X}	t	p
Çalışılan kurumun hakemliğe bakış açısının mesleği etkileme durumu	Olumlu	Stres	K	75	3,3067	2,107	,036
			E	130	3,1359		
		HMSÖ	K	75	3,5694	2,651	,009
			E	130	3,4171		
	Nötr	Stres	K	30	3,3556	2,513	,015
			E	65	3,0923		
	Olumsuz	Stres	K	29	3,2529	2,125	,038
			E	48	2,9514		
Müsabakaya giderken izin almakta sorun yaşama durumu	Evet	Stres	K	67	3,2736	3,048	,003
			E	97	3,0069		
		Camia algısı ve eğitim	K	67	3,8458	2,180	,031
			E	97	3,5979		
		HMSÖ	K	67	3,4760	2,552	,012
			E	97	3,3016		
	Hayır	Stres	K	50	3,3600	2,163	,033
			E	108	3,1698		
Mesleği/öğrenciliği ve hakemliği bir arada yaparken zorlanma durumu	Evet	Stres	K	45	3,2815	2,239	,027
			E	70	3,0333		
		Camia algısı ve eğitim	K	45	3,8370	2,353	,020
			E	70	3,5214		
		HMSÖ	K	45	3,5078	2,151	,034
			E	70	3,3333		
	Hayır	Stres	K	78	3,3547	3,544	,000
			E	153	3,0980		
	HMSÖ	K	78	3,5047	2,353	,020	
		E	153	3,3679			

* $p < ,05$

Tablo 10’da “erkek kadına göre olaylara daha mantıklı yaklaşmaktadır” ifadesine evet yanıtı veren erkek hakemlerin stres ortalamaları kadın hakemlere göre düşük bulunmuştur. Hayır yanıtı veren erkek hakemlerin ise stres, camia algısı ve eğitim, mentör ile HMSÖ ortalamaları kadın hakemlere göre düşük bulunmuştur. “İş/öğrencilik hayatında erkeğe öncelik verilmektedir” ifadesine hayır yanıtı veren erkek hakemlerin stres, camia algısı ve eğitim, yönetici algısı ile HMSÖ ortalamaları kadın hakemlere göre düşük bulunmuştur.

Tablo 10. Toplumsal cinsiyet yargılarıyla ilgili değerlendirmelerin HMSÖ ve alt boyutlarına göre t-testi bulguları

		HMSÖ	Cinsiyet	N	\bar{X}	t	p
Erkek kadına göre olaylara daha mantıklı yaklaşmaktadır.	Evet	Stres	K	14	3,5291	2,967	,006
			E	80	3,3917		
		Stres	K	102	3,3137	2,377	,018
			E	92	3,1159		
	Hayır	Camia algısı ve eğitim	K	102	3,8627	2,274	,024
			E	92	3,6486		
		Mentör	K	102	3,5784	2,011	,046
			E	92	3,2880		
	HMSÖ	K	102	3,4844	2,825	,005	
		E	92	3,3116			
İş/öğrencilik hayatında erkeğe öncelik verilmektedir.	Hayır	Stres	K	64	3,3490	3,393	,001
			E	157	3,0786		
		Camia algısı ve eğitim	K	64	3,9141	1,991	,049
			E	157	3,7102		
		Yönetici algısı	K	64	3,7461	2,239	,027
			E	157	3,4443		
		HMSÖ	K	64	3,5388	3,018	,003
			E	157	3,3572		

* $p < ,05$

TARTIŞMA VE SONUÇ

Literatürde hakemlerin karar verme stilleri, özgüven düzeyleri, iletişim becerileri, narsistlik, hayranlık, rekabet düzeyleri, sargınlık, öz yeterlilik düzeyleri, empatik eğilimleri, iş doyumunu, mesleki tükenmişlik, stres, iş performansı, cam tavan algısı gibi güncel konuları içeren araştırmalara rastlanmaktadır. Ancak çift kariyerli hakemlerin hakemlik mesleğini sürdürme durumu hakkında yapılmış araştırmaya rastlanmamıştır.

Hakemlik, ülkemizde en popüler branşlar olan futbol ve basketbolda profesyonel liglerdeki hakemlikler dışında ikinci bir iş veya hobi olarak görüldüğünden hakemler sosyal güvence ve düzenli gelir sağlayan ilk ya da ana meslek/iş sahibi olmayı önceliklendirmektedir. Hakemliğin günümüz şartlarında ilk uğraşı olarak algılanmaması nedeniyle hakemliği çift kariyerlilik ile bağlantılı şekilde değerlendirmek uygun olacaktır. Bahsedildiği üzere hakemlikteki yıpranma payı, iletişim dilinin eril olması, seyahat ve zaman engelleri, kadınların çoklu rol üstlenmesi, kalıplaşmış önyargılar gibi sorunlar nedeniyle de kadın hakem sayısı da düşüktür (Ağbuğa ve ark., 2017; Şahin ve ark., 2020). Bu araştırmanın katılımcıları arasında da kadın hakemler erkek hakemlere oranla azdır. Yukarıda sayılan sorunlarla yüzleşen ve toplumsal cinsiyet kalıp yargıları nedeniyle erkeklere göre daha zorlu süreçlerden geçen ve böylece spor organizasyonlarına tam olarak dahil olamadıklarını hisseden kadın hakemlerin buna rağmen hakemliği sürdürmek istemelerindeki temel etken, daha sebatkar (bir işi sonuna değin sürdüren) bir yapıda olmaları olabilir (Demirel ve ark., 2020; Pereira ve ark., 2023). Demirel ve arkadaşlarının (2020) kadınlar için belirttiği sebatkarlık, bu çalışmada kadın hakemlerin erkek hakemlere oranla stres düzeylerinin de yüksek olduğunu belirtmelerine rağmen, hakemliği sürdürme eğilim ortalamalarının yüksek bulunmasıyla ilişkilendirilebilir. Bu aynı zamanda kadının çift kariyerliliği sürdürme isteğini de göstermektedir. Rulang ve arkadaşları (2017) erkek futbol hakemlerinin maçlarda yapılan saldırı, baskı, şiddet ve kötü söz eylemleri karşısında kadınlara göre hakemliği sürdürme durumlarının daha yüksek olduğunu tespit etmiştir. Tapşın ve Koç Doğan (2024) kadın futbol hakemlerinin erkek futbol hakemlerine göre sporda tehdit hissetme durumlarının daha yüksek olduğu belirtmektedir. Koca ve Yıldız (2018) ise bu araştırma sonuçlarıyla uyumlu olarak kadın hakemlerin erkek hakemlere göre daha stresli oldukları sonucuna varmıştır. Bu konunun farklı spor branşları ve farklı kültürlerde araştırılması yerinde olacaktır.

Medeni duruma göre bekar hakemlerin hakemlik mesleğini sürdürme durumları evli hakemlere göre yüksek bulunmuştur. Bu durum bekar hakemlerin evli hakemlere göre daha az sorumluluk üstlenmelerinden kaynaklı olabilir. İş ve aile sorumluluklarının bir arada yürütülmesinden kaynaklı çoklu roller, zaman sıkıntısı, stres, yaşam kalitesizliği gibi sorunlar iş ve aile hayatında çatışmaya neden olmaktadır (Helmy, 2018).

Eğitim durumuna göre HMSÖ ve stres olgusu alt boyutunda lise mezunu hakemlerin ortalamaları lisans/önlisans mezunu olan hakemlerin ortalamalarına göre yüksek bulunmuştur. Bu durum eğitim seviyesinin düşük olması sebebiyle istihdam edilme kaygısı ve ek gelir kazanma isteğinin yüksek olmasından kaynaklanabilir. Yönetici algısı alt boyutunda ise önlisans-lisans mezunu hakemlerin ortalamalarının lisansüstü mezunu hakemlere göre yüksek olması eğitim seviyesi yükseldikçe eleştirel düşünme becerisinin artmasından kaynaklı olabilir. Deniz (2004) ve Karalı (2012) çalışmalarında sınıf düzeyi yükseldikçe eleştirel düşünme becerilerinin de arttığı söylenmektedir. Ayrıca eğitim seviyesi arttıkça hakemlerin duygularının düzenleme becerilerinin artmasının stres olgusuna olumlu etkisi olmaktadır (Karaçam ve ark., 2022). Açıcı ve Çebi (2020)'ye göre, lisansüstü mezunu hakemlerin lise mezunu hakemlere göre karar vermede öz saygı ortalamaları yüksek bulunmuştur. Atılğan ve Tükel (2019) ise

dikkat alt boyutunda lisansüstü mezunu hakemlerin lisans mezunu hakemlere göre daha yüksek ortalamalara sahip oldukları sonucuna ulaşmıştır.

Branş dağılımına göre; hakemlik yapma dürtüsü alt boyutunda badminton hakemlerinin ortalamaları tenis hakemlerine göre daha yüksektir. Hakemlikte rekabet algısı alt boyutunda badminton hakemlerinin ortalamaları masa tenisi hakemlerine göre daha yüksektir. Camia algısı ve eğitim alt boyutunda badminton hakemlerinin ortalamaları yine daha yüksektir. Bu durum çalışmaya katılan badminton hakem sayısının diğer branşlara göre fazla olmasından kaynaklanabilir. Avcı ve Alsoy (2023), Türkiye Badminton Federasyonu'nda 19 yıl (2004-2023, Eylül) süren başkanlık sürecinden sonra yönetimde değişiklik yapılmasının branşın gelişmesinde etkili olacağını ileri sürmüştür. Örneğin Almanya ve Danimarka ülkelerinin federasyon başkanlık süresinin 1-2 yılı geçmediği ve bu değişimlerin federasyon için yenilikçi bakış açısı sağladığından dolayı beraberinde başarıyı getirdiği düşünülmektedir. Türkiye Badminton Federasyonu'nu da yeni yönetimle hareketli sürecin başlayacağını belirtilmiştir (Türkiye Badminton Federasyonu, 2024 Nisan). Bu çalışmada da Türkiye Badminton Federasyonu ile ilgili olarak hakemlik yapma dürtüsü, hakemlikte rekabet algısı ve camia algısı ve eğitim alt boyutlarında diğer federasyonlara göre yüksek ve olumlu anlama gelen sonuçların değişen yönetim yapısından kaynaklı olabileceği düşünülmüştür.

Cinsiyete göre; çalışılan kurumlardaki yetkililerin hakemliğe bakış açısı ile hakemlerin hakemliği sürdürme eğilimleri arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır. Kadın hakemlerin belirttiğine göre çalıştıkları kurumların hakemliğe bakış açısı olumludur. Kadın hakemlerin erkek hakemlere göre hakemliği sürdürme eğilimleri yüksek bulunmaktadır. Buna rağmen kadın hakemlerin hakemlik mesleğini sürdürürken yaşadıklarını belirttikleri stresi düzeyi yüksektir. Herdem'in (2020) çalışmasında benzer şekilde kadın ve erkek futbol hakemlerinin çalıştıkları kurumun bakış açısının olumlu olmasının hakemlik mesleğini de olumlu etkilediği tespit edilmiştir. Gerye'in (2021) basketbol hakemleri üzerine yaptığı çalışmada "çalıştığım kurumdaki amirlerimin hakemliğe bakış açısı mesleğimi olumlu etkiler" ifadesinde yüksek katılım olduğu tespit edilmiştir.

Cinsiyete göre; müsabakaya giderken izin almakta sorun yaşayan kadınların stres, camia algısı, eğitim ile HMSÖ ortalamaları erkeklere göre yüksektir. Aynı zamanda izin almakta sorun yaşamayan kadın hakemler de streslidir. Spor ortamında kadınların yükselmesinin önündeki engellerden biri çalıştıkları kurumdaki izin almakta sorun yaşamalarıdır (Şahin ve ark., 2020). Kadınların kurumlarından izin almakta sorun yaşamaları ve işlerinde dikkate alınmaması spor ortamlarında oluşan beklentiyi karşılamayacağına yönelik bir inançtan da kaynaklanmaktadır (Pereira ve ark., 2023).

Mesleği ya da öğrenciliği ve hakemliği bir arada yaparken zorlanan kadın hakemlerin stres, camia algısı ve eğitim ile HMSÖ ortalamaları erkeklere göre yüksektir. Herdem (2020)'e göre kadın ve erkek futbol hakemleri mesleği ya da öğrenciliği ve hakemliği bir arada yaparken zorlanmamaktadır. Alper ve arkadaşları (2023)'na göre hakemlik haricinde bir mesleği olan hakemlerin sadece hakemlik yapanlara göre daha dikkatli oldukları sonucuna varılmıştır. Çift kariyerlilik farklı becerileri geliştirdiğinden hakemlere hakemlik kariyerinde fayda sağlayabilmektedir. Albayrak ve ark., (2012) "hakemliği ve mesleğimi uzun yıllar bir arada yapabilirim" ifadesinde yüksek katılım olduğunu tespit etmiştir. Bu çalışmada mesleği ya da öğrenciliği ve hakemliği bir arada yaparken zorlanan ve zorlanmayan kadın hakemler streslidirler.

“Erkek kadına göre olaylara daha mantıklı yaklaşır” ifadesine evet diyen erkek hakemlerin stres ortalamaları düşüktür. Erkek hakemler hakemlik yaparken suistimal edilmediklerini ve antrenör ve seyirci tarafından saygısızca tepkilerle karşılaşmadıklarını belirtmektedirler. Pereira ve arkadaşları (2023) erkeklerin olaylara mantıklı yaklaştığını ileri sürmektedir. Bu nedenlerle erkek hakemlerin stresleri düşük tespit edilmektedir. İfadeye katılmayan kadın hakemlerin stres, camia algısı ve eğitim, mentör ile HMSÖ ortalamaları erkek hakemlere göre yüksektir.

“İş/öğrencilik hayatında erkeğe öncelik verilmektedir” ifadesi Gözütok ve arkadaşlarının (2017) çalışmasında “erkeği üstün gören anlayış” alt boyutunda yer alan bir ifadedir. Bu ifadeye erkek katılımcıların %64,6’sı “hayır” yanıtını vermiştir. Kadınların ise %47’si hayır yanıtını vermiştir. Hayır yanıtı veren erkek hakemlerin stres, camia algısı ve eğitim, yönetici algısı ve HMSÖ ortalamaları kadın hakemlere göre düşük bulunmuştur.

Genel olarak çift kariyerli kadın hakemlerin stres ortalamaları yüksek olmasına rağmen hakemlik mesleğini sürdürme eğilimleri de yüksektir. Kadınlar iş bulma, işe alım ve terfi sürecinde erkeklere göre dezavantajlı konumda yer almakta ve çalışma hayatlarında cinsiyetçi yaklaşımlara maruz kalmaktadırlar (Akpınar, 2013; Elmasoğlu, 2023). İşle bağlantısı olmayan dış görünüş, çocuk sahibi olma ve evlilik gibi sorunlarla karşılaşmaktadırlar. Örgütlerde toplu işten çıkarmalarda kadınların tercih edilme oranları çok yüksektir. Aynı zamanda kadınlar ücret eşitsizliğiyle karşı karşıyadır (Akpınar, 2013; İslamoğlu ve Yıldırım, 2014; Koca ve Yıldız, 2018; Elmasoğlu, 2023). Kadının istihdam kaygısının olması, beklenmedik krizlerle karşılaşma durumunda ikinci bir gelir kaynağına sahip olma isteği ve çabası stresi beraberinde getirmektedir. Aynı zamanda çift kariyerliliğe yönelmiş olan kadınların hakemliği sürdürme eğilimi de artmaktadır. Tapşın ve arkadaşları (2024) çalışmasında ikinci bir mesleği olan hakemler için bu durumun hakemlikte mücadele etmelerinde fayda sağladığını belirtmişlerdir.

Hakemlik mesleği keyifli olduğu kadar da stresli bir alandır. Cinsiyet, yaş, eğitim, branş türü, ikinci meslek sahibi olma gibi çeşitli etkenler farklı koşullar yaratmaktadır. Bu çalışmadan elde edilen en genel sonuç kadın hakemlerin hakemlikle ve toplumsal cinsiyetle ilgili değerlendirmelerindeki olumlu ya da olumsuz görüşlerinden bağımsız genel bir durum olarak stres ortalamalarının yüksek olduğudur. Hakemlik üzerine çalışmaların çeşitlendirilmesine ve ölçüm araçlarının geliştirilmesine önem verilmesi gerektiği görülmektedir. Gelecek araştırmalarda farklı branşlar karşılaştırılması ve hakemlerin asıl ya da diğer mesleklerinin de sektörel, ekonomik, zorluk boyutlarıyla irdelenmesi hakemliği sürdürme eğilimini ve çift kariyerliliğin durumunu daha derinden anlamak için fayda sağlayabilir. Spor branşlarının hemen hepsinde erkek hakemlerin sayısı kadın hakemlerden fazladır. Bu durumun doğal bir sonucu olarak erkek hegemonyası hakemlik dünyasında devam etmektedir. Bu araştırmanın sonuçlarından da yola çıkarak toplumsal cinsiyet eşitliğinin sağlanması ve raket sporlarında erkek hegemonyasının yerini eşit temsiline ve etkinin alması için spor federasyonlarında kadın hakem sayısının ve bunun sağlayıcısı olarak belirtilebilecek bir unsur olan kadın yönetici sayısının artırılması ve kadın hakemlerin sürdürülebilir çift kariyerli olma durumuna katkı sağlanması önerilebilir. Böylece sporun erkek egemen bir sektörden toplumsal cinsiyet eşitliğine doğru ilerleyen bir sektör haline gelmesinin sağlanacağı düşünülmektedir. Araştırmanın sunduğu veriler ve değerlendirmelerle federasyonlara, hakem kurullarına, hakemlere ve hakem adaylarına faydalı bilgiler sağlayacağı düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

Açııcı, S., Çebi, M. (2020). Ulusal ve Uluslararası Voleybol Hakemlerinin Karar Verme Stillerinin İncelenmesi. *Journal of International Social Research*, 13(70), 1212-1222.

- Ağbuğa, B., Gül, F., Ağbuğa F., Şenkibar, B. (2017). Denizli İli Atletizm Hakemlerinin Hakemlikte Kalma ve Bırakma Davranışlarının İncelenmesi. *International Journal of Cultural and Social Studies (IntJCSS)*, 3(1), 146-153.
- Akpınar, C. (2013). Career barriers for women executives and the Glass Ceiling Syndrome: the case study comparison between French and Turkish women executives. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 75.
- Aktaş, K. (2015). Genel anlamda kariyer ve kariyer sorunları. *Sosyal Araştırmalar ve Davranış Bilimleri Dergisi*, 1(1), 26-36.
- Albayrak, O., İbiş S., Kayışoğlu N. B. (2012). Futbol Hakemlerinin Meslek ve Aile Yaşantılarında Karşılaşmış Oldukları Sorunlar. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 14 (1), 75-82.
- Alper, R., Karagün, E., Görün, L. (2023). Düzce İlinde Görev Yapan Hakemlerin Karar Verme Stillerinin İncelenmesi. *Spor ve Rekreasyon Araştırmaları Dergisi*, 5(2), 27-41.
- Atılğan, D., & Tükel, Y. (2019). Hakemlerin Karar Verme Stillerinin İncelenmesi. *Sport Sciences*, 14(2), 22-32.
- Avcı, B., Alsoy, Ş. B. (2023). Türkiye Badminton Federasyonu ve Avrupa Badminton Federasyonlarının Karşılaştırılması Analizi. *Fenerbahçe Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 95-103.
- Aydın, G., Aydın Aslaner, D. (2015). Stereotip Kadın Rollerinin Televizyon Reklamlarında Sunumu. *Global Media Journal Dergisi*, 11, 54-74.
- Bayram, L., Yüceloğlu Keskin, D. Ö., Kabadayı, M., Bostancı, Ö. (2016). Üniversitede eğitim gören milli sporcuların sorunlarının incelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 1(2), 75-84.
- Büyüköztürk, Ş. (2018). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Pegem Atıf İndeksi, 1-214.
- Connell, R. W. (1988). *Toplumsal Cinsiyet ve İktidar Toplum. Kişi ve Cinsel Politika*, Ayrıntı Yayınları.
- Cross, C., Margaret, L. (2006). Barriers to advancing Female Careers in the High-Tech Sector: Empirical Evidence from Ireland. *Women in Management Review*, 21 (1).
- Çağlayan, B. (2019). *Türkiye Olimpik Hazırlık Merkezlerindeki Sporcuların Gelecek Kaygıları İle Bireysel Kariyer Planlamalarının İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Kırıkkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Kırıkkale.
- Çelik, A., Şimşek, M. Ş. (2013). *Yönetim ve Organizasyon*. Eğitim Yayınevi, Konya.
- Dağlı Ekmekçi, Y.A., Mülazımoğlu Ballı, Ö., Ilgar Doğan, Y. (2023). *Dual Career of a Sportswoman: Problems and Successes*. European Handbook For Gender Equality, Equity, Inclusion in Sport: A Perspective Through The Erasmus + Women-Up Project, ISBN: 978-84-1170-562-2.
- Dağlı Ekmekçi, Y.A., İnan Işık, Ö., Dikmen Çoban, F.N., (2020). Tükenmişlik ve Örgütsel Bağlılık Arasındaki İlişki: Yüzme Hakemleri üzerinde bir İnceleme. *İşletme Araştırmaları Dergisi*, 12 (2), 1159-1175.
- Demirel, N., Yumuk, Y., Hacıoğlu, N. (2021). İş-Aile Rol Çatışması ve Kariyer Devamlılığı İlişkisi: Kadın Turist Rehberleri Üzerine Bir Değerlendirme. *Turist Rehberliği Dergisi*, 4(1), 48-63.
- Deniz, M. (2004). Üniversite öğrencilerinin karar vermede öz saygı karar verme stilleri ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi üzerine bir araştırma. *Eurasian Journal of Educational Research*, (15), 23-35.
- Dilsiz, M.Ş. (2011). *Kariyer Yönetimi ve Kırıkkale'deki Banka Şubelerinde Bir Uygulama*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Ana Bilim Dalı, Kırıkkale.
- Dugan, Ö. (2018). *Sporla Cam Tavan Sendromu*. Spor Yayınevi ve Kitapevi.

- Durusoy, M. (2018). *Öğretim Elemanlarının Kariyerde Durgunluk Kaynaklarına İlişkin Görüşleri*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Akdeniz Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Antalya.
- Ekmekçi, R. (2016). *Hakemlikte Zihinsel Hazırlık (1.Baskı)*. Ankara, Detay Yayıncılık.
- Ekmekçi, R. (2011). İyi hakemin özellikleri. *Pamukkale Journal of Sport Sciences*, 2(1), 1-5.
- Elmasoğlu, K. (2023). *Çalışan Kadınlara Yönelik Ücret Ayrımcılığı Nedenleri: Türkiye-Fransa Karşılaştırması, İş Hayatında Kadın Çalışanlar Türkiye Avrupa Ülkeleri Karşılaştırmaları*. Eğitim yayınevi, İstanbul.
- Geranosova, K., Ronkainen, N. (2015). The experience of dual career through Slovak athletes' eyes. *Physical Culture and Sport*, 66(1), 53-64. doi: 10.1515/pcssr - 2015-0005.
- Gerey, H. (2021). *Basketbol Hakemlerinin Mesleki ve Aile Yaşantılarında Karşılaştıkları Sorunların İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Programı, Kocaeli.
- Gözütok, D. F., Toraman, Ç., Acar Erdol, T. (2017). Toplumsal Cinsiyet Eşitliği Ölçeğinin (TCEO) Geliştirilmesi Development of Gender Equality Scale. *Elementary Education Online*, 16(3), 1036-1048.
- Hancock, D. J., Dawson, D. J., Auger, D. (2015). Why ref? Understanding sport officials' motivations to begin, continue, and quit. *Movement & Sport Sciences*, 87,31-39.
- Helmy, O. S. (2018). Work-Family conflict and family-work conflict on employees turnover intentions in the tourism industry. *International Journal of Heritage, Tourism and Hospitality*, 12(2/2), 400-410.
- Herdem, M. H. (2020). *Türkiye Futbol Federasyonuna Bağlı Hakemlerde Çift Kariyerlilik Sorunu ve Kariyere Etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Anabilim Dalı İnsan Kaynakları Programı, İstanbul.
- Hieatala, B., Archibald, J.G. (2021). Barriers to Female Officials in Sports. *ACPA College Student Educators International*, 2-6.
- İslamoğlu E., Yıldırımalp, S. (2014). Yolcu Hizmetleri Memurluğu Yapan Kadınların Çalışma Hayatında Karşılaştıkları Sorunlar. *HAK-İŞ Uluslararası Emek ve Toplum Dergisi*, 3(3),152-177.
- Jacobs, L. B., Tingle, K. J., Oja, D. B., Smith, A. M. (2020). Exploring referee abuse through the lens of the collegiate rugby coach. *Journal of Sport Management Review*, 23 (1), 39-51.
- Karaçam, A., Sabuncu, A.A., Akça, E., Akduman, O.B., Güçlü, H. (2021). Hakemlik Mesleğini Sürdürme Ölçeğinin (HMSÖ) Türkçeye Uyarlama Çalışması. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 16(1), 10-21.
- Karaçam, A., Orhan, B.E., Özdemir, A.S., Sabuncu, A.A. (2022). Hakemlerin Duygu Düzenleme Düzeylerinin İncelenmesi. *Herkes için Spor ve Rekreasyon Dergisi*, 4 (1) 4-9.
- Karalı, Y. (2012). Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Eleştirel Düşünme Eğilimleri: İnönü Üniversitesi Örneği. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Malatya: İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Kavasoglu, İ., Yaşar, M. (2016). Toplumsal Cinsiyet Normlarının Dışındaki Sporcular. *Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 27 (3), 118-132.
- Kellet, P., Shilbury, D. (2007). Umpire participation: Is abuse really the issue?. *Sport Management Review*, 10 (3), 209-229.
- Kişioğlu, H. (2015). *Kadınların Kariyer Yönetimi ve Kariyer Sürecinde Karşılaştığı Sorunlar: Banka Çalışanları Üzerine Bir Alan Araştırması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.

- Kocacık, F., Gökçaya, V. B. (2005). Türkiye’de Çalışan Kadınlar ve Sorunları. *Cumhuriyet Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 1 (6), 195-220.
- Koca, C., Bulgu, N. (2005). Spor ve Toplumsal Cinsiyet: Genel Bir Bakış. *Hacettepe Üniversite Dergisi*, 1-36.
- Livingston, L. A., Forbes, S. L., Pearson, N., Camacho, T., Wattie, N., & Varian, P. (2017). Sport officiating recruitment, development, and retention: A call to action. *Current Issues in Sport Science*, 2-11.
- Koca, S., Yıldız, S. M. (2018). Futbol hakemlerini strese iten faktörler, iş tatmini ve iş performansı ilişkisinin incelenmesi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 3(2), 195-207.
- Livingston, L. A., Forbes, S. L., Pearson, N., Camacho, T., Wattie, N., Varian, P. (2017). Sport officiating recruitment, development, and retention: A call to action. *Current Issues in Sport Science*,
- Ökten, Ş. (2009). Toplumsal cinsiyet ve iktidar: Güneydoğu Anadolu Bölgesi’nin Toplumsal Cinsiyet Düzeni. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 2(8), 302- 312.
- Önder, N. (2013). Türkiye’de Kadın İşgücünün Görünümü. *Çalışma Dünyası Dergisi*, 1(1), 35-61.
- Özdemir, A. R., Özdemir, E., Akça, C., Ediz, B., ve Akça, A. (2002). Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü son sınıf öğrencilerinin benlik ve mesleki benlik kavramları arasındaki bağdaşım düzeylerini etkileyen bazı faktörler. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(1), 287-303.
- Pereira, A., Mendes, F., Figueiredo, A. (2023). *Governance in Sports Organizations: A Gender Approach*, European Handbook For Gender Equality, Equity, Inclusion in Sport: A Perspective Through The Erasmus + Women-Up Project, ISBN: 978-84-1170-562-2.
- Rullang, C., Emrich, E., & Pierdzioch, C. (2017). Why do referees end their careers and which factors determine the duration of a referee’s career? *Current Issues in Sport Science (CISS)*.
- Şahin, S., Dal, S., Donuk, B. (2020). Basketbol Hakemlerin Cam Tavan Algısı ve Kadın Hakemlerin Üst Klasmanlara Yükselmesindeki Engeller. *Spormetre*, 18(1), 2020, 120-130.
- Tabachnick, B.G., L.S., Fidell (2013). *Using Multivariate Statistics (sixth ed.)* Pearson, Boston.
- Tapşın, F.O., Koç Doğan, N.E. (2024). Futbol Hakemlerinin Sporda Mücadele ve Tehdit Durumlarının İncelenmesi. *Herkes için Spor ve Rekreasyon Dergisi*, 6(3), 284-289.
- TDK (2024). Güncel Türkçe Sözlük, <https://sozluk.gov.tr/>
- Türkiye Badminton Federasyonu (Eylül 2023). <https://www.badminton.org.tr/>
- Türkiye Masa Tenisi Federasyonu (Eylül 2023). <https://www.tmf.gov.tr/83>
- Türkiye Tenis Federasyonu (Eylül 2023). <https://www.ttf.org.tr/duyurular/hakem-duyurular>
- Parsons, T., Balmer, A. (2015). You want the buzz of having done well in a game that was not easy: A sociological examination of the job commitment of English football referees. *Movement & Sport Sciences*, 87, 41-52.
- Wiesner Hanks, M. E. (2024). Tarihte Toplumsal Cinsiyet (Çıyan Şenerdi, M. Çev.). Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Yanikkerem, E., Altınparmak, S., ve Karadeniz, G. (2004). Gençlerin meslek seçimini etkileyen faktörler ve benlik saygıları. *Nursing Forum Dergisi*, 7(2), 61- 62.
- Yılmaz, S. (2018). Toplumsal Cinsiyet Rollerinin Günlük Hayattaki Yansımaları: Çorum/Alaca Örneği. *İMGELEM*, 2 (2), 59-79.



REKREASYONEL LİDERLİK DAVRANIŞI İLE KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Halil İbrahim Genç¹, Eminsafa Dilmaç^{1*}, Yunus Genç²

¹Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Sakarya

²Bingöl Üniversitesi, Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu, Bingöl

Öz: Bu araştırmanın amacı, rekreasyonel liderlik davranışı ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırmada nicel araştırma modellerinden ilişkisel tarama modeli benimsenmiştir. Çalışmaya, bir devlet üniversitesinin lisans programlarına kayıtlı 213'ü kadın 194'ü erkek olmak üzere toplam 407 üniversite öğrencisi dâhil edilmiştir. Araştırmada kullanılan veriler, araştırmacılar tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu, rekreasyonel liderlik davranışı ölçeği ve beş faktör kişilik ölçeği kullanılarak elde edilmiştir. Verilerin analizinde değişkenler arasındaki ilişkinin tespiti için Pearson korelasyon analizi ve Regresyon analizi tekniği kullanılmıştır. Araştırmanın bulguları incelendiğinde rekreasyonel liderlik davranışı ile öz denetim ve deneyime açıklık kişilik özelliği arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin bulunduğu tespit edilmiştir. Ayrıca deneyime açıklığın rekreasyonel liderlik davranışını anlamlı şekilde yordadığı sonucuna ulaşılmış, ancak öz denetim özelliğinin rekreasyonel liderlik davranışı üzerinde anlamlı bir etkisi bulunmamıştır. Araştırma sonuçları, üniversite öğrencilerinin rekreasyonel liderlik davranışı ile belirli kişilik özellikleri arasında anlamlı ilişkiler olduğunu ortaya koymaktadır.

Anahtar Kelimeler: Rekreasyonel liderlik davranışı, kişilik özellikleri, rekreasyon ve kişilik.

AN INVESTIGATION INTO THE RELATIONSHIP BETWEEN RECREATIONAL LEADERSHIP BEHAVIOR AND PERSONALITY TRAITS

Abstract: The purpose of this study is to examine the relationship between recreational leadership behavior and personality traits. The study adopted a correlational survey model, one of the quantitative research designs. The sample consisted of a total of 407 university students enrolled in undergraduate programs at a public university, including 213 female and 194 male students. Data were collected using a personal information form developed by the researchers, a recreational leadership behavior scale, and a five-factor personality scale. Pearson correlation analysis and regression analysis techniques were used to determine the relationship between variables. The findings revealed a significant positive relationship between recreational leadership behavior and the personality traits of self-control and openness to experience. Additionally, openness to experience was found to significantly predict recreational leadership behavior, while self-control showed no significant effect on recreational leadership behavior. The results indicate that there are significant relationships between certain personality traits and recreational leadership behavior among university students.

Key Words: Recreational leadership behavior, personality traits, recreation, and personality

* Sorumlu Yazar: Eminsafa Dilmaç, Arş. Gör., E-mail: eminsafadilmac@subu.edu.tr

GİRİŞ

Günümüzde insan yaşamı, geçmişe kıyasla önemli değişim ve gelişim göstermiştir. Çalışma hayatının yoğun temposu ve günlük yaşamdaki stres dolu koşuşturma, bireylerin zihinsel ve bedensel sağlığı üzerinde olumsuz etkiler meydana getirmektedir (Baudrillard, 2020). Modern insan, yalnızca temel ihtiyaçlarını karşılamakla kalmayıp, aynı zamanda günlük yaşamın sıkıntılarından uzaklaşmak ve zamanını en verimli şekilde değerlendirmek istemektedir. Modern çağda insanların serbest zamanlarını en verimli bir biçimde değerlendirme ihtiyacı, rekreasyonel faaliyetler aracılığıyla karşılanmaktadır (McLean ve ark., 2008). Bu nedenle, bireylerin iş, eğitim ve aile sorumlulukları gibi belirli yükümlülüklerini tamamlamalarının ve yeme, içme, uyuma gibi temel ihtiyaçlarını karşılamalarının ardından, geriye kalan serbest zamanlarda gerçekleştirilen rekreasyon faaliyetleri oldukça önem arz etmektedir (Uluç ve ark., 2020). Modern toplumlarda rekreasyonel faaliyetlerin giderek yaygınlaşmasıyla birlikte, rekreasyonel liderlik kavramı da ön plana çıkmıştır.

Liderlik, bir bireyin belirli koşullar altında, çeşitli bireysel veya grup hedeflerine ulaşmak için diğer kişilerin eylemlerini en uygun şekilde etkileme ve yönlendirme yeteneğidir (Koçel, 2001). Liderler, ekibin hedefleri doğrultusunda hareket eden, ekibi amaçlar doğrultusunda yönlendiren ve etkinliğin işlevselliğini sağlayan kişilerdir. Liderlik davranışı, farklı kurum, örgüt veya takipçilerin tutum, davranış ve özelliklerine göre değişen çeşitli liderlik tarzlarını da kapsamaktadır (Kesimli, 2013). Rekreasyonel liderlik, çeşitli rekreasyonel etkinliklerin planlanması, koordine edilmesi ve yönlendirilmesi sürecinde etkin rol oynayan bir liderlik davranış tarzını ifade etmektedir (Durhan ve ark., 2022). Bu liderlik yaklaşımı, katılımcıların aktivitelere en doğru şekilde yönlendirilmesi ve rekreasyonel aktivitelerden en etkin biçimde faydalanmalarını sağlamak için önemlidir (Duman, 2022). Rekreasyonel liderlik, yalnızca eğlence amacıyla gerçekleşen rekreasyonel aktivitelerle sınırlı olmayıp, turizm sektöründeki yöneticiler, turist rehberleri, spor tesisleri yöneticileri ve antrenörler gibi birçok alanda karşımıza çıkmaktadır (Kozak ve Yüncü, 2009). Günümüzde rekreasyonel faaliyetlerin giderek farklılaşması ve değişen güncel yaklaşımlar ile birlikte, aktivite sürecindeki rekreasyonel liderlik davranışının gelişmesine yönelik talep artmıştır (Arıkan, 2002; Karaküçük ve Yetim, 1996). Liderliğin doğuştan geldiği görüşüne (Organ, 1996) paralel olarak, kişilik kavramı ve kişilik özellikleri, konuya farklı bir perspektiften bakmamıza olanak sağlar.

Kişilik, bireyi diğerlerinden ayıran ve sürekli görülebilen, doğuştan gelen ve edinilmiş bir dizi özelliktir (Taymur ve Türkçapar, 2012). Kişilik, bireyin açık ve belirgin özelliklere sahip olduğu bir durumdur (Koroğlu ve Bayraktar, 2011). Bir kişinin gündelik yaşamdaki şahsına özgü davranışsal tepkileri ve tutumları kişiliği meydana getirir. Yapılan araştırmalar neticesinde "Beş Faktör" ya da "Büyük Beşli" olarak literatüre giren kuram, kişiliğe ilişkin farklı görüşleri bir araya getirmeyi sağlamıştır (Allport, 1936; Digman, 1990; McCrae ve Costa, 1987; McCrae ve John, 1992; McCrae ve Terracciano, 2005).

Beş faktör kişilik özelliği; dışadönüklük, yumuşak başlılık, öz denetim, nevrotizm ve deneyime açıklık boyutlarından oluşmaktadır (Bacanlı, İlhan ve Aslan, 2009). Her bir faktör, farklı bir kişilik özelliğini ifade etmektedir. Dışa dönüklük kavramı, kişinin enerjisinin çoğunu dış dünyaya yönlendirmesi olarak tanımlanmaktadır (Chauvin ve ark., 2007). Ayrıca, dışadönüklüğü yüksek olan kişilerde ödül olgusunun daha belirgin olduğu belirtilmiştir (Lucas ve ark., 2000). Yumuşak başlılık, bireyin hümanist yönünü ifade eder (Digman, 1990). Yumuşak başlılığı yüksek olan kişiler, çevresindeki insanları seven ve merhamet sahibi bireyler olarak nitelendirilebilir (Somer ve ark., 2002). Öz denetim kavramı, kişinin disiplin sahibi olmasını, hedef ve amaç bilincine sahip olmasını, yaptığı işlerde daha özenli ve dikkatli

olmasını ifade eder (Doğan, 2013). Öz denetim boyutu, liderlik yeteneğine sahip, planlama, organizasyon, görev odaklılık, titizlik ve kararlılıkla çalışma becerisi yüksek kişileri betimlemektedir (Cervone ve Pervin, 2016; Chamorro-Premuzic, 2014). Nevrotizm boyutu yüksek olan bireylerin kaygı, depresyon, dürtüsellik, öz kontrol zorlukları ve sık ruh hali değişimleri gibi belirtiler sergilediği söylenebilir (Costa ve McCrae, 1992; Gunthert ve ark., 1999). Son boyut olan deneyime açıklık ise McCrae ve John'a (1992) göre sabit bir olgudan ziyade, çok çeşitli deneyimlere, sanata ve güzelliğe duyarlı olmayı, aynı zamanda yeni tecrübeleri deneyimlemekten çekinmeyen bireyleri ifade etmektedir. Deneyime açık kişiler, meraklı, sorgulayıcı, sıra dışı fikirlere sahip, maceraya açık, hayal gücü geniş ve özgür ruhlu bireyler olarak tanımlanabilir (Smith ve ark., 2021; Tan ve ark., 2018).

Rekreasyonel liderlik davranışı ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin kuramsal temelleri, Özellikler Teorisi'ne dayanmaktadır. Özellikler Teorisi, liderliğin belirli kişilik ve karakter özelliklerine sahip bireylerde ortaya çıktığını savunur. Bu teoriye göre, etkili bir liderin dürüstlük, doğruluk, değerlere bağlılık ve öz güven gibi özelliklere sahip olması beklenir (Önen ve Kanayran, 2015; Yeşil, 2016). Büyük Adam Teorisi ise liderlik özelliklerinin doğuştan geldiğini ve liderlerin belirli niteliklerle doğduğunu öne sürer (Organ, 1996). Bunun aksine, Davranış Teorisi, liderliğin doğuştan gelmeyip öğrenilebilir ve geliştirilebilir olduğunu savunan bir yaklaşımdır. Özellikler Teorisi, Büyük Adam Teorisi'ne benzer şekilde, liderliğin belirli özelliklere sahip bireylerde görülebileceğini ifade ederken, liderlik niteliklerinin geliştirilemeyeceğini varsayar (Gedik, 2020; Karaküçük ve ark., 2017). Bu tanımlar çerçevesinde, kişinin öz denetim ve deneyime açıklık özellikleri ile rekreasyonel liderlik davranışının pozitif bir ilişki içinde olduğu söylenebilir. Nitekim rekreasyon liderleri, daima yenilik ve gelişme peşinde olan, liderlik sürecinde gerekli emek ve çabayı gösteren, rekreasyon faaliyetlerinin yürütülmesinde titizlikle hareket eden ve grup dinamiklerine göre uygun liderliği gerçekleştiren kişiler olarak tanımlanmaktadır (Gammonley ve Luken, 2001). Konunun teorik temeli ise Özellikler Teorisi ve Davranış Teorisi'ne dayanmaktadır (Judge ve ark., 2002).

Literatürdeki araştırmalar incelendiğinde, farklı örneklem grupları üzerinde kişilik özellikleri ile liderlik davranışı arasındaki ilişkiyi irdeleyen birçok çalışmanın mevcut olduğu görülmektedir (Arıbaş ve Oğuzhan, 2023; Başarangil ve Munusturlar, 2018; Dayıcan ve Demiray, 2021; Garcia ve ark., 2014; Johnson ve ark., 2004; Judge, 2000; Judge ve ark., 2002; Kabakulak ve Pelit, 2022; Kattan ve Fox, 2014). Özellikle uluslararası literatürde, kişiliğin liderliği açıklamada önemli bir rol oynadığı ifade edilmektedir (Bono ve Judge, 2004; Do ve Minbashian, 2020; Judge, Bono ve ark., 2002; Lin ve ark., 2021). Ancak, kişilik özellikleri ile rekreasyonel liderlik davranışı arasındaki ilişkiyi konu edinen araştırmaların eksikliği dikkat çekmektedir. Bu durum, araştırmanın literatürdeki önemli bir boşluğu doldurmasına olanak sağlamaktadır. Nitekim, kişilik özelliklerinin rekreasyonel faaliyet içindeki deneyimi, grup içi dinamikleri ve rekreasyonel liderlik davranışları ile ilişkili olduğu düşünülmektedir (Hu ve Judge, 2017).

Verilen bilgilerden yola çıkarak hem liderlik hem de kişilik çalışmaları alanında katkılar sunmayı amaçlayan bu araştırma, rekreasyon ve psikoloji alanında çalışanlara da kaynaklık edebilmek için gerçekleştirilmiştir. Ayrıca, literatüre farklı bir bakış açısı kazandırmayı hedeflemektedir. Bu çerçevede, rekreasyonel liderlik ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin olup olmadığının incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada yanıt aranan sorular aşağıdaki gibidir:

1. Üniversite öğrencilerinin öz denetim ve deneyime açıklık kişilik özellikleri ile rekreasyonel liderlik davranışları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

2. Üniversite öğrencilerinin öz denetim ve deneyime açıklık kişilik özellikleri, rekreasyonel liderlik davranışlarını anlamlı bir şekilde etkilemekte midir?

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bu araştırmada, rekreasyonel liderlik davranışı ile öz denetim ve deneyime açıklık kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin tespit edilmesi ve rekreasyonel liderlik davranışının öz denetim ile deneyime açıklık kişilik özelliklerinden nasıl etkilendiğinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu amaca ulaşmak için en uygun yöntem olarak, nicel araştırma yöntemlerinden "ilişkisel tarama" modelinin kullanılması tercih edilmiştir.

İlişkisel tarama modeli, iki ya da daha çok araştırma değişkeni arasındaki ilişkiyi, ilgili değişkenlere müdahale edilmeden inceleyen ve değişkenlerin birlikte değişim yönü ile düzeyini ortaya koymayı amaçlayan bir araştırma modelidir. Tarama modelleri, geçmişte gerçekleşmiş veya hâlâ devam eden bir durumu, var olduğu şekilde incelemeyi amaçlayan bir araştırma yaklaşımıdır (Fraenkel ve Wallen, 2009; Karasar, 2005).

Araştırma Grubu

Araştırmaya bir devlet üniversitesinin lisans programlarına kayıtlı 213'ü kadın 194'ü erkek toplam 407 üniversite öğrencisi dâhil edilmiştir. Örnekleme dâhil edilen katılımcıların yaşları 18 ile 28 arasında değişmektedir. Araştırma örnekleminin seçiminde ise kolayda örnekleme yöntemi tercih edilmiştir (Karagöz, 2017). Kolayda örnekleme yöntemi, ana kütle içerisinde seçilecek belirli bir grubun araştırmacının kanaat ve varsayımınca seçildiği tesadüfî olmayan örnekleme yöntemleri arasındadır. Kolayda örnekleme yönteminde elde edilecek veriler, ana kütlede içerisinden en hızlı ve ekonomik bir şekilde toplanır (Malhotra, 2004). Ayrıca örneklem sayısının belirlenmesinde ise sosyal bilimlerde sıklıkla tercih edilen ve en büyük popülasyona ($\alpha= 0,05$) karşılık gelen örneklem grubuna uygun biçimde sağlanmıştır (Yazıcıoğlu ve Erdoğan, 2004). Örnekleme dâhil edilen katılımcılara ilişkin sonuçlar Tablo 1' de verilmiştir.

Tablo 1. Katılımcılara ilişkin tanımlayıcı istatistik analizi sonuçları			
Cinsiyet	N	%	$\bar{X}_{\text{yaş}}$
Kadın	213	52,3	
Erkek	194	47,7	21,25±2,41
Toplam	407	100,0	

Tablo 1'deki tanımlayıcı istatistik sonuçları incelendiğinde araştırmaya katılan bireylerin %52,3'ünün (n=213) kadın; %47,7'sinin ise (n=194) erkek olduğu görülmektedir. Ayrıca katılımcıların yaş ortalamalarının 21,25±2,41 aralığında olduğu tespit edilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu

Öğrencilere ilişkin bazı demografik özellikleri saptamak amacıyla araştırmacılar tarafından oluşturulan kişisel bilgi formundan yararlanılmıştır. Veri toplama aracının ilk bölümünü oluşturan bilgi formunun içerisinde üniversite öğrencilerinin yaş, cinsiyet, öğrenim görülen bölüm ve sınıf düzeyini belirlemeye yönelik sorular yer almaktadır.

Rekreasyonel Liderlik Davranışı Ölçeği

Araştırmanın bağımlı değişkeni olan “Rekreasyonel Liderlik Davranışı” düzeyini belirlemek için Durhan ve arkadaşları (2022) tarafından geliştirilen “Rekreasyonel Liderlik Davranışı Ölçeği” kullanılmıştır. Ölçek, 2 alt boyuttan meydana gelmekte ve her alt boyutta 15 ifade bulunmaktadır. Alt boyutları “demokratik davranış (8 madde)” ve “otokratik davranış (7 madde)” olarak isimlendirilmiştir. 5’li likert tipinden oluşan ölçme aracı ters puanlanan madde yer almamaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 15, en yüksek puan ise 75’tir. Ayrıca ölçme aracı toplam puan üzerinden de işlem görmektedir. Ölçme aracının güvenilirliğine ilişkin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı; demokratik davranış için ,78, otokratik davranış için ,64’, ölçeğin geneli için ise ,60 olarak hesaplanmıştır (Ayyıldız-Durhan ve ark., 2022). Söz konusu araştırmada ölçme aracı toplam puan üzerinden hesaplanmıştır.

Beş Faktör Kişilik Ölçeği

Araştırmanın bağımsız değişkeni olan “Öz denetim ve deneyime açıklık” düzeyini belirlemek için “Beş Faktör Kişilik Ölçeği” tercih edilmiştir. “Beş Faktör Kişilik Ölçeği” John ve arkadaşları (1991) tarafından geliştirilmiş olup, Evinç (2004) tarafından ise Türkçe uyarlaması yapılmıştır. 44 madden oluşan ölçme aracı 5’li likert tipindedir. Ölçek, kişiliğin beş büyük özelliği olan: Dışa dönüklük, yumuşak başlılık, öz denetim, nevroitiklik ve deneyime açıklık boyutlarından oluşmaktadır (Evinç, 2004). Söz konusu araştırmada öz denetim ve deneyime açıklık alt boyutları kullanılmıştır.

Verilerin Toplanması

Araştırma verilerinin toplanabilmesi amacıyla, devlet üniversitesinin etik kurulundan E-26428519-050.99-92577 yazılı onay alınmıştır. Bu onay alındıktan sonra, demografik bilgi formu ve ölçek soruları çoğaltılarak araştırma formu hazır hale getirilmiştir. Araştırmacı, verileri toplamak için üniversitede öğrenim gören öğrencilerin ders programlarını incelemiş ve derslerin aksamaması hususunu göz önünde bulundurarak verilerin toplanmasına gayret edilmiştir. İlgili bölüm başkanlıkları ve öğretim üyelerinden izin alınarak sınıf ortamında katılımcılardan verilerin toplanması sağlanmıştır. Verilerin toplanmasında yüz yüze anket yöntemi kullanılmıştır. Verilerin toplanması sürecinde gönüllülük esası ilkelerine uygun hareket edilmiş ve anket formunun cevaplanması ortalama 4-7 dakika arasında sürmüştür.

Verilerin Analizi

Araştırmanın verilerinin analizinde SPSS 24.0 paket programından yararlanılmıştır. Elde edilen demografik verilerin analizi için betimleyici istatistikler kullanılmıştır. Ayrıca toplanan verilerin normal dağılıma uygunluğu çarpıklık ve basıklık değerleri incelenmiştir. Söz konusu değerlerin -2 ile +2 aralığında olduğu, dolayısıyla verilerin normal dağılım aralığında olduğu kabul edilmiştir (George ve Mallery, 2019). Bu sebeple verilerin analizi sürecinden parametrik testlerden yararlanılmıştır. Araştırma değişkenleri arasındaki ilişkinin tespit edilebilmesi için Pearson korelasyon analizi, bağımsız değişkenin bağımlı değişkenler üzerindeki etkisinin incelenebilmesi için ise Regresyon analizi tekniği kullanılmıştır. Araştırma kapsamında anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak benimsenmiştir.

Tablo 2. Ölçme araçlarına ilişkin sonuçlar

Faktörler	Çarpıklık	Basıklık	Cronbach α	$\bar{X} \pm SS$
Rekreasyonel Liderlik Davranışı	-1,066	1,713	,734	55,53 \pm 9,75
Öz Denetim	,082	-,508	,836	3,71 \pm ,62
Deneyime Açıklık	-,890	1,784	,702	3,79 \pm ,59

Tablo 2’de ölçme araçlarına ait çarpıklık, basıklık, güvenirlik, ortalama ve standart sapma değerlerine yer verilmiştir. Sonuçlar, ölçme araçlarının çarpıklık ve basıklık değerlerinin ‘-2/+2’ aralığında değiştiğini göstermektedir (George ve Mallery, 2019, ss. 114-115). Ayrıca, ölçme araçlarına ilişkin Cronbach Alfa katsayılarının Karagöz’e (2017) göre oldukça güvenilir olduğu söylenebilir (s. 26). Faktörlere ait puan ortalamalarına bakıldığında, rekreasyonel liderlik puan ortalamasının 55,53 \pm 9,75; öz denetim puan ortalamasının 3,71 \pm 0,62 ve deneyime açıklığın puan ortalamasının 3,79 \pm 0,59 olduğu tespit edilmiştir.

BULGULAR

Aşağıda görüldüğü üzere Tablo 3’te rekreasyonel liderlik davranışı ile öz denetim ve deneyime açıklık kişilik boyutları arasındaki ilişkinin belirlenebilmesi amacıyla yapılan Pearson korelasyon analizine ilişkin sonuçlar yer almaktadır.

Tablo 3. Katılımcıların rekreasyonel liderlikleri ile kişilik özellikleri arasındaki ilişki sonuçları

	Öz Denetim	Deneyime Açıklık
Rekreasyonel Liderlik Davranışı	r = ,310	,185
	p = ,000**	,000**

Tablo 3’teki “*Pearson korelasyon*” analizi sonucu incelendiğinde, katılımcıların rekreasyonel liderlik davranışları ile öz denetim ($r=,310$; $p=000$) arasında pozitif yönde orta düzeyde bir ilişki görülürken, deneyime açıklık boyutuyla ($r=,185$; $p=000$) ise pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkinin olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 4. Rekreasyonel liderliğin yordanmasına ilişkin regresyon analizi sonuçları

Model	B	Std. Hata	β	t	p
Sabit	33,323	3,475	---	9,589	,000
Öz Denetim	1,290	,798	,082	1,616	,107
Deneyime Açıklık	4,595	,832	,280	5,522	,000*

Bağımlı değişken= Rekreasyonel Liderlik; $R=,32$; $R^2_{adj}=,10$; $F_{(2,404)}=2,901$; $p=,000$; Yöntem: Enter

* $p<0.001$

Tablo 4’te öz denetim ve deneyime açıklık boyutunun rekreasyonel liderlik davranışını etkilemesine ilişkin yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonucu yer almaktadır. Araştırma

kapsamında kurulan regresyon modelinin istatistiksel açıdan anlamlı olduğu görülmektedir. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t değeri incelendiğinde ise deneyime açıklığın ($\beta=,280$; $t=5,522$; $p=,000$) rekreasyonel liderlik üzerinde pozitif yönde anlamlı yordayıcı güce sahip olduğu tespit edilmiştir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırmada üniversite öğrencilerinin rekreasyonel liderlik davranışı ile kişilik özellikleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu bölümde, araştırma sonuçları, konu ile ilgili benzer çalışmaların sonuçlarıyla karşılaştırılarak tartışılmıştır. Bu yaklaşım, elde edilen bulguların daha kapsamlı bir perspektifle değerlendirilmesine olanak tanımakta ve mevcut literatürdeki yerini belirlemekte önemli bir rol oynamaktadır.

Literatür incelendiğinde, kişilik özelliklerinin bireylerin rekreatif etkinlik tercihlerinde belirleyici bir etken olduğu görülmektedir (Kovacs, 2007; Soybalı, Kabakulak ve Başar, 2020; Yazıcı ve ark., 2023). Bu durum, bireylerin kişilik özelliklerine göre rekreasyonel faaliyetlere katılım biçimlerinin değiştiğini göstermektedir. Dolayısıyla, kişilik özelliklerinin rekreasyonel faaliyetlerdeki deneyim, grup içi dinamikler ve rekreasyonel liderlik davranışları ile ilişkili olduğu düşünülebilir.

Araştırmamızın bulgularına göre, kişilik boyutlarından öz denetim ve deneyime açıklık boyutu ile rekreasyonel liderlik davranışı boyutu arasında pozitif bir ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Benzer şekilde, önceki çalışmalarda liderlik ve kişilik özellikleri arasında pozitif bir ilişki olduğu saptanmıştır (Arıbaş ve Oğuzhan, 2023; Colbert ve ark., 2012; Dayıcan ve Demiray, 2021; Hu ve Judge, 2017; Judge ve ark., 2002; Özbağ, 2016). Ancak etkisel analizlerde öz denetimin rekreasyonel liderlik davranışını anlamlı bir şekilde yordamadığı, buna karşılık deneyime açıklık boyutunun rekreasyonel liderlik üzerinde pozitif yönde anlamlı bir etki gösterdiği belirlenmiştir. Arıbaş ve Oğuzhan (2023) tarafından yapılan çalışmada benzer bir bulguyla, beş faktör kişilik modelindeki deneyime açıklık boyutunun genç liderlerin liderlik düzeyleri üzerinde pozitif bir etkisinin olduğunu, öz disiplin/sorumluluk boyutunun ise anlamlı bir etki göstermediğini ifade etmişlerdir. Öz denetim, liderlikle güçlü bir korelasyon gösteren bir kişilik özelliği olarak öne çıkar. Başarı odaklı ve disiplinli yapıları sayesinde, sorumluluk sahibi bireylerin lider olarak öne çıkma olasılığı daha yüksektir. Araştırmamızda öz denetim, rekreasyonel liderlik davranışını doğrudan olumlu bir şekilde yordamamış olsa da literatürle uyumlu olarak, rekreasyonel liderlikle pozitif bir ilişki içinde bulunmuştur. Bu bulgu, rekreasyonel liderliğin öz denetim kişilik faktörüyle ilişkili olduğunu ifade etmektedir (Judge ve ark., 2002). Jonhson ve arkadaşları (2004) tarafından yapılan çalışmada da öz denetim ve deneyime açıklık kişilik özelliklerinin liderlik davranışı ile pozitif korelasyon içerisinde olduğunu raporlamaktadır. Öz denetimin rekreasyonel liderlik davranışını anlamlı bir şekilde yordamaması, bu kişilik özelliğinin daha çok bireysel kontrol ve disiplinle ilgili olmasından kaynaklanabilir. Rekreasyonel liderlik davranışı, sosyal etkileşim ve grup dinamiklerini yönetme becerilerini de içerir, bu nedenle öz denetimi yüksek bireyler, grup içinde ilham verme veya esneklik gösterme konusunda sınırlı kalabilir. Öte yandan, deneyime açıklık, yenilikçi ve yaratıcı çözümler geliştirebilme kapasitesini artırarak liderlerin grup içinde etkili bir iletişim ve motivasyon sağlamalarına yardımcı olur. Bu nedenle, deneyime açıklık, rekreasyonel liderlik üzerinde pozitif bir etki gösterirken, öz denetim bu etkileşimi desteklemede daha az etkili olabilir. Nihai olarak literatürde yer alan araştırmaların sonuçları araştırmamızın bulguları ile örtüşür niteliktedir (Hassan ve ark., 2016).

Rekreasyon etkinliklerinin planlama, uygulama, koordinasyon ve kontrol aşamalarında liderler demokratik, otokratik veya liberal davranışlar gösterebilirler (Durhan ve ark., 2022). Kişilik özelliklerinin bu liderlik davranışlarını etkileme potansiyeli taşıdığı literatürde belirtilmektedir (Hu ve Judge, 2017; Judge ve ark., 2002). Ancak, araştırmamızda öz denetim boyutunun rekreasyonel liderlik davranışını yordamadığı sonucuna ulaşılmıştır. Öz denetim kişiliği yüksek bireyler genellikle titiz, bireysel çaba odaklı ve kişisel gelişimlerine odaklanırken, rekreasyonel liderlik davranışları daha çok grup içi etkileşim, paylaşım ve birliktelik üzerine yoğunlaşmaktadır. Bu farklılıklar göz önünde bulundurulduğunda, öz denetim boyutunun rekreasyonel liderlik davranışını doğrudan etkilememesi literatürle de örtüşmektedir. Bu duruma ek olarak kişilik özelliklerinin rekreasyonel liderlik davranışı ile ilişkisini inceleyen çalışmaların sınırlılığı, araştırma bulgularının tartışılmasını zorlaştırmakta ve bu alanda daha fazla araştırma yapılması gerektiğini ortaya koymaktadır (Hassan ve ark., 2016). Bununla birlikte, korelasyon analizinde rekreasyonel liderlik davranışı ile öz denetim arasında pozitif bir ilişki bulunması, öz denetimin dolaylı olarak bazı liderlik özelliklerine katkı sunabileceğini göstermektedir. Öz denetim kişilik özelliği ile rekreasyonel liderlik davranışı arasındaki pozitif korelasyon, iki özellik arasında doğrudan bir etki olmasa bile dolaylı bir ilişki olabileceğini göstermektedir. Öz denetim, bireylerin kendi davranışlarını kontrol etme ve düzenleme becerisini içerir. Bu durum, rekreasyonel liderlik sürecinde önemli bir unsur olarak karşımıza çıkmaktadır. Nitekim öz denetimi yüksek bireyler, grup dinamiklerini yönetme ve zorlayıcı durumlarla başa çıkma yeteneğine sahip olabilirler. Ancak öz denetim tek başına liderlik davranışlarını etkilemeyebilir. Bilindiği üzere liderlik, aynı zamanda sosyal etkileşim, esneklik ve grup üyeleriyle kurulan iletişim gibi başka faktörlere de bağlıdır. Bu nedenle, öz denetim, liderlik özelliklerine dolaylı olarak katkıda bulunabilirken, doğrudan bir etki oluşturmaması, liderliğin çok boyutlu yapısını ortaya koyar niteliktedir (Kesimli, 2013).

Deneyime açık kişiler meraklı, sorgulayıcı, sıra dışı fikirlere sahip, maceraya açık ve özgür ruhlu bireyler olarak tanımlanır. Rekreasyonel liderlik, genellikle yeniliklere ve gelişime açık, grup dinamiklerine uyum sağlayan liderler tarafından yürütülür (Gammonley ve Luken, 2001). Bu tanım çerçevesinde, deneyime açıklık boyutunun rekreasyonel liderlik davranışı ile pozitif bir ilişkide olması tutarlı bir durumdur (Colbert ve ark., 2012; Judge ve ark., 2002). Araştırma bulgularına göre deneyime açıklığın rekreasyonel liderlik davranışını olumlu olarak etkilemektedir. Deneyime açıklık düzeyi yüksek bireyler, yeni deneyimlere, alışılmadık dışındaki fikirlere ve yaklaşımlara açık olma eğilimindedir. Yapılan araştırmalar, deneyime açıklığın dönüşümcü liderlik, hizmetkar liderlik, özgün liderlik ve karizmatik liderlik gibi farklı liderlik tipleriyle pozitif ilişkilere sahip olduğunu ortaya koymaktadır (Bono ve Judge, 2004; Do ve Minbashian, 2020; Lin ve ark., 2021). Judge (2000) tarafından yapılan araştırmada deneyime açıklığın dönüşümlü liderlik ile pozitif bir ilişki içerisinde olduğunu tespit etmiştir. Deneyime açıklığın liderlik ile pozitif bir korelasyon içerisinde olması sonucu literatürdeki çalışmalar tarafından da desteklenir niteliktedir (Özbağ, 2016). Rekreasyonel liderlik sürecinde liderlik becerisi arttıkça bireyin ekip uyumu, sıra dışı düşünce yeteneği ve macera arayışı da artmaktadır (Shooter ve ark., 2010). Bu bağlamda, deneyime açık bireylerin rekreasyonel aktivitelerindeki duygu, deneyim ve davranışları, rekreasyonel liderlik davranışlarıyla olumlu bir ilişki göstermektedir. Bu nedenle, deneyime açıklığın rekreasyonel liderlik davranışları üzerinde etkili bir faktör olduğu söylenebilir. Literatürde deneyime açıklığın liderlik özellikleri ile pozitif ilişki gösterdiğine dair araştırmalar bulunsa da (Jonhson ve ark., 2004; Judge, 2000; Özbağ, 2016), konuyu rekreasyonel liderlik davranışı bağlamında inceleyen çalışmaların yetersizliği dikkat çekmektedir (Hassan ve ark., 2016). Bu nedenle, günümüzde oldukça popüler hale gelen rekreasyon aktivitelerindeki liderlik davranışlarının optimum şekilde gelişmesi ve bu bağlamda kişilik özellikleri ile rekreasyonel liderlik arasındaki ilişkinin akademik çalışmalarla ortaya konulması, liderlik ve kişilik araştırmalarına rekreasyonel açıdan önemli bir teorik katkı

sağlayacaktır. Ek olarak deneyime açık bireylerin rekreasyon aktivitelerinde de farklı deneyimlere ve yaklaşımlara yatkın olması, rekreasyonel liderlik davranışını olumlu yönde etkileyebileceği sonucuna ulaşılmıştır. Bu bulgular, Beş Faktör Kişilik Kuramı'na rekreasyonel liderlik açısından yeni bir bakış açısı kazandırmaktadır. Literatürde kişilik tiplerinin liderlik tipleri ve davranış teorileri bağlamında incelendiği çalışmalar bulunmakla birlikte, bu konuya rekreasyonel liderlik perspektifinden odaklanan araştırmaların sınırlı olması dikkat çekicidir. Araştırmamızın bulguları, literatürdeki mevcut çalışmaları destekler niteliktedir (Do & Minbashian, 2020; Judge ve ark., 2002).

Sonuç olarak, üniversite öğrencilerinde rekreasyonel liderlik davranışı ile öz denetim ve deneyime açıklık kişilik özellikleri arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Deneyime açıklık boyutunun rekreasyonel liderlik davranışlarını olumlu yönde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırma bulgularına pratik ve teorik çıkarımlar bağlamında bakıldığında araştırmanın bulguları, rekreasyonel liderlerin seçimi ve eğitimi açısından önemli çıkarımlar sunmaktadır. Rekreasyonel liderlik pozisyonları için kişilik özelliklerine göre bir değerlendirme yapılması, liderlerin etkinliklerde grup dinamiklerine daha iyi uyum sağlamalarını ve başarılı liderlik deneyimleri oluşturmalarını destekleyebilir. Özellikle deneyime açık bireylerin bu pozisyonlara yönlendirilmesi, yenilikçi ve uyumlu bir liderlik yaklaşımı geliştirmede etkili olabilir. Araştırmamız, beş faktör kişilik özelliklerinden deneyime açıklık ve öz denetim boyutlarının rekreasyonel liderlik davranışları üzerindeki etkisini inceleyerek bu alandaki literatüre katkıda bulunacağı düşünülmektedir. Deneyime açıklığın liderlik davranışları üzerinde daha güçlü bir etkiye sahip olması, rekreasyon alanındaki liderlik teorilerinin geliştirilmesine yönelik önemli bir bulgudur. Ayrıca, öz denetim boyutunun liderlik davranışlarını açıklamada anlamlı bir etki göstermemesi, rekreasyonel liderlik davranışlarının açıklanmasında grup odaklı ve sosyal dinamiklerin daha belirleyici olabileceğini işaret etmektedir. Bu bulgular, liderlik ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi daha derinlemesine anlamak ve rekreasyonel liderlik davranışına dair literatürü genişletmek amacıyla gelecekteki araştırmalar için önemli bir temel sunmaktadır.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Her çalışmada olduğu gibi bu araştırmanın da çeşitli sınırlılıkları bulunmaktadır. Öncelikle, araştırmada kullanılan örneklem, yalnızca bir devlet üniversitesinin lisans programlarına kayıtlı 407 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Bu durum, sonuçların genellenmesini etkileyebilir. Farklı üniversitelerde veya farklı eğitim düzeylerinde (örneğin, yüksek lisans veya doktora programları) gerçekleştirilecek çalışmalar, daha geniş ve genelleştirilebilir sonuçlar elde edilmesine katkıda bulunabilir. Örneklem yöntemi olarak kolayda örnekleme tercih edilmiştir, bu da katılımcıların seçiminde rastgelelik sağlanmadığı anlamına gelir. Bu durum, örneklemin evreni temsiliyetini sınırlayabilir ve araştırma sonuçlarının daha geniş bir popülasyona genellenmesini zorlaştırabilir. Ayrıca, katılımcıların üniversite öğrencileri olduğu göz önüne alındığında daha yaşlı bireylerin kişilik özellikleri ve liderlik davranışlarıyla ilgili olası farklılıkları göz önünde bulundurulmalıdır. Veri toplama aracı olarak kullanılan kişisel bilgi formu, yalnızca yaş, cinsiyet, bölüm ve sınıf bilgilerini içermektedir. Bu, katılımcıların sosyo-ekonomik durumları, eğitim geçmişleri, rekreasyonel faaliyet tercihi gibi diğer demografik faktörler hakkında bilgi sunmamaktadır. Dolayısıyla, bu faktörlerin rekreasyonel liderlik davranışı üzerindeki etkileri araştırma kapsamının dışında kalmıştır. Bu çalışmada, deneyime açıklık ve öz denetim kişilik özelliklerinin liderlik davranışı ile ilişkileri incelenmiştir. Ancak, yalnızca bu iki kişilik boyutuna odaklanmak, beş faktör kişilik özelliklerinin tamamının liderlik davranışını açıklamadaki rolünü değerlendirmek için yetersiz kalabilir. Son olarak bu araştırmada nicel araştırma yöntemleri benimsenmiştir, araştırma sonuçlarının

genellenebilirliğini artırmak amacıyla nitel ve karma araştırmalarla kişilik özellikleri ve rekreasyon liderliği arasındaki ilişkiyi derinlemesine inceleyen araştırmaların yapılması literatüre ciddi anlamda katkı sağlayabilir.

Teorik Katkılar

- Bu araştırma, rekreasyon liderliği ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi inceleyerek mevcut literatüre önemli bir katkı sağlamaktadır. Özellikle, beş faktör kişilik modelindeki öz denetim ve deneyime açıklık boyutlarının rekreasyonel liderlik davranışları üzerindeki etkilerini ortaya koyması, bu alandaki teorik anlayışın derinleşmesine olanak tanımaktadır. Bu bağlamda, rekreasyonel liderlik davranışlarının kişilik özellikleri çerçevesinde değerlendirilmesi, liderlik davranışlarının daha kapsamlı bir Şekilde anlaşılmasına ve alandaki teorik bilgiye yeni bakış açıları kazandırılmasına katkı sunmaktadır.
- Gelecekte yapılacak çalışmalarda, rekreasyonel liderliğin diğer kişilik boyutları ile ilişkisi incelenerek, teorik ereve daha da genişletilebilir.

Pratik Katkılar

- Üniversite ğrencilerinin kişilik özellikleri ve rekreasyonel liderlik davranışı düzeylerini artırmak amacıyla çeşitli eğitim programları ve liderlik gelişim atölyeleri düzenlenebilir. Bu tür uygulamalar, öğrencilerin liderlik becerilerini geliştirebilir ve rekreasyonel etkinliklerin daha etkin bir Şekilde yönetilmesine katkıda bulunabilir.
- Üniversite bünyesinde düzenlenen rekreasyonel etkinliklerde liderlik pozisyonlarına seçilen öğrencilerin kişilik özellikleri göz önünde bulundurulurken, rekreasyon aktivite sürecinin daha verimli bir Şekilde yönetilmesi sağlanabilir.

Gelecekte Yapılacak Araştırmalara Yönelik neriler

- Bu araştırmada 5 kişilik boyuttan öz denetim ve deneyime açıklık boyutuna odaklanılmıştır. İleride yapılacak çalışmalarda rekreasyonel liderliğin diğer kişilik boyutları ile ilişkisi incelenebilir.
- Rekreasyonel liderlik davranışını etkileyen çeşitli aracı ve düzenleyici değişkenler araştırılabilir.
- Bu alışma niversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirilmiştir. Gelecek araştırmalarda farklı örneklem gruplarının incelenmesi ve rekreasyonel liderlik davranışı ile kişilik boyutları arasındaki ilişkinin nitel veya karma araştırma yöntemleri ile desteklenmesi önerilmektedir.
- Rekreasyon aktivitelerinin spor, kültür, sanat veya turizm gibi çeşitli alanlarda yer aldığı göz önüne alındığında, bu aktiviteler özelinde rekreasyonel liderlik davranışının incelenmesi ve farklı aktivitelerdeki liderlik davranışını etkileyen faktörlerin araştırılması önerilmektedir.

KAYNAKLAR

Allport, G. W. (1961). *Pattern and growth in personality*. New York: Holt, Rinehart ve Winston.

Arıbaş, A. N., & Oğuzhan, Y. S. (2023). Beş faktör kişilik özelliklerinin gençlik liderliğine etkisi: Üniversite ğrencileri üzerine bir alışma. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 25(4), 1420-1437. <https://doi.org/10.32709/akusosbil.1088501>

Arıkan, Y. (2002). Polis akademisi ğrencilerinin boş zaman faaliyetleri üzerine bir araştırma, *Polis Bilimleri Dergisi*, 4(1), 157-170.

Bacanlı, H., İlhan, T., & Aslan, S. (2009). Beş faktör kuramına dayalı bir kişilik leğinin geliştirilmesi: Sıfatlara dayalı kişilik testi (SDKT). *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(2), 261-279.

Başarangel, I., & Akyıldız Munusturlar, M. (2018). Assessment of type a and type B personality according to typologies of recreational leader in the tourism industry. R. Efe (Ed.), *Social Sciences Researches in the Globalizing World* içinde (s. 668-678).

Baudrillard, J. (2020). Tüketim toplumu. (N.. Tatal ve F. Keskin, Çev.). İstanbul: Ayrıntı Yayınları.

Bono, J. E., & Judge, T. A. (2004). Personality and Transformational and Transactional Leadership: A Meta-Analysis. *Journal of Applied Psychology*, 89(5), 901–910. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.89.5.901>

Cervone, D., & Pervin, L. A. (2016). *Kişilik psikolojisi- kuram ve araştırma*. (Çev. Ed. Baloğlu, M.) (12. Basımdan çeviri). Nobel Yayıncılık.

Chamorro-Premuzic, T. (2014). *Kişilik ve bireysel farklılıklar*. (Çev. Bıçakçı, B.). Ticaret Üniversitesi Yayınları.

Chauvin, B., Hermand, D., & Mullet, E. (2007). Risk Perception and Personality Facets. *Risk Analysis*, 1, 171-185. <https://10.0.4.87/j.1539-6924.2006.00867.x>

Colbert, A. E., Judge, T. A., Choi, D., & Wang, G. (2012). Assessing the trait theory of leadership using self and observer ratings of personality: The mediating role of contributions to group success. *The leadership quarterly*, 23(4), 670-685. <https://doi.org/10.1016/j.leaqua.2012.03.004>

Costa Jr, P. T., & McCrae, R. R. (1992). Four ways five factors are basic. *Personality and individual differences*, 13(6), 653-665. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(92\)90236-I](https://doi.org/10.1016/0191-8869(92)90236-I)

Dayıcan, Y., & Demiray, E. (2021). Türkiye masa tenisi liglerinde oynayan sporcuların liderlik yönelimleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 257-268.

Digman, J. M. (1990). Personality structure: emengence of the five-factor model. *Annual Review of Psychology*, 41, 417-440. <https://doi.org/10.1146/annurev.ps.41.020190.002221>

Do, M. H., & Minbashian, A. (2020). Higher-order personality factors and leadership outcomes: A meta-analysis. *Personality and Individual Differences*, 163, Article 110058. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110058>

Doğan, T. (2013). Beş faktör kişilik özellikleri ve öznel iyi oluş. *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, 14(1), 56-64.

Duman, S. (2022). Serbest zaman olgusunun kuşaklara göre değişimi. E. A. Uluç (Ed.), *Sporla güncel yaklaşımlar içinde*. (s. 33-52). Gazi Kitabevi.

Durhan, T. A., Kayhalak, F., Kurtipek, S., & Yenel, F. (2022). Rekreasyonel liderlik davranışı ölçeğinin psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 27(2), 127-142.

Evinç, G. Ş. (2004). Maternal personality characteristics, affective state, and psychopathology in relation to children's attention deficit and hyperactivity disorder and comorbid symptoms [Unpublished master thesis]. Orta Doğu Teknik Üniversitesi.

Fraenkel, Jack R., & Wallen, Norman E. (2009). *How to design and evaluate research in education*. (Seventh ed.). McGraw-Hill.

Gammonley, D., & Luken, K. (2001). Peer education and advocacy through recreation and leadership. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 25(2), 170-178. <https://doi.org/10.1037/h0095028>

Garcia, M., Duncan, P., Carmody-Bubb, M., & Ree, M. J. (2014). You have what? Personality! Traits that predict leadership styles for elementary principals. *Psychology*, 5(3), 204–212. <https://doi.org/10.4236/psych.2014.53031>

Gedik, Y. (2020). Dönüşümsel ve işlemsel liderlik. *Uluslararası liderlik çalışmaları dergisi: kuram ve uygulama*, 3(2), 19-34.

George, D., & Mallery, P. (2019). *IBM SPSS statistics 26 step by step: A simple guide and reference*. (Sixteenth edition., pp. 115-115). Routledge.

Gunthert, K. C., Cohen, L. H., & Armeli, S. (1999). The role of neuroticism in daily stress and coping. *Journal of personality and social psychology*, 77(5), 1087.

Hassan, H., Asad, S., & Hoshino, Y. (2016). Determinants of leadership style in big five personality dimensions. *Universal Journal of Management*, 4(4), 161-179. <https://doi.org/10.13189/ujm.2016.040402>

Hu, J., & Judge, T. A. (2017). Leader–team complementarity: Exploring the interactive effects of leader personality traits and team power distance values on team processes and performance. *Journal of Applied Psychology*, 102(6), 935. <https://doi.org/10.1037/apl0000203>

İrhan, G. (2023). Rekreasyon bölümü öğrencilerinin rekreatif liderlik davranışlarının incelenmesi: Sakarya Örneği. *Egzersiz ve Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 3(2), 89-98.

John, O. P., Donahue, E. M., & Kentle, R. L. (1991). The big five inventory: Versions 4a and 54, Institute of Personality and Social Research. University of California, Berkeley, CA.

Johnson, A. M., Vernon, P. A., Harris, J. A., & Jang, K. L. (2004). A behavior genetic investigation of the relationship between leadership and personality. *Twin Research and Human Genetics*, 7(1), 27-32. <https://doi.org/10.1375/twin.7.1.27>

Judge, T. A., & Bono, J. E. (2000). Five-factor model of personality and transformational leadership. *Journal of applied psychology*, 85(5), 751. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.85.5.751>

Judge, T.A., Bono, J.E., Ilies, R. and Gerhardt, M.W. (2002) Personality and leadership: A qualitative and quantitative review. *Journal of Applied Psychology*, 87, 765-780. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.87.4.765>

Judge, T. A., Bono, J. E., Ilies, R., & Gerhardt, M. W. (2002). Personality and leadership: a qualitative and quantitative review. *Journal of applied psychology*, 87(4), 765. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.87.4.765>

Kabakulak, A., & Pelit, E. (2022). Turist rehberlerinin kişilik özelliklerinin liderlik davranışlarına etkisi. *Turist Rehberliği Dergisi (TURED)*, 5(1), 46-66. <https://doi.org/10.34090/tured.1130134>

Karagöz, Y. (2017). *SPSS ve AMOS uygulamalı nitel-nicel-karma bilimsel araştırma yöntemleri ve yayın etiği* (1. Baskı, s.26). Nobel Kitabevi.

Karaküçük, S., & Yetim A., (1996). Rekreasyon etkinliklerinde liderlik ve fonksiyonları. *Beden Eğitimi Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 64-76.

Karaküçük, S., Yenel, İ. F., & Akgül, B. M. (2017). Rekreasyon liderliği. S. Karaküçük, S. Kaya & B. B. Akgül (Editörler), *Rekreasyon bilimi 2 içinde*. (s. 167-229). Gazi Kitabevi.

Karasar, N. (2005). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Nobel Yayıncılık.

Kattan, M., & Fox, T. L. (2014). A study of personality and leadership styles among members of a rock band. *Journal of Organizational Culture, Communications and Conflict*, 18(2), 105.

Kesimli, İ. (2013). Liderlik davranış türleri uyarılma çalışması. *Kırklareli Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 2(1), 1-10.

Koçel, T. (2001). *İşletme yöneticiliği*. (8. Baskı). Beta Yayınevi.

Kovacs, A. (2007). *The leisure personality: Relationships between personality, leisure satisfaction, and life satisfaction* [Unpublished doctoral dissertation]. Indiana University.

Kozak, M. A., & Yüncü, D. (2009). Rekreasyonel liderlik ve grup dinamikleri. N. Kozak (Ed.), Prof. Dr. Fermani Maviş Anı Kitabı. s. 45-80. T.C. Anadolu Üniversitesi Yayınları.

Köroğlu, E., & Bayraktar, S. (2011). *Kişilik bozuklukları*. HYB Basım Yayın.

- Lin, X., Luan, Y., & Zhao, G. (2021). Personality influences on ethical, servant, and authentic leadership: A meta-analysis. *Journal of Psychology in Africa*, 31(6), 588–594. <https://doi.org/10.1080/14330237.2021.2001944>
- Lucas, R. E., Diener, E., Grob, A., Suh, E. M., & Shao, L. (2000). Cross-cultural evidence for the fundamental features of extraversion. *Journal of personality and social psychology*, 79(3), 452. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.79.3.452>
- Malhotra, N. K. (2004). *Marketing research an applied orientation*. (4. Edition), Pearson Prentice Hall.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1987). Validation of the five-factor model of personality across instruments and observers. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(1), 81.
- McCrae, R. R., & John, O. P. (1992). An introduction to the Five-Factor Model and its applications. *Journal of Personality*, 60(2), 175-215. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1992.tb00970.x>
- McCrae, R. R., & Terracciano, A. (2005). Universal features of personality traits from the observer's perspective: Data from 50 cultures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88(3), 547-561.
- McLean, D. D., Hurd, A. R., & Rogers, N. B. (2008). *Kraus' recreation and leisure in modern society*. (8th ed.). Jones & Bartlett.
- Organ, D. W. (1996). Leadership: The great man theory revisited. *Business horizons*, 39(3), 1-4. [https://doi.org/10.1016/S0007-6813\(96\)90001-4](https://doi.org/10.1016/S0007-6813(96)90001-4)
- Önen, S. M., & Kanayran, H. G. (2015). Liderlik ve motivasyon: kuramsal bir değerlendirme. *Birey ve Toplum Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(2), 43-64.
- Özbağ, G. K. (2016). The role of personality in leadership: Five factor personality traits and ethical leadership. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 235, 235-242.
- Shooter, W., Sibthorp, J., & Gookin, J. (2010). The importance of trust in outdoor education: Exploring the relationship between trust in outdoor leaders and developmental outcomes. *Research in Outdoor Education*, 10(1), 48-56.
- Smith, M. L., Hamplová, D., Kelley, J., & Evans, M. D. R. (2021). Concise survey measures for the Big Five personality traits. *Research in Social Stratification and Mobility*, 73(1), 100595. <https://doi.org/10.1016/j.rssm.2021.100595>
- Somer, O., Korkmaz, M., & Tatar, A. (2002). Beş faktör kişilik envanterinin geliştirilmesi-I: Ölçek ve alt ölçeklerinin oluşturulması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 17(49), 21-33.
- Soybalı, H. H., Kabakulak, A., & Başar, B. (2020). Üniversite öğrencilerinin kişilik özelliklerinin rekreasyon faaliyetlerine katılım düzeyi üzerindeki etkisi: Afyon Kocatepe Üniversitesi örneği. *Journal of Recreation and Tourism Research*, 7(2), 107-134. <https://doi.org/10.31771/jrtr.2020.57>
- Şahin, H. M., & Taşkıran, B. (2020). Rekreasyon eğitimi alan bireylerin liderlik becerileri ile otorite tercihlerinin incelenmesi. *Türkiye Bilimsel Araştırmalar Dergisi*, 5(2), 336-346.
- Tan, W. K., Hsiao, Y. J., Tseng, S. F., & Chan, C. L. (2018). Smartphone application personality and its relationship to personalities of smartphone users and social capital accrued through use of smartphone social applications. *Telematics and Informatics*, 35(1), 255-266. <https://doi.org/10.1016/j.tele.2017.11.007>
- Taymur, İ., & Türkçapar, M. H. (2012). Kişilik: tanımı, sınıflaması ve değerlendirmesi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(2), 154-177. <https://doi.org/10.5455/cap.20120410>
- Uluç, E. A., Duman, S., & Acar, H. (2020). Üniversitede okuyan uluslararası öğrencilerin serbest zaman doyum düzeylerinin yaşam doyumuna olan etkisinin incelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 3(2), 407-419. <https://doi.org/10.38021/asbid.840550>

Yazıcı, N. A., Maçça, E., Kalkavan, A., & Işık, U. (2023). Üniversite öğrencilerinin beş faktör kişilik özellikleri açısından tercih ettikleri rekreatif etkinliklerin incelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 7(1), 45-55. <https://doi.org/10.55238/seder.1230417>

Yazıcıoğlu, Y., & Erdoğan, S. (2004). *SPSS uygulamalı bilimsel araştırma yöntemleri*. Detay Yayıncılık.

Yeşil, A. (2016). Liderlik ve motivasyon teorilerine yönelik kavramsal bir inceleme. *Uluslararası Akademik Yönetim Bilimleri Dergisi*, 2(3), 158-180.



SPORMETRE

The Journal of Physical Education and Sport Sciences
Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi

DOI: 10.33689/spormetre.1495254



Geliş Tarihi (Received): 13.06.2024

Kabul Tarihi (Accepted): 03.12.2024

Online Yayın Tarihi (Published): 30.12.2024

THE RELATIONSHIP BETWEEN ONLINE SPORT CONSUMPTION MOTIVES AND POINTS OF ATTACHMENT OF THE PROFESSIONAL FOOTBALL TEAM FANS*

Nurettin Göksu Çini^{1†} , Ramazan Timuçin Gençer² 

¹Kırıkkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, KIRIKKALE

²Ege Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İZMİR

Abstract: The purpose of this study was to investigate the relationship between online sports consumption motives and points of attachment of professional football team fans and to determine whether these factors differ according to demographic variables. The study population consisted of fans of professional football teams competing in the 2017-2018 Turkish football season. A total of 226 football fans (50 female and 176 male) participated in the study selected by convenience sampling method. Data were collected using a form consisting of the Motivation Scale for Sport Online Consumption (MSSOC), Points of Attachment Index (PAI), and demographic questions. Statistical analysis, including descriptive statistics, independent samples t-test, one-way ANOVA, and Pearson correlation analyses, were conducted using SPSS 23.0. The results showed that the “team” sub-dimension ($\bar{X} = 6.03 \pm 1.31$) had the highest mean among points of attachment, and these attachment points varied significantly according to gender and age. Similarly, the “team support” sub-dimension ($\bar{X} = 5.43 \pm 1.48$) recorded the highest mean among online sports consumption motives, and these motives showed significant differences by gender but not by age. Moreover, low-level negative correlations were observed between certain points of attachment and some sub-dimensions of online sports consumption motives. However, a low-level positive correlation was found between the “team” sub-dimension of PAI and the “economic” sub-dimension of MSSOC.

Key Words: Online, consumption, points of attachment, football fans

PROFESYONEL FUTBOL TAKIMI TARAFTARLARININ ÇEVİRİMİÇİ (ONLINE) SPOR TÜKETİM GÜDÜLERİ VE BAĞLILIK NOKTALARI ARASINDAKİ İLİŞKİ

Öz: Bu çalışmanın amacı, profesyonel futbol takımı taraftarlarının çevrimiçi (online) spor tüketim güdülleri ile bağlılık noktaları arasındaki ilişkiyi incelemek ve bu faktörlerin demografik değişkenlere göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemektir. Çalışmanın evrenini 2017-2018 Türkiye futbol sezonunda mücadele eden profesyonel futbol takımlarının taraftarları oluşturmaktadır. Çalışmaya kolayda örnekleme yöntemiyle seçilen toplam 226 futbol taraftarı (50 kadın ve 176 erkek) katılmıştır. Veriler, Çevrimiçi Spor Tüketimi Motivasyon Ölçeği (ÇSTMÖ), Bağlılık Noktaları İndeksi (BNİ) ve demografik sorulardan oluşan bir anket formu kullanılarak toplanmıştır. İstatistiksel analizler, tanımlayıcı istatistikler, bağımsız örneklem t-testi, tek yönlü ANOVA ve Pearson korelasyon analizleri dahil olmak üzere SPSS 23.0 kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Sonuçlar, “takım” alt boyutunun ($\bar{X} = 6.03 \pm 1.31$) bağlılık noktaları arasında en yüksek ortalamaya sahip olduğunu ve bu bağlılık noktalarının cinsiyet ile yaşa göre anlamlı şekilde değiştiğini göstermektedir. Benzer şekilde, “takım desteği” alt boyutu ($\bar{X} = 5.43 \pm 1.48$) çevrimiçi spor tüketim güdülleri arasında en yüksek ortalamayı kaydetmiş ve bu güdüler cinsiyete göre anlamlı farklılıklar gösterirken yaşa göre anlamlı farklılık göstermemiştir. Ayrıca, belirli bağlılık noktaları ile çevrimiçi spor tüketim güdülerinin bazı alt boyutları arasında düşük düzeyli negatif korelasyonlar gözlenmiştir. Bununla birlikte, BNİ “takım” alt boyutu ile ÇSTMÖ “ekonomik” alt boyutu arasında düşük düzeyde pozitif bir korelasyon bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Çevrimiçi, tüketim, bağlılık noktaları, futbol taraftarları

* Bu çalışma Prof. Dr. Ramazan Timuçin Gençer danışmanlığında, Nurettin Göksu Çini tarafından tamamlanan yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

† Corresponding Author: Nurettin Göksu Çini, Dr. Öğr. Üyesi, E-mail: goku.cini@gmail.com

INTRODUCTION

Sport has grown into a distinct industry, making substantial contributions to national economies in line with global development trends (Milano and Chelladurai, 2011). The sports industry encompasses a market in which individuals, businesses, and organizations engage in sports product-based activities (Mullin et al., 2014). Within this ecosystem, sports consumers are the most critical stakeholders (Woratschek et al., 2014). Rapid advancements in information and communication technologies have enabled the sports industry to integrate increasingly with the Internet. The demand for instant access to information and communication has increased the role of the Internet in daily life (Bargh and McKenna, 2004). Unlike traditional media, the Internet provides users with interactivity and satisfies diverse needs (Wright, 2002), making it a more dynamic tool. This transformation has significantly impacted sports marketing as one of the most prominent social phenomena. The progress of the Internet has made the concepts of sport and technology inseparable (Seo and Green, 2008).

Online marketing of sports and sports-related products has changed the basic dynamics of the commercial environment (Hur et al., 2011). Professional sports organizations have started to use the Internet more commonly to improve communication as clubs/teams have transformed into businesses and fans into consumers (Burk and Fahrner, 2020). Teams' websites serve as multifunctional platforms that display features that attract the attention of sports enthusiasts, such as match tickets, player and team information, and official merchandise (Scholl and Carlson, 2012). The reasons fans engage with these platforms include checking scores, purchasing tickets, exploring team merchandise, and connecting with other fans (Hur et al., 2007; Seo and Green, 2008). Consequently, sports marketers must consider fans' psychological needs and anticipate the factors that influence their online sports consumption behavior (Hur et al., 2007). This consideration emphasizes the importance of obtaining benefits from digital platforms to allow fans to meet their expectations and sustain engagement in a highly competitive market.

Football competitions are organizational products shaped by various social actors, including players, coaches, teams, and leagues (Woratschek et al., 2014). Among these actors, fans play a pivotal role as the primary consumers of products. Fans are particularly significant because of their long-term relationships with their favorite sports teams, which encompass social, emotional, and financial bonds (Lawrence et al., 2020). Their financial contributions to sports clubs are twofold: direct revenue, such as ticket and merchandise sales, and indirect revenue, including sponsorships, advertising, and broadcasting rights (Mason, 1999). The success of sports organizations depends heavily on their ability to attract and retain a dedicated fan base (Beccarini and Ferrand, 2006).

Individuals belong to a group that engages in the intangible and tangible aspects of football for a variety of reasons. Team identification, which describes the emotional connection fans form with their preferred teams, is defined as the degree of psychological attachment individuals have toward a sports team (Wann and Branscombe, 1993). Research has demonstrated that fans with varying levels of team identification exhibit diverse behaviors (Funk and James, 2001). These behaviors are often positive, such as attending games, supporting teams, and purchasing team merchandise (Lock et al., 2012; Trail et al., 2017). While early studies on identification (Wann and Branscombe, 1993) primarily focused on the team itself, Fink et al. (2002) highlighted that additional factors could influence fan behavior.

Points of attachment, which elucidate individuals' orientations toward various elements associated with their favorite teams, provide a framework for comprehending fans' consumption preferences (Trail et al., 2003). These points of attachment, including factors such as players, coaches, and communities, reflect the socio-psychological connections that influence fans' behavioral intentions (Kwon et al., 2005). From the perspective of fans, these dynamics are crucial for understanding the evolving motivations that drive consumption behavior. Fans with attachments to different aspects of their teams are likely to utilize online platforms related to their teams for diverse purposes. Building on this understanding, this study aimed to investigate the relationship between online sports consumption motives and the points of attachment of professional football team fans.

Online Sport Consumption

The uses and gratification theory developed several decades ago aims to explain media consumers' satisfaction and usage patterns by considering various factors, including self-identified needs, personal choices, internal and external influences, socialization, entertainment, status seeking, and information acquisition (Katz, 1973; Wimmer and Dominick, 2013). Early research focused on the functional aspects of media consumption, exploring the motivations, behaviors, and perspectives of audiences engaging with newspapers, magazines, and radio programs (Wimmer and Dominick, 2013). With advancements in communication and media technologies such as the Internet and social media, the scope of gratification theory has expanded to include these emerging platforms, with sports consumers becoming a significant area of focus (Clavio, 2008; Hardin et al., 2012). Unlike the motivations for attending live sporting events (Beccarini and Ferrand, 2006; Wakefield and Sloan, 1995), online sports consumption offers unique benefits such as sharing opinions, supporting a favorite team, escaping daily routines, and accessing sports-related information easily (Ha et al., 2013; Hardin et al., 2012; Ko et al., 2016).

Researchers have investigated the factors that drive sports consumers to use team websites, and the relationship between their usage and real-life behaviors (Ha et al., 2013; Hur et al., 2007; Seo and Green, 2008). Identified motivators include convenience, interpersonal communication, escape, entertainment, team support, and technical knowledge (Hur et al., 2007; Seo and Green, 2008). For instance, individuals with a deeper understanding of sports teams are more likely to attend games (Fink et al., 2002). Similarly, knowledge of players' statistics and teams significantly affects game attendance and merchandise purchases (Fink et al., 2002). Fans also use team websites to access club statistics, schedules, and video content related to their favorite teams (Abdourazakou et al., 2013).

Moreover, online expressions serve as a potential motivation for fans, whereas social connections within online communities offer insights into their cultures (Palmer and Thompson, 2007). Ko et al. (2016) examined the motives behind online sports engagement in Korea, revealing that fans participate online in sharing emotions, seeking enjoyment, acquiring information, and fostering social interactions. Notably, researchers have found that online sports consumption creates distinct social interactions compared with offline settings. Additionally, demographic variables such as gender and age have been shown to influence sports consumers' motivational patterns (Brown et al., 2012; Park, 2014; Tang and Cooper, 2012; van Driel and Gantz, 2021). However, there remains a limited understanding of how motives for engaging with sports-related websites vary across demographic groups, and how these motives influence actual consumer behaviors.

Points of Attachment

The Psychological Continuum Model (PCM), developed by Funk and James (2001), provides a comprehensive framework to explain the psychological relationship between individuals and a sport, team, and/or athlete. This cognitive-based model integrates various theories and studies on fan behavior into a unified conceptual structure. It identifies four stages—awareness, attraction, attachment, and allegiance—that describe the evolving connections that individuals form with a specific sport or team. During the awareness stage, individuals recognize the existence of a team but maintain an uncertain or neutral attitude toward it. At the attraction stage, hedonic factors such as enjoyment or social-situational motivations, such as spending time with friends or family, drive the connection. In the attachment stage, the team or any other element of it acquires the status of being an individual's favorite, and the link becomes inherently significant. Finally, at the allegiance stage, the relationship becomes deeply integrated with the individual's self-concept, in which fans see themselves as part of the team. At this stage, the connection significantly influences affect, behavior, and cognition (Wann and James, 2018).

Although PCM often focuses on sports teams, individuals may also establish connections with other elements of the fan experience, such as players, coaches, or communities (Trail et al., 2003). Team identification, described as the psychological attachment to a team as outlined in the PCM process (Lock and Funk, 2016; Wann and Branscombe, 1993), is one of the most critical concepts for explaining fan behavior in sports (Heere and James, 2007). However, differentiating between identification constructs is essential, as terms like "fan," "spectator," "team," and "organization identification" are sometimes used interchangeably in the literature (Heere and James, 2007; Lock and Heere, 2017). The Points of Attachment Index (PAI) developed by Trail et al. (2003) further categorizes fans' connections to various aspects of sport, such as players, coaches, and communities, revealing multiple factors that influence their consumption decisions (Kwon et al., 2005). The PAI has been validated and tested across different cultures (Hallmann et al., 2016; Robinson and Trail, 2005; Robinson et al., 2004; Spinda et al., 2016), and studies have shown that demographic factors, such as gender, age, and education, can influence fans' motives and points of attachment (Demiray and Unutmaz, 2020; Gençer et al., 2012; Robinson and Trail, 2005). These findings underscore the importance of demographic characteristics for sports managers and marketers, enabling them to develop targeted strategies to address the unique behaviors and preferences of diverse fan groups (Robinson and Trail, 2005; Woo et al., 2009).

Considering that fans differ in their online sports consumption motives and points of attachment to various aspects of their teams, this study contributes to the literature by exploring these constructs. A literature review indicates a lack of prior studies examining the relationship between these two factors. Therefore, this study sought to investigate the relationship between online sports consumption motives and points of attachment of professional football team fans. Additionally, it aims to determine whether these factors vary based on the demographic variables. In line with the study's objectives, the following research questions were developed:

Do professional football team fans' online consumption motives differ based on demographic variables?

Do professional football team fans' points of attachment differ based on demographic variables?

Is there a relationship between professional football team fans' online sports consumption motives and points of attachment?

MATERIALS AND METHODS

Ethical Approval

The Ege University Health Sciences Scientific Research and Publication Ethics Committee granted written permission to conduct this study. Decision Date: 27.07.2017; Meeting/Decision No: 6/17, Protocol No: 245-2017. We ensured voluntary participation in the research by clearly explaining its purpose and procedures to the fans. The collected data were kept strictly confidential and were used solely for research purposes.

Research Model

We designed our study using a quantitative relational survey model. This model aims to identify the presence and/or degree of change by examining the relationships and levels between variables (Karasar, 2023).

Research Group

The study sample consisted of 226 professional football fans, including 50 female and 176 male, who were selected using convenience sampling during the 2017–2018 Turkish football season. Data were collected face-to-face in the provinces of Izmir and Ankara because of their accessibility and the voluntary nature of participation (Altunışık et al., 2010).

Table 1. Demographic Characteristics of the Participants

		N	%
Age	≤ 21	67	29.6
	22 – 26	73	32.3
	≥ 27	86	38.1
Gender	Female	50	22.1
	Male	176	77.9
Education Status	High school graduate and below	56	24.8
	University Student	95	42.0
	University Graduate	75	33.2
Marital Status	Married	66	29.2
	Single	160	70.8
Frequency of Web Usage	Occasionally	72	31.9
	Frequently	154	68.1
Match Attendance	9 matches and fewer	165	73
	10 matches and more	61	27
		226	100

Table 1 shows that 67 fans (29.6%) were 21 years or younger, 73 fans (32.3%) were between 22 and 26 years old, and 86 fans (38.1%) were over 27 years old. Of the participants, 50 (22.1%) were female, and 176 (77.9%) were male. Concerning the education, 56 fans (24.8%) were high school graduates or lower, 95 (42.0%) were university students, and 75 (33.2%) were university graduates. Additionally, 66 fans (29.1%) were married, and 160 fans (70.8%) were single. In terms of web participation frequency, 72 fans (31.9%) visited their teams' websites 'occasionally,' while 154 fans (68.1%) visited 'frequently.' Furthermore, 165 fans (73%) attended nine or fewer matches, while 61 fans (27%) attended ten or more matches.

Data Collection Tools

The Motivation Scale for Sport Online Consumption (MSSOC): The Motivation Scale for Sport Online Consumption (MSSOC) was used to identify the online consumption motives of football fans. Developed by Seo and Green (2008) and adapted into Turkish by Çini and Gençer

(2018), the Turkish version of the scale consists of seven sub-dimensions and 18 items: entertainment, communication, fanship, team support, fan expression, economic, and technical knowledge. The statements were rated on a 7-point Likert scale, with responses ranging from 1 (Strongly Disagree) to 7 (Strongly Agree).

The Points of Attachment Index (PAI): The Points of Attachment Index (PAI) was developed by Trail et al. (2003) and later adapted to Turkish by Gençer et al. (2012) to identify football fans' points of attachment to their teams. The scale comprises 21 items organized into seven sub-dimensions: players, team, coach, community, sport, city, and level. Responses were assessed on a 7-point Likert scale ranging from 1 (Strongly Disagree) to 7 (Strongly Agree).

Personal Information Form: A form was prepared by the researchers to collect data on age, gender, educational status, marital status, frequency of web usage, and match attendance.

Data Analysis

Data were analyzed using SPSS 23.0. Demographic information on MSSOC and PAI was first examined using descriptive statistics. A t-test was applied for the gender variable, and one-way analysis of variance (ANOVA) was used for the age variable. Additionally, Pearson correlation analysis was conducted to explore the relationship between online sports consumption motives and points of attachment.

FINDINGS

This section presents the conclusions drawn from the statistical analysis of the study data. Table 2 shows the average scores of fans who participated in the study across the MSSOC sub-dimensions.

Table 2. Mean Scores for the Sub-Dimensions of MSSOC

Sub-Dimensions	N	Mean	Sd.
Entertainment	226	4.20	1.35
Communication	226	4.75	1.47
Fanship	226	5.13	1.43
Team Support	226	5.43	1.48
Fan Expression	226	4.34	1.24
Economic	226	2.74	1.34
Technical Knowledge	226	2.73	1.17

An examination of the averages related to the MSSOC sub-dimensions (Table 2) revealed that football fans scored highest in the 'team support' sub-dimension ($\bar{X} = 5.43 \pm 1.48$), while the lowest average score was in the 'technical knowledge' sub-dimension ($\bar{X} = 2.73 \pm 1.17$).

Table 3. ANOVA Results of the MSSOC by Age Groups

Sub-Dimensions	Age	N	Mean	Sd.	F	p	Differences
Entertainment	≤ 21	67	4.36	1.28	1.379	.254	---
	22 – 26	73	3.99	1.43			
	≥ 27	86	4.24	1.32			
Communication	≤ 21	67	5.06	1.44	2.508	.084	---
	22 – 26	73	4.51	1.59			
	≥ 27	86	4.71	1.35			
Fanship	≤ 21	67	5.22	1.29	.214	.808	---
	22 – 26	73	5.12	1.41			
	≥ 27	86	5.06	1.57			
Team Support	≤ 21	67	5.49	1.42	.089	.915	---
	22 – 26	73	5.44	1.41			
	≥ 27	86	5.38	1.59			
Fan Expression	≤ 21	67	4.43	1.17	.332	.718	---
	22 – 26	73	4.36	1.23			
	≥ 27	86	4.26	1.32			
Economic	≤ 21	67	2.47	.96	2.004	.137	---
	22 – 26	73	2.89	1.48			
	≥ 27	86	2.81	1.45			
Technical Knowledge	≤ 21	67	2.64	1.59	.640	.528	---
	22 – 26	73	2.85	1.38			
	≥ 27	86	2.69	1.16			

***p<0.05**

An examination of the data from the football fans participating in the study regarding the MSSOC sub-dimensions revealed no statistically significant differences between the groups in any sub-dimension based on age (Table 3).

Table 4. T-test Results of MSSOC by Gender

Sub-Dimensions	Gender	N	Mean	Sd.	t	p
Entertainment	Female	50	4.44	1.30	1.466	.147
	Male	176	4.13	1.36		
Communication	Female	50	5.20	1.59	2.342	.022
	Male	176	4.62	1.41		
Fanship	Female	50	5.27	1.32	.851	.397
	Male	176	5.08	1.47		
Team Support	Female	50	5.82	1.08	2.126	.035
	Male	176	5.32	1.56		
Fan Expression	Female	50	4.60	1.04	1.882	.063
	Male	176	4.27	1.29		
Economic	Female	50	2.65	1.24	-.531	.597
	Male	176	2.76	1.38		
Technical Knowledge	Female	50	2.92	1.13	1.334	.186
	Male	176	2.68	1.18		

***p<0.05**

An examination of the data from the football fans participating in the study regarding the MSSOC sub-dimensions revealed significant differences between the groups in the 'communication' ($t = 2.342$; $p = .022$) and 'team support' ($t = 2.126$; $p = .035$) sub-dimensions based on gender (Table 4). It was observed that female fans had higher mean scores in both the 'communication' ($\bar{X} = 5.20 \pm 1.59$) and 'team support' ($\bar{X} = 5.82 \pm 1.08$) sub-dimensions compared to male fans.

Table 5. Mean Scores for the Sub-Dimensions of PAI

Sub-Dimensions	N	Mean	Sd.
Players	226	2.47	1.20
Team	226	6.03	1.31
Coach	226	3.18	1.40
Community	226	5.08	1.30
Sport	226	5.14	1.45
City	226	5.36	1.26
Level	226	4.10	1.45

An analysis of the PAI sub-dimensions in Table 5 shows that football fans scored the highest in the 'team' sub-dimension ($\bar{X} = 6.03 \pm 1.31$) and the lowest in the 'players' sub-dimension ($\bar{X} = 2.47 \pm 1.20$).

Table 6. ANOVA Results of the PAI by Age Groups

Sub-Dimensions	Age	N	Mean	Sd.	F	p	Differences
Players	≤ 21	67	2.56	1.28	.542	.582	---
	22 – 26	73	2.36	1.21			
	≥ 27	86	2.51	1.14			
Team	≤ 21	67	6.18	.89	.880	.416	---
	22 – 26	73	5.98	1.28			
	≥ 27	86	5.96	1.16			
Coach	≤ 21	67	3.11	1.34	.442	.643	---
	22 – 26	73	3.11	1.37			
	≥ 27	86	3.29	1.46			
Community	≤ 21	67	5.16	1.20	.739	.479	---
	22 – 26	73	4.92	1.29			
	≥ 27	86	5.15	1.40			
Sport	≤ 21	67	5.47	1.26	3.194	.043	1>3*
	22 – 26	73	5.14	1.47			
	≥ 27	86	4.87	1.54			
City	≤ 21	67	5.46	1.20	1.065	.346	---
	22 – 26	73	5.19	1.35			
	≥ 27	86	5.45	1.23			
Level	≤ 21	67	4.04	1.39	.101	.904	---
	22 – 26	73	4.16	1.47			
	≥ 27	86	4.11	1.48			

* $p < 0.05$

An examination of the data from the football fans participating in the study regarding the PAI sub-dimensions revealed a statistically significant difference in the 'sport' sub-dimension based on age ($F = 3.194$; $p = .043$) (Table 6). A post-hoc Scheffe test was conducted to identify the differences between the age groups. The results indicated that fans aged 21 and younger ($\bar{X} = 5.47 \pm 1.26$) had higher mean scores in the 'sport' sub-dimension than fans aged 27 and older ($\bar{X} = 4.87 \pm 1.54$).

Table 7. T-test Results of PAI by Gender

Sub-Dimensions	Gender	N	Mean	Sd.	t	p
Players	Female	50	2.77	1.25	1.903	.061
	Male	176	2.39	1.18		
Team	Female	50	5.73	1.26	-2.029	.046
	Male	176	6.12	1.08		
Coach	Female	50	3.11	1.37	-.443	.659
	Male	176	3.20	1.41		
Community	Female	50	4.97	1.16	-.751	.454
	Male	176	5.11	1.34		
Sport	Female	50	4.93	1.45	-1.132	.261
	Male	176	5.20	1.45		
City	Female	50	5.34	1.31	-.178	.859
	Male	176	5.38	1.25		
Level	Female	50	4.10	1.20	-.026	.979
	Male	176	4.11	1.51		

***p<0.05**

An examination of the data from the football fans participating in the study regarding the PAI sub-dimensions (Table 7) revealed a statistically significant difference in the 'team' sub-dimension based on gender ($t = -2.029$; $p = .046$). Male fans ($\bar{X} = 6.12 \pm 1.08$) had higher mean scores compared to female fans ($\bar{X} = 5.73 \pm 1.26$).

Table 8. Results of Pearson Correlation Analysis Between MSSOC and PAI

Sub-Dimensions	Entertainment	Communication	Fanship	Team Support	Fan Expression	Economic	Technical Knowledge
Players	.071	.019	.015	-.042	-.009	-.053	.070
Team	-.135*	-.078	-.093	-.031	-.077	.133*	.030
Coach	-.003	.018	.030	.026	.022	-.005	.032
Community	-.040	-.068	-.029	-.022	-.054	-.020	-.019
Sport	-.034	-.066	-.135*	-.034	-.145*	-.009	-.028
City	-.021	-.131*	-.007	.002	-.0134	.018	.060
Level	-.015	-.053	.041	-.021	-.102	-.054	-.021

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

Pearson correlation analysis for MSSOC and PAI revealed a low negative correlation between the 'team' sub-dimension of PAI and the 'entertainment' sub-dimension of MSSOC, as well as a low positive correlation with its 'economic' sub-dimension. Additionally, a low negative correlation was observed between the 'sport' sub-dimension of PAI and the 'fanship' and 'fan expression' sub-dimensions of MSSOC. A similar low negative correlation was found between the 'city' sub-dimension of PAI and the 'communication' sub-dimension of MSSOC (Table 8).

DISCUSSION AND CONCLUSION

This study examined the relationship between online sports consumption motives and points of attachment of professional football team fans. The findings revealed that the "team support" sub-dimension ($\bar{X} = 5.43 \pm 1.48$) emerged as the most prominent factor driving online sports consumption motives, while the "team" sub-dimension ($\bar{X} = 6.03 \pm 1.31$) dominated the points of attachment. Although various factors influence fans' consumption motives, psychological motives related to team support are prominent (Seo and Green, 2008). The "team support" motive is defined as the desire to show support for a favorite team through team websites (Seo and Green, 2008) or to express allegiance to a specific team (Hardin et al., 2012).

Consistent with previous research, our findings underscore the importance of team support as a key driver of online sports consumption. Hardin et al. (2012) identified a direct effect of team support on online media consumption, whereas Sung et al. (2017) demonstrated that team support was the strongest motivator for Korean students' use of online media. Similarly, Park and Dittmore (2014) found a significant relationship between team support and social media consumption. In terms of attachment, emotional ties to the team were found to be a defining characteristic for all individuals, whether fans or spectators, who consume sporting products and services (Funk and James, 2001; Wann and James, 2018). Our study supports this finding, showing that attachment to the team sub-dimension is the most significant factor. Similar findings were reported by Kwon et al. (2005), who found that the team attachment sub-dimension significantly predicted conative loyalty and attendance behavior. Hallmann et al. (2016) also identified team attachment as one of the most influential factors explaining overall attachment, similarly Gençer et al. (2012) highlighted the team sub-dimension as the most prominent attachment point among football spectators. These findings highlight the critical importance of the team as a central factor in both online sports consumption motives and points of attachment, emphasizing the need for careful evaluation by fans and sports organizations.

An analysis of the sub-dimensions of online sports consumption motives revealed no significant differences based on age. This finding suggests that fans in different age groups share similar motives for online sports consumption. The relatively young average age of the participants, combined with the widespread use of online platforms across various segments of society, may explain this consistency. Similarly, Park (2014) found that the motivations of football team spectators for online sports consumption did not vary significantly by age group. However, other studies reported contrasting results. Abdourazakou et al. (2020) reported that younger fans are more inclined to post on social media platforms, such as Twitter, Facebook, Snapchat, and Instagram, during live matches. Brown et al. (2012) found that younger participants consumed more sports media content than their older counterparts and were more likely to engage in activities such as fantasy sports driven by motives such as entertainment, enjoyment, and surveillance. Similarly, van Driel and Gantz (2021) observed that older participants consumed less sports content on television or online than younger participants.

The significant difference observed in the "sport" sub-dimension of points of attachment based on age can be attributed to the varying levels of fandom among the sample groups, who are fans of professional football teams. The stronger commitment to football among fans aged 21 and under compared to those aged 27 and older can be explained by their higher level of fandom. Demiray and Unutmaz (2020) reported statistically significant differences in all sub-dimensions according to age group. Spectators aged 18–25 years exhibited higher levels in the sub-dimensions of coach, community, sport, and sport level than older age groups. Conversely, the same study found that spectators aged 36 years and older demonstrated high means in the sub-dimensions of players and teams. Robinson et al. (2004) identified a relationship between age and points of attachment among golf spectators attending professional tours. Additionally, Salman (2016) found age-related differences in players sub-dimension of attachment. Based on these findings, it can be concluded that younger fans display greater loyalty to various team elements than older fans.

The study revealed significant gender-based differences in online sports consumption motives, specifically in the sub-dimensions of "communication" and "team support." Female fans demonstrated higher average scores in both dimensions, indicating distinct gender-related perspectives on online sports consumption. Supporting these findings, Tang and Cooper (2012) reported significant differences between male and female in sports-viewing habits and general

media use. Similarly, Cooper and Southall (2010) found that male participants were more likely than female participants to consume online wrestling content to gain knowledge about sports. Contrary to our findings, Abdourazakou et al. (2020) found no significant gender difference in social media use during live matches. Their study found that both male and female season ticketholders used social media platforms equally to share match updates and fulfill the needs for social interaction, opinion expression, and information sharing. Similarly, Park (2014) observed no significant gender differences in motivation and social media consumption among sports fans. These contrasting results highlight the complexity of gender as a variable in online sports consumption motives, emphasizing the need for further research to understand these dynamics better.

An analysis of the points of attachment based on the gender variable revealed that male fans exhibited higher levels of loyalty in the "team" sub-dimension than female fans and a statistically significant difference in terms of gender. Gençer (2015) found no statistically significant gender differences in a study of professional football team spectators but observed that the male spectators' team subscale stood out among points of attachment. Demiray and Unutmaz (2020) reported no gender differences in team and level, whereas statistically significant differences were found in the sub-dimensions of players, coach, community, and sport. Similarly, Tokmak and Aksoy (2016) demonstrated significant gender differences, with males displaying stronger attachment to the players, team, and sport sub-dimensions. In contrast, Robinson and Trail (2005) found that female spectators exhibited higher levels of attachment in the player sub-dimension, whereas male spectators had greater attachment in the sport sub-dimension. These findings collectively highlight that male and female fans differ in their evaluations of attachment points toward their teams, underscoring the significance of gender as a variable for understanding points of attachment.

Correlation analysis between the points of attachment of professional football team fans and their online sports consumption motives revealed several low-level relationships. The "team" sub-dimension of the PAI exhibited a low negative correlation with the "entertainment" sub-dimension and a low positive correlation with the "economic" sub-dimension of the MSSOC. Additionally, a low negative correlation was found between the PAI "sport" sub-dimension and the MSSOC "fanship" and "fan expression" sub-dimensions, as well as between the PAI "city" and MSSOC "communication" sub-dimensions. Overall, these results suggest a weak relationship between online sports consumption motives and points of attachment. The varying levels of identification and behavioral patterns among participants may explain the lack of a significant relationship between the two scales. Previous research has emphasized that team identification, defined at different levels, influences a wide range of behaviors, including competition attendance, team support, and merchandise purchases (Funk and James, 2001; Lock et al., 2012; Trail et al., 2017). Moreover, such behaviors extend to online and media consumption (Hur et al., 2007; Seo and Green, 2008). In this context, studies exploring variations in fans' identification levels can uncover additional factors that influence these relationships. Furthermore, considering the unique characteristics of football and fan culture, individuals' tendencies to attend live sports events and engage in ritual behaviors such as socializing with other fans may provide additional insights (Fazal-E-Hasan, 2021; Wann and James, 2018).

In contrast to our findings, Sung et al. (2017) reported that the relationship between online sports consumers' motivation and purchase behavior showed that Korean students' online consumption leads to higher levels of merchandising and match attendance. Similarly, Park (2014) identified a mediating effect of team identification on the relationship between social

media consumption and behavioral intentions. Additionally, studies investigating the relationship between spectator motives and points of attachment have found stronger associations than those found in our study. For instance, Robinson and Trail (2005) demonstrated a common variance exceeding 70% between motives and points of attachment, whereas Robinson et al. (2004) reported a significant relationship with a large explained variance. Gençer et al. (2011) also found a significant relationship between motives and points of attachment among basketball spectators. Given these findings, further research is recommended to explore the relationship between fans' online sports consumption motives and their points of attachment, particularly focusing on the role of fan identification and its influence on different consumption behaviors.

The findings of this study indicate that no significant high-level relationship exists between fans' online sports consumption motives and their points of attachment. However, demographic variables, such as gender and age, were found to have a differentiating effect on these motives and points of attachment. These results suggest that the determinants of sports consumption behavior and loyalty vary across demographic groups. For instance, male and female fans, or fans from different age groups, may express distinct motives and points of attachment to sports content. Based on these findings, sports content providers and marketers should develop tailored strategies that account for the demographic differences within their target audience. Understanding how factors such as gender and age influence online sports consumption motives is essential for fostering fan loyalty and delivering a more personalized and engaging user experience. Future research could delve deeper into these demographic differences and explore other potential factors that may shape online sports consumption behaviors and points of attachment. Such efforts would provide further insights into the complexities of fan behavior and support the development of more effective marketing and engagement strategies.

This study had several limitations that may affect the generalizability of the findings. First, this study's restriction to fans in specific cities limits its ability to explore potential regional differences in online sports consumption motives and points of attachment. Additionally, focusing exclusively on football fans does not provide insights into the motives and loyalties of fans of other sports, which may exhibit significant differences. Furthermore, the disproportionate representation of male fans in the sample compared with female fans may restrict the reliability of cross-gender comparisons. To address these limitations, future research should employ a larger and more diverse sample. Including participants from various cities and regions, ensuring a gender-balanced participant group, and incorporating fans of different sports would enhance the generalizability of the findings. Furthermore, extending similar studies to other popular sports such as basketball and volleyball would provide a more comprehensive understanding of the motives and points of attachment among sports fans across different disciplines.

REFERENCES

- Abdourazakou, Y., Deng, X. (Nancy), & Abeza, G. (2020). Social media usage during live sport consumption: Generation gap and gender differences among season ticket holders. *International Journal of Sport Communication*, 13(4), 696–718. <https://doi.org/10.1123/ijsc.2020-0021>
- Abdourazakou, Y., Lorgnier, N., O'Rourke, S., O'Reilly, N., & Abeza, G. (2013). Fans' online services expectations and experiences: The case of national basketball association. *Journal of Sports Science*, 1, 1-14.
- Altunışık, R., Coşkun, R., Bayraktaroğlu, S., & Yıldırım, E. (2010). *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri SPSS uygulamalı* (6. Baskı). Sakarya Yayıncılık.

- Bargh, J. A., & McKenna, K. Y. A. (2004). The internet and social life. *Annual Review of Psychology*, 55(1), 573–590. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.55.090902.141922>
- Beccarini, C., & Ferrand, A. (2006). Factors affecting soccer club season ticket holders' satisfaction: The influence of club image and fans' motives. *European Sport Management Quarterly*, 6(1), 1–22. <https://doi.org/10.1080/16184740600799154>
- Brown, N., Billings, A. C., & Ruihley, B. (2012). Exploring the change in motivations for fantasy sport participation during the life cycle of a sports fan. *Communication Research Reports*, 29(4), 333–342. <https://doi.org/10.1080/08824096.2012.723646>
- Burk, V., & Fahrner, M. (2020). Managing sport communication in the age of digital media. Goslin, A., Kluka, D. A., D'Amico, R. L., Danylchuk, K. (Ed.) *Managing Sport Across Borders* in (64–82). Routledge.
- Clavio, G. (2008). Demographics and usage profiles of users of college sport message boards. *International Journal of Sport Communication*, 1(4), 434–443. <https://doi.org/10.1123/ijsc.1.4.434>
- Cooper, C. G., & Southall, R. M. (2010). The pursuit of sustainability: Examining the motivational consumption preferences of online consumers of nonrevenue sport teams. *International Journal of Sport Communication*, 3(1), 1–11. <https://doi.org/10.1123/ijsc.3.1.1>
- Çini, N. G., & Gençer, R. T. (2018). Çevrimiçi (online) spor tüketimi motivasyonu ölçeği Türkçe uyarlama çalışması. *Uluslararası Rekreasyon ve Spor Yönetimi Kongresi bildiriler kitabı içinde (ss.319-320)*. Bodrum.
- Demiray, E., & Unutmaz, V. (2020). Profesyonel futbol takımı seyircilerinin bağlılık noktalarının incelenmesi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 5(2), 177–187. <https://doi.org/10.25307/jssr.797432>
- Fazal-E-Hasan, S. M., Neale, L., Sekhon, H., Mortimer, G., Brittain, I., & Sekhon, J. (2021). The path to game-day attendance runs through sports fan rituals. *Journal of Business Research*, 137, 308–318. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2021.08.024>
- Fink, J., Trail, G., & Anderson, D. (2002). An examination of team identification: Which motives are most salient to its existence? *International Sports Journal*, 6(2), 195–207.
- Funk, D., & James, J. (2001). The psychological continuum model: A conceptual framework for understanding an individual's psychological connection to sport. *Sport Management Review*, 4(2), 119–150. [https://doi.org/10.1016/S1441-3523\(01\)70072-1](https://doi.org/10.1016/S1441-3523(01)70072-1)
- Gençer, R. T. (2015). Spectator motives and points of attachment: Gender differences in professional football. *The Anthropologist*, 19(1), 77–85. <https://doi.org/10.1080/09720073.2015.11891641>
- Gençer, T., Kiremitçi, O., Aycan, A., Demiray, E., & Unutmaz, V. (2012). Profesyonel futbol takımı seyircilerinin spor tüketimine yönelik güdüleri ve bağlılık noktaları arasındaki ilişki. *Ege Akademik Bakış*, 12(Özel Sayı), 41–53.
- Gençer, R. T., Kiremitçi, O., & Boyacıoğlu, H. (2011). Spectator motives and points of attachment: An investigation on professional basketball. *Journal of Human Kinetics*, 30(1), 189-196. doi: 10.2478/v10078-011-0087-9
- Ha, J.-P., Ha, J.-H., & Han, K. (2013). Online sport consumption motives: Why does an ethnic minority group consume sports in a native and host country through the internet? *International Journal of Sport Management, Recreation & Tourism*, 11, 63–89. <https://doi.org/10.5199/ijsmart-1791-874X-11d>
- Hallmann, K., Oshimi, D., Harada, M., Matsuoka, H., & Breuer, C. (2016). Spectators' points of attachment and their influence on behavioural intentions of women's national football games. *Soccer & Society*, 19(7), 903–923. <https://doi.org/10.1080/14660970.2016.1267634>
- Hardin, R., Koo, G. Y., Ruihley, B., Dittmore, S. W., & McGreevey, M. (2012). Motivation for consumption of collegiate athletics subscription web sites. *International Journal of Sport Communication*, 5(3), 368-383. <https://doi.org/10.1123/ijsc.5.3.368>

- Heere, B., & James, J. (2007). Sports teams and their communities: Examining the influence of external group identities on team identity. *Journal of Sport Management*, 21(3), 319–337. <https://doi.org/10.1123/jsm.21.3.319>
- Hur, Y., Ko, Y. J., & Valacich, J. (2007). Motivation and concerns for online sport consumption. *Journal of Sport Management*, 21(4), 521–539. <https://doi.org/10.1123/jsm.21.4.521>
- Hur, Y., Ko, Y. J., & Valacich, J. (2011). A structural model of the relationships between sport website quality, e-satisfaction, and e-loyalty. *Journal of Sport Management*, 25(5), 458–473. <https://doi.org/10.1123/jsm.25.5.458>
- Karasar, N. (2023). *Bilimsel Araştırma Yöntemi: Kavramlar İlkeler Teknikler* (38. Baskı). Nobel Akademi Yayıncılık.
- Katz, E., Blumler, J. G., & Gurevitch, M. (1973). Uses and gratifications research. *The Public Opinion Quarterly*, 37(4), 509-523.
- Ko, M., Choi, S., Lee, J., Lee, U., & Segev, A. (2016). Understanding mass interactions in online sports viewing. *ACM Transactions on Computer-Human Interaction*, 23(1), 1–27. <https://doi.org/10.1145/2843941>
- Kwon, H., Trail, G., & Anderson, D. (2005). Are multiple points of attachment necessary to predict cognitive, affective, conative, or behavioral loyalty? *Sport Management Review*, 8(3), 255–270. [https://doi.org/10.1016/S1441-3523\(05\)70041-3](https://doi.org/10.1016/S1441-3523(05)70041-3)
- Lawrence, H. J., O'Reilly, N., Speck, A., Ullrich, C., & Robles, K. (2020). The determinants of season ticket holder advocacy in the NCAA football bowl subdivision. *Sport, Business and Management: An International Journal*, 10(3), 335–358. <https://doi.org/10.1108/SBM-05-2019-0035>
- Lock, D., & Funk, D. (2016). The multiple in-group identity framework. *Sport Management Review*, 19(2), 85–96. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2015.10.001>
- Lock, D., & Heere, B. (2017). Identity crisis: A theoretical analysis of ‘team identification’ research. *European Sport Management Quarterly*, 17(4), 413–435. doi:10.1080/16184742.2017.1306872
- Lock, D., Taylor, T., Funk, D., & Darcy, S. (2012). Exploring the development of team identification: The contribution of social identity and the psychological continuum model. *Journal of Sport Management*, 26, 283–294.
- Mason, D. S. (1999). What is the sports product and who buys it? The marketing of professional sports leagues. *European Journal of Marketing*, 33(3/4), 402–419. <https://doi.org/10.1108/03090569910253251>
- Milano, M., & Chelladurai, P. (2011). Gross domestic sport product: The size of the sport industry in the United States. *Journal of Sport Management*, 25(1), 24–35. <https://doi.org/10.1123/jsm.25.1.24>
- Mullin, B. J., Hardy, S., & Sutton, W. A. (2014). *Sport marketing* (4th edition). Human Kinetics.
- Palmer, C., & Thompson, K. (2007). The paradoxes of football spectatorship: On-field and online expressions of social capital among the “Grog Squad”. *Sociology of Sport Journal*, 24(2), 187–205. <https://doi.org/10.1123/ssj.24.2.187>
- Park, J. (2014). *The Mediating Effect of Team Identification on the Relationship between Social Media Consumption and Intentions*. Doctoral Thesis, University of Arkansas, Recreation and Sport Management, Fayetteville.
- Park, J.-A., & Dittmore, S. W. (2014). Motivation for following college sports teams’ social media accounts. *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*, 15(11), 6547–6555. <https://doi.org/10.5762/KAIS.2014.15.11.6547>
- Robinson, M. J., & Trail, G. T. (2005). Relationships among spectator gender, motives, points of attachment, and sport preference. *Journal of Sport Management*, 19(1), 58–80. <https://doi.org/10.1123/jsm.19.1.58>

- Robinson, M. J., Trail, G. T., & Kwon, H. (2004). Motives and points of attachment of professional golf spectators. *Sport Management Review*, 7(2), 167–192. [https://doi.org/10.1016/S1441-3523\(04\)70049-2](https://doi.org/10.1016/S1441-3523(04)70049-2)
- Salman, G. G. (2016). Türk futbol taraftarlarının bağlantı noktalarının incelenmesi ve ölçek güvenirliğinin test edilmesi. *İstanbul Aydın Üniversitesi Dergisi*, 8(29), 101-142. Doi: 10.17932/IAU.IAUD.m.13091352.2016.8/29.101-142
- Scholl, H. J., & Carlson, T. S. (2012). Professional sports teams on the web: A comparative study employing the information management perspective. *European Sport Management Quarterly*, 12(2), 137–160. <https://doi.org/10.1080/16184742.2012.670254>
- Seo, W. J., & Green, B. C. (2008). Development of the motivation scale for sport online consumption. *Journal of Sport Management*, 22(1), 82–109. <https://doi.org/10.1123/jsm.22.1.82>
- Spinda, J. S. W., & Wann, D. L., Hardin, R. (2016). Attachment to sports conferences: An expanded model of points of attachment among professional, collegiate, and high school football fans. *Communication & Sport*, 4(3), 347–362. <https://doi.org/10.1177/2167479515578262>
- Sung, J., Son, J., & Choi, Y. (2017). Relationship between motivational factors of online sport consumption and future behavioral intentions among Korean college sport fans. *Journal of Physical Education and Sport*, 17(1), 269-277.
- Tang, T., & Cooper, R. (2012). Gender, sports, and new media: Predictors of viewing during the 2008 Beijing Olympics. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 56(1), 75–91. <https://doi.org/10.1080/08838151.2011.648685>
- Tokmak, G., & Aksoy, R. (2016). Points of attachment on football clubs: An application on “the big four” supporters in Turkish super league. *Sport & Society*, 16(2), 25-36.
- Trail, G., Anderson, D., & Lee, D. (2017). A longitudinal study of team-fan role identity on self-reported attendance behavior and future intentions. *Journal of Amateur Sport*, 3(1). <https://doi.org/10.17161/jas.v0i0.5712>
- Trail, G., Robinson, M., Dick, R., & Gillentine, A. (2003). Motives and points of attachment: Fans versus spectators in intercollegiate athletics. *Sport Marketing Quarterly*, 12(4), 217–227.
- van Driel, I. I., & Gantz, W. (2021). The role of emotion regulation and age in experiencing mediated sports. *Communication & Sport*, 9(3), 476–495. <https://doi.org/10.1177/2167479519861704>
- Wakefield, K. L., & Sloan, H. J. (1995). The effects of team loyalty and selected stadium factors on spectator attendance. *Journal of Sport Management*, 9(2), 153–172. <https://doi.org/10.1123/jsm.9.2.153>
- Wann, D., & Branscombe, N. (1993). Sports fans: Measuring degree of identification with their team. *International Journal of Sport Psychology*, 24(1), 1–17.
- Wann, D., & James, J. (2018). *Sport fans: The psychology and social impact of fandom* (2nd Edt.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780429456831>
- Wimmer, R. D., & Dominick, J. R. (2013). *Mass media research*. Cengage learning.
- Woo, B., Trail, G. T., Kwon, H. H., & Anderson, D. (2009). Testing models of motives and points of attachment among spectators in college football. *Sport Marketing Quarterly*, 18(1), 38-53.
- Woratschek, H., Horbel, C., & Popp, B. (2014). The sport value framework – a new fundamental logic for analyses in sport management. *European Sport Management Quarterly*, 14(1), 6–24. <https://doi.org/10.1080/16184742.2013.865776>
- Wright, K. (2002). Motives for communication within on-line support groups and antecedents for interpersonal use. *Communication Research Reports*, 19(1), 89–98. <https://doi.org/10.1080/08824090209384835>



SPORMETRE

The Journal of Physical Education and Sport Sciences
Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi



DOI: 10.33689/spormetre.1501891

Geliş Tarihi (Received): 15.06.2024

Kabul Tarihi (Accepted): 09.11.2024

Online Yayın Tarihi (Published): 30.12.2024

OSMANLI DEVLETİ'NDE SERBEST ZAMAN VE EĞLENCEYE YÖNELİK HUKUKİ DÜZENLEMELER: 1896 TARİHLİ BİR NİZAMNAME İNCELEMESİ

Erdoğan Ekinci^{1*}

¹Artvin Çoruh Üniversitesi, Arhavi Meslek Yüksekokulu, Spor Yönetimi Programı, ARTVİN

Öz: Osmanlı Devleti, farklı milletlerin ve dinlerin bir arada yaşadığı çok kültürlü yapısıyla çeşitli serbest zaman ve eğlence tarzlarının gelişimine zemin hazırlamıştır. Bu etkinlikler genellikle İstanbul gibi büyük merkezlerde yoğunlaşmış ve sadece serbest zaman geçirme amacı taşımamış, aynı zamanda ticari, yenilikçi ve birleştirici işlevlere de sahip olmuştur. 19. yüzyılda, tiyatro, şan kahvesi, balo, dilsiz oyunlar (dansçılar, hayvanlarla gösteri yapanlar ve ateşbazlar), hokkabazlık, cambazlık, kukla oyunları vd. eğlence türlerinin ve mekanlarının sayısı artmıştır. Ancak, bu eğlence mekanlarında alkol, uyuşturucu, kumar vb. toplumsal normlara aykırı durumlar, çeşitli olumsuzluklara neden olmuştur. Bu olumsuzluklar karşısında Osmanlı Devleti, toplumun ve devletin güvenliği açısından çeşitli tedbirler almayı amaçlayan nizamnameler ve kanunnameler yayınlamıştır. Bunlardan biri, 11 Haziran 1896 tarihinde yayınlanan Memalik-i Şahane'de Umumun İntibah ve Tenezzühü İçin İcra Olunabilecek Lubyat ve Lehviyata Dair Nizamname (Osmanlı Devleti'nde Halkın Bilinçlenmesi ve Eğlencesi İçin Uygulanabilecek Eğlence ve Oyunlara İlişkin Yönetmelik) başlıklı belgedir. Bu araştırma, Osmanlı Devleti'nde serbest zaman ve eğlenceye yönelik hukuki düzenlemeleri içeren nizamnamenin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırmada, nizamnamenin incelenmesi için nitel araştırma yaklaşımlarından biri olan tarihi araştırma yöntemi kullanılmıştır. Bu bağlamda, doküman analizi tekniği ile nizamname üzerinde detaylı bir inceleme yapılmıştır. Nizamnamenin içeriğinin analizinde ise içerik analizi yöntemi kullanılmıştır. Sonuç olarak, nizamnamenin Osmanlı Devleti'nde serbest zaman ve eğlence faaliyetlerinin devlet kontrolünde ve belirlenen kurallar çerçevesinde gerçekleşmesi amacıyla oluşturulduğu belirlenmiştir. Osmanlı Devleti'nde serbest zaman ve eğlence faaliyetlerinin dini, siyasi ve edebi hassasiyetler çerçevesinde şekillendiğini görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Serbest zaman, eğlence, Osmanlı Devleti, nizamname

LEGISLATIVE REGULATIONS ON LEISURE AND ENTERTAINMENT IN THE OTTOMAN EMPIRE: AN ANALYSIS OF AN 1896 DATED REGULATIONS

Abstract: The Ottoman Empire, with its multicultural structure where various ethnicities and religions coexisted, provided a fertile ground for the development of diverse leisure and entertainment activities. These activities were predominantly concentrated in major centers like Istanbul and served not only as a means of leisure but also had economic, innovative, and unifying functions. In the 19th century, there was an increase in the number of entertainment types and venues, including theaters, musical coffeehouses, balls, mime shows, juggling, acrobatics, and puppet shows. However, these entertainment venues often saw occurrences of socially deviant behaviors such as alcohol consumption, drug use, and gambling, leading to various societal problems. In response to these issues, the Ottoman Empire issued regulations and laws aimed at ensuring the safety of society and the state. One such document is the "Regulation on the Amusements and Recreations that Can Be Performed for Public Amusement and Recreation in the Imperial Territories" dated June 11, 1896. This research aims to examine the regulation concerning leisure and entertainment in the Ottoman Empire. A historical research method, one of the qualitative research approaches, was used for the examination of the regulation. In this context, the document analysis technique was employed to conduct a detailed examination of the regulation. Content analysis was used to analyze the content of the regulation. As a result, it was determined that the regulation was established to ensure that leisure and entertainment activities in the Ottoman Empire occurred under state control and within defined rules. It was observed that leisure and entertainment activities in the Ottoman Empire were shaped within the framework of religious, political, and literary sensitivities.

Key Words: Leisure, entertainment, Ottoman Empire, regulation

* Sorumlu Yazar: Erdoğan Ekinci, Öğretim Gör. Dr., E-mail: erdoganekinci@artvin.edu.tr

GİRİŞ

Serbest zaman, kültür ve tüketim arasındaki ilişki, serbest zaman mekanlarının ve faaliyetlerinin gerçekleşmesi ve serbest zaman sektörlerinin gelişimi üzerinden incelendiğinde, eğlencenin bireylerin yaşamlarındaki öncelikleri arasında yükseldiği ve bu durumun tüketim alışkanlıkları ve kültürel değerler üzerinde belirgin bir etkisi olduğu görülmektedir (Fincham, 2018). Osmanlı Devleti'nde loncalar, hem ticaretteki üretim ve dağıtım süreçlerini düzenlerken hem de halkın serbest zamanlarını değerlendirdiği eğlence faaliyetlerini kontrol altında tutarak toplum hayatında merkezi bir konuma sahip olmuşlardır. Osmanlı'da hem sosyal hayat hem de ticaret loncaya bağlı alt sektörler tarafından düzenlenmiştir. Bu alt sektörlerden en önemlileri yiyecek, ev ürünleri, giyim, hizmet ve eğlence olarak sıralanmaktadır (Akbaş vd., 2018). Bu bağlamda, Osmanlı toplumunda serbest zaman ve eğlence faaliyetleri, dini kuralları gözeterek faaliyet gösteren esnaf loncalarının denetimi altındaydı. (Goodwin, 1999).

Osmanlı Devleti'nin, yönetimi altındaki farklı milletlerin çeşitli dinî ve kültürel yapıları bir arada barındırması sebebiyle farklı serbest zaman ve eğlence tarzlarının ortaya çıkmasına zemin hazırlamıştır (Gümüş, 2023). Osmanlı Devleti'nde pek çok konuda olduğu gibi eğlence hayatının merkezi de İstanbul'dur. İstanbul, taşra halkının hayal dahi edemeyeceği eğlenceler, şenlikler ve coşkulu kutlamaların yaşandığı bir merkez olmuştur (Durkaya, 2020). Bu eğlenceler, genellikle belirli günlerde yapılan ve bazen oldukça gösterişli olan, hatta zaman zaman aşırılıklara varan etkinliklerdir. Bu etkinlikler, sadece serbest zaman geçirme amacı taşımakla kalmayıp, aynı zamanda ekonomik, yenilikçi ve birleştirici işlevlere de sahiptir (Güzey, 2018). Örneğin, bu etkinlikler sayesinde şehirde ticaret canlanmış, yeni ürünler ve eğlence biçimleri tanıtılmış ve farklı kesimden insanlar bir araya gelerek sosyal bağlar kurmuştur. Bu bağlamda, İstanbul'un Osmanlı Devleti için eğlence ve kültür açısından önemli bir rol oynadığı söylenebilir.

Osmanlı Devleti'nde serbest zaman ve eğlence türleri genellikle spora dayalı etkinlikler, zihinsel beceri gerektiren gösteriler, beceri ve yeteneğe dayalı performanslar, oyunlar, müzikal etkinlikler, geleneksel eğlence biçimleri gibi çeşitli kategorilere ayrılabilir (Dinçer Berdibek, 2017). Bu kategorizasyon, serbest zaman ve eğlence faaliyetlerinin çeşitliliği insanların farklı zevklere, becerilere ve ilgi alanlarına hitap eden geniş bir yelpazeye sahip olduğunu göstermektedir. Bu bağlamda, Osmanlıcada, oyun, eğlence ve serbest zaman kavramlarıyla ilişkili olarak, lehviyat, lubiyat ve tenezzüh kelimeleri kullanıldığı görülmektedir. Lehviyat Arapça lehv "eğlence, faydasız iş" kökünden gelmekte olup çoğul eki alarak eğlenceler anlamına gelmektedir. Lubiyat ise yine Arapça kökenli olup lu'b "oyun" kelimesinin çoğul olarak, oyunla ilgili eğlenceler (cambaz, hokkabaz, tiyatro vb.) anlamında kullanılmaktadır (Devellioğlu, 2002). Bu bağlamda, önemli bir diğer kavram ise tenezzühtür. Tenezzüh kelimesi Arapça kökenli olup, hoşça vakit geçirmek, gezmek, gezinti, eğlenmek için gezip dolaşmak, dinlenmek gibi anlamlara gelmektedir (Naci, 2019).

Osmanlı Devleti'nde Gerçekleşen Eğlence Türleri ve Mekanları

Osmanlı Devleti'nde serbest zaman ve eğlence denince ilk akla gelen dönemlerden biri Lale Devri'dir (1718-1730). Bu dönem, Sultan III. Ahmet ile damadı Sadrazam İbrahim Paşa'nın yönetiminde, eğlencenin bir ihtiyaç olarak görüldüğü bir zaman dilimini ifade etmektedir (Durkaya, 2020). Özellikle III. Ahmet ve Sadrazam İbrahim Paşa'nın sanat ve edebiyata olan ilgileri, dönemin kültür dünyasının şekillenmesinde önemli bir rol oynamıştır. Bu ilgi ve himayenin etkisiyle, sonradan "Lale Devri" olarak adlandırılan bir süreç ortaya çıkmıştır (Önal Kılıç, 2018). Lale Devri olarak bilinen bu dönem, Osmanlı kültüründe saray odaklı eğlence

geleneğinin bir parçası haline gelmiştir. Çerâğân ya da günümüzdeki adıyla Lale Devri, eğlence anlayışının saray çevresinde geliştiği bir kültürel dönem olarak öne çıkmıştır (Süngü, 2017). Sadrazam İbrahim Paşa, bu dönemde Sadabad Sarayı'nda birçok eğlence ve ziyafet alanı inşa ettirmiştir. Saray'ın yapımından sonra Kağıthane Mesire alanı halkın sıkça ziyaret ettiği, sosyalleşmenin önemli merkezlerinden biri haline gelmiştir (Araç, 2022). Osmanlı Devleti'nde Tanzimat öncesinde hamam, meyhane, kahvehane gibi eğlence mekanlarına ek olarak Tanzimat sonrasında kafe, pastane, otel, lokanta, gazino, bar gibi yeni mekanlar eklenmiştir. Bu dönemde özellikle Pera'da Avrupa tarzında kafelerin, gazinoların ve kafeşantanların (hem içki hem de müzikli eğlence sunan mekanlar) açıldığı bilinmektedir (Harmandar, 2020). Osmanlı Döneminde gazinolarında, geleneksel ve batılı eğlence türlerine ait meddah, pandomim, karagöz, tiyatro gibi birçok farklı eğlenceler düzenlenmiştir (Şenyurt, 2021).

Osmanlı Döneminde en yaygın serbest zaman ve eğlence mekanlarından biri meyhanelerdir. Meyhaneler özellikle İstanbul'un fethinden sonra şehirden ayrılmayan ve gayrimüslim halkın istekleri sonucunda belirli alanlarda ve belirli sayıda sınırlandırılmak koşuluyla varlığına devam etmiştir (Topuz, 2019). Osmanlı Devleti'nde, gayrimüslimlerin yaşadığı mahallelerde meyhanelerin inşası devlet iznine tabi olup, halkın bu mekanlara giderek içki içmesi ve eğlenmesinde herhangi bir sakınca görülmemiştir (Yıldırım, 2021). Osmanlı'daki meyhanelerin sayısı, devletin güvenliği amacıyla gerçekleştirdiği müdahaleler ve düzenlemeler doğrultusunda değişkenlik göstermiştir. Meyhaneler, genellikle fiziksel büyüklükleri ve özelliklerine göre gedikli, koltuklu ve ayaklı meyhaneler olmak üzere üç sınıfa ayrıldığı bilinmektedir (Erdoğanlı, 2023).

Osmanlı Döneminin önemli serbest zaman ve eğlence türlerinden bir diğeri ise operadır. Sultan IV. Murad döneminde oğlunun sünnet düğünü ve kızının evlilik törenlerinde Edirne sarayında düzenlenecek eğlence etkinlikleri arasında Köprülü Fazıl Ahmet Paşa bir opera temsiline yer almasını istemesiyle birlikte, opera Osmanlı kaynaklarında ilk kez 18. yüzyılda yer almıştır (Yazıcı, 2024). 1831 yılına gelindiğinde, Mızıkâ-i Hümayun'un kurulması sonucu opera önce sarayda 1840 yılından sonra ise saray dışında yaygınlaşmaya başlamıştır (Yöre, 2011). İstanbul'da Cadde-i Kebir (İstiklal Caddesi) Çiçek Pasajı'nda 1840 yılında kurulan Naum Tiyatrosu, başlangıçta sadece tiyatro eserleri sergilerken, 19. yüzyılın sonlarına doğru İtalyan operasına ait eserlerin sergilenmesiyle ön plana çıkmıştır (Coşkunsoy, 2019).

Osmanlı döneminde İstanbul'da müzik ve dans gibi eğlenceler, genellikle; balo, bar, kıraathane, meyhane ve kahvehane gibi çeşitli mekanlarda gerçekleşmiştir. Bu mekanlar, genellikle eğlenmek ve serbest zamanları değerlendirmek amacıyla kurulmuştur (Yöre, 2012). Osmanlı döneminde, sarayda genellikle Fars ve Arap kökenli müziklerin icra edildiği bilinirken, taşrada ise halk ve tekke müziklerinin ön planda olduğu görülmektedir. Batı müziği ile Osmanlı ilk kez 15. yüzyılda İstanbul'u fethiyle birlikte kiliselerde yer alan çok sesli koro müziği ile tanışmıştır (Akdeniz, 2017). Sultan II. Mahmud döneminde, Mehterhane-i Hümayun'un yerine kurulan Mızıkâ-i Hümayun ile Osmanlı'da Batı müziğiyle tanışma süreci başlamış ve bu müzik türünün gelişimi hızlanmıştır. (Kutlay, 2020). Batı müziği, Osmanlı müziğinden etkilenirken, Osmanlı Devleti de Batı'dan etkilenmiştir. Osmanlı'nın Batılılaşma sürecinde önemli bir dönüm noktası olan Lale Devri'nde, Batı müziğiyle tanışma süreci hızlanmıştır. Donizetti Paşa'nın saraya davet edilmesi ve Batı müziği besteleri yapması, bu sürecin önemli bir göstergesidir (Aydoğanlı, 2018).

Osmanlı Devleti'nde yer alan serbest zaman ve eğlence türleri arasında seyirlik oyunlar da yer almaktadır. Osmanlı'da yer alan seyirlik oyunları gerçekleştirenler; canbazlar, gözbağcılar, dansçılar, güç gösterisi veya denge sanatçıları, hayvanlarla gösteriler yapanlar, tulumcular ve

savaş oyuncularını olarak sınıflandırılmaktadır (Düzgün, 2000). Bu oyunların yanı sıra Osmanlı'da karagöz, meddah, orta oyunu gibi farklı seyirlik oyunları da yer almıştır. Bu oyunlar, birçok ülkenin kültüründe yer alan müzik, dans, hokkabazlık vb. gösteri biçimlerinin yanı sıra taklit, sözlü oyunlar gibi anlatı türlerinin Osmanlı kültüründeki yansımalarıdır (Balay, 2019). Bu oyunlar, devletin sınırları içinde varlıklarını sürdürebilmek için hiçbir zaman dram sanatı niteliğine bürünmeden, tamamen mizah odaklı bir eğlence türü olarak varlığını sürdürmüştür (Akın, 2013). Bu bağlamda, meddah, karagöz, orta oyunu, köy seyirlik oyunları gibi eğlence türleri, geleneksel Türk tiyatrosu kapsamında yer alan oyunlar içerisinde yer almaktadır (Tolu, 2021).

Osmanlı'da, Tanzimat sonrasında Batı tarzı serbest zaman ve eğlence anlayışının yaygınlaşmasıyla birlikte tiyatro önemli bir eğlence türü haline gelmiştir. Osmanlı toplumunda tiyatro hem saray çevrelerinde hem de yabancı elçiliklerin düzenlediği temsillerle birlikte toplumsal hayata girmiştir. Bu dönemde, Fransız elçiliği içerisinde özel bir tiyatro salonu inşa edilmiştir (Ertuğrul, 2009). Bu bağlamda, Osmanlı'daki ilk tiyatro olan Gedikpaşa Tiyatrosu, Direklerarası'nda açılmıştır (Çinko, 2020). İstanbul'da 19. yüzyılın sonlarında ortaya çıkan kantolar, tiyatro sahnesine ek olarak popüler bir eğlence biçimi olarak önemli bir yer edinmiştir. Bu dönemde, özellikle gayrimüslim sanatçılar tarafından gerçekleştirilen kantolar, müzik ve dansın etkileşimli bir şekilde sunulduğu yeni bir eğlence geleneğinin temellerini oluşturmuştur (Birin, 2018).

Osmanlı toplumunda yer alan bir diğer serbest zaman ve eğlence türü ise balodur. 1829 yılında İngiliz elçisinin Haliç'te düzenlediği yılbaşı balosuna Osmanlı devlet erkanının katılımı ile resmiyet kazanmıştır (Topuz, 2019; Obuz, 2017). Balo benzeri bir diğer eğlence türü olan balozlar ise tango, kanto, polka gibi Batı hafif müziği türleri seslendirilen, gazino benzeri eğlence yerleridir (Yöre, 2012). Kadınların ve erkeklerin bir arada eğlendiği bu mekânlar ilk kez Galata'da ortaya çıkmıştır. Baloz, dönemin üst sınıf eğlence yaşantısı olan balonun alt sınıfa genişlemesiyle ortaya çıkmıştır (Yöre, 2011). Balozlar, mekânsal olarak gazinoya, kahvehaneye, meyhaneye benzemeyen eğlence yeri olarak tanımlanmaktadır (Topuz, 2019). Baloz sonrası ortaya çıkan müzikli ve danslı eğlence mekanları ise kafeşantandır (Önen, 2018). Kafeşantanlar, müzik ve dansın yanında alkol alınabilen mekanlar içerisinde yer almaktadır (Ulu, 2013). Kafeşantanlar, Balozlara göre daha düzenli dekore edilmiş ve daha elit bir müşteri kitlesine hitap etmiş, bu mekanlarda daha çok toplum ahlakına aykırı gösteriler, alkol tüketimi, kumar gibi faaliyetler yer almıştır (Kutan, 2022). Elit kesimin eğlence merkezleri olan kafeşantanlarda, toplumun genel kabul gören değerlerine aykırı dans gösterileri, aşırı alkol tüketimi ve kumar gibi faaliyetler yaygınlaşmış, bu durum da toplumda büyük tepkilere yol açmıştır. Bu tür faaliyetlerin yaygınlaşması, toplumun ahlaki değerlerinin zedelenmesi, suç oranlarının artması gibi sorunlara yol açmıştır. Bu nedenle, bu tür faaliyetleri düzenleyen veya yasaklayan yasal düzenlemelere ihtiyaç duyulmuştur.

Osmanlı toplumunda önemli bir diğer serbest zaman ve eğlence alanı düğünlerdir. Düğünler 19. yüzyılda gerçekleşen yenilenme ve değişim sürecinde detaylı bir şekilde belgelenmekle birlikte, önceki dönemlere ait bilgiler ise genellikle padişah çocuklarının doğum ve sünnet düğünleri ile padişah kızlarının düğün törenlerini konu alan Surnâme adlı eserlerden elde edilmektedir (Yasubuğa, 2021). Surnâmelerde ayrıca, düğünlerde oynanan oyunlara da değinilmektedir. Bu oyunlar genellikle çeşitli yeteneklerin sergilendiği performanslar, sportif oyunlar, gösteriler, müziğe dayalı oyunlar ve gösteriler şeklinde sınıflandırılmıştır (Berber, 2009). Osmanlı Devleti'nde düğün, sünnet gelenekleri ve askere gitme gibi toplu kutlamalar, toplumun kültürel ve sosyal yaşantısının önemli bir parçasını oluştururken; danslar, dramatik

oyunlar, şarkılar ve türküler gibi unsurlar da bu kutlamalarda öne çıkan kültürel öğeler arasında yer almaktadır (Çak, 2010).

Osmanlı Devleti'nin çok kültürlülüğü, serbest zaman ve eğlence türlerinin toplum üzerindeki etkilerini derinlemesine şekillendirmiştir. Bu çok kültürlü yapı, farklı eğlence anlayışlarını beraberinde getirerek yerleşik toplumsal değerlere aykırı görülmüştür. Özellikle Batılılaşma sürecinde ortaya çıkan yeni eğlence biçimleri, geleneksel aile yapısını ve toplumsal ahlakı tehdit eder bir algı oluşturmuştur. Batı'nın, özellikle Fransa ve İngiltere'nin, Osmanlı üzerindeki siyasi ve ekonomik baskıları giderek artmış ve bu baskılar, iç işlerine müdahaleye kadar uzanmıştır. Sürekli kötüleşen ve karmaşıklaşan bu durum, yöneticiler, siyasi liderler ve aydınlar arasında endişeye yol açmış, onları Avrupa'ya yönelmeye teşvik etmiştir (Okumuş, 2022). 19. yüzyıla gelindiğinde, özellikle Tanzimatın ilanıyla birlikte, Batı kültürü ve medeniyetinin etkileri Osmanlı toplumunda hissedilmeye başlanmıştır. Bu süreçte, değişime uyum sağlayan bireyler ile geleneklere bağlı kalanlar arasında belirgin bir ayrışma meydana gelmiştir (Küçük, 2022). Bu ayrışma, toplumsal dinamiklerin yeniden şekillenmesine serbest zaman ve eğlence anlayışlarının evrim geçirmesine neden olmuştur.

Osmanlı toplumunda savaşların getirdiği ekonomik zorluklar ve sosyal çöküş, kumar ve fuhuş gibi ahlaki değerlere aykırı davranışların yaygınlaşmasına yol açmıştır. Savaşların sebep olduğu geçim sıkıntısı, bireyleri kolay yoldan para kazanmaya yöneltmiş ve bu durum toplumun ahlaki yapısını olumsuz etkilemiştir (Kurnaz Şahin, 2019). Özellikle İstanbul'un İkiçeşmelik bölgesinde, kumar oynama, esrar kullanma ve kaçak rakı ile sigara bulundurma gibi suçların işlendiği eğlence mekanları dikkat çekmiştir (Demir, 2018). Bu mekanlara, Müslüman öğrenciler, kadınlar ve din adamlarının gitmesi yasaklanmıştır. Devlet, eğlence yerlerinde gerçekleştirilen şarkı, oyun ve tiyatro gibi etkinlikleri toplum güvenliği açısından sıkı bir şekilde denetlemiştir. Toplumun huzurunu ve güvenliğini tehdit eden içki satışını da kontrol altına almış ve eğlence mekanlarında içki satışı için izin verme konusunda oldukça titiz davranmıştır (Şenyurt, 2021). Aşırı özgürlükçü danslar, alkol tüketimi ve kumar gibi faaliyetler, toplumun geniş bir kesimi tarafından ahlaki bir çöküş olarak görülmüştür. Bu mekanlarda yaşanan kavgalar, hırsızlıklar ve hatta cinayetler suç oranlarının artmasına neden olmuş, özellikle gece hayatının canlanmasıyla güvenlik sorunları daha da belirginleşmiştir.

Osmanlı Devleti'nin olgunluk döneminde artan refah ve lüks yaşam, bazı bireyleri bu yüksek standartları sürdürmek için gayrimeşru yollara yöneltmiştir. Rüşvet, yolsuzluk ve halkın mallarına el koyma gibi suçlar yaygınlaşmış; aşırı harcamalar ve kumar borçları ise ciddi ekonomik sorunlara yol açmıştır (Yeniterzi, 2000). 19. yüzyılda artan Batı etkisi ve yaşanan savaşlar, toplumda ahlaki çöküşe ve güven bunalımına neden olmuştur. Bu dönemde, devlet görevlileri daha fazla kazanç elde etmek amacıyla görevlerini kötüye kullanmış, özellikle fuhuş gibi ahlaki sorunların yaygınlaşmasına ve toplumsal huzursuzluğun artmasına sebep olmuştur (Çabuk, 2020). Osmanlı Devleti'nde fuhuş yasak olmasına rağmen bu tür faaliyetlerde bulunan kişiler vardır. Yerel yöneticiler, gelen ihbarlar üzerine fuhuşla suçlanan kişileri tutuklanmaktadır. Fuhuş yaptığı tespit edilen kişiler, Osmanlı yönetimi tarafından İstanbul dışına sürgün cezasına çarptırılmışlardır (Köse, 2007).

Aşırı alkol tüketimi ve madde bağımlılığı gibi sağlık sorunları, bireylerin yanı sıra toplumun genel sağlığını da tehdit etmiştir. Osmanlı'da içki yasağının uygulanmasındaki temel neden, asayişin ve düzenin korunmasıdır. Alkol tüketimi, ailevi sorunlardan kamusal hayata kadar birçok alanda sorunlara yol açmış, özellikle sarhoş memurların işledikleri yüz kızartıcı suçlar ve görev yerlerinde çıkardıkları sorunlar, kamu düzeninde olumsuzluklara neden olmuştur (Arslan, 2021). Ayrıca, aşırı alkol tüketimi nedeniyle bazı memurların terfi etmesi engellenmiş

ya da görevlerinden alınmışlardır. Benzer şekilde, sarhoş olarak eve dönen erkeklerin aile fertleri veya komşularıyla yaşadığı tartışmalar, yaralanma ya da ölümlerle sonuçlanan olaylara sebep olmuştur (Yaycıoğlu, 2018). Gayrimüslimlerin Müslümanlara içki satması ve meyhanelerde sarhoşlukla asayiş sorunlarına yol açması, kural ihlalleriyle birlikte devletin genel içki ticareti ve meyhanelere yasaklar getirmesine neden olmuştur (Erdoğanlı, 2020). Ayrıca, meyhanelerin çeşme ve hamam gibi ortak kullanım alanlarına ve camilere yakınlığı, halkın huzurunu bozduğu gerekçesiyle sürekli şikâyet konusu olmuş ve bu sebeplerle kapatılmalarına karar verilmiştir (Yazıcı, 2012).

Bu duruma bağlı olarak Osmanlı yönetimi, toplumsal ahlakı korumak, suç oranlarını düşürmek, ekonomik istikrarı sağlamak ve halk sağlığını korumak gibi amaçlarla çeşitli hukuki düzenlemeler gerçekleştirmiştir. Bu hukuki düzenlemelerin, genellikle eğlence mekanlarının çalışma saatlerini sınırlamak, alkol tüketimini kısıtlamak, kumar oynamayı yasaklamak gibi konulara odaklandığı söylenebilir. Bu hukuki düzenlemelerden biride II. Abdülhamid Döneminde, 29.12.1313 (Miladi: 11.06.1896) tarihinde yayımlanan Memalik-i Şahane'de Umumun İntibah ve Tenezzühü İçin İcra Olunabilecek Lübiyat ve Lehviyata Dair Nizamname'dir (Cumhurbaşkanlığı Devlet Arşivleri Başkanlığı Osmanlı Arşivi, 2023). Bu belge kapsamında Osmanlı Devleti'nde gerçekleştirilecek olan, tüm serbest zaman ve eğlence türlerinin devletin koyduğu kurallar çerçevesinde gerçekleştirilmesi planlanmıştır. Bu araştırmada, Osmanlı Devleti'nde serbest zaman ve eğlenceye yönelik düzenlemeleri içeren 1896 tarihli nizamnamenin incelenmesi amaçlanmaktadır.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Osmanlı Devleti'nde serbest zaman ve eğlenceye yönelik düzenlemeleri içeren 1896 tarihli nizamnamenin incelenmesi amacıyla yapılmış bu araştırmada, nitel araştırma yaklaşımlarından tarihi araştırma yöntemi kapsamında doküman analizi tekniği kullanılmıştır. Tarihi araştırma yöntemi; geçmişte meydana gelen olgu ve olayları, farklı kaynaklar kullanarak ortaya çıkmış durumu, ayrıntılı bir biçimde anlamaya ve açıklamaya çalışır (Karakaya, 2014). Bu yöntem, gerçeğe ulaşmak ve bilgi üretmek için geçmişteki vaka ve olguların ortaya çıkarılması, analiz edilmesi, sentezlenmesi ve raporlaştırılması süreçlerini içerir (Kaptan, 1998). Tarihsel araştırmanın temelinde yatan varsayım, geçmişten gelen bilgi birikimi ile günümüz hakkında bilgi ve anlayış sahibi olmaktır (Berg ve Lune, 2015). Araştırmacı, kaynak olarak olayın yaşanmış olduğu zamana ait dergileri, gazeteleri, yazışmaları, araştırma raporlarını, çeşitli mektupları, resmî belgeleri vb. ayrıntılı bir biçimde inceleyerek araştırmada kullanacağı verileri toplayabilir (Karakaya, 2014).

Veri Toplama Araçları

Araştırmada verilerin toplanmasından önce Artvin Çoruh Üniversitesi Rektörlüğü Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'nun 12.06.2024 tarih ve E-18457941-050.99-138827 sayılı yazısı ile onay alınmıştır. Bu araştırmada, Osmanlı Devleti'nde serbest zaman ve eğlence faaliyetlerinin devlet tarafından nasıl yönetildiğini ortaya koymak amacıyla gerekli veriler, yazılı doküman aracılığıyla toplanmıştır. Bu veriler arasında, Cumhurbaşkanlığı Devlet Arşivleri'nden elde edilen Memalik-i Şahane'de Umumun İntibah ve Tenezzühü İçin İcra Olunabilecek Lübiyat ve Lehviyata Dair Nizamname (Cumhurbaşkanlığı Devlet Arşivleri Başkanlığı Osmanlı Arşivi, 2023) başlıklı belge, araştırmanın ana dokümanını oluşturmaktadır.

Verilerin Analizi

Araştırmanın birincil kaynağı olan nizamnamenin doküman analizinde, nitel araştırmalarda kullanılan yöntemlerden biri olan içerik analizi yöntemi kullanılmıştır. Osmanlıca olan bu

belgenin içerik analizi sürecinde ilk olarak, transkripsiyon kurallarına uygun bir şekilde günümüz Türkçesine çevrilerek sadeleştirme işlemi gerçekleştirilmiştir. Metinlerin içerik analizi sonucunda bulgulara ulaşılmıştır.

BULGULAR

11 Haziran 1986 tarihinde yayımlanan, Memalik-i Şahane'de Umumun İntibah ve Tenezzühü İçin İcra Olunabilecek Lübiyat ve Lehviyata Dair Nizamname (Osmanlı Devleti'nde Halkın Bilinçlenmesi ve Eğlencesi İçin Uygulanabilecek Eğlence ve Oyunlara İlişkin Yönetmelik) toplam 4 bölüm, 32 madde ve ekler kısmından oluşmaktadır. İlk bölümde, yönetmeliğe ilişkin genel hükümler yer almaktadır. İkinci bölümde, serbest zaman ve eğlence faaliyetlerine ilişkin temel şartlar yer almaktadır. Üçüncü bölümde, ruhsat verilen genel oyun ve eğlence türlerinin uygulama biçimleri yer almaktadır. Dördüncü bölümde ise serbest zaman ve eğlence faaliyetleri ile mekanlarda kurallara uyulmaması durumunda uygulanacak cezalara ilişkin bilgiler yer almaktadır.

Yönetmeliğe ait ilk bölüm toplam beş maddeden oluşmakta olup, serbest zaman ve eğlence türleri ile bu eğlencelerin gerçekleştiği mekanlara ilişkin genel hükümlere yer verildiği tespit edilmiştir. Genel hükümlerle ilgili maddelere bakıldığında;

1. Bölüm: Genel hükümler.

Madde 1: Padişahın hüküm sürdüğü her yerde, tiyatro ve şan kahvesi işletmek, balo, dilsiz oyunlar (dansçılar, hayvanlarla gösteri yapanlar ve ateşbazlar), hokkabazlık, cambazlık, kukla oyunları, orta oyunu, hayalbazlık gibi eğlenceler düzenlemek ve halk arasında şarkı söylemek, müzik yapmak gibi faaliyetler, özel izin almadıkça kesinlikle yasaktır. Bu sanatları icra etmek isteyenlerin belirli kurallara ve düzene uygun olarak önce izin almaları gerekmektedir.

Madde 2: Bu tür eğlenceleri düzenlemek isteyenler hem Osmanlı Devleti vatandaşı hem de yabancı uyruklu kişiler olabilirler. İlgili yerlerde belediye müdürü varsa ona, olmayan yerlerde ise en üst düzeydeki yerel yönetim yetkilisine resmi bir dilekçe ile başvurarak ruhsat talep etmelidirler.

Madde 3: Müşterinin durumu zabıta tarafından incelendikten sonra ve Osmanlı Devleti vatandaşı olması şartıyla kabul edilebilir bir kefil bulunduktan sonra, resmi izin belgesi alınacak ve gerekli izin belgesi verilecektir. Genel eğlence faaliyetleriyle ilgili konularda, yabancı uyrukluların durumları Osmanlı vatandaşlarının durumuyla benzer şekilde ele alınacaktır.

Madde 4: Belirtilen temel şartlara uygun olarak düzenlenecek eğlencelerin, ahlakı güzelleştirmeye hizmet eden ve her durumda zarardan kaçınan nitelikte olmaları uygun görülmüştür.

Madde 5: Herhangi bir dil, tarz veya yöntemle, genel halkın toplandığı yerlerde şarkı söylemek ve müzik aletleri çalmak, resmi izne sahip sanatçılara özgü bir hak ve yetkidir ve halkın o tür genel yerlerde, tek başına veya topluca enstrüman çalması veya şarkı söylemesi kesinlikle yasaktır. Yalnızca Boğaziçi'nin تنها kırları ve تنها çayırları gibi özel bölgelerde, bu tür eğlenceler düzenlenebilir. Ancak bu yerlerde eğlence yapacak kişilerin genel kurallara ve düzenlemelere uygun davranmaları ve terbiye kurallarına uymaları gerekmektedir.

Bu maddeler incelendiğinde, Osmanlı Devleti'nde serbest zaman ve diğer eğlence faaliyetlerinin düzenlenmesi için gerekli yasal düzenlemeleri ve izin prosedürlerini

tanımlandığı görülmektedir. Tiyatro, müzik ve benzeri eğlenceler, özel izin olmadan yasaklanmış ve bu izin için belirli kurallara uyulması gerekliliği ortaya konmuştur. Serbest zaman ve eğlence faaliyetlerinin ahlaki değerlere uygun olması ve zararlı etkilerden kaçınması şartı yer almaktadır. Şarkı söylemek ve müzik yapmak, yalnızca resmi izne sahip sanatçılara bir hak olarak tanınmış ve genel halka açık yerlerde bu tür faaliyetler yasaklanmıştır. Bu faaliyetler, yalnızca özel alanlarda belirli kurallara uygun olarak yapılabilmesine izin verildiği görülmektedir.

İlgili nizamnamenin ikinci bölümüne bakıldığında, bu bölümün üç kısımdan (mezhebi yön, siyasi yön ve edebi yön) ve toplam on dokuz maddeden oluştuğu görülmektedir.

2. Bölüm: Osmanlı tiyatrolarında, çeşitli konuları ele alan tiyatro oyunları sahnelenebilir. Aynı şekilde, balo salonları ve dinlenme yerleri gibi serbest zaman ve eğlence amaçlı mekanlarda dilsiz oyunlar (dansçılar, hayvanlarla gösteri yapanlar ve ateşbazlar), kukla gösterileri, orta oyunları, hayalbazlık gibi eğlenceler düzenlenebilir. Bu tür eğlencelerin düzenlenmesi için gereken temel şartların detayları bu düzenlemeyi içermektedir.

İkinci bölümün ilk kısmı olan “Mezhebi Yöne” ait yedi madde bulunmaktadır. Bu maddeler incelendiğinde;

1. Kısım: Mezhebi Yön.

Madde 6: Tüm oyun ve eğlencelerin hangi türünde olursa olsun, adaletin tahtında güven ve emniyet içinde bulunan vatanına sadık olan halk sınıfları ile padişahın misafirlerinin mensup olduğu din ve mezhepler hakkında saygısızlık, tavır veya işaretler kullanarak layık olmayacakları bir muamele uygulanması, adı geçen din ve mezhepler hakkında iyi bir niyetle bile olsa bahsetmesi yasaktır.

Madde 7: Söz konusu dinlerin ve mezhepleri temsil eden şahısların sahnede bizzat temsil edilmesi bir yana, isimlerinin bile anılması kesinlikle yasaktır.

Madde 8: Önceki maddede belirtilen kesin yasak, bahsedilen dinlere ve mezheplere mensup olanlar için, saygıdeğer kişilere, manevi ve dünyevi saltanatla onların hükümdarlarının tamamen dahil edilmesi gereken yüce sınıflara mensup olanlara ve aynı zamanda bunların tabiiyetleri içinde en yüksek sınıftan olan hükümdarlara dahi, sahne performanslarında temsil edilmeleri ve isimlerinin ve unvanlarının anılması kesinlikle yasaktır.

Madde 9: Genel olarak, İslam alimleri, Hristiyan ve Yahudi din adamlarının sahne performanslarında temsil ettikleri isim ve unvanlarının anılması kesinlikle yasaktır.

Madde 10: Komedi ve benzeri eğlenceli oyunlarda, din adamlarının en küçük hizmetçisinin bile sahnede temsil edilmesi uygun görülmezken, trajedi gibi etkileyici ve gerçekten öğretici eğlencelerde, toplumunun manevi hizmetlerinden dolayı önemli bir rol oynayan bazı küçük dini memurların ve hizmetçilerin sahnede temsil edilmeleri gerektiğinde, uyulması gereken düzen şudur:

- Öncelikle, bu tür hizmetçilerin resmi elbiselerini giymeleri uygun olmayıp, mümkün olduğunca sade bir kıyafetle bulunmaları gerekir.
- İkinci olarak, kendilerine verilen rollerin insanlık erdemlerine, manevi ve sözlü geleneklere uygu, bilgi ve maneviyat sıfatlarına tam olarak uygun olması gerekmektedir.

- Son olarak, oyuncuların davranışları ve sözleri, bedenlerinin zayıf yönleri göz önüne alınarak, bilgi ve dinî hizmetlerine uygun bir şekilde onaylanmalıdır.

Madde 11: Sahne dekorasyonunda cami ve kilise gibi ibadethanelerin benzerlerinin kullanılması, ciddi ve dini eğlencelere özgü olmak koşuluyla mümkün olabilir; ancak genel olarak, eğlencede, çeşitli dinlere ait sembollerin, nesnelerin ve ruhani sembollerin kullanılması, hatta samimi niyetlere dayanması ve saygı sınırları içinde olması durumunda, ibadet ve ritüellerle ilgili, farklı dinlere ait olan, farklı faaliyetlerin ve uygulamaların taklidi ve temsili kabul edilebilir.

Madde 12: Bir din veya mezhebe mensup olanların dini hayatlarını iyileştirme ve güzelleştirme amaçlı kelimeler veya ifadeler kullanmaları, diğer dinlere ve mezheplere mensup olanları aşağılayabilecek veya incitebilecek kelimelerin veya ifadelerin kullanılması veya dini inançlarını aşağılayabilecek davranışların sergilenmesi kesinlikle kabul edilemez. Ayrıca, eğlence yoluyla yayımlanan her türlü mezhebi yayının, kesinlikle ve mutlaka mezhebin temsilcileri tarafından onaylanması gerekmektedir. Sonuç olarak, Osmanlı topraklarında mevcut olan dinlerin ve mezheplerin temel hükümleri, eğlence ve keyif alanında her birinin rızasına bağlı olarak yerinde tutulurken, ibadet ve ritüeller, ilim ve ruhani liderler ve farklı nesnelere ve eylemlere açısından dinin sağlam temelleri, dini saygınlığın bir yönünü oluşturarak daima saygı ve saygılı bir biçim içinde olmalıdır.

Mezhebi yöne ait maddeler incelendiğinde; eğlencelerde herhangi bir din veya mezhebe saygısızlık yapılması, kutsal isimlerin ve unvanların sahnede kullanılması yasaklanmıştır. İslam, Hristiyanlık ve Yahudilik gibi dinlerin liderleri ve dini sembollerinin sahnede temsil edilmesi yasaklanmıştır. Trajediler gibi ciddi oyunlarda küçük dini memurların temsil edilmesi, bu kişilerin sade kıyafetler giymesi ve rollerinin insanlık erdemlerine uygun olması gerekli sayılmıştır. Sahne dekorasyonunda ibadethanelerin benzerlerinin kullanımı, ciddi dini eğlencelerle sınırlı tutulmuştur. Eğlenceler aracılığıyla yayımlanan her türlü mezhebi yayının, ilgili mezhep temsilcileri tarafından onaylanması zorunlu görülmüştür. Genel olarak, dini semboller ve ritüellerin sahnede taklidi yasaktır ve tüm din ve mezheplere saygı gösterilmesi zorunludur.

İkinci bölümün, ikinci kısmı olan “Siyasi Yöne” ait toplam sekiz madde bulunmaktadır. Bu maddeler incelendiğinde;

2. Kısım: Siyasi Yön.

Madde 13: Sahne performanslarının insan ahlakını geliştiren ve tarihi olaylardan ibret alınan konulara dayanması uygun olsa da siyasi amaçlı eğlenceler veya siyasi fikirlere dayalı eserlerin sahnelenmesi, hükümetin kutsal otoritesine ve devletin çıkarlarına aykırı belirli bir amaca hizmet eden politik yayımların ve fikirlerin eğlence amacıyla sunulması kesinlikle ve tamamen yasaktır.

Madde 14: Genel eğlence ve diğer entelektüel eserlerde, hükümetin itibarına zarar verebilecek veya şanına dokunabilecek, hükümeti veya diğer krallıkları birbirlerini kışkırtabilecek veya genel olarak halkın huzurunu bozabilecek, yabancı devletlerle ve genel olarak yabancı hükümetlerle ve özel binalar arasında olası olumlu ilişkileri bozabilecek kelimelerin, ifadelerin kullanılması ve uygulanması, oyunun uygulanması sırasında kötü sonuçlar doğurabilecek keyfi davranışların ve sahnede milli ve yabancı bayrakların çıkarılması, savaşçı ve kışkırtıcı şarkıların veya resmi marşların dışında, farklı müziklerin çalınması kesinlikle yasaktır.

Madde 15: Özellikle tiyatrodaki bulunan halkın, bu tür şarkıları cesaretle söyleme girişimi veya sahnede oynanan oyunu alkışlama bahanesiyle gereğinden fazla bir coşkuyla taşkınlık yapması veya aşağılama amaçlı ıslıklar çalması, gürültü yapması gibi istenmeyen davranışlar, yüksek düzeyde sorumluluk gerektiren eylemlerdir. Bu istenmeyen eylemlerin failleri ve etkilenenleri sorumlu olarak kabul edileceklerdir.

Madde 16: Herhangi bir türde oyunda, Osmanlı Sultanları ve hanedan üyelerinin sahnede temsil edilmesi, isimlerinin ve unvanlarının anılması kesinlikle ve tamamen yasaktır.

Madde 17: Önceki maddede belirtilen yasaklamalar, eğlenceli oyunlara mahsus olup, gerçek imparatorlar, imparatoriçeler, kral ve kraliçeler gibi diğer hükümdarlar ve hanedan üyelerinin, sahnede fiziken temsil edilmesi ve isim ve unvanlarının anılması, sadece ciddi ve resmi oyunlarda kabul edilebilir.

Madde 18: Ancak, ciddi ve resmi oyunlarda bile şu şartların yerine getirilmesi gerekmektedir:

- Öncelikle, bu hükmü uygulamayan hükümdarlar istisna edilmelidir.
- İkincisi, sahnede gösterilen oyunlarda yabancı hükümdarlar, prensler ve prenseslerin temsil edildiği veya isimleri ve unvanları anıldığı durumlarda, kullanılan kelimelerin ve ifadelerin uygun olması ve onların saygınlıklarına uygun davranılması gerekmektedir. Onların ahlak dışı sözlerle veya davranışlarla tasvir edilmemesi ve uygulamada onlar için saygı gösterilmesi gerekmektedir.
- Sonuç olarak, dünyanın düzenini ve milletlerin tek kurtuluş yolu olan hükümdarlık merkezinin sembolü olan hükümdarların zatları ve nitelikleri, daima saygı ve onurda tutulması gereken hususlardır.

Madde 19: Osmanlı döneminde yaşanan olayları ve milli adetleri konu alan oyunlarda, halkın temsili doğaldır. Ancak, bu tür oyunlarda, ilmiye, askeri ve sivil memurların en üstünden en altına kadar hiçbirinin resmi kıyafetleri veya günlük kıyafetleriyle sahnede temsil edilmeleri uygun değildir.

Madde 20: Önceki maddede belirtilen yasaklamalar, yalnızca hayatta olan ve halihazırda görevde olan yabancı memurları kapsayan ve bu durumda yabancı memurların ciddi ve resmi oyunlarda temsil edilmesi isim ve unvanlarının anılması, genel hükümetin itibarına ve görünümüne zarar vermemek kaydıyla mümkündür.

Siyasi yöne ait maddeler incelendiğinde, Osmanlı Devleti'nde sahne performanslarında siyasi içeriklerin ve devlet otoritesine zarar verebilecek unsurların yasaklanmasını düzenlendiği görülmektedir. Sahne performanslarının ahlaki gelişime ve tarihi olaylardan ders çıkarılmasına yönelik olması gerektiği vurgulanırken, siyasi amaçlı eğlenceler ve siyasi fikirleri yansıtan eserler yasaklanmıştır. Hükümete zarar verebilecek, halkın huzurunu bozabilecek veya yabancı devletlerle ilişkileri zedeleyebilecek ifadeler ve davranışlar yasaklanmıştır. Milli ve yabancı bayrakların kullanılması, kışkırtıcı şarkılar ve resmi marşlar dışında müziklerin çalınması da yasaklanmıştır.

İkinci bölümün, üçüncü kısmını oluşturan “Edebi Yöne” ait toplam dört madde bulunmaktadır. Bu maddeler incelendiğinde;

3. Kısım: Edebi Yön.

Madde 21: Özel olarak belirlenmiş alanlarda icra edilen genel eğlencelerde, gösterilen içeriklerin ahlaki değerlere uygun ve siyasi açıdan sakıncalardan uzak olması gerektiği gibi genel eğitim açısından da ahlaka hizmet etmesi önemli ve gerekli bir husustur. Bu amaçla, genel

ahlaka, yerel geleneklere ve dinlere dayalı kurallara uygun olmaları için belirlenen usuller ve gelenekler dışında olmamaları gerekmektedir.

Madde 22: Önceki maddede belirlenen edebi şartlar ve gerekliliklerin sağlanması için genel eğlencelerde kaba ve edebe aykırı kelimelerin kullanılması, davranışların sergilenmesi ve edebiyata uygun olmayan taklitlerin yapılması kesinlikle kabul yasaktır.

Madde 23: Gayrimüslimlerin yaşadığı yerlerde, Müslüman kadınların sahne önünde temsil edilmesi, örtülü olsun ya da olmasın, İslami değerlere aykırıdır. Ancak, yaz mevsiminde bazı piknik alanlarında geçici tiyatrolarda sergilenen milli oyunlar veya belirli bir yerel geleneğe dayanan diğer eğlencelerde, Müslüman kadınların temsili gerekiyorsa, genel halka hitap eden ifadelerin, konuşmaların, kıyafetlerin ve davranışların uygun olması ve özellikle ahlaki değerleri yansıtan kelimelerin, hitapların ve eşyaların kullanılması kabul edilebilir.

Madde 24: Hem tanınmış kişilerden hem de çağdaşlardan belirli bir kişi veya ailenin özel durumlarıyla ilgili açıkça veya ima yoluyla hakaret içeren kelimelerin kullanılması veya düşüncelerinin aktarılması kesinlikle yasaktır.

Edebi yöne ait maddeler incelendiğinde, Osmanlı Devleti'nde genel eğlencelerin ahlaki ve siyasi açıdan kabul edilebilirliği ile ilgili kuralları belirlendiği görülmektedir. Genel eğlencelerde içeriklerin ahlaki değerlere uygun, siyasi sakıncalardan uzak ve eğitici olması zorunlu kılınmıştır. Kaba ve edebe aykırı kelimeler, uygunsuz davranışlar ve edebiyata uygun olmayan taklitler yasaklanmıştır. Gayrimüslimlerin yaşadığı yerlerde, Müslüman kadınların sahnede temsil edilmesi İslami değerlere aykırı kabul edilmiştir. Tanınmış kişiler veya aileler hakkında hakaret içeren ifadeler yasaklandığı görülmektedir.

Nizamnamenin üçüncü bölümüne bakıldığında, ruhsat verilen genel oyun ve eğlence türleri ve bu eğlencelerin uygulanma biçimlerine değinildiği tespit edilmiştir. Bu bölüm iki maddeden oluşmaktadır.

3. Bölüm.

Madde 25: Genel eğlence ve eğlence alanlarında icra edilen oyun, şarkı ve enstrüman gibi hoşnutluk ve eğlence türlerine ruhsat verilen herkesin, mahalli zabıta ve belediye tarafından gerekli görülen yerlerde birer uygulama müfettişi bulundurması gerekmektedir. Bu memurlar, eğlence ve keyifte hem sanatçıların hem de seyircilerin genel kurallarla ve bu düzenlemeye tamamen uyumlu bir şekilde davranmalarını sağlamak için özen göstereceklerdir. Uygunsuz bir durum veya hareket olduğunda, acil durumda makamlarına bilgi vererek gerek tiyatro ve diğer eğlence yerlerinin yöneticileriyle sanatçılar ve gerekse orada bulunan zabıta ve belediye memurlarının uyarı ve talimatlarına uygun şekilde hareket etmek zorundadırlar.

Madde 26: Resmîyet çerçevesinde, zabıta ve belediye tarafından atanacak uygulama müfettişleri, eğlence ve keyif etkinliklerinin uygulanması ve icrası sırasında, ruhsat belgesinde belirtilen şartlarla birlikte, özellikle yasaklanmış veya yasaklanmamış kelimeler ve ifadeler içeren hiçbir gereksiz söz veya davranış sergilenmemesi için özen göstereceklerdir.

Üçüncü bölüme ait maddeler incelendiğinde, Osmanlı Devleti'ne genel serbest zaman ve eğlence faaliyetlerinde düzenin sağlanması için gerekli olan denetim kurallarının açıklandığı söylenebilir. Bu bağlamda, eğlence alanlarında faaliyet gösteren herkesin, mahalli zabıta ve belediye tarafından atanacak birer uygulama müfettişi bulundurması zorunlu tutulmuştur. Bu memurlar, sanatçıların ve seyircilerin kurallara uyumunu sağlamakla yükümlüdür. Eğlence

etkinliklerinin icrası sırasında, ruhsat belgesinde belirtilen şartlara uygun hareket edilmesi ve yasaklı kelime veya ifadelerin kullanılmaması gibi birçok durumdan sorumlu tutulmuşlardır.

Nizamnamenin dördüncü bölümünün Ceza başlığı taşıdığı tespit edilmiştir. Bu bölüm iki kısım ve toplam beş maddeden oluşmaktadır. Dördüncü bölüme ait birinci kısım incelendiğinde “para cezasını gerektiren durumlar” ortaya konduğu görülmektedir. Bu kısma ait maddelere bakıldığında;

4. Bölüm: Ceza.

1. Kısım:

Madde 27: Bu yönetmelik hükümlerine aykırı hareket eden tiyatro müdürleri ile müzisyen, orta oyunu oyuncusu, kuklacı, hokkabaz gibi sanatçılardan, kabahatlerinin derecesine bağlı olarak ilk kez bir liradan yirmi beş liraya kadar para cezası uygulanacaktır. Kabahatlerinin tekrarı halinde veya zabıta ve belediye memurlarının uyarısını dikkate almadıkları durumlarda ise ceza miktarı bir liradan elli liraya kadar çıkabilecektir.

Madde 28: Ruhsat almadan tiyatro oyunu, orta oyunu veya dilsiz oyun (dansçılar, hayvanlarla gösteri yapanlar ve ateşbazlar) sahnelemek, oyun metninden çıkarılan veya eklenen kelimeleri oyun sırasında kullanmak veya metinde yer almayan ek sözler söylemek, genel güvenliği tehlikeye sokacak hareketlerde bulunmak gibi önemli ihlaller, on liradan az olmamak üzere elli liradan fazla para cezasını gerektiren sebeplerdir.

Madde 29: Tiyatro, balo, kahvehane gibi eğlence mekanlarında genel güvenliği tehlikeye sokan bir sorun ortaya çıktığında, oyun mekanının yöneticisinden veya işletmecisinden para cezası alınmasının yanı sıra, zabıta tarafından oyunun durdurulması, mekânın kapatılması ve işletmeye yönelik diğer yaptırımlar uygulanabilir. Güvenliği tehlikeye sokanlar, ceza kanunlarına uygun olarak başka şekillerde de sorumlu tutulabilirler.

Birinci kısma ait maddeler incelendiğinde, müzisyenler, oyuncular ve diğer sanatçılar, yönetmelik kurallarına aykırı davranışları, ruhsatsız oyun sergilemek, oyun metnine aykırı sözler kullanmak veya genel güvenliği tehlikeye sokan eylemlerde bulunmak gibi ihlaller para cezası gerektiren durumlar içerisindedir. Eğlence mekanlarında genel güvenliği tehlikeye sokan sorunlar, para cezasına, oyun durdurulmasına, mekânın kapatılmasına ve diğer yaptırımlara neden olabileceğine değinildiği görülmektedir.

Dördüncü bölümün ikinci kısmında, ruhsat belgelerinin ücretleri ile para cezalarının ödeme şekillerine yer verildiği tespit edilmiştir. Bu kısma ait maddelere bakıldığında;

2. Kısım:

Madde 30: Tiyatro oyunları, balolar, kahvehaneler gibi eğlence etkinlikleri hangi yerde icra edilecekse, o yerin belediye dairesinden alınacak uygun ruhsat belgesi gereklidir. Ruhsat bedelleri, ruhsatı veren belediye dairesine aittir.

Madde 31: İstanbul’da genel eğlence ve eğlence komisyonu ve eyaletlerde yerel hükümetin özel denetimi altında hareket edecek belediye heyetleri, eğlence ve eğlence etkinliklerinin sadece manevi ve edebi yönlerini değil, aynı zamanda eğlence etkinliklerinin uygulanmasına da zabıta ile birlikte denetleyeceklerdir. Bu nedenle, eğlence etkinliklerinden kaynaklanan kötü hareketler ve diğer sebeplerden kaynaklanan para cezaları, uygulama müfettişlerinin harcamaları karşılığında uygun bir şekilde zabıta ve belediye tarafından alınacaktır.

Madde 32: Ruhsat belgesi ücretleriyle para cezalarının yanı sıra, eğlence ve eğlence programlarından, işbu yönetmelikle ilgili tarifeye göre ve muayene ve onay ücreti adıyla bir bedel alınarak elde edilecek gelirler, İstanbul'da genel eğlence ve eğlence komisyonu ve eyaletlerde ise bağımsız olarak yönetilen valiliklere ait belediyenin incelemelerden kaynaklanabilecek zorunlu masraflarına karşılık olarak alınacak ve ceza ödemelerine ek olarak denetim masrafları olarak zabıta ve belediyeye teslim edilecektir. Ceza ödemelerini yapmakla yükümlü olan sanatçılar, borçlarını ödeyene kadar sanatlarını icra edemeyeceklerdir. Muayene ve onay ücreti alınarak uygulamaya veya devir edilmeye izin verilen bir fikri eser için, başka bir kişi tarafından da ruhsat talep edilirse ve eserin niteliği hakkında İstanbul'da komisyon tarafından ve eyaletlerde belediye tarafından yapılan inceleme sonucunda yeniden muayenesinin gerekli görülmesi halinde, yeniden muayene edilecek ve ruhsat verilmeyecektir. Ücret alınmadan ruhsat verilmeyecektir. Bu durumda bir inceleme yapılmışsa ve eser onaylanmışsa, zaten onaylanmış bir eserden tekrar onay ücreti alınmayacaktır.

İkinci kısma ait maddeler incelendiğinde, tiyatro, balo ve kahvehane gibi eğlenceler için belediyeden ruhsat alınması zorunlu tutularak, ruhsat bedelleri ve para cezaları belediyeye ödenmesi kararlaştırılmıştır. Eğlence programlarından elde edilen gelirler komisyon veya belediyelere bırakılmıştır. Sanatçıların, cezalarını ödemediği sahne almaları yasaklanmıştır.

Nizamnamenin son kısmında "Ekler" bölümü ve bu bölüme ait iki madde yer almaktadır. Bu maddelere bakıldığında;

Ekler:

Madde 1: Orta oyunu, kukla, hokkabazlık, cambazlık, hayalî karakterler ve benzeri eğlenceler ile genel eğlence mekanlarında çeşitli tarzlarda söylenen şarkılar gibi eğlencelerden bazıları hiç, bazıları ise bir dereceye kadar devletin denetimi altında bulundurulmuştur. Ancak bu tür eğlenceler de tiyatro oyunları gibi bu yönetmelik hükümlerine tabi olup, programları ve içerikleri İstanbul'da eğlenceyi denetleyen komisyon ve taşralarda yerel hükümetler ve belediye heyetlerinin denetim ve incelemelerinden geçirilerek onaylanmadıkça sahnelenemeyecektir.

Madde 2: Gerek resimci dükkanlarında gerekse genel eğlence mekanlarında ve panoramahanelerde halkın seyretmeye doyamadığı, karmaşık ve somut tasvirlerin eğlence ve keyif unsuru olan, özellikle basın yayın organlarının hal ve şekilleri ile konuşan bir kısmı demektir ki, bu yüzden onlar da bu yönetmelik hükümlerine uygun olarak uygulanacaktır. Görüntülerin sergilenmesi ve sunulması mümkün olan genel eğlence mekanlarında yasak olup, bu engelden kurtulabilen yerlerde dahi resmi izin veya panoramahane izni almak kesinlikle gereklidir ve izin alınacak görüntülerin İstanbul'da genel eğlence ve eğlence komisyonu ve eyaletlerde yerel hükümetler ve bağımsız belediyeler tarafından incelenmesi ve onaylanması gerekmektedir. Dükkanlarında satışı yapılan bu tür görüntüler ve heykellerle ilgili tüccarlar, diğer ruhsatlarının yanı sıra, satacakları bu tür fikri ürünlere ilişkin mevzuat ve mevcut sözleşmelere uygun olarak zabıta ve belediye tarafından takip edilecektir. Bu yönetmelik hükümleri, İstanbul'da genel eğlence ve eğlence komisyonu ve eyaletlerde yerel hükümetler ve bağımsız belediyeler tarafından politik olarak ve hükümetçe, yani mahkemeye gerek kalmadan uygulanacaktır.

Ekler kısmına ait maddeler incelendiğinde, orta oyunu, kukla, hokkabazlık, çeşitli şarkılar gibi eğlenceler devlet denetimindedir. İçerikler İstanbul'da genel eğlence komisyonu ve taşralarda yerel hükümetler tarafından onaylanmadan sahnelenemez. Resimci dükkanları ve genel eğlence mekanlarında sergilenen karmaşık tasvirler de denetime tabidir. Görüntülerin sergilenmesi için

izin almak gereklidir ve İstanbul'da genel eğlence komisyonu tarafından incelenerek onaylanmalıdır. Bu tür işletmeler mevzuata uygun olarak denetlenir.

Serbest zaman ve genel eğlence ile basılı programlar ve basılı materyallerdeki görüntüler ve figürler için belirlenen muayene, onay ve ücretler belirli bir tarifeye tabidir.

- Herhangi bir dilde detaylı tiyatro broşürlerinden 2 adet sim Mecîdî
- Özet tiyatro broşürlerinden 1 adet sim Mecîdî
- Orta oyunu broşürlerinden 1 adet sim Mecîdî
- Her hayal oyunu programından 2 çeyrek Mecîdî
- Her hokkabazlık oyunu programından 1 çeyrek Mecîdî
- Her kukla oyunu programından 1 çeyrek Mecîdî
- Her dilsiz oyunu programından 1 çeyrek Mecîdî
- Her cambazlık oyunu programından 2 çeyrek Mecîdî
- Genel eğlence mekanları, balo salonları ve mesire alanları gibi yerlerde bağımsız olarak söylenecek her şarkıdan 1 çeyrek Mecîdî
- Her panoramik resim için 40 para
- Eğlence amaçlı genel mekanlarda sergilenen her resim ve hikâyeden 20 para muayene ve onay ücreti alınacaktır.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Osmanlı Devleti'nin içinde bulunduğu çok kültürlü yapı, toplumda yer alan serbest zaman ve eğlence çeşitliliği üzerinde de etkili olmuştur. Osmanlı toplumu, hem içerisinde yer alan gayrimüslimlere ait hem de Avrupa kökenli serbest zaman ve eğlence kültürlerinden etkilenmiştir. Ancak, bu etkileşim süreç içerisinde çeşitli kültürel ve dini değerler üzerinde olumsuz etkilere neden olmuştur. Toplum içerisinde yer alan farklı kültürlere sahip insanlar arasında yaşanan çıkar çatışmaları ve gerilimler sonucunda, Osmanlı toplumunda huzursuzlukların yaşanmasına neden olduğu bilinmektedir. Özellikle, İslam dinine ait normlara aykırı olan serbest zaman ve eğlence türlerine Müslümanlar arasında ilginin ve katılımın artması bazı dönemlerde büyük gerilimler yaşanmasına neden olmuştur. Lale Devri'yle hız kazanan Batı kültürünün Osmanlı'da uygulanmaya başlaması, yeni eğlence türleri ve bunlara ait mekanlarda gerçekleşen alkol, esrar vb. kullanımı, kumar, fuhuş gibi diğer atipik davranışların yaygınlaşmasına neden olmuştur.

Osmanlı Devleti, ortaya çıkan bu olumsuz durumlar karşısında çeşitli tedbirler alma durumunda kalmıştır. Alt sosyo-ekonomik düzeyden müşterilere hitap eden meyhanelerde sıklıkla kavga, yaralama ve öldürme gibi olaylar yaşandığından, zaman zaman kapatılmaları gündeme gelmiştir (Fulin, 2009). Gayrimüslimlerin, Müslümanlara içki satışı, meyhanelere kabul edilmeleri, sarhoşluk sonucu asayiş olaylarına karışma gibi çeşitli kural ihlalleri nedeniyle çeşitli cezalar verilmiştir (Erdinçli, 2020). Özellikle alkol almanın yanı sıra, hırsızlık, küfür, hakaret, adam dövme, taciz, kişi veya kamu malına zarar verme gibi suçlar nedeniyle meyhanelerin kapatılmasına karar verilmiştir (Yazıcı, 2012). Ancak, Osmanlı'da bazı kolluk güçlerinin masraflarının meyhane gelirlerinden karıştığı olması ve bu mekanlara giden müdahimlerin toplum açısından daha fazla sıkıntı yaşatma olasılığı, şehrin kenar mahallerinde birkaç tane meyhanenin devlet kontrolünde açık tutulmuştur (Köse, 2007). Benzer biçimde kahvehaneler, başlangıçta insanların serbest zamanlarını geçirdiği mekânlar olarak kullanılırken, daha sonra meyhane amaçlarıyla da kullanılmıştır. Bu mekânlarda alkol, afyon, esrar gibi maddelerin kullanımıyla birlikte devlete karşı yapılan konuşmaların da gündeme gelmesi sonucu, devletin kahvehaneleri kapatma kararı almasına neden olmuştur (Fulin, 2009).

Yukarıda da bahsi geçen yaptırımlar bağlamda, 1896 yılında yayımlanan nizamname değerlendirildiğinde, Osmanlı Devleti'nde serbest zaman ve eğlence faaliyetlerinin düzenlenmesine ilişkin belirtilen kurallar, o dönemin toplumsal normları ve değerleriyle uyumlu olarak şekillenmiştir. Padişahın hüküm sürdüğü her yerde belirli eğlence faaliyetlerinin yasaklanması, toplumun ahlaki ve kültürel yapısını koruma ve güçlendirme amacını taşımaktadır. Bu yasaklar, o dönemdeki siyasi ve dini otoritelerin belirlediği ahlaki standartlara dayandığı söylenebilir. Öte yandan, belirtilen kuralların Osmanlı Devleti'nin toplumsal yapısı ve değerleri göz önüne alındığında, o dönemdeki ihtiyaçlara ve beklentilere uygun olduğu savunulabilir. Bu bağlamda, belirli eğlence faaliyetlerinin sıkı denetim altında tutulması ve belirli kurallara tabi olması, o dönemdeki toplumun istikrarı ve düzeni için gerekli görülen bir yaklaşım olabilir.

Osmanlı Devleti'nde serbest zaman ve eğlence faaliyetlerine getirilen kurallar, dönemin sosyal ve dini normlarına dayanmaktadır. Bu kurallar, farklı din ve mezheplere mensup insanların bir arada yaşadığı çok kültürlü bir toplumda yaşanan dini ve kültürel hassasiyetleri yansıtmaktadır. Özellikle, dini liderlerin ve dini değerlerin serbest zaman ve eğlence faaliyetlerinde temsil edilmesinin yasaklanması, farklı dinlere mensup olanların dini inançlarının saygı görmesini sağlamayı amaçlamaktadır. Ayrıca, sahne dekorasyonunda ibadethanelerin benzerlerinin kullanılmasının, eğer ciddi ve dini bir eğlenceyle uyumluysa uygun olabileceği belirtilmiştir. Ancak genel olarak, çeşitli dinlere ait sembollerin ve nesnelerin eğlence amacıyla kullanılması ve taklit edilmesi kabul edilebilirken, bunların dini inançları aşağılayacak şekilde kullanılması yasaklanmıştır. Osmanlı Devleti'nde serbest zaman ve eğlence alanında siyasi içerikli eserlerin sahnelenmesi ve politik fikirlerin eğlence amacıyla kullanılması yasaklanmıştır. Sahne performanslarının insan ahlakını geliştiren ve tarihi olaylardan örnek alınan konulara dayanması teşvik edilirken, devletin itibarına zarar verebilecek veya halkın huzurunu bozabilecek kelimelerin, ifadelerin ve davranışların kullanılması yasaklandığı görülmektedir. Özellikle, Osmanlı ile yabancı devletler arasında olan ilişkileri olumsuz etkileyebilecek ifadelerin kullanılması, sahnede milli ve yabancı bayrakların yer alması, savaşçı ve kışkırtıcı şarkıların söylenmesi ve resmi marşlar dışında müziklerin çalınması yasaklanmıştır. Öte yandan, her tür eğlence faaliyetinde yabancı hükümdarların ve aile fertlerinin temsili veya isimlerinin anılması durumunda, kullanılan kelimelerin ve ifadelerin uygun olması ve onlara saygı gösterilmesi gerekliliği vurgulanmıştır.

Osmanlı'da uygulanan siyasi ve dini yasakların temel nedeni, sosyal hayatın hem geleneksel hem de modern unsurları bir arada barındıran karmaşık ve dinamik bir yapıya sahip olmasıdır. Hem Batılılaşma çabaları hem de milliyetçilik akımları, toplumda önemli değişimlere yol açmıştır. Fransız İhtilali sonrasında yayılan milliyetçilik akımı ve yabancı devletlerin Osmanlı'daki gayrimüslim tebaayı kışkırtma politikaları, millet sisteminin sürdürülemez hale gelmesine neden olmuştur. Bu gelişmelere karşı Osmanlı Devleti, milliyetçilik propagandalarını engellemek amacıyla Osmanlıcılık fikrini benimsemiş ve uygulamaya koymuştur (Demir, 2011). Osmanlıcılık, farklı fikri ve eylemsel hareketlere bir tepki olarak önce teorik düzeyde gelişmiş, ardından somut sonuçlar vermeye başlamıştır. İlk kez 1839 Tanzimat Fermanı ile gündeme gelen bu fikir, Müslüman olmayan halkların haklarının tanınmasını sağlamıştır (Türkmenoğlu, 2019). Ancak imparatorluk içinde birliği sağlama imkânı kalmayınca, Türklerin de diğer etnik gruplar gibi milli bilinç geliştirmesi ve örgütlenmesi gerektiği ortaya çıkmıştır. Bu bağlamda Türk milliyetçiliği, diğer azınlıkların savunduğu milliyetçilik düşünceleriyle benzer bir çizgide gelişmiştir (Semiz, 2014). Osmanlıcılık ve İslamcılık akımlarının devleti kurtarmada yetersiz kaldığı anlaşıldığında, aydınlar devleti koruyacak yeni bir hareket olarak Türkçülük fikrine yönelmişlerdir (Köçer, 2003).

Osmanlı'da, genel eğlencelerin içeriğinin ahlaki değerlere uygun olması ve siyasi açıdan sakıncalı olmaması gerektiği vurgulanmıştır. Bu eğlencelerin genel ahlaka, yerel geleneklere ve dini değerlere uygun olmasını sağlayan kurallara uyulması önemli görülmüştür. Özellikle genel eğlencelerde kaba ve edebe aykırı kelimelerin kullanılması, davranışların sergilenmesi ve taklitlerin yapılmasının kabul edilemez olduğu belirtilmiştir. Ayrıca, gayrimüslimlerin yaşadığı yerlerde Müslüman kadınların sahne önünde temsil edilmesinin İslami değerlere aykırı olduğu vurgulanmıştır. Osmanlı döneminde serbest zaman ve eğlence alanlarında gerçekleşen oyun, şarkı vd. eğlence mekanlarına ruhsat veren herkesin, mahalli zabıta ve belediye tarafından gerekli görülen yerlerde birer uygulama müfettişi bulundurması zorunlu tutulmuştur. Bu uygulama müfettişleri, eğlence mekanlarının, sanatçıların ve seyircilerin genel kurallara ve düzenlemelere uygun bir şekilde davranmalarını sağlamakla görevlendirilmiştir. Bu düzenleme, eğlence alanlarında düzenin sağlanması ve herkesin güvenli ve keyifli bir şekilde zaman geçirmesini amaçlamaktadır. Ayrıca, bu düzenleme sanatçıların ve seyircilerin davranışlarını denetleyerek, genel ahlaka uygunluğunu sağlayarak, toplumsal düzeni korumaya yönelik bir önlem olarak değerlendirildiği söylenebilir.

Sonuç olarak, Osmanlı Devleti'nde serbest zaman ve eğlence alanında dini, siyasi ve edebi hassasiyetler oldukça önemli bir yer tutmaktadır. Genel eğlence ve diğer serbest zaman faaliyetlerinin içeriği ve sunumu, dini, siyasi ve edebi normlara saygılı olacak şekilde düzenlenmeye ve denetlenmeye çalışılmıştır. Osmanlı döneminde serbest zaman ve eğlence alanında siyasi içerikli eserlerin ve politik fikirlerin sahnelenmesi yasaklanmıştır. Halkın huzurunu bozabilecek her tür serbest zaman ve eğlence unsurlardan kaçınılması önemsenmiştir. Bu bağlamda, genel eğlencelerin ve diğer serbest zaman faaliyetlerinin toplumun ahlaki ve kültürel değerlerine katkı sağlaması amaçlandığı söylenebilir.

Bu araştırma, Memalik-i Şahane'de Umumun İntibah ve Tenezzühü İçin İcra Olunabilecek Lubiyat ve Lehviyata Dair Nizamname başlıklı bir adet belgeyle sınırlıdır. Osmanlı Devleti dönemine ait Türk serbest zaman ve eğlence tarihine dair bilgileri ortaya koyması bakımından önemlidir. Bu çalışma ile Osmanlı Devleti'nde serbest zamana ve eğlenceye yönelik hukuki bir düzenleme alanyazına kazandırılmıştır. Ayrıca, ulusal alanyazında serbest zaman alanında gelecekte yapılacak olan çalışmalara da kaynaklık edeceği düşünülmektedir. Araştırma sonuçları, serbest zaman tarihine ilişkin mevcut bilgi havuzunun genişlemesine katkı sağlamaktadır. Bu yönüyle, alanda yapılacak benzer çalışmalara da değerli bir referans olacağı düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

Akbaş, H. E., Bozkurt, S. & Yazıcı, K. (2018). Osmanlı Devleti'nde lonca teşkilatı yapısı ve yönetim düşüncesi ile karşılaştırılması. *Muhasebe ve Finans Tarihi Araştırmaları Dergisi*, (İşletme Tarihi Özel Sayısı), 165-202.

Akdeniz, H. B. (2017). Batı müziğinin Osmanlı/Türk temsilcileri. *Osmanlı Mirası Araştırmaları Dergisi*, 4(10), 63-84.

Akın, B. A. (2013). Osmanlı'da İslami hükümlerin belirleyiciliğinde varolabilen "gösteri" türleri: "Meddah, karagöz ve orta oyunu". *Zeitschrift für die Welt der Türken/Journal of World of Turks*, 5(2), 33-42.

Araç, Ü. (2022). *İktidar ve sanat: Damat İbrahim Paşa'nın hamiliği (1718-1730)*. İstanbul: Vakıfbank Kültür Yayınları. s. 266.

Arslan, F. (2021). Alkol tüketiminin Osmanlı kamusal hayatında yarattığı sorunlar: İkinci Meşrutiyet Dönemi ve sonrasında örnekler. *Vakanüvis: Uluslararası Tarih Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 478-497.

- Aydinoğlu, T. (2018). Osmanlı dönemi Türk müziğinin Wolfgang Amadeus Mozart'ın eserlerine etkisi. *Asya Studies-Academic Social Studies/Akademik Sosyal Araştırmalar*, 8(5), 57-66.
- Balay, M. (2019). Osmanlı modernleşmesi ve ortaoyunu. *Tiyatro Araştırmaları Dergisi*, 30(30), 93-109.
- Berber, O. (2009). Türk kültüründe eğlence ve birlik unsuru olarak düğünler. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 10, 1-11.
- Berg, B. L. & Lune, H. (2015). Sosyal tarihsel araştırma ve sözel gelenekler. F. N. Kıralı & H. Leblebici (Çev.), *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri içinde*. Konya: Eğitim Yayınevi.
- Birer, M. (2018). Osmanlı eğlence müziği geleneklerinde sosyo-kültürel etkileşimler. *Ahenk Müzikoloji Dergisi*, 3, 66-83.
- Cumhurbaşkanlığı Devlet Arşivleri Başkanlığı Osmanlı Arşivi. (2023). Memalik-i şahane'de umunun intibah ve tenezzühü için icra olunabilecek lubiyat ve lehviyata dair nizamname. Yer Bilgisi: Y..PRK.DH.. / 9-28, Belge Tarihi: H-29-12-1313, s.1-9.
- Coşkunsoy, B. Ö. (2019). Osmanlı dönemi İstanbul'da opera mekanları. *International Journal of Social, Humanities and Administrative Sciences*, 5(17), 590-596. <http://dx.doi.org/10.31589/JOSHAS.141>
- Çabuk, F. (2020). Osmanlı Devleti'nde memurların müdahil olduğu bazı fuhuş ve fahişe meseleleri üzerine bir değerlendirme (1833-1922). *History Studies*, 12(4), 1505-1523. DOI: 10.9737/hist.2020.888
- Çak, Ş. E. (2010). Osmanlı eğlence hayatında dans unsurları olarak köçekler, çengiler. *Motif Akademi Halkbilimi Dergisi*, 3(5), 82-95.
- Çinko, M. A. (2020). Osmanlı arşiv belgeleri ışığında İstanbul/Gedikpaşa'da bir yapı adasının 19. yüzyıldan Cumhuriyet'e değişiminin irdelenmesi: Tiyatrodan, mektebe. *Meltem İzmir Akdeniz Akademisi Dergisi*, 7, 6-30.
- Devellioğlu, F. (2002). *Osmanlıca - Türkçe ansiklopedik lügat*. 19. Baskı. Ankara: Aydın Kitapevi Yayınları.
- Demir, M. (2018). Osmanlı eğlence hayatında bir alt kültür müzikli kahvehane: Amane kahvehaneleri. *Folklor/Edebiyat*, 24(93), 35-53. DOI: 10.22559/folkloredebiyat.2017.66
- Demir, Ş. (2011). Tanzimat döneminde bir devlet politikası olarak Osmanlıcılık. *Selçuk Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları Dergisi*, 29, 331-348.
- Dinçer Berdibek, Z. (2017). Ötekinin merceğinden Osmanlı eğlence kültürü. *Osmanlı Mirası Araştırmaları Dergisi*, 4(8), 37-58.
- Durkaya, H. (2020). Klasik Türk şiirinde Osmanlı eğlence hayatının bir yansıması: Mehtabiyeler. *Divan Edebiyatı Araştırmaları Dergisi*, 24(24), 173-194.
- Düzgün, D. (2000). Osmanlı döneminde geleneksel Türk tiyatrosunun genel görünümü. *Atatürk Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları Enstitüsü Dergisi*, 14, 63-69.
- Erdinçli, İ. (2020). Sarhoşluktan keyif haline: Osmanlı İstanbul'unda içki içme ve meyhâne âdâbı. *Ankara Üniversitesi Osmanlı Tarihi Araştırma ve Uygulama Merkezi Dergisi*, 47, 21-44.
- Erdinçli, İ. (2023). 16. yüzyıldan 20. yüzyıla Osmanlı İstanbul'unda meyhane mezeleri ve yiyecekleri. *Tarih Araştırmaları Dergisi*, 42(73), 151-80.
- Ertuğrul, A. (2009). XIX. yüzyılda Osmanlı'da ortaya çıkan farklı yapı tipleri. *Türkiye Araştırmaları Literatür Dergisi*, 13, 293-312.
- Fincham, B. (2018). *Eğlence sosyolojisi*. F. Ü. Selçuk (Çev.), Ankara: Nobel Yaşam.
- Fulin, N. (2009). *Osmanlı devletinde yasaklanmış içecekler (1603-1807)*. Yayımlanmış Doktora tezi. Gaziantep Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Tarih Ana Bilimdalı, Gaziantep.

- Goodwin, J. (1999). *Lords of the horizons: A history of the Ottoman Empire*. Vintage.
- Gümüş, K. S. (2023). İbrahim Tırsı'nın "eğlence" redifli gazeli üzerine. *RumeliDE (Yazım doğru) Dil ve Edebiyat Araştırmaları Dergisi*, 1, 510-519. DOI: 10.29000/rumelide.1379186
- Güzey, Ö. Ü. (2018). Osmanlı'da ekonomik daralma-eğlence hayatı ve matbaa'nın kullanılmaya başlaması. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 6(86), 133-151.
- Harmandar, S. (2020). 19. yüzyılda İstanbul'da değişen eğlence anlayışı ve yeni eğlence mekânları. *Erzurum Teknik Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Tarih Dergisi*, 1(1), 114-117.
- Kaptan, S. (1998). Bilimsel araştırma ve istatistik teknikleri. Ankara: Tekışık Yayınları.
- Karakaya, İ. (2014). Bilimsel araştırma yöntemleri. A. Tanrıöğer (Ed.), *Bilimsel araştırma yöntemleri içinde*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Köçer, M. (2003). Osmanlı Devleti'nde Türkçülük akımının ortaya çıkması. *Fırat Üniversitesi Doğu Araştırmaları Dergisi*, 1(3), 10-13.
- Köse, O. (2007). XVIII. yüzyıl sonları Rus ve Avusturya savaşları esnasında Osmanlı Devleti'nde bir uygulama: İstanbul'da içki ve fuhuş yasağı. *Electronic Turkish Studies*, 2(1), 104-123.
- Kurnaz Şahin, F. (2019). I. Dünya Savaşı ve sonrasında kumarın yaygınlaşması ve Osmanlı Devleti'nin aldığı tedbirler. *Selçuk Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 41, 405-426. <https://doi.org/10.21497/sefad.586668>
- Kutan, Ö. Ç. (2022). 19. yüzyıl İstanbul'unda sosyal ve kültürel hayatın modernleşmesi. *Memleket Siyaset Yönetim*, 17(37), 83-114.
- Kutlay, E. (2020). Osmanlı modernleşmesinin müzikal boyutu. *Z Kültür Sanat Şehir Tematik Dergi*, 4, 278-283.
- Küçük, Ş. (2022). Bir menâkıbın aynasından 19. yüzyıl Osmanlısında siyasi ve sosyal hayat Kemal-Nâme-i Düğümlü Baba cild-i sâlis örneği. *Akademik Platform İslami Araştırmalar Dergisi*, 6(3), 377-398. <https://doi.org/10.52115/apjir.1206998>
- Naci, M. (2019). *Lügat-ı Naci: Osmanlıca Türkçe sözlük*. İstanbul: Beyan Yayınları.
- Obuz, Ö. (2017). Cumhuriyet döneminin "çılgınlık gecesi": Yılbaşı eğlenceleri ve eleştiriler. *Tarih Okulu Dergisi*, 30, 419-442. <http://dx.doi.org/10.14225/Joh1072>
- Okumuş, E. (2022). Said Halim Paşa'da Müslüman ahlakı. *Muhafazakar Düşünce Dergisi*, 18(62), 64-87.
- Önal Kılıç, S. (2018). Edebiyat patronağı açısından Damat İbrahim Paşa dönemine dair genel bir değerlendirme. *Atatürk Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları Enstitüsü Dergisi*, 61, 1-14.
- Önen, S. (2018). Toplumsal tarih çerçevesinde İstanbul'daki modernleşme ve eğlence hayatı. *Galatasaray Üniversitesi İletişim Dergisi*, 29, 301-305.
- Semiz, Y. (2014). İttihat ve Terakki Cemiyeti ve Türkçülük politikası. *Selçuk Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları Dergisi*, 1(35), 217-244.
- Süngü, Z. (2017). Eğlence kültürünün bir parçası: Osmanlı lâle şenlikleri, çerâğân. *Selçuk Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 37, 519-522.
- Şenyurt, O. (2021). Mekânın, zamanın ve eğlencenin sınırlarında Osmanlı'da gazinolar. *Mimarlık ve Yaşam*, 6(3), 947-967. <https://doi.org/10.26835/my.979389>
- Türkmenoğlu, M. A. (2019). Osmanlı devletini kurtarma planı: Osmanlıcılık. *Tarih ve Gelecek Dergisi*, 5(2), 408-427. <http://dx.doi.org/10.21551/jhf.601640>

- Tolu, O. A. (2021). Orta oyununun sosyolojik yapısı ve modern Türk sanatına etkisi. *Korkut Ata Türkiyat Araştırmaları Dergisi*, 6, 314-323.
- Topuz, E. (2019). Müskirata mesken meyhaneden, balodan bozma baloza: Osmanlı'da eğlence mekânlarının dönüşümü, ihlaller ve tedbirler. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 46, 407-426.
- Ulu, C. (2013). I. Dünya Savaşı ve işgal sürecinde İstanbul'da yaşanan sosyal ve ahlaki çözülme (1914-1922). *Tarih Dergisi*, 58, 87-129.
- Yasubuğa, S. (2021). Son dönem Osmanlı toplumunda eğlence kültürü açısından sünnet düğünleri. *Kafkas Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 28, 675-690.
- Yaycıoğlu, A. (2018). Guarding traditions and laws-disciplining bodies and souls: Tradition, science, and religion in the age of Ottoman reform. *Modern Asian Studies*, 52(5), 1542-1603. doi:10.1017/S0026749X1700018X
- Yazıcı, H. (2024). Osmanlı dönemi kültür hayatı çerçevesinde Ermeni sanatçılar ve kültürleşme sürecinde opera sanatı. *RumeliDE Dil ve Edebiyat Araştırmaları Dergisi*, 38, 987-999.
- Yazıcı, M. (2012). Osmanlı dünyasında içki içme suçuna dair bazı gözlemler (XVI. yüzyıl). *The Journal of Academic Social Science Studies*, 5(8), 1317-1332.
- Yeniterzi, E. (2000). Divan şiirinde Osmanlı Devletindeki sosyal, ahlâkî ve iktisadî çözülmenin akisleri. A. Aköz, B. Ürekli, R. Özcan (Ed.), *Uluslar Arası Kuruluşunun 700. Yıl Dönümünde Bütün Yönleriyle Osmanlı Devleti Kongresi bildiriler kitabı içinde*, (ss. 361-377) Konya: Selçuk Üniversitesi.
- Yıldırım, F. (2021). Mühimme defterleri'ne göre Osmanlı Devleti'nde şarap. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 31(1), 495-514. <https://doi.org/10.18069/firatsbed.826982>
- Yöre, S. (2011). Kültürleşmenin bir parçası olarak Osmanlı'da operanın görünümü. *Zeitschrift für die Welt der Türken: Journal of World of Turks*, 3(2), 53-69.
- Yöre, S. (2012). Mekân ve müzik: Osmanlı döneminde İstanbul'un çokkültürlü müzikli eğlence mekânları. *Belleten*, 76(277), 879-904. <https://doi.org/10.37879/belleten.2012.879>



SPORMETRE

The Journal of Physical Education and Sport Sciences
Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi



DOI: 10.33689/spormetre.1519034

Geliş Tarihi (Received): 19.07.2024

Kabul Tarihi (Accepted): 25.11.2024

Online Yayın Tarihi (Published): 30.12.2024

BIBLIOMETRIC ANALYSIS OF RESEARCH ON SPORT VOLUNTEERING CONDUCTED BETWEEN 2002-2023

Mustafa Yılmaz^{1*}, Cengiz Çokpartal², Ümran Başar¹

¹Ministry of Youth and Sports, ANKARA

² Karabük University, School of Physical Education and Sports, KARABÜK

Abstract: The aim of this study is to examine sport volunteering studies conducted between 2002 and 2023 and scanned in the Scopus database in terms of bibliometric characteristics. The research was carried out with the bibliometric analysis method. The Scopus database was used as a data collection tool in the study. The study covers 178 studies conducted between 2002 and 2023 and published in the Scopus database. The analysis of the research was carried out with bibliometrix and biblioshiny packages in the R software program. Within the scope of the research, descriptive information on Sport volunteering, authors with the highest number of publications and their productivity by years, number of citations, collaborations, the most influential authors, journals and countries with the most influential publications and collaborations, the most used keywords, trending topics and thematic map and all the details of Sport volunteering were mentioned. As a result of the research findings, it has been determined that the researcher who has done the most studies on Sport volunteering is "Geoff Nichols", the most publishing journals are "Sport Management Review" and "European Sport Management Quarterly", and the most used keyword is "volunteering". According to the research results, volunteer motivation and volunteer satisfaction were found to be trending areas of study. Finally, the themes of the field were determined by thematic map analysis and guiding results were reached in many subjects.

Key Words: Sport Volunteer, Volunteering, Bibliometric Analysis, Scopus

2002-2023 YILLARI ARASINDA YAPILAN SPOR GÖNÜLLÜLÜĞÜ ARAŞTIRMALARININ BİBLİYOMETRİK ANALİZİ

Öz: Bu çalışmanın amacı, 2002-2023 yılları arasında yürütülen ve Scopus veri tabanında taranan spor gönüllülüğü çalışmalarını bibliyometrik özellikler açısından incelemektir. Araştırma bibliyometrik analiz yöntemi ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmada veri toplama aracı olarak Scopus veri tabanı kullanılmıştır. Çalışma, 2002 ile 2023 yılları arasında gerçekleştirilen ve Scopus veri tabanında yayımlanan 178 çalışmayı kapsamaktadır. Araştırmanın analizi R yazılım programında yer alan bibliometrix ve biblioshiny paketleri ile gerçekleştirilmiştir. Araştırma kapsamında spor gönüllülüğüne ilişkin tanımlayıcı bilgiler, yıllara göre en çok yayın yapan yazarlar ve üretkenlikleri, atıf sayıları, işbirlikleri, en etkili yazarlar, en etkili yayın ve işbirliklerinin olduğu dergiler ve ülkeler, en çok kullanılan anahtar kelimeler, trend konular ve tematik harita ile spor gönüllülüğünün tüm detaylarına değinildi. Araştırma bulguları sonucunda spor gönüllülüğü konusunda en fazla çalışma yapan araştırmacının "Geoff Nichols" olduğu, en çok yayın yapan dergilerin "Sport Management Review" ve "European Sport Management Quarterly" olduğu, en çok kullanılan anahtar kelime ise "gönüllülük". Araştırma sonuçlarına göre gönüllü motivasyonu ve gönüllü memnuniyeti trend çalışma alanları olarak ortaya çıktı. Son olarak tematik harita analizi ile alanın temaları belirlenmiş ve birçok konuda yol gösterici sonuçlara ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Spor Gönüllüsü, Gönüllülük, Bibliyometrik Analiz, Scopus

* Corresponding Author: Mustafa Yılmaz, Dr., E-mail: yiilmazmustafa@gmail.com

INTRODUCTION

Including being used of volunteers in many public organizations and volunteers' willingness to take part in such organizations, volunteering has become a more demanded issue as a result of becoming a systematic movement in today's world. Volunteering has manifested itself in so many different forms in world culture. The value of volunteering itself is unanimously recognized as alike merely out of one's own desires, and as a willingness to contribute to the well-being created without imposing oneself and obtaining material benefits in exchange for the work performed (Briggs et al., 2010; Lindenmeier, 2008). People of all ages participate in volunteering because it offers great opportunities to develop personal skills and character, and increase financial well-being (Nichols & Shepherd, 2006; Sharpe, 2006).

Many sectors of society have derived benefits from the help of volunteers. The sectors of sport and event, especially, have relied heavily on volunteers who constitute a significant human resource to host a successful event. Sports volunteers take part in sport organizations such as olympics games to contribute to both themselves and the events (Holmes & Smith, 2009; Lockstone et al., 2010).

Sports Volunteers are people who dedicate their time and efforts to the success of sports organizations and who voluntarily meet and experience the human resources needed by international and national sports organizations without expecting any financial reward in terms of quantity and quality (Spor Gönüllüleri, 2024). In another definition, sports volunteer is someone who offers their time and effort to contribute sports activities, events or organizations without expecting any financial benefit (Noordegraaf et al., 2015). In addition, the concept of the Olympic volunteer taking part in the Olympic Games, which is considered as the largest of sports organizations, was clearly defined for the first time in an Olympic dictionary prepared as part of the Official Report of the 1992 Barcelona Olympic Games. The concept is defined as, "Volunteer is an individual, self-sacrificing cooperation to do one's best." and "A person who undertakes to carry out the tasks assigned to him/her in the organization of the Olympic Games without receiving any remuneration or other reward." (Moreno et al., 1999).

It is clear that volunteers have been very vital for the success of many sport activities from regional to international level. Many people prefer to volunteer in a large variety of sporting events. Planning and staging of sports events are actually carried out largely based on voluntary participation (Getz, 1997).

Major sporting events, especially those of international scale (Olympics, Commonwealth Games, FIFA World Cup, etc.), require the service of thousands, even tens of thousands of volunteers. Event volunteers are expected to work for relatively short periods of time, often at high intensity. The use of volunteers at major sporting events dates back to the 1948 London Olympics (IOC, 2019b). Since then, organizers of major sporting events have recruited volunteers to work with local communities and address the potentially prohibitive efforts and costs involved in running events. A time-consuming and important process for organizers of major sporting events is selecting volunteers from a large pool of applicants that far exceeds the number of volunteers and her workers needed. For example, the 2018 Gold Coast Commonwealth Games (GC2018) attracted over 53,000 applicants, of whom over 20,000 were selected for interviews for 15,000 general and professional volunteer positions (Cuskelly, et al., 2020). At the Olympic Games Tokyo 2020 (IOC, 2019a), he received 204,000 applications for an estimated 70,000 volunteer positions.

The first time volunteers took part in sporting events was at 1948 London Olympics (IOC, 2019c). After this period, sports volunteers started to take part in sports events, especially the Olympics. According to the information obtained from the resources, the number of volunteers participated in Summer and Winter Olympic Games being held since 1980 is listed in table-1

Table 1. Estimated number of volunteers for the summer and winter olympic and paralympic games since 1980

Summer Games	Number	Winter Games	Number
1984 Los Angeles	28742	1980 Lake Placid	6703
1988 Seoul	27221	1984 Sarajevo	10450
1992 Barcelona	34548	1988 Calgary	9498
1996 Atlanta	60422	1992 Albertville	8000
2000 Sydney	62000	1994 Lillehammer	9054
2004 Athens (est)	60000	1998 Nagano	32579
		2002 Salt Lake City	20000

(Karlis, 2003)

In addition, approximately 130,000 volunteers took part in the 2008 Beijing Summer and Paralympic Games, 82,990 volunteers in the 2012 London Olympic Games (TMOK, 2016), approximately 40,000 volunteers in the 2016 Rio Olympic Games (TMOK, 2020), 70,000 volunteers in the 2020 Tokyo Games and finally 19,000 volunteers in the 2022 Beijing Winter Olympic Games (TMOK, 2022). It has been reported that more than 300,000 volunteer applications were received for the Olympic Games to be held in Paris in 2024 (IOC, 2022).

Sport volunteering has become an area that individuals prefer and participate in regarding to the number of volunteers in the Olympics in table 1 and the definition of volunteers made by IOC in 1992 (Moreno et al., 1999).

The role of sports volunteers is crucial in the sustainability and accomplishment of international sports organizations. Sports volunteers play a vital role in enhancing social capital, collective participation, and the sustainability of international sports events. Their involvement raises community engagement and encourages individuals to participate in sporting events (Fithroni et al., 2023).

Sport volunteering provides various benefits to participants and can positively impact career opportunities. Volunteers at international sports events report increased interest and participation in sports, as well as enhanced social capital (Downward & Ralston, 2006). Basic benefits include group interaction, competence enhancement, personal rewards and enrichment (Surujlal & Dhurup, 2008). Achieving skills and experience is a initial motivator for volunteers in amateur sports (Yadav & Singh, 2023). In job applications, sport volunteering can serve as a valuable signal which can positively affect employers to recruit these volunteers considering their social skills (Wallrodt & Thieme, 2020). Overall, Sport volunteering provides opportunities for personal growth, skill development, and potential career advancement. The aim of this study is to examine the research carried out in the field of Sport volunteering in terms of bibliometric features, to give a point of view to the field and to obtain information about the studies carried out.

In this regard, answers were sought to the following questions:

1. General quantitative metrics of Sport volunteering research

- a. What are the metrics for quantitative data?
- b. What are the annual numbers of Sport volunteering research?

2. Quantitative metrics for researchers studying on Sport volunteering

- a. Who are the researchers?
- b. How is the productivity of researchers over the years?
- c. What are the researchers, citation numbers and index values?
- d. Which are the researchers' most cited studies?
- e. How is the collaboration network of researchers?

3. How is the collaboration of the countries where studies on Sport volunteering are carried out?

4. Metrics for journals publishing on Sport volunteering

- a. What are the journals and their index values?
- b. What is the relationship between journals, keywords and researchers?

5. In research on Sport volunteering;

- a. What are the most used keywords?
- b. What is the usage of keywords by year?
- c. What are the popular topics by year?
- d. What is the thematic map like?

METHOD

Research design

In this study, a research design was adopted by examining the studies in the relevant literature and a bibliometric analysis was conducted. Bibliometric analysis aims to improve knowledge in a field by guiding the researcher through related studies in a field and mapping these studies (Isık et al., 2022; Zupic & Cater, 2015).

With this research method, research trends in the field can be defined with a structural mapping. Moreover, developing methods and network information can be presented from the perspective of researchers and institutes studying in the field (Börner et al., 2012; Završnik et al., 2016). In order to carry out the bibliometric analysis, similar studies in the literature were examined and the protocol of this study was designed similar to previous studies (Baytur ve Ulaş, 2022).

Data Collection Source

Studies on Sport volunteering scanned in the Scopus database were used as the data collection tool of the research. The main reason for using the Scopus database instead of the Web Of Science database is that the Scopus database is more extended (Martín-Martín et al., 2018). Although the databases of Scopus and WoS are closely related, the examples of indexed journals overlap, but different journals are also indexed (Chadegani, et al., 2014; Vieira & Gomes, 2009). Scopus is recognized as the largest source of abstract and cited literature on a wide range of subjects (Chadegani, et al., 2013; Vieira & Gomes, 2009).

Collection of Data

At the beginning of this study, keywords were determined and research on Sport volunteering was scanned in the Scopus database. The field search was conducted with the keywords “Sport”, “Volunteering”, “Sport volunteer” and “Sport Volunteering”.

While searching the Scopus database with the keywords determined in this direction;

TITLE ("volunteer" OR "volunteering" AND "sport") AND "sport volunteer" OR "Sports volunteering" parameter was used and 183 studies were reached. In terms of document type articles, books, book chapters, conference papers, editorial and review publications, and research articles were included in the study. According to the language criterion, studies published in English and other languages were included.

Finally, in the inclusion criteria, only publications conducted in English were included using **TITLE("Volunteer" OR "Volunteering" AND "Sport") AND "Sport Volunteer" or "Sports volunteering" AND (LIMIT-TO (LANGUAGE, English"))** parameter and 178 studies were accessed. Analyzes were carried out with these 178 studies.

Data Analysis

In this study, R software program was preferred for bibliometric analysis. Analyzes were performed, visualized and reported by the help of bibliometrix and biblioshiny packages included in the R software program (Aria&Cuccurullo, 2017).

Procedures

Ethics committee approval for the research was given at the ethics committee meeting of Karabük University Ethics Committee dated 27.10.2023 and numbered 2023/07. In this study bibliometric analysis, was used to describe and evaluate previously conducted research.

RESULTS

In this study, findings regarding scientific productivity in Sport volunteering research, findings about researchers conducting research on Sport volunteering, and keywords used in studies on Sport volunteering were examined in order to present bibliometric data related to the research topic.

Descriptive Results

The data set consists of 178 studies. Basic information about the data set is given in Table 2.

Table 2. Key Findings on sport volunteering research

Basic Information About Data	Results
Time period	2002 - 2023
Resources (Journals, Books etc.)	78
Documents	178
Average citations per document	12,8
Resources	8412
Document Types	
Article	136
Book	1
Book Chapter	30
Conference Paper	5
Editorial	5
Review	1
Authors	
Authors	343
Authors who study with a single author	28
Authors who study with multiple authors	315
Collaboration of Authors	

Single author documents	32
Document per author	0,518
Author per document	1.92
Co-authors per document	2,74

When the main findings regarding studies on Sport volunteering were examined, it was determined that a total of 178 studies were conducted in 78 different types of resources between 2002 and 2023. It is seen that 136 of the studies on Sport volunteering are articles and 30 of them are book chapters. It is obvious that the majority of the researchers published their studies as articles. When the information regarding the citation rates of the studies are analyzed, a research receives an average of 12.8 citations as shown in Table 2. While 343 authors conducted studies on Sport volunteering and volunteering, 28 of the studies were carried out with a single author and 315 of them were co-authored. According to the findings, most of the researchers prefer to cooperate.

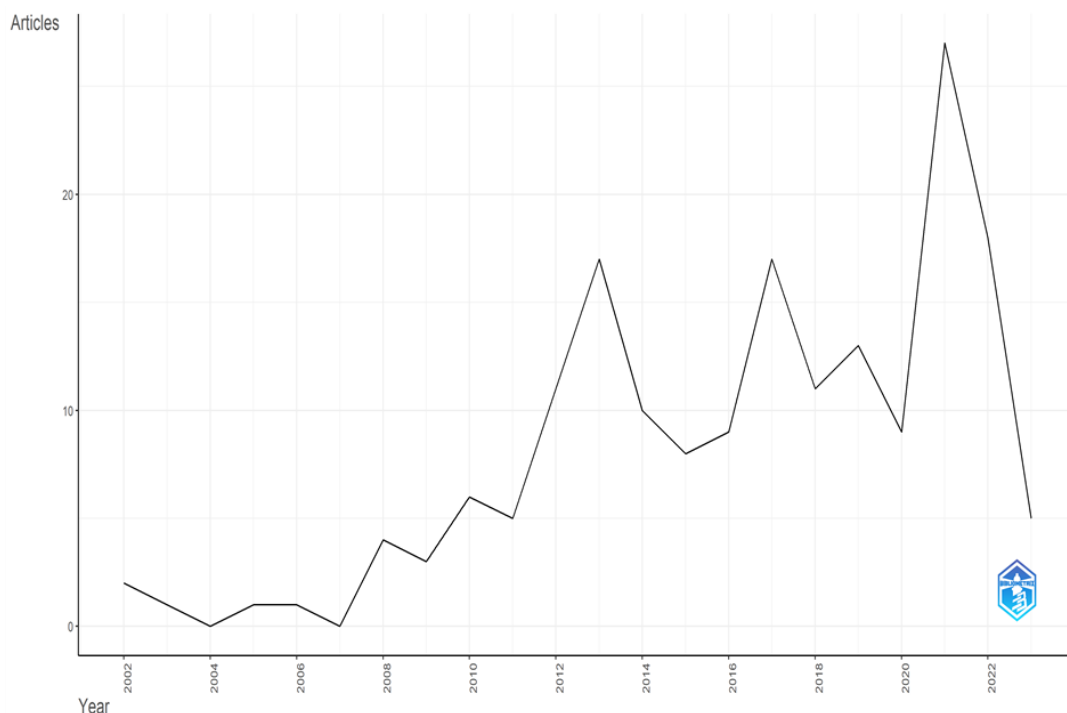


Figure 1. Evaluation of sport volunteering studies on a yearly basis

As can be seen in Figure 1, volunteering is a subject that has been studied in many different fields for years. The emergence of the concepts of Sport volunteering and volunteering dates back to the Olympic Games held in the last quarter of the 1900s. Approximately 30 thousand registered volunteers took part in the 1984 Los Angeles Olympics. As shown in Figure 1, research on Sport volunteering has begun to be carried out since the end of the 90s and the beginning of the 2000s.

Until 2010, although there was not much increase in the number of publications per year, it must be due to the importance of volunteerism admitted by both institutions and organizations; the number of publications showed an increasing tendency and continued as 17 studies in 2013, 17 studies in 2017, 27 studies in 2021 and 5 studies until May 2023.

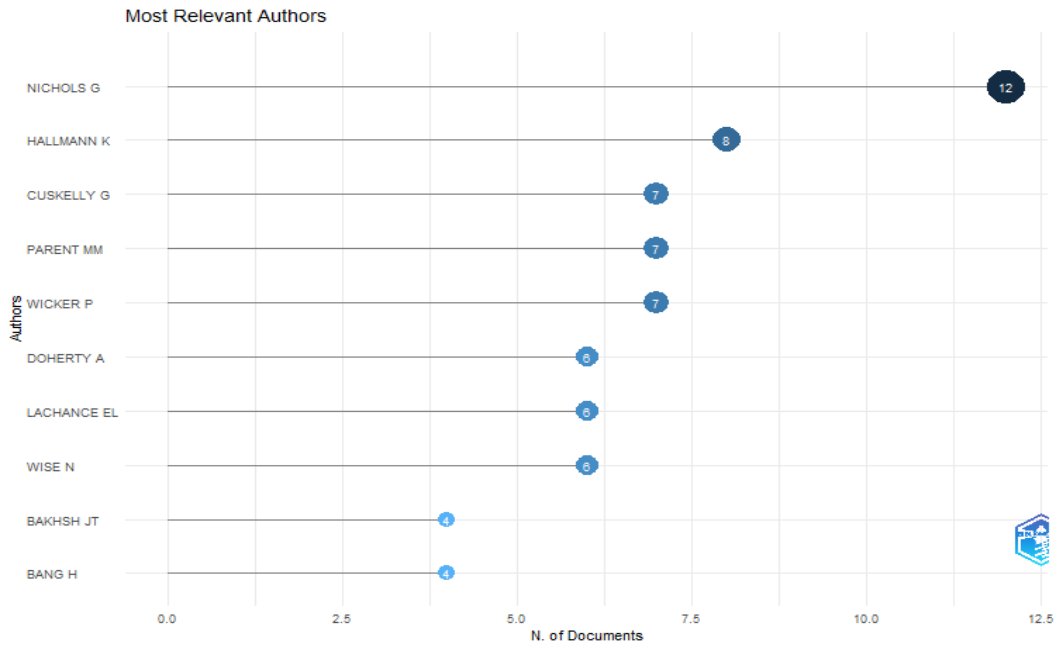


Figure 2. Authors who conducted the highest number of studies on sport volunteering

Figure 2 shows the number of studies carried out by researchers according to years. It is seen that the author who conducted the most studies on Sport volunteering and volunteering between 2002-2023 is Geoff Nichols with 12 studies. After Geoff Nichols, Kirstin Hallmann is the researcher who carried out the most studies. Graham Cuskelly, Milena Parent and Pamela Wicker conducted 7 studies each, and Alison Doherty, Erik L. Lachance and Nicholas Wise conducted 6 studies each, respectively. Finally, the researchers who conducted the fewest studies between 2002 and 2023 were Jordan Bakhsh and Hyejin Bang, with 4 studies each.

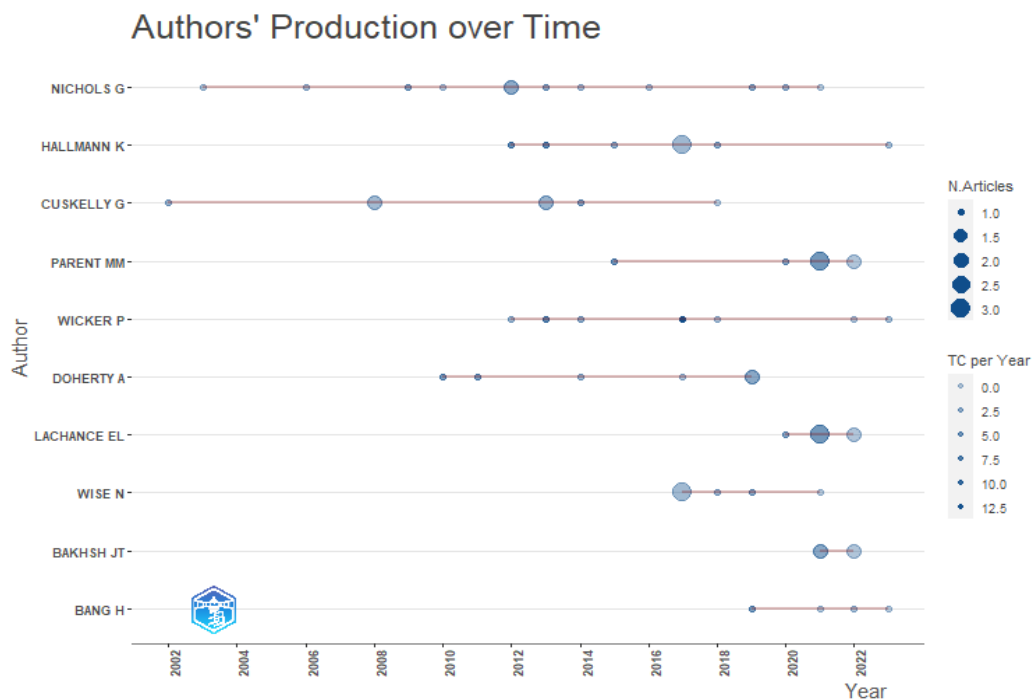


Figure 3. Productivity of authors working on sport volunteering by year

The lines in Figure 3 show the studies carried out by researchers between 2002 and 2023. The circles above the lines indicate the frequency of studies according to their size and darkness of color.

In this regard, Geoff Nichols, the researcher with the most publications in the field, carried out his first study in 2003 and put into practice his most productive period with 6 studies between 2009 and 2014. Kirstin Hallmann, the second author who has contributed the most to the field, has conducted all of her studies since 2012. A different result from the figure demonstrates that Kirstin Hallmann, Milena Parent, Erik L. Lachance and Nicholas Wise carried out 3 different studies in one year. Furthermore, Jordan Bakhsh, Erik L. Lachance, Hyejin Bang and Nicholas Wise are the researchers who have carried out recent studies in the field. Finally, Kirstin Hallmann, Pamela Wicker and Hyejin Bang are the researchers who conducted studies in 2023.

Within this scope, it may be useful for new researchers to review the studies of Kirstin Hallmann, Pamela Wicker, Hyejin Bang, Jordan Bakhsh, Erik L. Lachance and Nicholas Wise in order to see the current approaches and trends after examining the studies of Geoff Nichols regarding the content and approaches of the subject.

Table 3. 10 Popular authors studying on sport volunteering and their characteristics

Authors	H Index	G Index	M Index	Total Citation	Number of Publication	Beginning year of publications
NICHOLS G	8	12	0,381	213	12	2003
DOHERTY A	5	6	0,357	166	6	2010
HALLMANN K	5	8	0,417	206	8	2012
PARENT MM	5	7	0,556	77	7	2015
WICKER P	5	7	0,417	224	7	2012
BREUER C	4	4	0,333	62	4	2012
CUSKELLY G	4	7	0,182	138	7	2002
LACHANCE EL	4	5	1	31	6	2020
NAGEL S	4	4	0,364	92	4	2013
DICKSON G	3	4	0,429	25	4	2017

In Table 3, the effects and productivity of the authors who conducted studies on Sport volunteering are examined. According to the table, Geoff Nichols, who contributed the most publications to the literature between 2002 and 2023, received a total of 213 citations with 12 publications. In addition, he ranks first in the list of popular authors with an 8 H index. It is also noticed that the researcher who published the oldest article among these authors is Geoff Nichols. Although Milena Parent, one of the authors with a 5 H Index score, started her research 3 years later than other authors with a 5 H index score, she entered the ranking of popular authors with 77 citations and 7 publications in a period of approximately 8 years. Another noteworthy author in the table is Siegfried Nagel, who started to publish studies in 2020. In a period of 3 years, Nagel has been ranked among the popular authors with 4 publications, 92 citations and 4 H index points.

Table 4. The most cited studies of authors working on sport volunteering

Author and Research Year	Journal	Article DOI	Total Citation	Total Citation Per Year
Kay T, Bradbury S, 2009	Sport, Education and Society	10.1080/13573320802615288	107	7,13
Wicker P, 2017	Sport Management Review	10.1016/j.smr.2017.01.001	92	13,14
Wicker P, Hallmann K, 2013	European Sport Management Quarterly	10.1080/16184742.2012.744768	76	6,91
Hallmann K, Harms G, 2012	International Journal of Event and Festival Management	10.1108/17582951211262701	73	6,08
Darcy S, Maxwell H, Edwards M, Onyx J, Sherker S, 2014	Sport Management Review	10.1016/j.smr.2014.01.003	67	6,70
Misener K, Doherty A, Kerwin S, 2010,	Journal of Leisure Research	10.1080/00222216.2010.11950205	66	4,71
Doherty A, Hoyer R, 2011	Nonprofit Management Leadership	10.1002/nml.20043	59	4,54
Downward P, Lumsdon L, Ralston R, 2005	Managing Leisure	10.1080/13606710500348086	59	3,11
Morgan H, 2013	International Journal of Sport Policy and Politics	10.1080/19406940.2013.764542	58	5,27
Nichols G, Ojala E, 2009	Voluntas	10.1007/s11266-009-9097-9	55	3,67

In Table-4, the most cited studies and citation rates of the authors who conducted studies on Sport volunteering are examined. As seen in Table-4, the study titled 'Youth sport volunteering: Developing social capital?' conducted by Kay and Bradbury in 2009, which examines the capacity of youth sport volunteering to contribute to the development of social capital, was the most cited study with 107 citations. The annual average number of citations this study received was 7.13. The study titled 'Volunteerism and volunteer management in sport', conducted by Wicker in 2017, which provides an overview of existing research on volunteering and volunteer management in sports, highlights important issues and makes suggestions for future research, also draws attention in the table. It is seen that this study is the second most cited study, with a total of 92 citations and an annual average of 13.14 citations in approximately 4 years. The other The most cited authors and information about their research is also given in the table.

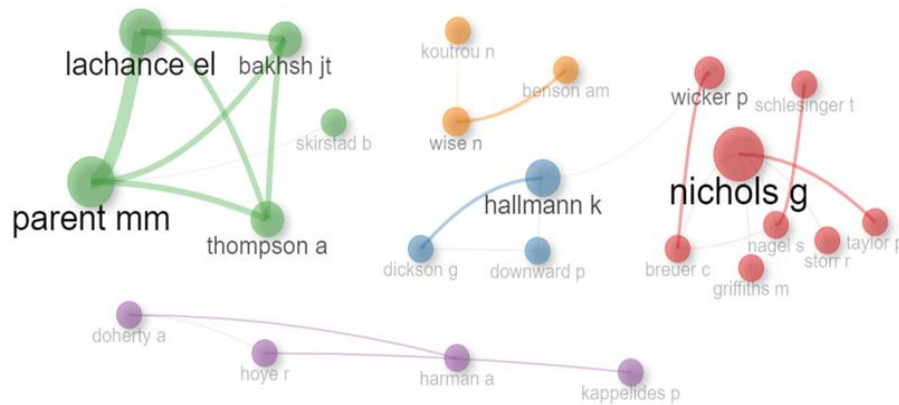


Figure 4. Collaborative network of researchers studying on sport volunteering

The colored circles in the figure 4 indicate common groups whereas the thick lines and the density of these lines indicate collaboration of the researchers with other researchers. When the collaboration of researchers studying on Sport volunteering is examined; it can be put forward that Milena Parent, Erik L. Lachance, Jordan Bakhsh, and Ashley Thompson as shown in green studied the subject intensively and collaborated with each other more than other authors. It is also seen that Geoff Nichols is the most intensively collaborated author in the red-colored research area.

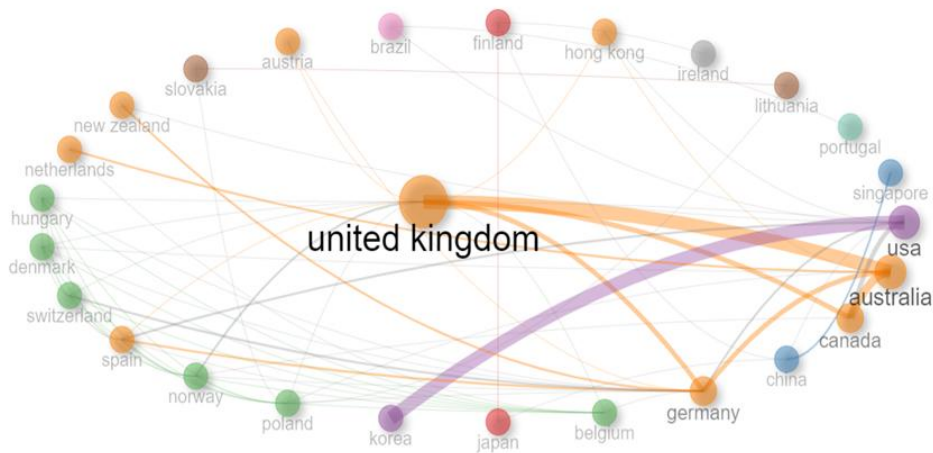


Figure 5. Collaborative network of countries studying on sport volunteering

When the collaboration network of countries conducting research on Sport volunteering is analyzed in figure 5, countries in America, Australia and Europe have a high level of cooperation. In addition, while European countries cooperate with each other to a less extent, a significant cooperation is available especially between the United Kingdom, Australia and Canada. Furthermore, Turkey is not included in the figure of collaborative network of countries that proves the inadequacy of research in that country.

Table 5. Journals accepting publications on sport volunteering and index values

Journal Name	h_index	g_index	m_index	TC	NP	PY_start
Sport Management Review	10	12	0,714	373	12	2010
European Sport Management Quarterly	8	12	0,571	269	12	2010
Managing Leisure	6	6	0,273	201	6	2002
International Journal of Sport Policy	4	5	0,333	130	5	2012
Sport, education and society	2	6	0,133	127	6	2009
International Journal of Event And Festival Management						
Management	5	5	0,417	122	5	2012
Journal of Sport Management	4	5	0,333	100	5	2012
Voluntas	2	6	0,133	76	6	2009
International Journal of Sport Management And Marketing						
Marketing	4	4	0,286	68	4	2010
Journal of Leisure Research	1	1	0,071	66	1	2010

In Table 5, the index values of the journals publishing on Sport volunteering, their total citations, the number of documents they published and when they started publication on the relevant subject are evaluated. The table demonstrates that the journal 'Sport Management Review', which published articles on sport volunteering in 2010, has the highest H index. Also, 'Sport Management Review' magazine ranks first with a total of 373 citations. The journals that accept the most publications on the subject are 'Sport Management Review' and 'European Sport Management Quarterly'. In addition, it is clearly seen that the oldest published journal on the subject is 'Managing Leisure'. Finally, the majority of the journals that have been publishing on the subject since 2000s accepted studies after 2009.

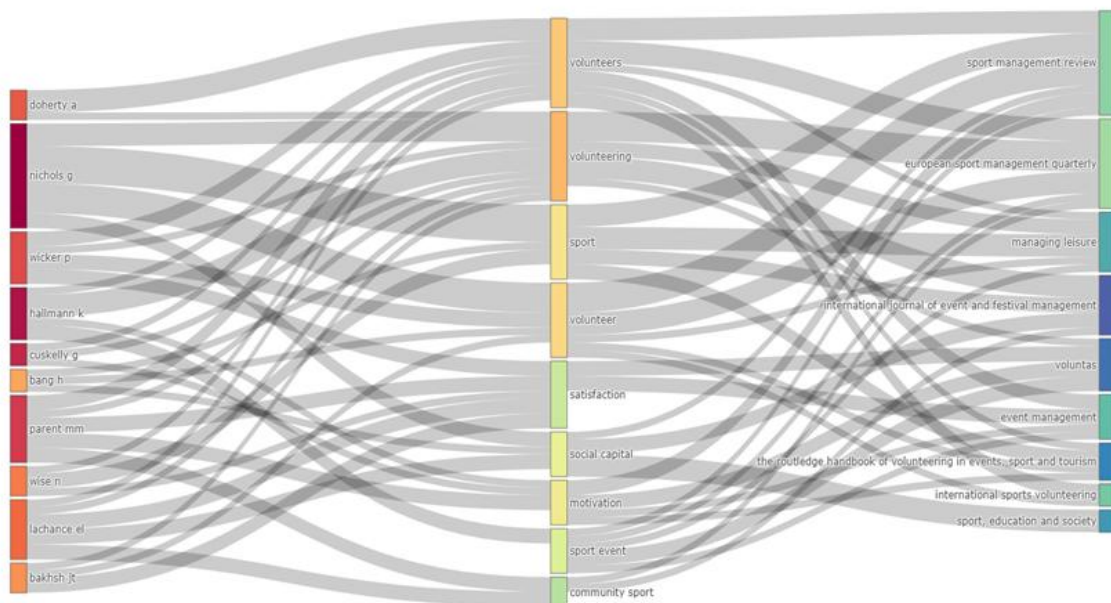


Figure 6. Relationships between journals, key words and authors

The research on Sport volunteering was analyzed with a three-dimensional Sankey diagram, and the keywords of the studies accepted by these journals and the list of authors using these keywords are given in figure 6. In this regard, the most commonly used keywords in research on Sport volunteering are 'Volunteers' and 'volunteering'. These keywords were mostly used in 'Sport Management Review' and 'European Sport Management Quarterly' journals. The keyword 'volunteers' was used most frequently by Alison Doherty, the keyword 'volunteering' was used most frequently by Geoff Nichols and Kirstin Hallmann, and the keywords 'volunteer' and 'sport' were used most frequently by Geoff Nichols. It is also appeared that the majority of the keywords of the studies accepted by 'Sport Management Review' and 'European Sport Management Quarterly' are 'volunteers', 'sport' and 'volunteer'.



Figure 7. Key words of research on sport volunteering

In line with the data collected from the database on Sport volunteering (Figure 7), the keywords used in 178 documents determined for this study are expressed in the largest font size. In this context, the most popular keywords used in the studies were found to be 'volunteering', 'volunteers', 'volunteer', 'sport', 'motivation' and 'sport event'.

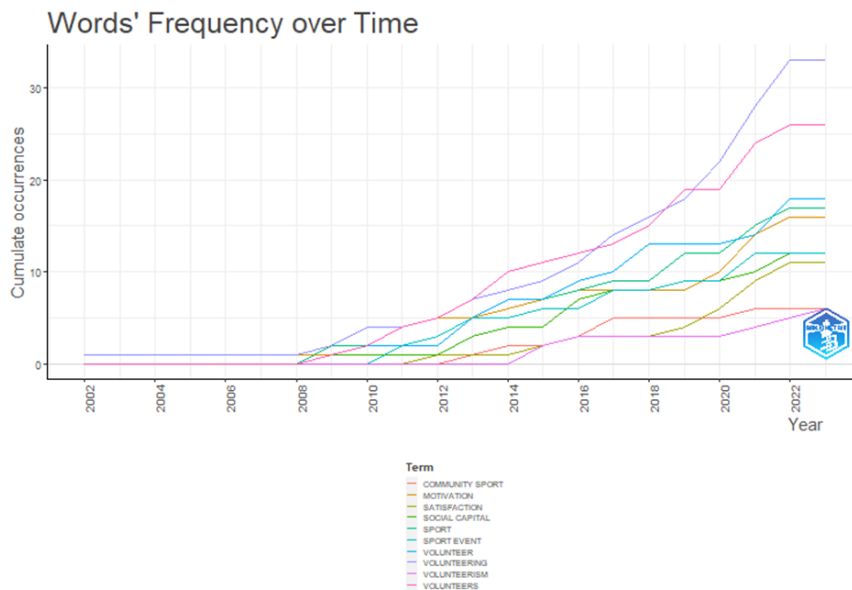


Figure 8. Rates of keywords used in research on sport volunteering by year

When the frequency of keywords used in research on Sport volunteering is examined; it is ascertained that the keywords 'volunteering', 'volunteers', 'volunteer', 'sport', 'sport event' are highly preferred and continue to be used increasingly especially after 2010. It is clear from the use of keywords and the number of articles that the interest in Sport volunteering continues to increase each year.

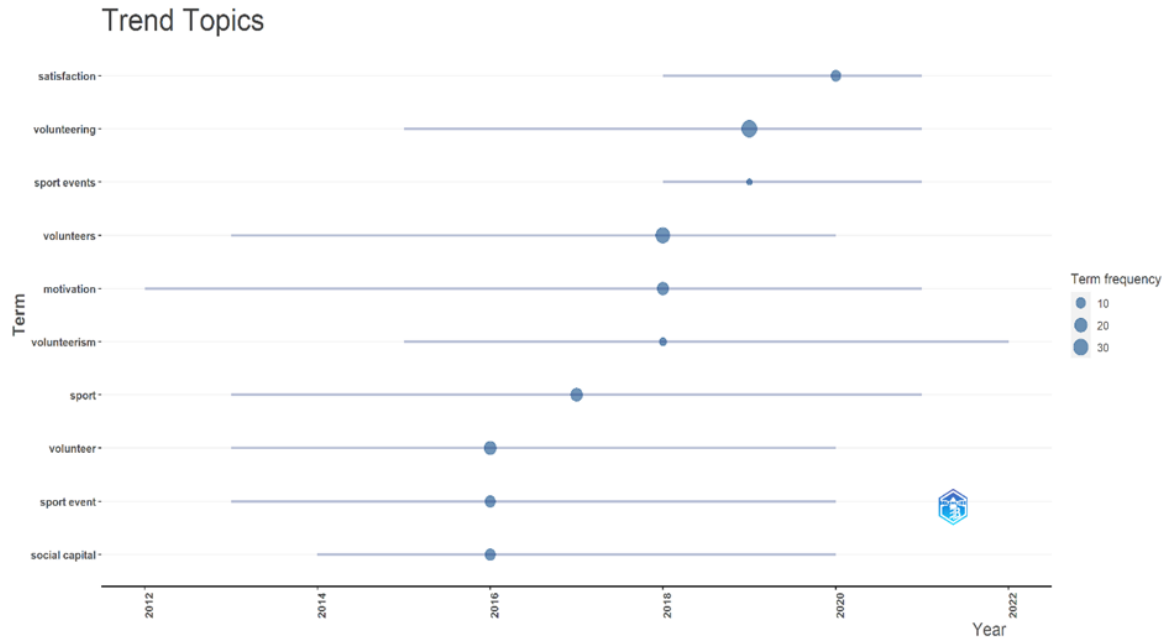


Figure 9. Popular sport volunteering topics by year

When the popular research topics on Sport volunteering are analyzed on a yearly basis (Figure 9), the lines indicate the beginning and end of the topics used in research by year, and the circles show the time when the topics were used most intensively. The topic 'Sport' was discussed continuously between 2011 and 2021. In addition, 'motivation' was another topic that the authors preferred to investigate in the studies conducted between 2012 and 2021. As it can be interpreted from the figure, the topics 'volunteering' were heavily preferred in 2019 whereas 'volunteers' and 'motivation' were mostly discussed in 2018. Lastly, there appears to be a trend towards the topic of 'satisfaction' as a new concept between 2018 and 2021.

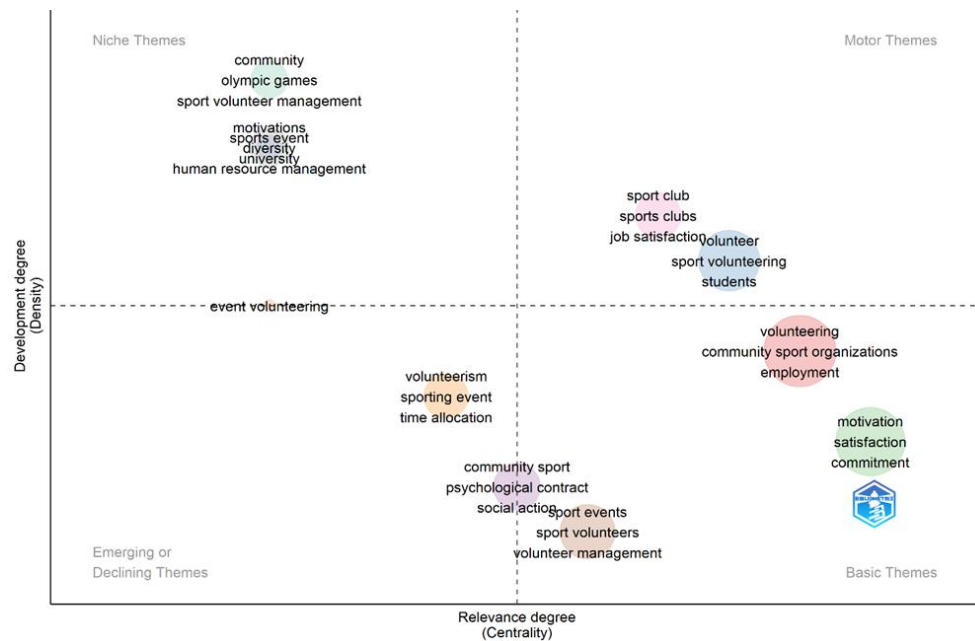


Figure 10. Thematic map findings for sport volunteering research

The study examined how the concepts develop and interact in order to reveal the conceptual structure in sport volunteering research. The concepts clustered according to their relationships with each other and their impact on the whole literature are presented with the help of thematic map analysis.

In thematic map analysis, a strategic diagram is drawn based on density and centrality. In a thematic map, the vertical line on the coordinate plane is called density and the horizontal area is called centrality. The thematic map includes 4 areas formed by this vertical and horizontal coordinate plane. This diagram consists of four parts (Muñoz-Leiva et al., 2012). The conceptual structure of the literature can be discovered with the help of thematic map analysis.

In a thematic map;

- The themes at the top right side are motor themes,
- The themes at the top left side are niche themes,
- The themes at the bottom right are simple basic themes,
- The themes at the bottom left are called disappearing or emerging themes.

When the motor themes area of the thematic map is examined in Figure-10, it is obvious that this area is located in the positive area in both density and centrality coordinates. The keywords in this area are both overused and used together more than other articles. This area of the thematic map is the most robust themes of the literature. In this context, it is clear that the concepts of volunteer, sport volunteering, students, sport club(s) and job satisfaction constitute the center of the subject area of sport volunteering.

The Niche themes area on the top left side is located in the positive area in the density coordinate plane whereas it is in the negative area in the centrality plane. The concepts in this area exist in the literature but are referred to as slightly off-center concepts. The Niche Area themes consist of concepts such as community, Olympic games, sport volunteer management.

As can be seen in the plane of the thematic map coordinates, the area of disappearing or emerging themes at the bottom left is located in the negative area of both density and centrality.

In this direction, the concepts of volunteerism, sporting event, time allocation generate the disappearing or emerging concepts of the thematic map. In addition, the concept of event volunteering is right in the center between the Niche theme and disappearing or emerging themes.

Finally, the simple basic themes area is located in the positive area of the centrality plane and in the negative area of the density area. This area is particularly related to motor themes but they are used less. In other words, simple themes are important but underdeveloped for a research area. In this regard, the concepts of volunteering, community sport organizations, sport events, sport volunteers, volunteer management are included in the simple basic themes area.

DISCUSSION AND CONCLUSION

Bibliometric analysis presents opportunities to constitute theoretical and empirical foundations (Ramos-Rodriguez and Ruiz-Navarro, 2004), by identifying paradigm shifts within the literature (Pasadeos et al., 2010). This study focuses on the bibliometric analysis of scientific studies in the area of Sport volunteering in the Scopus database. It is considered that an in-depth analysis of the literature will be a helpful guide for researchers who will study in this area by examining issues such as the research topic in the literature, contributing authors, keywords used in research, popular journals, the most cited authors and their studies, and trending topics in the literature.

As in many fields of science, researches have been carried out with bibliometric method in the field of sports sciences (Bahçe & Zorba, 2021; Gholampour et al., 2019; Karafil & Akgül, 2021; Santos & Garcia, 2011; Seyfi & Polat, 2024; Shilbury, 2011; Şahin, 2021; Uysal & Atay, 2021; Tekneci, 2013), and studies with bibliometric method have started to be done more frequent recently.

According to the results of this study covering sport volunteering research conducted between 2002-2023, it is seen that the vast majority of research conducted in this field has been published as articles and book chapters. The most preferred academic publication type in the literature on Sport volunteering is the article.

An article is very important in terms of academic production. Because this publication type provides objective indicators in determining the academic effectiveness and scientific productivity of scientists. In this respect, the preference of the article as a document type in the literature is an expected result. Factors such as faster publication of articles, inclusion in journals focusing on a specific subject, high citation potential, and ease of digital publication may have caused researchers to work on their publications as articles or book chapters.

When the literature is reviewed, the subject of sport volunteering, which started to be studied to a small extent in the late 1990s (Auld, 1997; Cuskelly et al., 1998; Cuskelly & Boag, 2001; Farrell et al., 1998), has become more prevalent since the early 2000s (Cuskelly et al., 2006; Hallmann, 2015; Harman & Doherty, 2014; Nichols & Taylor, 2010; Wicker & Hallmann, 2013; Taylor et al., 2016).

A bibliometric analysis reveals that academic research on sport volunteering has intensified since the early 2000s. The increase in the number of studies on Sport volunteering can be

interpreted as a result of both the increase in the number of sports organizations and the increase in the participation of volunteers in these organizations.

When the field indexes of the related authors is examined; it is seen that Geoff Nichols, who conducted his first study in 2003, is the most popular author with a total of 12 studies, 213 citations and 8 H index points. Alison Doherty, who started researching on Sport volunteering in 2006, ranks second with 6 studies, 166 citations and 5 H index points. In addition, although Pamela Wicker started contributing to the field in 2012, she is among the popular authors of the field with 7 studies, 224 citations and 5 H index points.

As it is clearly seen that Geoff Nichols, Alison Doherty, Pamela Wicker are the most important researchers in the field of Sport volunteering, which started to be researched more in the early 2000s and attracted the attention of many researchers. In this regard, it may be useful for researchers who will study on Sport volunteering to examine the studies of Kirstin Hallmann (2023), Pamela Wicker (2022), Hyejin Bang (2023), Jordan Bakhsh (2021), Erik L. Lachance (2021) and Nicholas Wise (2021) in order to see the current approaches and trends after reviewing content and approaches of Geoff Nichols' studies.

The journals that accept the most studies in the field are Sport Management Review and European Sport Management Quarterly. Both journals accepted the first studies in 2010 and published 12 studies on Sport volunteering between 2002 and 2023. While Sport Management Review received a total of 373 citations annually on sport volunteering, European Sport Management Quarterly received a total of 269 citations.

In the bibliometric study conducted in 2021, "Sport Management Review" and "European Sport Management Quarterly" journals appear to be the most productive and accept the most articles on volunteering (Ahmad et al., 2021). The results obtained in a bibliometric analysis study on the motivation of sports event volunteers also support the results we obtained in our research.

It was determined that the most used keywords in the field of Sport volunteering are 'volunteers' and 'volunteering'. These keywords were mostly used in 'Sport Management Review' and 'European Sport Management Quarterly' journals. The keyword 'Volunteers' was most frequently used by Alison Doherty, the keyword 'Volunteering' was most frequently used by Geoff Nichols and Kirstin Hallmann, and the keywords 'Volunteer' and 'Sport' were most frequently used by Geoff Nichols. In addition, it is seen that the majority of the keywords of the studies accepted by the journals 'Sport Management Review' and 'European Sport Management Quarterly' are 'volunteers', 'sport' and 'volunteer'. Moreover, it was revealed that the most popular keywords used in the studies were 'volunteering', 'volunteers', 'volunteer', 'sport', 'motivation', 'sport event' and continued to be used increasingly especially after 2010.

Analysis of keywords analyses the strength of an association of terms describing publications in a given field by measuring the frequency of keyword (Krishnan et al., 2020). This approach can help better understand the keywords that help expand sports volunteer searches.

The network of topics and their relationships that reflect the intellectual side of a field of study are revealed by examining the emergence of the keywords of that field (Cancino et al., 2017; Martínez-López, et al., 2018).

From the findings obtained within the scope of the research; it can be commented that the subject has offered different perspectives to the sector and literature for the last twenty years,

revealed the intellectual aspects of the field and contributed to the widespread study of these results.

The topics of studies conducted in the field of Sport volunteering have varied over the years, and the topic 'Sport' has been used continuously between 2011 and 2021. In addition, 'motivation' was another topic that the authors preferred to investigate in the studies conducted between 2012 and 2021. 'Volunteering' in 2019, 'volunteers' and 'motivation' in 2018 are the other most preferred topics. Finally, there appears to be a trend towards the topic of 'satisfaction' between 2018 and 2021. It can be put forward that different concepts have been researched to reveal volunteers' achievements and various perspectives from these kind of experiences.

When the collaboration network of researchers studying on the subject of Sport volunteering is examined; Milena Parent, Erik L. Lachance, Jordan Bakhsh, Ashley Thompson conducted intensive studies. Geoff Nichols collaborated with many researchers in the field, especially Pamela Wicker.

According to obtained data researchers working on sport volunteering are likely to collaborate for reasons such as increasing the effectiveness and productivity of the study, increasing the scientific impact of the study, combining areas of expertise, approaching the subject from different perspectives, and expanding the academic network.

When the country collaborations that carried out research on sport volunteering are examined; it is seen that a significant cooperation is available between the United Kingdom and Australia, Canada and Germany. The United States and South Korea are also cooperating countries. According to the 2022 Charities Aid Foundation (CAF) World Giving Index report, countries studying on the related topic ranked as United States (3), New Zealand (5), Australia (4), Canada (8), the United Kingdom (17) (The Charities Aid Foundation, 2022). These countries are also among the countries that spend the most time on volunteering in this report.

It can be interpreted that the willingness of these countries to volunteer, their ranking in the report and the number of sports organizations they held in the national and international arena contribute to their being in the first place among the countries conducting research and studies on sport volunteering. It is also noteworthy that Turkey, which ranks much lower in the same report, is not among the countries collaborating in this study field.

The following results were obtained in the thematic map analysis, which is one of the last and most important analyzes of the study and was prepared to reveal the conceptual structure in sport volunteering research.

The motor themes area at the top right of the map constitutes the strongest emerging themes of this article. It is seen that the keywords volunteer, sport volunteering, students, sport club(s) and job satisfaction generate the field concepts which form the center of sport volunteering.

The Niche Themes area is on the top left which exist in the literature but it is a little far from the center. The Niche Areas theme consists of specific concepts such as 'community', 'olympic games' and 'sport volunteer management'.

The area of disappearing or emerging themes is located at the bottom left. These concepts are formed by the keywords 'volunteerism', 'sporting event', 'time allocation'.

The simple basic themes area is located at the bottom right corner. This area is particularly related to motor themes but they are in little usage. In other words, simple themes are significant for a research area but they are not sufficiently developed. In this context, the simple themes area was created by the keywords 'volunteering', 'community sport organizations', 'sport events', 'sport volunteers' and 'volunteer management'.

Volunteering has become an area of interest due to people's taking part in sports organizations as volunteers, increasing number of these organizations and providing individuals serious experiences. A study has revealed that young people prefer to take part in sports organizations as volunteers (Yılmaz et al, 2019). In this context, volunteering has become a part of sports organizations as one of the most important committees of all sports organizations, both national and international.

As can be understood from the conceptual map, as the number of studies conducted in the field of sport volunteering increases, the variety of topics studied also increases.

The attendance of people in sport events as volunteer and many researches on Sport volunteering in different aspects support the findings of this study.

This research has specific limitations. Firstly, this study is based on Scopus database. Secondly, researches in Turkish languages were not taken in consideration as the number of these studies are inadequate.

Finally, in this study, the research on Sport volunteering was examined from a broad perspective and the studies conducted in this field between 2002 and 2023 were analyzed. Decision-makers, authorized people in sport organizations can benefit from this study. This study will also illuminate researchers who focus on Sport volunteering in order to enhance different point of views.

REFERENCES

- Ahmad, S. N., Mas'od, A., Sulaiman, Z., & Hasbullah, N. N. (2021). Bibliometric Analysis on Motivation of Sport Event Volunteer using the Scopus Database. *IJARBS*, 11, 1200-1227.
- Aria, M., Cuccurullo, C. (2017). Bibliometrix: An R-tool for comprehensive science mapping analysis. *Journal of Informetrics*, 11(4), 959-975.
- Auld, C. (1997). Professionalisation of Australian Sport Administration: The effects on organisational decision-making. *European Journal for Sport Management*, 4(2), 17_39.
- Bahçe, A., & Zorba, E. (2021). Sporda toplam kalite yönetimi: Türkiye'de son 20 yılın bibliyometrik incelenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 19(1), 90-98.
- Bakhsh, J. T., Lachance, E. L., Thompson, A., & Parent, M. M. (2021). outcomes of the sport event volunteer experience: Examining demonstration effects on first-time and returning volunteers. *International Journal of Event and Festival Management*, 12(2), 168-183.
- Baytur, S. N., & Ulaş, M. (2022). Spor eğitim modeli üzerine yapılan araştırmalara ilişkin bir bibliyometrik analiz. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 27(4), 297-312.
- Börner, K., Klavans, R., Patek, M., Zoss, A. M., Biberstine, J. R., Light, R. P., ... & Boyack, K. W. (2012). Design and Update of A Classification System: The UCSD map of science. *PLoS one*, 7(7), e39464. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0039464>

- Briggs, E., Peterson, M., & Gregory, G. (2010). Toward understanding of volunteering for nonprofit organizations: Explaining volunteers pro-social attitudes. *Journal of Macromarketing*, 30(1), 61–76.
- Cancino, C., Merigó, J. M., Coronado, F., Dessouky, Y., & Dessouky, M. (2017). Forty years of Computers & Industrial Engineering: A bibliometric analysis. *Computers & Industrial Engineering*, 113, 614–629.
- Chadegani, A. A., & Mohamed, Z. M. (2014). Reporting errors and misstatements: a measurement for the quality of auditors' work. *Asian Journal of Business Ethics*, 3, 83–96.
- Cuskelly, G., & Boag, A. (2001). Organisational commitment as a predictor of committee member turnover among volunteer sport administrators: Results of a Time-Lagged Study. *Sport Management Review*, 4(1), 65–86.
- Cuskelly, G., Fredline, L., Kim, E., Barry, S., & Kappelides, P. (2021). Volunteer selection at a major sport event: A strategic Human Resource Management approach. *Sport Management Review*, 24(1), 116–133. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2020.02.002>
- Cuskelly, G., Hoye, R., & Auld, C. (2006). *Working with volunteers in sport. Theory and Practice*. Abington: Routledge.
- Cuskelly, G., McIntyre, N., & Boag, A. (1998). A Longitudinal study of the development of organizational commitment amongst volunteer sport administrators. *Journal of Sport Management*, 12(3), 181–202.
- Cuskelly, G., Taylor, T., Hoye, R., & Darcy, S. (2006). Volunteer management practices and volunteer retention: A human resource management approach. *Sport Management Review*, 9, 141–163.
- Downward, P. M., & Ralston, R. (2006). The sports development potential of sports event volunteering: Insights from the XVII Manchester Commonwealth Games. *European sport management quarterly*, 6(4), 333–351.
- Farrell, J., Johnston, M., & Twynam, G. (1998). Volunteer motivation, satisfaction and management at an elite sporting competition. *Journal of Sport Management*, 12(4), 288–300.
- Fithroni, H., Nurhasan, N., Setijono, H., Aman, M. S., Jr, P. B. D., Kartiko, D. C., Ilham, I., Mario, D. T., Komaini, A., & Ayubi, N. (2023). *Sports Volunteer Involvement in Strategies to Increase Sports Community Participation: Systematic Review*. <https://doi.org/10.47197/retos.v51.101283>
- Getz, D. (1997). *Event Management and Event Tourism*. New York, NY: Cognizant.
- Gholampour, S., Noruzi, A., Gholampour, B., & Elahi, A. (2019). Research trends and bibliometric analysis of a journal: Sport Management Review. *Webology*, 16(2), 223–241.
- Hallmann, K. (2015). Modelling the decision to volunteer in organised sports. *Sport Management Review*, 18(3), 448–463.
- Hallmann, K., Wright, R., K., & Morellato, M. (2023). Serious leisure event volunteering and social capital. *Event Management*, 27(3), 353–366.
- Harman, A., & Doherty, A. (2014). The Psychological contract of volunteer youth sport coaches. *Journal of Sport Management*, 28, 687–699.
- Holmes, K., & Smith, K. (2009). *Managing volunteers in tourism: Destinations, attractions and events*. Wallingford: Elsevier Butterworth-Heinemann.
- International Olympic Committee. (2019a). The power of Tokyo 2020 is the volunteers. Retrieved from <https://www.olympic.org/news/more-than-200-000-applications-received-fortokyo-2020-volunteer-programme>
- International Olympic Committee. (2019b). Volunteers: Helping to make the games happen. Retrieved from <https://www.olympic.org/news/volunteers-helping-to-make-the-gameshappen>

- International Olympic Committee. (2019c). <https://olympics.com/ioc/news/volunteers-the-heartbeat-of-olympic-legacy>
- International Olympic Committee. (2022). The power of Tokyo 2020 is the volunteers. Retrieved from <https://www.olympic.org/news/more-than-200-000-applications-received-fortokyo-2020-volunteer-programme>
- Isık, C., Aydın, E., Dogru, T., Rehman, A., Sirakaya-Turk, E. & Karagöz, D. (2022). Innovation research in tourism and hospitality field: A bibliometric and visualization Analysis. *Sustainability*, 14, 7889.
- Karafil, A., Y. & Akgül, M., H. (2021). Web of Science veri tabanında yayınlanan spor yönetimi temali makalelerin bibliyometrik analizi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 106-117. DOI: 10.38021/asbid.900060
- Karlis, G. (2003). Volunteerism and multiculturalism: A linkage for future Olympics. *The Sport Journal*, 6(3), 1-16.
- Kay, T., & Bradbury, S. (2009). Youth sport volunteering: developing social capital?. *Sport, education and society*, 14(1), 121-140
- Krishnan, H., Awang, S. R., Zakuan, N., & Nor, K. M. (2020). Bibliometric analysis on emotional intelligence research. *International Journal of Recent Technology and Engineering*, 8(6), 864-877.
- Lachance, E. L. (2021). COVID-19 and its impact on volunteering: Moving towards virtual volunteering. *Leisure Sciences*, 43(1-2), 104-110.
- Lindenmeier, J. (2008). Promoting Volunteerism: Effects of self-efficacy, advertisement-included emotional arousal, perceived costs of Volunteering, and message framing. *Voluntas*, 19(1), 43-65.
- Lockstone, L., Smith, K., & Baum, T. (2010). Volunteering flexibility across the tourism sector. *Managing Leisure*, 15(1-2), 111-127. doi: 10.1080/13606710903448202
- Martínez-López, F. J., Merigó, J. M., Valenzuela-Fernández, L., & Nicolás, C. (2018). Fifty years of the European Journal of Marketing: a bibliometric analysis. *European Journal of Marketing*, 52(1/2), 439-468.
- Martín-Martín, A., Orduna-Malea, E., Thelwall, M. & López-Cózar, E., D. (2018). Google Scholar, Web of Science, and Scopus: A systematic comparison of citations in 252 subject categories. *Journal of Informetrics*, 12(4), 1160-1177.
- Moreno A. B., Moragas M., Paniagua R., (1999). *The evolution of volunteers at the Olympic Games*. Volunteers, Global Society and the Olympic Movement: International Symposium, Lausanne, pp. 133-154.
- Muñoz-Leiva, F., Viedma-del-Jesús, M. I., Sánchez-Fernández, J. & López-Herrera, A. G. (2012). An application of co-word analysis and bibliometric maps for detecting the most highlighting themes in the consumer behaviour research from a longitudinal perspective. *Quality & Quantity*, 46(4), 1077-1095.
- Nichols, G., & Shepherd, M. (2006). Volunteering in sport: The use of ratio analysis to analyse volunteering and participation. *Managing leisure*, 11(4), 205-216.
- Nichols, G., & Taylor, P. (2010). The balance of benefit and burden? The impact of child protection legislation on volunteers in Scottish sports clubs. *European Sport Management Quarterly*, 10(1), 31-47.
- Noordegraaf, M. A., & Çelebi, M. (2015). The challenges of the volunteerism process during international sport organizations/events. *Journal of Human Sciences*, 12(1), 1263-1279.
- Pasadeos, Y., Berger, B., Renfro, R. B. (2010). Public Relations as a Maturing Discipline: An Update on Research Networks. *Journal of Public Relations Research*, 22(2), 136-158.
- Ramos-Rodriguez, A.-R., & Ruiz-Navarro, J. (2004). Changes in the intellectual structure of strategic management research: A bibliometric study of the Strategic Management Journal, 1980-2000. *Stratejic Management Journal*, 25, 981-1004.

Şahin, T. (2021). Web of Science veri tabanında spor yönetimi alanında son on yıldaki bilimsel üretimin bibliometrik analizi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 23(1), 144-15. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/pub/ataunibesyo/issue/60856/903062>

Santos, J. M. S., & García, P. C. (2011). A bibliometric analysis of sports economics research. *International Journal of Sport Finance*, 6(3), 222.

Seyfi, M., & Polat, H. (2024). Research trends in sports sponsorship: a bibliometric analysis. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 22(3), 81-100. <https://doi.org/10.33689/spormetre.1435736>

Sharpe, E. K. (2006). Resources at the grassroots of recreation: Organizational capacity and quality of experience in a community sport organization. *Leisure Sciences*, 28(4), 385-401.

Shilbury, D. (2011). A bibliometric analysis of four sport management journals. *Sport Management Review*, 14(4), 434-452.

Spor Gönüllüleri, (2024). *Spor Gönüllüsü*. Erişim adresi <https://sporgonulluleri.com/>. Erişim tarihi: 14.10.2024

Surujlal, J., & Dhurup, M. (2008). Volunteers' perceptions of benefits derived from volunteering: an empirical study. *South African Journal for Research in Sport, Physical Education and Recreation*, 30(1), 105-116.

Taylor, P. D., Panagouleas, T., & Nichols, G. (2016). *Determinants of sports volunteering and sports volunteer time in England*. In *Volunteers in Sport: International perspectives* (pp. 47-66). Routledge

Tekneci, P. (2013). Türkiye adresli spor alanındaki bilimsel yayınların bibliyometrik analizi. *Pamukkale Journal of Sport Sciences*, 4(3), 76-91. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/en/pub/psbd/issue/20581/219320>

The Charities Aid Foundation. (2022). World Giving Index. www.cafonline.org/docs/default-source/about-us-research/caf_world_giving_index_2022_210922-final.pdf

Türkiye Milli Olimpiyat Komitesi. (2016). https://www.olimpiyatkomitesi.org.tr/Upload/YayinGruplari/942453_RIO_2016_Rapor.pdf

Türkiye Milli Olimpiyat Komitesi. (2020). https://www.olimpiyatkomitesi.org.tr/upload/TOKYO_2020_Rapor.pdf

Türkiye Milli Olimpiyat Komitesi. (2022). https://www.olimpiyatkomitesi.org.tr/Upload/YayinGruplari/946122_Beijing_2022_Rapor.pdf

Uysal, H. Ş. & Atay, E. (2021). Beden Eğitimi ve öğretim temali doktora tezlerine ilişkin bibliyometrik analiz. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 246-256. DOI: 10.25307/jssr.885613

Vieira, E. S., & Gomes, J. A. (2009). A comparison of Scopus and Web of Science for a typical university. *Scientometrics*, 81, 587-600.

Wallrodt, S., & Thieme, L. (2020). The role of sports volunteering as a signal in the job application process. *European Sport Management Quarterly*, 20(3), 255-275.

Wicker, P. (2017). Volunteerism and volunteer management in sport. *Sport Management Review*, 20(4), 325-337

Wicker, P., & Hallmann, K. (2013). A multi-level framework for investigating the engagement of sport volunteers. *European sport management quarterly*, 13(1), 110-139.

Wicker, P., Misener, K. E., Kihl, L. A., & Cuskelly, G. (2022). Vulnerability to fraud in community sport organizations: a multicountry study on the role of organizational capacity. *Journal of Sport Management*, 37(2), 88-101.

Wise, N., Kohe, G. Z., & Koutrou, N. (2021). sport volunteering, educational leadership and social transformation. *Sport, Education and Society*, 26(9), 945-951.

Yadav, N., & Singh, M. (2023). *Determinants of volunteerism in amateur sports in Delhi-NCR*.

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

Yoo, S., Ko, Y. J., Hur, Y., Bang, H., & Kim, T. (2023). Exploring volunteer engagement in a mega sport events: the role of functional attitudes. *European Sport Management Quarterly*, 23(5), 1610-1629.

Zavrsnik, J., Vosner, H. B., Kokol, P., Pisot, R., & Krecic, M. J. (2016). Sport education and society: bibliometric visualization of taxonomy. *Journal of Physical Education and Sport*, 16(4), 1278.

Zupic, I., & Cater, T. (2015). Bibliometric methods in management and organization. *Organizational Research Methods*, 18(3), 429-472.



SPORMETRE
The Journal of Physical Education and Sport Sciences
Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi

DOI: 10.33689/spormetre.1531450



Geliş Tarihi (Received): 10.08.2024 Kabul Tarihi (Accepted): 03.12.2024 Online Yayın Tarihi (Published): 30.12.2024

SPORDA ÇOCUK İSTİSMARI FARKINDALIK ÖLÇEĞİNİN GELİŞTİRİLMESİ: GEÇERLİLİK VE GÜVENİLİRLİK ÇALIŞMASI*

Damla Güler^{1†} , Semiyha Tuncel¹ 

¹ Ankara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

Öz: Bu çalışmanın amacı, sporda çocuk istismarı farkındalığını ölçmek için geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı geliştirmektir. Araştırmada tarama deseni kullanılmıştır. Sporda Çocuk İstismarı Farkındalık Ölçeği'nin yapı geçerliğini belirlemek için 351 katılımcının veri setiyle Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) gerçekleştirilmiştir. AFA sonucunda 32 maddeden ve dört alt boyuttan oluşan bir yapı ortaya çıkmıştır. Elde edilen bu yapının doğruluğu 313 katılımcının yer aldığı ikinci bir veri seti kullanılarak Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA) ile teyit edilmiştir. DFA sonuçları uyum iyiliği indekslerinin mükemmel olduğunu göstermiştir. Güvenilirliği değerlendirmek için Cronbach Alpha Güvenilirlik Katsayısı incelenmiş ve hem alt boyutlar hem de ölçeğin tamamı için güvenilirlik değerlerinin mükemmel düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Geçerlilik ve güvenilirlik analizleri sonucunda beşli Likert tipi (1-Kesinlikle Katılıyorum, 2-Katılıyorum, 3-Kararsızım, 4-Katılmıyorum, 5-Kesinlikle Katılmıyorum) olarak tasarlanan Sporda Çocuk İstismarı Farkındalık Ölçeği, "İstismarı Tanıma ve Uygun Yanıt Vermeye İlişkin Farkındalık" (12 madde), "Sorumluluğa İlişkin Farkındalık" (3 madde), "İstismar Belirtilerine İlişkin Farkındalık" (7 madde) ve "İstismara Zemin Hazırlayan Risklere İlişkin Farkındalık" (10 madde) olmak üzere dört alt boyut ve 32 maddeden oluşan geçerli ve güvenilir bir ölçme aracıdır.

Anahtar Kelimeler: Çocuk istismarı farkındalığı, çocuk koruma, ölçek geliştirme, sporda çocuk istismarı

DEVELOPMENT OF THE CHILD ABUSE AWARENESS SCALE IN SPORTS: VALIDITY AND RELIABILITY STUDY

Abstract: The aim of this study is to develop a valid and reliable measurement tool to measure awareness of child abuse in sport. A survey design was used in the study. Exploratory Factor Analysis (EFA) was conducted with the data set of 351 participants to determine the construct validity of the Child Abuse Awareness Scale in Sport. As a result of EFA, a structure consisting of 32 items and four sub-dimensions emerged. The validity of this structure was confirmed by Confirmatory Factor Analysis (CFA) using a second data set of 313 participants. CFA results showed that the goodness of fit indices were excellent. In order to evaluate the reliability, Cronbach Alpha Reliability Coefficient was analysed and it was determined that the reliability values for both sub-dimensions and the whole scale were at an excellent level. As a result of the validity and reliability analyses, the Child Abuse Awareness Scale in Sport, which was designed as a five-point Likert type (1-Strongly Agree, 2-Agree, 3-Undecided, 4-Disagree, 5-Strongly Disagree), 'Awareness of Recognising Abuse and Responding Appropriately' (12 items), It is a valid and reliable measurement tool consisting of 32 items and four sub-dimensions, namely 'Awareness of Responsibility' (3 items), 'Awareness of Abuse Symptoms' (7 items) and 'Awareness of Risks Leading to Abuse' (10 items).

Key Words: Child abuse in sport, child abuse awareness, child protection, scale development

* Bu çalışma doktora tezinden üretilmiştir.

† Sorumlu Yazar: Damla Güler, Dr. Öğr. Üyesi, E-mail: gulerd@ankara.edu.tr

GİRİŞ

Her yıl milyonlarca çocuğun katılımcı olarak yer aldığı spor, çocuklara sağladığı faydalar ile bilinmektedir. Güvenli ortamlarda spora katılım çocukların sağlığını (Saxena ve ark., 2005), fiziksel ve motor becerilerini (Jurak ve ark., 2006), akademik başarılarını (Castelli ve ark., 2007), duygusal gelişimlerini (Donaldson ve Ronan, 2006; Tomson ve ark., 2003) ve sosyal becerilerini (Kremer-Sadlik ve Kim, 2007; Posner ve Vandell, 1999) olumlu yönde etkilemektedir. Sporun az bilenen yanı ise içinde barındırdığı riskler ve sporcularda bıraktığı olumsuz izlerdir. Sporun rekabetçi doğası, kötü muamele, şiddet ve istismarın oluşmasını kolaylaştırarak çocukların sağlığını olumsuz etkileyen ciddi fiziksel ve psikososyal sorunlara yol açmaktadır (Mountjoy ve ark., 2016). 1990'larda birçok istismar olayının medyaya yansınmasıyla birlikte sporda çocuk istismarı dikkatleri üzerine çekmiştir (Kerr ve ark., 2014). Araştırmalar, spor ortamlarında çocuk istismarının ciddi ve yaygın bir sorun olduğunu açıkça ortaya koymaktadır (Alexander ark., 2011; Çetin ve Hacısofuoğlu, 2020; Gündüz ark., 2007; Hartill ark., 2021; Uğurlu, 2022; Vertommen ark., 2015). Dünya Sağlık Örgütü'ne göre çocuk istismarı, "sorumluluk, güven veya güç ilişkisi bağlamında çocuğun sağlığına, hayatta kalmasına, gelişimine veya onuruna fiili veya potansiyel zararlarla sonuçlanan her türlü fiziksel ve/veya duygusal kötü muamele, cinsel istismar, ihmal veya ihmalkar muamele veya ticari veya diğer sömürü" olarak tanımlanmaktadır (WHO, 1999). Çalışmamızda sporda çocuk istismarı, Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), Sporda Çocuk Koruma Birimi (CPSU) ve Uluslararası Olimpiyat Komitesi (IOC) uzlaşısı beyanı ile bu konuyu ele alan araştırmalar temel alınarak; fiziksel istismar, cinsel istismar, duygusal istismar ve ihmal olmak üzere dört ana boyutta sınıflandırılmıştır (CPSU, 2024; Fortier ark., 2019; Mountjoy ark., 2016; Stirling, 2009; WHO, 1999). Fiziksel istismar, çocuğa fiziksel zarar verme eylemlerini içeren bir istismar türüdür ve çocuğa yönelik vurma, sarsma, fırlatma, yakma, haşlama, boğma veya diğer fiziksel yaralanmalara neden olabilecek davranışları içermektedir (Lindon ve Webb, 2016). Sporcuların fiziksel istismara maruz kaldığı durumlar arasında zararlı yüzeylerde diz çökmeye zorlanma, kapalı alanlarda izole edilme, temel ihtiyaçlarının engellenmesi, aşırı yoğun ve şiddetli antrenmanlara zorlanma, sakatlık veya yorgunluk durumunda antrenmana devam ettirilme, performans artırıcı veya zararlı maddelerin kullanımına zorlanma ve acı verici disiplin yöntemlerine maruz bırakılma yer almaktadır (CPSU, 2024; Stirling, 2009). Duygusal istismar, ebeveyn veya çocuğun bakımından sorumlu olan kişinin, çocuğun fiziksel, zihinsel, duygusal, ahlaki veya sosyal gelişimine zarar veren veya zarar verme potansiyeli taşıyan davranışlarını içermektedir. Bu tür istismar, genellikle bir güven veya güç ilişkisi içinde gerçekleşmekte ve çocuğun genel sağlığını olumsuz etkilemektedir (WHO, 1999). Stirling ve Kerr (2008), spor alanında duygusal istismarı fiziksel davranışlar, sözlü davranışlar, ilgi ve destekten yoksun bırakma olarak üç kategoriye ayırmıştır. Fiziksel davranışlar, şiddet içeren eylemleri; sözlü davranışlar aşağılama ve tehditkar ifadeleri; ilgi ve destekten yoksun bırakma ise sporcunun duygusal ihtiyaçlarını bilinçli olarak göz ardı etmeyi kapsamaktadır. Bir diğer istismar türü olan cinsel istismar, çocuğun tam olarak kavrayamadığı, bilgilendirilmiş rıza veremediği veya gelişimsel olarak hazır olmadığı cinsel aktivitelere dahil edilmesi durumudur. Özetle, cinsel istismar bir çocuğun cinsel aktivitelere zorlanması veya ikna edilmesi anlamına gelmektedir (WHO, 1999). Stirling (2009), sporcuların maruz kaldığı cinsel istismarı temaslı ve temassız olarak ikiye ayırmaktadır. Temaslı cinsel istismar, zorla cinsel ilişki, cinsel organlara fiziksel teşebbüs, göğüs veya kalça okşama gibi uygunsuz temasları içermektedir. Temassız cinsel istismar ise antrenörün kendi cinsel organını göstermesi, sporcu önünde mastürbasyon yapması, cinsel yorumlar veya teklifler, pornografik materyallere maruz bırakma ve cinsel ilişkinin izlenmesine zorlama gibi davranışları kapsamaktadır. Son istismar türü olan ihmal ise ailenin veya çocuğun bakımından sorumlu olan kişinin, çocuğun sağlık, eğitim, duygusal gelişim, beslenme, barınma ve güvenlik gibi temel ihtiyaçlarını karşılayamamasıdır (WHO, 1999).

Fortier ve arkadaşları (2019), spor bağlamında ihmal davranışlarının çocukların yeterli gözetim olmadan fiziksel zarar görebilecek şekilde bırakılması, tıbbi tavsiyelere rağmen sakatlanmış çocukların antrenmanlara devam ettirilmesi, sağlıksız yeme alışkanlıklarına müdahale edilmemesi, spor ekipmanlarının güvenliğinin göz ardı edilmesi ve gerekli tıbbi bakımın sağlanmaması gibi davranışları kapsadığını belirtmektedir. Ayrıca, alkol veya uyuşturucu kullanımına izin verilmesi, doping yöntemlerine müdahale edilmemesi, çocukların fiziksel, cinsel veya duygusal istismara karşı korunmaması, psikolojik desteğin sağlanmaması, antrenman veya seyahat sırasında yalnız bırakılması ve spor için eğitimin ihmal edilmesi de ihmal davranışları arasında yer almaktadır.

Tanımlanan istismar davranışlarının spor içindeki paydaşlar tarafından fark edilebilmesi ve istismar olarak nitelendirilebilmesi için bu paydaşların istismara yönelik farkındalıklarının yüksek olması gerekmektedir. Bu nedenle sporda çocuk istismarına yönelik farkındalığın belirlenmesi büyük bir önem taşımaktadır. Yapılan literatür incelemesi sonucunda, ülkemizde çocuk istismarını ölçen birçok araç bulunmaktayken (Berkmen ve Okray, 2015; Koç ve ark., 2020; Pekdoğan, 2017; Türk, 2010; Ünal, 2017) spor bağlamında sadece iki ölçek tespit edilmiştir (Bedir ve ark., 2023; Çetin, 2022). Bu ölçeklerden biri yalnızca cinsel istismarı diğeri ise duygusal kötü muameleyi kapsamakta olup çocuk istismarını bütünsel olarak ele almamaktadır. Spor alanında çocuk istismarını bütünsel bir şekilde değerlendiren bir ölçme aracının olmaması büyük bir eksiklik olarak görülmektedir. Bu tür bir ölçme aracının geliştirilmesi sporda çocuk istismarının önlenmesine yönelik farkındalık çalışmalarına güçlü bir zemin oluşturacaktır. Bu çalışmanın amacı, sporda çocuk istismarı farkındalığını ölçmek için geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı geliştirmektir. Bu ölçme aracının geliştirilmesi, spor paydaşlarının çocuk istismarına yönelik farkındalık düzeylerini belirlemede ve bu konunun görünürlüğünü artırmada önemli bir rol oynayacaktır.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bu araştırmanın amacı, sporda çocuk istismarı farkındalığını belirlemeye yönelik geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı geliştirmektir. Araştırmada tarama modeli tercih edilmiştir. Tarama modeli, geniş katılımcı gruplarının belirli olgu ve olaylar hakkındaki görüşlerini ve tutumlarını toplamak ve betimlemek amacıyla yürütülen çalışmalardır (Büyüköztürk ve ark., 2020).

Araştırma Grubu

Araştırmada, örneklem seçimi için olasılıklı örnekleme türlerinden biri olan küme örnekleme stratejisi kullanılmıştır. Küme örnekleme stratejisi incelenen evrende doğal veya yapay olarak oluşan ve belirli özellikler açısından benzerlik gösteren farklı grupların bulunduğu durumlarda tercih edilen bir stratejidir (Yıldırım ve Şimşek, 2021). Ölçek geliştirme aşamasında, Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) ve Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) için veriler iki ayrı örneklem grubundan Google Formlar aracılığıyla çevrimiçi olarak toplanmıştır. AFA 351, DFA ise 313 katılımcıdan oluşan veri setleriyle gerçekleştirilmiştir. Tinsley ve Kass (1979) ile Tabachnick ve Fidell (2007), faktör analizi için uygun örneklem büyüklüğünün en az 300 birey olması gerektiğini önermektedir. Bu bağlamda, faktör analizi için belirlenen örneklem büyüklüğünün uygun olduğu görülmektedir. AFA için seçilen çalışma grubunda %58.8 (n=184) erkek, %41.2 (n=129) kadın katılımcılar yer almaktadır. Katılımcılar arasında %11.2 (n=35) antrenör, %34.5 (n=108) beden eğitimi ve spor öğretmeni, %14.7 (n=46) spor yöneticisi ve %39.6 (n=124) spor bilimleri fakültelerinde antrenörlük eğitimi, beden eğitimi ve spor öğretmenliği ile spor yöneticiliği bölümlerinde eğitim gören öğrenciler bulunmaktadır. Katılımcıların yaş ortalaması 24.25'tir (sd=±7,19).

DFA için seçilen çalışma grubunda %61.5 (n=216) erkek, % 38.5 (n=135) kadın katılımcılar yer almaktadır. Katılımcılar arasında % 19.4 (n=68) antrenör, % 13.1 (n=46) beden eğitimi ve spor öğretmeni, % 8.8 (n=31) spor yöneticisi, % 58.7 (n=206) ise spor bilimleri fakültelerinde antrenörlük eğitimi, beden eğitimi ve spor öğretmenliği ve spor yöneticiliği bölümlerinde öğrenim gören öğrenciler bulunmaktadır. Katılımcıların yaş ortalaması 29.35'tir (sd=±10,09).

Ölçme Aracının Geliştirilme Süreci

Araştırmaya başlamadan önce, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Alt Etik Kurulu'ndan 18.07.2022 tarihli ve 14/196 sayılı etik kurul onayı alınmıştır. Ölçme aracını geliştirme sürecinde, literatür taraması yapılarak 44 maddeden oluşan bir madde havuzu hazırlanmıştır (Bedir ve ark., 2023; Berkmen ve Okray, 2015; CPSU, 2024; Çetin ve Hacısoftaoğlu, 2020; Çetin, 2022; Fortier ark., 2019; Koç ve ark., 2020; Lang ve Hartill, 2014; Mountjoy ark., 2016; Pekdoğan, 2017; Rhind ve Owusu-Sekyere, 2018; Stirling, 2009; Stirling ve Kerr, 2012; Türk, 2010; Ünal, 2017). Bu maddelerin kapsam geçerliliğini sağlamak için uzman görüşleri alınmıştır. Uzmanların görevi, ölçek taslağındaki maddelerin içerik uygunluğunu ve geçerliliğini incelemektir (Büyüköztürk, 2020). Uzman değerlendirmesi sırasında, alanda yaygın olarak kullanılan "Davis Tekniği" tercih edilmiştir. Bu teknik, uzmanların maddeleri dört farklı kategoride değerlendirmesini sağlamaktadır. Bu kategoriler; maddenin uygunluğu, hafif düzenlemeye ihtiyaç duyan maddeler, kapsamlı bir revizyona ihtiyaç duyan maddeler ve geçerli olmayan maddelerden oluşmaktadır (Davis, 1992). İlk olarak ölçek taslağı spor bilimleri alanında uzman dört akademisyene gönderilmiştir. Bu akademisyenler, her maddeyi değerlendirip gerekçeleriyle birlikte revizyon önerileri sunmuş ve bazı maddelerin ölçekten çıkarılmasını ya da değiştirilmesini önermiştir. Uzmanların önerileri doğrultusunda gerekli düzenlemeler yapılmıştır. Daha sonra ölçek maddeleri ölçme amacına uygunluğu ve hedeflenen konuyu ne kadar iyi temsil ettiklerine dair geri bildirimler almak için ölçme ve değerlendirme alanında uzman altı akademisyene gönderilmiştir. Ölçme ve değerlendirme uzmanlarından alınan dönütler doğrultusunda ölçek taslağındaki madde sayısı 37'ye indirilmiş ve kalan maddeler yeniden gözden geçirilmiştir. Maddelerin anlaşılabilirliği ve dil bilgisi açısından tutarlılığını sağlamak amacıyla ölçek taslağı iki Türk Dili ve Edebiyatı öğretmenine sunulmuştur. Bu uzmanlardan gelen geri bildirimlerle maddelerde dil bilgisine ve anlatım bozukluklarına yönelik düzeltmeler yapılmıştır. Ölçek, pilot uygulama için 50 kişilik bir örneklem grubuna uygulanmıştır. Tüm bu süreçlerin sonunda, ölçek taslağı revize edilerek ilk çalışma grubuna uygulanmak üzere hazırlanmıştır.

Verilerin Analizi

Veri setini analize hazırlamak amacıyla faktör analizinin varsayımları olan kayıp değerler, uç değer, normallik, doğrusallık, çoklu bağlantı ve teklik değerlendirilmiştir (Tabachnick ve Fidell, 2007). Faktör analizine başlamadan önce, örneklem büyüklüğünün faktör analizine uygun olup olmadığını değerlendirmek için Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) testi yapılmıştır. Sporda Çocuk İstismarı Farkındalık Ölçeği'nin yapı geçerliğini belirlemek için Açıklayıcı Faktör Analizi uygulanmıştır. AFA sonucunda ortaya çıkan 32 madde ve dört alt boyuttan oluşan ölçeğin yapısının doğruluğu, ikinci bir veri seti kullanılarak Doğrulayıcı Faktör Analizi ile teyit edilmiştir. Hem AFA hem de DFA kapsamında, ölçeğin tümüne ve alt boyutlarına ilişkin güvenilirlik Cronbach Alfa İç Tutarlılık Katsayısı ile değerlendirilmiştir.

BULGULAR

Sporda Çocuk İstismarı Farkındalık Ölçeği'nin yapı geçerliğini belirlemek için Açıklayıcı Faktör Analizi gerçekleştirilmiştir. AFA'dan önce faktör analizinin varsayımları kayıp değer, uç değer, normallik, doğrusallık, çoklu bağlantı ve teklik varsayımları kontrol edilmiştir

(Tabachnick ve Fidel, 2007). Veri setinde herhangi bir kayıp değer bulunmamıştır ve tek yönlü uç değerler, madde puanlarının standart puanlara (z puanları) dönüştürülmesiyle incelenmiştir. Z puanları ± 3.3 ($p < .001$) aralığında olup, bu sınırların dışında bir değer tespit edilmemiştir. Çok değişkenli uç değerler ise Mahalanobis uzaklıkları (MU) temel alınarak ($p < .001$) değerlendirilmiştir. Tek değişkenli normallik varsayımını kontrol etmek amacıyla çarpıklık ve basıklık katsayıları incelenmiş ve maddelerin çarpıklık katsayısının ± 3.3 , basıklık katsayısının ise ± 7 aralığında olduğu görülmüştür. Bu sonuçlar, tek değişkenli normallik varsayımının sağlandığını göstermektedir (Bernstein, 2000). Faktör analizini gerçekleştirmeden örneklem büyüklüğünün faktörleştirmeye uygun olup olmadığını test etmek için Kaiser Meyer Olkin (KMO) testi uygulanmış ve test sonucu KMO değeri 0.92 olarak tespit edilmiştir. Bu sonuç örneklem büyüklüğünün faktör analizini gerçekleştirmek için “mükemmel düzeyde” olduğunu göstermektedir (Beavers ve ark., 2013). Bartlett küresellik testinden elde edilen ki-kare değeri anlamlı bulunmuştur ($\chi^2=9540,447$; $sd=496$; $p<0,00$). Bu sonuç doğrultusunda, verilerin çok değişkenli normal dağılımdan geldiği varsayılmıştır. Her iki testin sonucu da verilerin açımlayıcı faktör analizine uygun olduğunu göstermektedir.

Faktör çıkarma yöntemi olarak ölçme aracı likert tipi maddelerden oluştuğu için çok değişkenli normallik varsayımının ihlaline karşı da güçlü kestirimler sunan temel eksen faktörleştirme yöntemi tercih edilmiştir (Costello ve Osborne, 2019; Fabrigar ve ark., 1999). Faktör sayısının belirlenmesinde, “Kaiser Ölçütü”, “Scree Plot” yöntemi ve bileşenlerin toplam varyansa yaptığı katkının incelenmesine karar verilmiştir. Kaiser Ölçütü, yalnızca 1 veya daha yüksek özdeğere (eigenvalue) sahip faktörlerin dikkate alınmasını önermektedir. Scree Plot yöntemi ise özdeğerlerle ilgili bir yamaç grafiğidir ve bu yöntemde eğrinin büküm noktası, faktör sayısını belirlemektedir (Yurdabakan ve ark., 2017). Yapılan analiz sonucunda, analize temel alınan 37 madde için 1’in üzerinde özdeğere sahip yedi bileşen olduğu belirlenmiştir. Bu bileşenlerin toplam varyansa yaptıkları katkı %66.94’tür. Faktör sayısını belirlerken, her bir faktörün toplam varyansa katkısı dikkate alınması gereken önemli bir kriterdir. Dört bileşenin toplam varyansa anlamlı bir katkı sağladığı ancak dördüncü bileşenden sonra katkının küçük ve neredeyse eşit olduğu gözlemlenmiştir. Yamaç ve birikinti grafiği incelendiğinde ise 4. bileşenden sonra bir kırılma olduğu tespit edilmiştir. Bu değerlendirmeler sonucunda, faktör sayısının dört olmasına karar verilmiş ve analiz dört faktörlü olacak şekilde tekrarlanmıştır. Dört faktörlü çözüm, varyansın toplam %57.69’unu açıklamaktadır. Bu varyansa faktör 1’in katkısı %30.63, faktör 2’in katkısı %16.07, faktör 3’ün katkısı %6.12 ve faktör 4’ün katkısı %4.85’tir.

En uygun yapıyı keşfetmek, hangi maddenin hangi faktöre ait olduğunu belirginleştirmek için döndürme (rotation) yöntemi kullanılmaktadır (Beavers ve ark., 2013). Araştırmacının amacı, kuramsal olarak birbiriyle ilişkili olan faktörlerin oluşturduğu bir yapıyı ortaya çıkarmaksa ve faktörler arasında ilişki gerektiren bir kuramsal yapı varsa eğik döndürme yöntemi daha uygundur (Can, 2014). Sosyal bilimlerde, faktörler arasında genellikle bir miktar korelasyon beklenir çünkü davranış genellikle birbirinden bağımsız olarak işleyen, ayrı ve düzenli birimlere ayrılmaz. Bu nedenle, faktörler arasında korelasyon varsa dik döndürme kullanmak, değerli bilgilerin kaybına neden olabilmektedir. Eğik döndürme ise teorik olarak daha doğru ve tekrarlanabilir bir çözüm sunmaktadır (Costello ve Osborne, 2019). Dolayısıyla bu çalışmada eğik döndürme yöntemlerinden equamax tercih edilmiştir. Döndürme sonucunda maddeler binişiklik ve faktör yük değerlerinin kabul edilebilir düzeyde olup olmadığı açısından değerlendirilmiş ve 13., 17., 25., 26. ve 37. maddelerin binişik olmaları nedeniyle ölçekten çıkarılmasına karar verilmiştir. SÇİFÖ’nün madde faktör yük değerinin en az 0.32 olması gerektiği belirlenmiştir. Tabachnick ve Fidell (2007), genel bir kural olarak, her bir değişkenin faktör yük değerinin 0.32 ve üzerinde olması gerektiğini vurgulamaktadır. Birden fazla faktörle

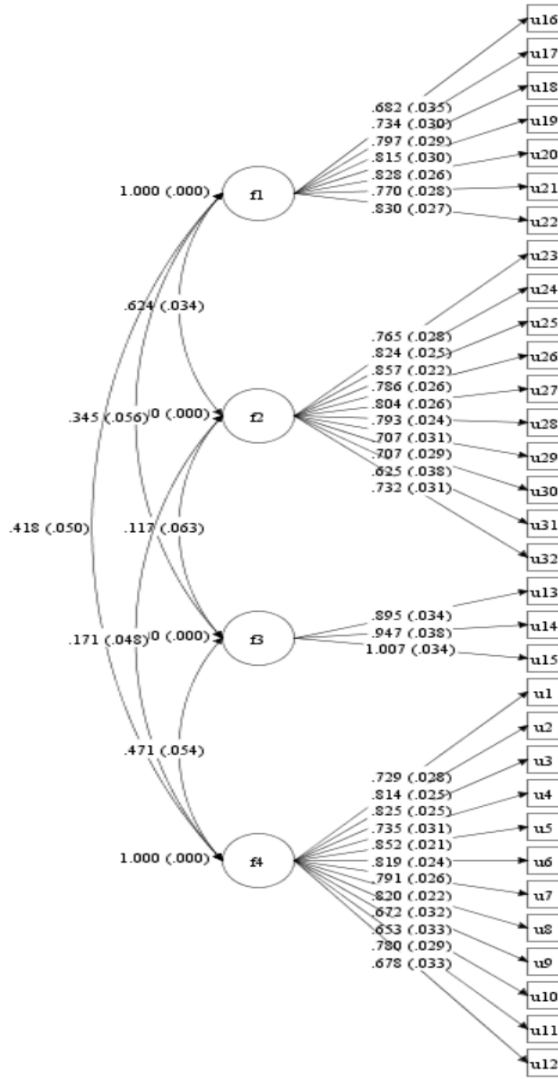
ilişkisi olan maddeler, aynı zamanda birden fazla yapıyı ölçtükleri için binişik madde olarak değerlendirilir. Bir maddenin binişik olarak değerlendirilebilmesi için iki koşulun sağlanması gerekmektedir. İlk olarak, madde birden fazla faktörde kabul edilebilir seviyenin üzerinde bir yük değeri taşınmalıdır. İkinci olarak, maddenin farklı faktörlerdeki yük değerleri arasındaki farkın 0.1'den az olması gerekmektedir (Çokluk ve arkadaşları, 2012). Bu maddeler çıkarıldıktan sonra işlem tekrarlanmıştır. Analiz sonucunda elde edilen 32 maddeye ilişkin bulgular Tablo 1'de gösterilmiştir.

Tablo 1. Sporda Çocuk İstismarı Farkındalık Ölçeğinin Madde Faktör Yükleri, Alt Boyutların Açıkladığı Varyanslar ve Madde Analizleri

Madde	Faktör 1	Faktör 2	Faktör 3	Faktör 4	Madde Toplam Korelasyonu	Faktör Özdeğeri	Açıklanan Varyans	Toplam Varyans %
21	.809				.622			
20	.735				.637			
22	.703				.617			
23	.695				.615	10.228	30.638	30.638
19	.675				.538			
18	.605				.562			
24	.604				.631			
32		-.843			.523			
30		-.809			.539			
34		-.780			.525	5.556	16.078	46.714
36		-.764			.509			
31		-.749			.529			
28		-.723			.599			
29		-.678			.631			
33		-.623			.533	5.556	16.078	46.714
35		-.552			.490			
27		-.527			.569			
14			.870		.322			
15			.855		.352	2.251	6.121	52.838
16			.835		.315			
5				.843	.573			
6				.818	.542			
7				.758	.525			
8				.748	.557			
2				.713	.530			
4				.679	.459			
9				.674	.410	1.963	4.855	57.690
3				.647	.496			
10				.644	.441			
11				.593	.472			
1				.567	.385			
12				.561	.490			
Cronbach-alfa	.898	.923	.924	.922				
Ölçeğin Bütünü	.929							
Cronbach- alfa								

Tablo 1'de görüldüğü üzere ortaya çıkan ölçek dört faktörlüdür. Birinci faktör (21,20,22,23,19,18 ve 24. maddeler) ölçeğe ilişkin toplam varyansın %30.63'ünü, ikinci faktör (32,30,34,36,31,28,29,33,35 ve 27. maddeler) % 16.07'sini, üçüncü faktör (14,15ve16. maddeler) %6,21'ini ve dördüncü faktör (5,6,7,8,2,4,9,3,10,11,1 ve 12'inci maddeler) 4.85' ini açıklamaktadır. Dört faktörün birlikte açıkladığı toplam varyans ise 57.69' dur.

Çok faktörlü yapıların analizinde, açıklanan varyansın %40 ile %60 arasında olması yeterli kabul edilmektedir (Büyüköztürk, 2020). Maddelerin faktör yük değerleri incelendiğinde, bu değerlerin 0.527 ile 0.870 arasında değiştiği gözlemlenmiştir. Faktör yüklerinin büyüklük açısından değerlendirilmesi, bu değerlerin “iyi” den “mükemmel” e doğru nitelendirilebileceğini göstermektedir (Tabachnick ve Fidell, 2007). Ölçeğin madde geçerliliğini incelemek için düzeltilmiş madde-toplam korelasyon değerleri incelenmiş ve bu değerlerin 0.315 ile 0.637 arasında değiştiği tespit edilmiştir. Ölçek geliştirme ve uyarlama çalışmalarında, bir maddenin ölçülmek istenen özelliği ayırt edebilmesi için madde-toplam korelasyon değerinin en az 0.30’un üzerinde olması gerekmektedir (Büyüköztürk, 2020). Bu bilgiler ışığında, ölçekte yer alan tüm maddelerin madde geçerliliğini sağladığı söylenebilir.



Şekil 1. DFA Yol Diyagramı

Sporda Çocuk İstismarı Farkındalık ölçeğinin 32 madde ve dört faktörlü yapısının doğruluğu 313 kişiden toplanan ikinci bir veri setine uygulanan DFA ile incelenmiştir. Şekil 1’de DFA Yol Diyagramına yer verilmiştir.

Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) sonuçlarına ait uyum iyiliği değerleri Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2. DFA Ait Uyum İyiliği Değerleri

χ^2	χ^2/sd	RMSEA	CFI	TLI	SRMR
798.666	2.07	0.060	0.920	0.913	0.068

χ^2/sd =Ki kare/Serbestlik derecesi, RMSEA=Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü, CFI=Karşılaştırmalı Uyum İndeksi, TLI= Tucker-Lewis İndeksi, SRMR= Standartlaştırılmış Ortalama Hataların Karekökü

Tablo 2'ye göre uyum iyiliği indeksleri değerlendirildiğinde χ^2/sd oranının 2.07 olduğu görülmektedir. Bu oranın $0 < \chi^2/sd < 3$ olması mükemmel uyum aralığı olarak değerlendirilmektedir (Schermelleh-Engel ve ark., 2003). RMSEA değeri 0.06; Comparative Fit Index (CFI) 0.920; Tucker Lewis Index (TLI) 0.913; ve Standardized Root Mean Square Residual (SRMR) 0.068 olarak belirlenmiştir. Literatürde, uyum iyiliği değerleri için kabul edilebilir sınırların, CFI ve TLI değerleri açısından 0.90 ile 1.00 arasında, RMSEA ve SRMR değerleri için ise alt sınırın 0, üst sınırın ise 0.08 olması gerektiği belirtilmektedir (Bentler ve Bonnet, 1980; Hooper ve ark., 2008). Bulgular bir arada değerlendirildiğinde Sporda Çocuk İstismarı Ölçeği'nin AFA ile ortaya konan dört faktörlü yapısının DFA ile doğrulandığı görülmektedir.

Tablo 3. Sporda Çocuk İstismarı Farkındalık Ölçeği'ne Ait AVE, CR, Standardize Faktör Yük Değerleri

Alt Boyutlar	Madde No	SÇİFÖ	Standardize Faktör Yüğü	CR	AVE	Alpha
İstismarı Tanıma ve Uygun Yanıt Vermeye İlişkin Farkındalık (İTUYVİF)	M1	Spor ortamında çocuklara yönelik olan ihmal (fiziksel, duygusal, eğitsel vs.) davranışlarının neler olduğunu anlarım.	0.729	.94	.58	.94
	M2	Spor ortamında hangi davranışların fiziksel istismar olduğunu anlarım.	0.814			
	M3	Spor ortamında hangi davranışların cinsel istismar olduğunu anlarım.	0.825			
	M4	Spor ortamında hangi davranışların duygusal istismar olduğunu anlarım.	0.735			
	M5	Spor ortamında çocukların maruz kaldığı fiziksel istismara üç farklı örnek verebilirim.	0.852			
	M6	Spor ortamında çocukların maruz kaldığı duygusal istismara üç farklı örnek verebilirim.	0.819			
	M7	Spor ortamında çocukların maruz kaldığı cinsel istismara üç farklı örnek verebilirim.	0.791			
	M8	Spor ortamında gerçekleşen çocuk ihmaline üç farklı örnek verebilirim.	0.820			
	M9	Spor ortamlarında çocuklara yönelik gerçekleştirilen temasın (dokunmaların) niyetini (iyi ve kötü) ayırt edebilirim.	0.672			
	M10	Sporda çocuk istismarından şüphelendiğimde ne yapmam gerektiğini bilirim.	0.653			
	M11	Sporda çocuk istismarı tespit ettiğimde kime bildirmem gerektiğini bilirim.	0.780			
Sorumluluğa İlişkin Farkındalık (SİF)	M12	İstismara uğradığından şüphelendiğim bir çocuğa nasıl yaklaşılması gerektiğini bilirim	0.678	.77	.84	.93
	M13	Sporda yaşanan çocuk istismarı konusunda antrenörlerin bilinçlendirilmesi gerektiğini düşünüyorum.	0.895			
	M14	Sporda yaşanan çocuk istismarı konusunda beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin bilinçlendirilmesi gerektiğini düşünüyorum.	0.947			
	M15	Sporda yaşanan çocuk istismarı konusunda ebeveynlerin bilinçlendirilmesi gerektiğini düşünüyorum.	1.007			

Tablo 3(devamı). Sporda Çocuk İstismarı Farkındalık Ölçeği'ne Ait AVE, CR, Standardize Faktör Yük Değerleri

İstismar Belirtilerine İlişkin Farkındalık (İBİF)	M1 6	Çocuğun antrenmana gelmek/katılmak istememesi durumunda, istismara maruz kaldığından şüphelenirim.	0.682			
	M1 7	Çocukta açıklanamayan darbe, yara, bere vb. izlerini gördüğümde, fiziksel istismara maruz kaldığından şüphelenirim.	0.734			
	M1 8	Çocukta davranış bozuklukları (saldırganlık, pasiflik, şikâyet etme vs.) gördüğümde, istismara maruz kaldığından şüphelenirim.	0.797			
	M1 9	Çocuğun oturmada, yürümede vb. güçlük çektiğini gördüğümde, cinsel istismara maruz kaldığından şüphelenirim.	0.815	.91	.61	.92
	M2 0	Çocuğun yakınlıktan, fiziksel temastan vb. kaçınması, cinsel istismara maruz kaldığı ihtimalini aklıma getirir.	0.828			
	M2 1	Çocukta alışkanlık bozuklukları (sallanma, parmak emme vs.) gözlenmesi, istismara maruz kaldığını düşündürür.	0.770			
	M2 2	Çocuğun bazı kişilerden korkması, istismara maruz kaldığı ihtimalini aklıma getirir.	0.830			
İstismara Zemin Hazırlayan Risklere İlişkin Farkındalık (İZHRİF)	M2 3	Ebeveynlerin antrenöre ya da beden eğitimi öğretmenlerine, çocukla ilgili tam yetki vermesinin, çocuğun istismarına zemin hazırlayabileceğini düşünürüm.	0.765			
	M2 4	Beden eğitimi dersi ya da müsabakalar sırasında çocuğun giyinip soyunması, duş alması vb. durumların, çocuğun istismarına zemin hazırlayabileceğini düşünürüm.	0.824			
	M2 5	Bazı sosyo-kültürel faktörlerin (çocuk yetiştirme yöntemleri, disiplin anlayışı vb.) çocuğun istismara uğramasına, zemin hazırlayabileceğini düşünürüm.	0.857			
	M2 6	Çocuğun, antrenörüne veya beden eğitimi öğretmenine duyduğu hayranlığın, istismara uğrama riskini artırabileceğini düşünürüm.	0.786	.93	.58	.93
	M2 7	Antrenörün ya da beden eğitimi öğretmenin antrenman yaklaşımlarının (sporcu odaklı yaklaşım, performans odaklı yaklaşım vb.) sporcuların istismara uğrama riskini etkileyeceğini düşünürüm.	0.804			
	M2 8	Fiziksel temasın fazla olduğu branşların, sporcunun istismara uğrama riskini artırdığını düşünürüm.	0.793			
	M2 9	Engelli sporcuların, diğer sporculara oranla, istismara uğrama riskinin daha yüksek olduğunu düşünürüm.	0.707			
	M3 0	Yüksek performans gerektiren spor ortamlarının istismar riskini artırdığını düşünürüm.	0.707			
	M3 1	Spor kulüplerinin çocuk sporcuyla korumaya yönelik politikalarının olmamasının, çocuğun istismarına zemin hazırlayabileceğini düşünürüm.	0.625			
	M3 2	Ebeveynlerin çocuklarının performanslarına fazla odaklanmasının, çocuğun istismarına zemin hazırlayabileceğini düşünürüm.	0.732			
Sporda Çocuk İstismarı Farkındalık Ölçeği (SÇİFÖ)						.95

Tablo 3'te Sporda Çocuk İstismarı Farkındalık Ölçeği'ne ait AVE, CR, Standardize faktör yük değerleri verilmiştir. Standardize faktör yükleri, maddenin ilgili faktöre olan katkısını ifade etmektedir. Buna göre maddelerin faktör yük değerlerinin "İstismarı Tanıma ve Uygun Yanıt Vermeye İlişkin Farkındalık" boyutunda 0.67 ile 0.85; "Sorumluluğa İlişkin Farkındalık" boyutunda 0.89 ile 1.00; "İstismarın Belirtilerine İlişkin Farkındalık" boyutunda 0.68 ile 0.83 ve "İstismara Zemin Hazırlayan Risklere İlişkin Farkındalık" boyutunda 0.62 ile 0.85 aralığında değiştiği görülmekte olup bu değerler kabul edilebilir yük değeri olarak önerilen 0.5'ten yüksektir (Hair ve ark., 2014). Yakınsak geçerlilik, aynı kavramsal yapıyı temsil eden birden fazla göstergenin birbiriyle ne kadar uyumlu olduğunu ve aralarındaki korelasyon düzeyini

belirlemek amacıyla yapılan bir değerlendirmedir. Yakınsak geçerlilik için bileşik güvenilirlik (CR) ve ortalama varyans (AVE) incelenmiştir. Yakınsak geçerliliğin yeterli kabul edilebilmesi için çıkarılan ortalama varyansın (AVE) 0.50'nin üzerinde olması gerekmektedir. Bu sonuç ölçme aracının ilgili kavramsal yapıyı önemli ölçüde yansıttığını göstermektedir (Shrestha, 2021). Ayrıca CR değerinin AVE değerinden büyük olması beklenmektedir. Bu ölçek maddelerinin birbirleriyle güçlü ve tutarlı bir ilişkiye sahip olduğunu ve ölçeğin genel olarak güvenilir olduğunu göstermektedir (Hair ark., 2014). Analiz sonuçlarına göre AVE ve CR değerlerinin uygun olduğu belirlenmiştir. Bu sonuçlar ölçme aracının yakınsak geçerliliğe sahip olduğunu ve kavramsal yapıyı güvenilir bir şekilde yansıttığını göstermektedir. Güvenirlik analizi sonucunda istismarı tanıma ve uygun yanıt vermeye ilişkin farkındalık alt boyutunda 0.94, sorumluluğa ilişkin farkındalık alt boyutunda 0.93, istismarın belirtilerine ilişkin farkındalık alt boyutunda 0.92, istismara zemin hazırlayan risklere ilişkin farkındalık alt boyutunda 0.93 ve ölçeğin bütününde 0.95 olarak hesaplanmıştır. Sarmiento ve Costa'ya (2017) göre, Cronbach Alpha değer aralığı; 0-0.49 arası kabul edilemez, 0.50-0.59 arası zayıf, 0.60-0.69 arası şüpheli, 0.70-0.79 arası kabul edilebilir, 0.80-0.89 arası iyi ve 0.90-1.00 arası mükemmel düzeyde olarak sınıflandırılmaktadır. Bu değerlere göre, ölçeğin alt boyutlarına ve bütününe ilişkin güvenilirlik değerlerinin mükemmel düzeyde olduğu ifade edilebilir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Ölçek geliştirme aşamasında, AFA ve DFA için iki ayrı örneklem grubundan veriler toplanmıştır. AFA için toplanan verilerin örneklem büyüklüğünün faktörleşmeye uygunluğu Kaiser Meyer Olkin (KMO) ve Bartlett küresellik testi ile değerlendirilmiştir. KMO değeri (0.92) ve Bartlett küresellik testi sonucu ($\chi^2=9540.447$; $sd=496$; $p<0.00$) örneklem büyüklüğünün faktörleşmeye uygun olduğunu göstermiştir. Temel eksen faktörleştirme yöntemi kullanılarak faktör analizi yapılmıştır. Faktör sayısının belirlenmesinde, "Kaiser Ölçütü", "Scree Plot" yöntemi ve bileşenlerin toplam varyansa yaptığı katkı incelenmiştir. AFA sonucunda, ölçeğin 32 madde ve 4 faktörden oluşan bir yapıya sahip olduğu belirlenmiştir. Bu 4 faktörlü yapı, toplam varyansın %57.69'unu açıklamaktadır.

Ölçeğin madde geçerliliğini değerlendirmek amacıyla düzeltilmiş madde-toplam korelasyon değerleri incelenmiştir. Bu değerlerin 0.315 ile 0.637 arasında değiştiği tespit edilmiştir. Ölçek geliştirme ve uyarılma çalışmalarında, bir maddenin ölçülmek istenen özelliği ayırt edebilmesi için madde-toplam korelasyon değerinin en az 0.30'un üzerinde olması gerekmektedir (Büyüköztürk, 2020). Bu bilgiler doğrultusunda, ölçekteki tüm maddeler geçerlilik kriterini sağlamaktadır. Ölçeğin AFA ile ortaya konulan dört faktörlü yapısı ikinci bir veri setine uygulanan DFA ile doğrulanmıştır. DFA sonucunda Sporda Çocuk İstismarı Ölçeği' nin doğrulayıcı faktör analizinden elde edilen uyum indeksi değerleri, $\chi^2/sd=2.07$, RMSEA=0,060, CFI=0,920, TLI=0,913 ve SRMR=0,068 olarak belirlenmiştir.

Ölçeğin güvenilirliği için Cronbach Alpha Güvenilirlik Katsayısı, istismarı tanıma ve uygun yanıt vermeye ilişkin farkındalık alt boyutunda 0.94, sorumluluğa ilişkin farkındalık alt boyutunda 0.93, istismarın belirtilerine ilişkin farkındalık alt boyutunda 0.92, istismara zemin hazırlayan risklere ilişkin farkındalık alt boyutunda 0.93 ve ölçeğin bütününde 0.95 olarak hesaplanmıştır. Bu değerler ölçeğin alt boyutlarına ve bütününe ilişkin güvenilirlik değerlerinin mükemmel düzeyde olduğunu göstermektedir.

Sporda Çocuk İstismarı Farkındalık Ölçeği, 32 madde ve dört alt boyuttan oluşmaktadır. Beşli Likert tipi (1-Kesinlikle Katılıyorum, 2-Katılıyorum, 3-Kararsızım, 4-Katılmıyorum, 5-Kesinlikle Katılmıyorum) olarak tasarlanan ölçek, "İstismarı Tanıma ve Uygun Yanıt Vermeye

İlişkin Farkındalık” (12 madde), “Sorumluluğa İlişkin Farkındalık” (3 madde), “İstismar Belirtilerine İlişkin Farkındalık” (7 madde) ve “İstismara Zemin Hazırlayan Risklere İlişkin Farkındalık” (10 madde) olmak üzere dört alt boyutu içermektedir.

Ölçek puanlarının sınırlarını belirlemek amacıyla, “Aralık Genişliği = Dizi Genişliği (Ranj)/Grup Sayısı” formülü uygulanmıştır. Bu formüle göre, $4/5=0,80$ olarak puan aralıkları hesaplanmıştır (Tekin, 2000). Ölçekten alınabilecek minimum puan 32 iken maksimum puan 160’tır. Ölçekten alınan puanın yüksek olması, bireyin sporda çocuk istismarına yönelik farkındalığının yüksek olduğu anlamına gelirken alınan puanın düşük olması ise farkındalık düzeyinin düştüğü anlamına gelmektedir. Bu doğrultuda, ölçek puan aralıkları şu şekilde belirlenmiştir: 32-57 puan “hiç farkında değil”, 58-83 puan “farkında değil”, 84-108 puan “orta düzeyde farkında”, 109-134 puan “oldukça farkında” ve 135-160 puan “tamamen farkında”. Ölçekte ters madde yer almamaktadır. Ölçeğin cevaplanması yaklaşık 7 dakika sürmektedir. Yapılan geçerlilik ve güvenilirlik analizleri sonucunda, sporda çocuk istismarı farkındalığını ölçmek amacıyla kullanılabilir geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı geliştirilmiştir. Bu ölçme aracı ile sporcuların, antrenörlerin, öğretmenlerin, yöneticilerin, velilerin ve akademisyenlerin sporda çocuk istismarı farkındalıkları ölçülebilir.

KAYNAKLAR

- Alexander, K., Stafford, A., & Lewis, R. (2011). *The experiences of children participating in organised sport in the UK*. London: NSPCC.
- Beavers, A. S., Lounsbury, J. W., Richards, J. K., Huck, S. W., Skolits, G. J., & Esquivel, S. L. (2013). Practical considerations for using exploratory factor analysis in educational research. *Practical Assessment, Research, and Evaluation, 18*(1), 6.
- Bedir, F., Turan, M., Önal, L. ve Şıktar, E. (2023). Sporda Cinsel İstismar Algı Ölçeği'nin Türk Kültürüne Uyarlanması: Metodolojik Çalışma. *Türkiye Klinikleri Journal of Sports Sciences, 15*(2).
- Bentler, P.M., & Bonnet, D.C. (1980). Significance tests and goodness of fit in the analysis of covariance structures. *Psychological Bulletin, 88*(3), 588-606.
- Berkmen, B. ve Okray, Z. (2015). Çocuk İstismarı Ölçeği'nin Türkçe'ye Çevirisi, Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Hacettepe University Faculty of Health Sciences Journal*.
- Bernstein, I. (2000). Some consequences of violating SEM's assumptions. In *annual meeting of Southwestern Psychological Association, Dallas, TX*.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2020). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.
- Can, A. (2014). *SPSS ile Bilimsel Araştırma Sürecinde Nicel Veri Analizi*. Pegem Atf İndeksi, 001-429.
- Castelli, D. M., Hillman, C. H., Buck, S. M., & Erwin, H. E. (2007). Physical fitness and academic achievement in third-and fifth-grade students. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 29*(2), 239-252.
- Costello, A. B., & Osborne, J. (2019). Best practices in exploratory factor analysis: Four recommendations for getting the most from your analysis. *Practical Assessment, Research, and Evaluation, 10*(1), 7.
- CPSU (2024, May 5). Child Abuse in a Sports Setting. <https://thecpsu.org.uk/help-advice/introduction-to-safeguarding/child-abuse-in-a-sports-setting/>
- Çetin, E. (2022). Antrenör-Sporcu İlişkisi Duygusal Kötti Muamele Ölçeği'nin (Asidkmö) Türkçeye Uyarlanması. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 20*(4), 142-156.

- Çetin, E. ve Hacısöftaoğlu, I. (2020). Factors facilitating child abuse in sports in Turkey: The case of elite athletes. *Children and Youth Services Review*, 116, 105120.
- Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G. ve Büyüköztürk, Ş. (2012). *Sosyal Bilimler İçin Çok Değişkenli İstatistik: SPSS ve LISREL Uygulamaları (Vol. 2)*. Pegem Akademi.
- Davis, L. L. (1992). Instrument review: Getting the most from a panel of experts. *Applied nursing research*, 5(4), 194-197.
- Donaldson, S., & Ronan, K. (2006). The effects of sports participation on young adolescents' emotional well-being. CQUniversity. *Journal Contribution*.
- Fabrigar, L. R., Wegener, D. T., Mac Callum, R. C., & Strahan, E. J. (1999). Evaluating the use of exploratory factor analysis in psychological research. *Psychological Methods*, 4(3), 272.
- Fortier, K., Parent, S., & Lessard, G. (2019). Child maltreatment in sport: smashing the wall of silence: a narrative review of physical, sexual, psychological abuses and neglect. *British Journal of Sports Medicine*, 54(1), 4-7.
- Gunduz, N., Sunay, H., & Koz, M. 2007. Incidents of sexual harassment in Turkey on elite sportswomen, *The Sport Journal*, 10(2).
- Hair, J.F., Black, W.C., Babin, B.J., & Anderson, R.E. (2014) *Multivariate Data Analysis*. 7th Edition, Pearson Education, Upper Saddle River.
- Hartill, M., Rulofs, B., Lang, M., Vertommen, T., Allroggen, M., Cirera, E., ... & Stativa, E. (2021). CASES: Child abuse in sport: European statistics—project report. In *CASES: The prevalence and characteristics of interpersonal violence against children within and outside sport in six European countries: UK Results*. <https://sites.edgehill.ac.uk/cps/files/2021/11/CASES-Project-Report-EU.pdf>
- Hooper, D., Coughlan, J., & Mullen, M. (2008, September). Evaluating model fit: a synthesis of the structural equation modelling literature. In *7th European Conference on research methodology for business and management studies* (Vol. 2008, pp. 195-200).
- Jurak, G., Kovač, M., & Strel, J. (2006). Impact of the additional physical education lessons programme on the physical and motor development of 7-to 10-year-old children. *Kinesiology*, 38(2.), 105-115.
- Kerr, G., Stirling, A., & MacPherson, E. (2014). A critical examination of child protection initiatives in sport contexts. *Social Sciences*, 3(4), 742-757.
- Koç, S., Ekşi, H., & Türk, T. (2020). Child sexual abuse scale: Turkish form 1. *Ilkogretim Online*, 19(1), 173-182.
- Kremer-Sadlik, T., & Kim, J. L. (2007). Lessons from sports: Children's socialization to values through family interaction during sports activities. *Discourse & Society*, 18(1), 35-52.
- Lang, M., & Hartill, M. (Eds.). (2014). *Safeguarding, child protection and abuse in sport: International perspectives in research, policy and practice*. Routledge.
- Lindon, J., & Webb, J. (2016). *Safe guarding and Child Protection 5th Edition: Linking Theory and Practice*. UK: Hodder Education.
- Mountjoy, M., Brackenridge, C., Arrington, M., Blauwet, C., Carska-Sheppard, A., Fasting, K., Kirby, S., Leahy, T., Marks, S., Martin, K., Starr, K., Tiiwas, A., & Budgett, R. (2016). International Olympic Committee consensus statement: Harassment and abuse (non-accidental violence) in sport. *British Journal of Sports Medicine*, 50(17), 1019–1029.
- Rhind, D. J. A., & Owusu-Sekyere, F. (2018). *International safeguards for children in sport: Developing and embedding a safeguarding culture*. Routledge.

- Pekdoğan, S. (2017). İstismar Farkındalık Ölçeği Ebeveyn Formu: Ölçek Geliştirme Çalışması. *Akademik Bakış Uluslararası Hakemli Sosyal Bilimler Dergisi*, (62), 173-185.
- Posner, J. K., & Vandell, D. L. (1999). After-school activities and the development of low-income urban children: a longitudinal study. *Developmental Psychology*, 35(3), 868.
- Sarmiento, R., & Costa, V. (2017). *Factor analysis. In comparative approaches to using r and python for statistical data analysis*; GI Global: Hershey, PA, USA.
- Saxena, S., Van Ommeren, M., Tang, K. C., & Armstrong, T. P. (2005). Mental health benefits of physical activity. *Journal of Mental Health*, 14(5), 445-451.
- Schermelleh-Engel, K., Moosbrugger, H., & Müller, H. (2003). Evaluating the fit of structural equation models: Tests of significance and descriptive goodness-of-fit measures. *Methods of Psychological Research Online*, 8(2), 23-74.
- Shrestha, N. (2021). Factor analysis as a tool for survey analysis. *American Journal of Applied Mathematics and Statistics*, 9(1), 4-11.
- Stirling, A. E. (2009). Definition and constituents of maltreatment in sport: Establishing a conceptual frame work for research practitioners. *British Journal of Sports Medicine*, 43(14), 1091-1099. doi: 10.1136/bjsm.2008.051433
- Stirling, A. & Kerr, G. (2012). Protecting children in sport through an athlete-centred sport system. In C. H. Brackenridge, T. Kay, & D. Rhind (Eds.), *Sport, children's rights and violence prevention: A sourcebook on global issues and local programmes* (pp. 48-53). London: Brunel University Press.
- Stirling, A. E., & Kerr, G. A. (2008). Defining and categorizing emotional abuse in sport. *European Journal of Sport Science*, 8(4), 173-181.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2007). *Using multivariate statistics*. Allyn and Bacon, New York
- Tekin, H. (2000) *Eğitimde Ölçme ve Değerlendirme*. Yargı Yayınevi.
- Tinsley H E, & Kass R A. (1979). The latent structure of the need satisfying properties of leisure activities. *Journal of Leisure Research*, 11(4): 278-291.
- Tomson, L. M., Pangrazi, R. P., Friedman, G., & Hutchison, N. (2003). Childhood depressive symptoms, physical activity and health related fitness. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 25(4), 419-439.
- Türk, S. (2010). *Öğretmen Adayları ile İlköğretim Okullarında Görev Yapan Öğretmenlerin Çocuk İstismarı Potansiyeli Açısından İncelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Zonguldak Karaelmas Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Zonguldak.
- Uğurlu, A. (2022). Cimnastik ve Çocuk İstismarı: Kadın Cimnastikçilerin Deneyimleri. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 7(2), 400-416.
- Ünal, H. B. (2017). *Ebeveyn Çocuk İhmal ve İstismarı Farkındalık Ölçeği'nin Geliştirilmesi ve Uygulanması*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Hacettepe Üniversitesi: Ankara, Türkiye.
- Vertommen, T., Schipper-van Veldhoven, N., Wouters, K., Kampen, J. K., Brackenridge, C. H., Rhind, D. J., ... & Van Den Eede, F. (2015). Interpersonal violence against children in sport in the Netherlands and Belgium. *Child Abuse and Neglect*, 51, 223-236.
- World Health Organization. (1999). *Report of the consultation on child abuse prevention, 29-31 March 1999, WHO, Geneva* (No. WHO/HSC/PVI/99.1). (2024, May 2). World Health Organization. <https://iris.who.int/handle/10665/65900>
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2021). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*, 12. Baskı, Seçkin Yayınevi.
- Yurdabakan, İ. ve Çüm, S. (2017). Davranış Bilimlerinde Ölçek Geliştirme (Açıklayıcı Faktör Analizine Dayalı). *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care*, 11(2), 108-126.

SPORDA ÇOCUK İSTİSMARI FARKINDALIK ÖLÇEĞİ

Maddeler	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Orta Derece Katılıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1. Spor ortamında çocuklara yönelik olan ihmal (fiziksel, duygusal, eğitsel vs.) davranışlarının neler olduğunu anlarım.					
2. Spor ortamında hangi davranışların fiziksel istismar olduğunu anlarım.					
3. Spor ortamında hangi davranışların cinsel istismar olduğunu anlarım.					
4. Spor ortamında hangi davranışların duygusal istismar olduğunu anlarım.					
5. Spor ortamında çocukların maruz kaldığı fiziksel istismara üç farklı örnek verebilirim.					
6. Spor ortamında çocukların maruz kaldığı duygusal istismara üç farklı örnek verebilirim.					
7. Spor ortamında çocukların maruz kaldığı cinsel istismara üç farklı örnek verebilirim.					
8. Spor ortamında gerçekleşen çocuk ihmaline üç farklı örnek verebilirim.					
9. Spor ortamlarında çocuklara yönelik gerçekleştirilen temasın (dokunmaların) niyetini (iyi ve kötü) ayırt edebilirim.					
10. Sporda çocuk istismarından şüphelendiğimde ne yapmam gerektiğini bilirim.					
11. Sporda çocuk istismarı tespit ettiğimde kime bildirmem gerektiğini bilirim.					
12. İstismara uğradığından şüphelendiğim bir çocuğa nasıl yaklaşılması gerektiğini bilirim					
13. Sporda yaşanan çocuk istismarı konusunda antrenörlerin bilinçlendirilmesi gerektiğini düşünüyorum.					
14. Sporda yaşanan çocuk istismarı konusunda beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin bilinçlendirilmesi gerektiğini düşünüyorum.					
15. Sporda yaşanan çocuk istismarı konusunda ebeveynlerin bilinçlendirilmesi gerektiğini düşünüyorum.					
16. Çocuğun antrenmana gelmek/katılmak istememesi durumunda, istismara maruz kaldığından şüphelenirim.					
17. Çocukta açıklanamayan darbe, yara, bere vb. izlerini gördüğümde, fiziksel istismara maruz kaldığından şüphelenirim.					
18. Çocukta davranış bozuklukları (saldırganlık, pasiflik, şikâyet etme vs.) gördüğümde, istismara maruz kaldığından şüphelenirim.					
19. Çocuğun oturmada, yürümede vb. güçlük çektiğini gördüğümde, cinsel istismara maruz kaldığından şüphelenirim.					
20. Çocuğun yakınlıktan, fiziksel temastan vb. kaçınması, cinsel istismara maruz kaldığı ihtimalini aklıma getirir.					
21. Çocukta alışkanlık bozuklukları (sallanma, parmak emme vs.) gözlenmesi, istismara maruz kaldığını düşündürür.					
22. Çocuğun bazı kişilerden korkması, istismara maruz kaldığı ihtimalini aklıma getirir.					
23. Ebeveynlerin antrenöre ya da beden eğitimi öğretmenlerine, çocukla ilgili tam yetki vermesinin, çocuğun istismarına zemin hazırlayabileceğini düşünürüm.					
24. Beden eğitimi dersi ya da müsabakalar sırasında çocuğun giyinip soyunması, duş alması vb. durumların, çocuğun istismarına zemin hazırlayabileceğini düşünürüm.					
25. Bazı sosyo-kültürel faktörlerin (çocuk yetiştirme yöntemleri, disiplin anlayışı vb.) çocuğun istismara uğramasına, zemin hazırlayabileceğini düşünürüm.					
26. Çocuğun, antrenörüne veya beden eğitimi öğretmenine duyduğu hayranlığın, istismara uğrama riskini artırabileceğini düşünürüm.					
27. Antrenörün ya da beden eğitimi öğretmenin antrenman yaklaşımlarının (sporcu odaklı yaklaşım, performans odaklı yaklaşım vb.) sporcuların istismara uğrama riskini etkileyeceğini düşünürüm.					
28. Fiziksel temasın fazla olduğu branşların, sporcunun istismara uğrama riskini artırdığını düşünürüm.					
29. Engelli sporcuların, diğer sporculara oranla, istismara uğrama riskinin daha yüksek olduğunu düşünürüm.					
30. Yüksek performans gerektiren spor ortamlarının istismar riskini artırdığını düşünürüm.					
31. Spor kulüplerinin çocuk sporcuyla korumaya yönelik politikalarının olmamasının, çocuğun istismarına zemin hazırlayabileceğini düşünürüm.					
32. Ebeveynlerin çocuklarının performanslarına fazla odaklanmasının, çocuğun istismarına zemin hazırlayabileceğini düşünürüm.					



SPORMETRE

The Journal of Physical Education and Sport Sciences
Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi

DOI: 10.33689/spormetre.1451397





Geliş Tarihi (Received): 05.04.2024

Kabul Tarihi (Accepted): 18.12.2024

Online Yayın Tarihi (Published): 30.12.2024

OPPORTUNITIES AND BARRIERS IN CHILDREN'S ACQUISITION OF PHYSICAL ACTIVITY HABITS*

Özge Sütcü Pektaş¹ , Hidayet Suha Yüksel^{2†} 

¹Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, ANKARA

²Ankara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

Abstract: It is increasingly recognized that sedentary lifestyles are becoming more prevalent among children. The absence of regular physical activity among school-age children results in the adoption of a sedentary lifestyle, which has a detrimental impact on their health and well-being. From this perspective, the objective of this study is to examine the opportunities and barriers encountered by children in the process of acquiring physical activity habits from the perspective of teachers. A case study, which is a qualitative research design, was employed in the study. A total of 23 physical education teachers participated in the study. A semi-structured interview format comprising 10 questions was employed to elucidate the impediments and opportunities encountered by children in the process of acquiring physical activity habits. The opportunities and barriers in the process of acquiring physical activity habits were presented under 6 themes (physical education class, school-based physical activity, motivation, physical competence, interaction with the environment, knowledge and attitude). The central role and quality of physical education class and school-based physical activity are among the important determinants of this process. In addition, it is necessary to understand the opportunities and barriers related to motivation, physical competence, interaction with the environment, and knowledge and attitude, which are among the important components of the process of lifelong physical activity habits. In this process, the teacher's approach, school location, friends/family support and ease of access to information emerged as some opportunities. The duration of the course, inadequate school facilities, the attitude of the family and exam anxiety were some of the barriers to this process.

Key Words: Physical activity habit, physical education, physical education teacher, barriers, opportunities

ÇOCUKLARIN FİZİKSEL AKTİVİTE ALIŞKANLIĞI EDİNME SÜRECİNDEKİ FIRSAT VE ENGELLERİ

Öz: Günümüzde çocuklar arasında hareketsiz yaşam tarzının sürekli arttığı bilinmektedir. Okul çağındaki çocukların düzenli fiziksel aktivite yapmamaları onları olumsuz etkileyen hareketsiz bir yaşam tarzı sürmelerine sebep olmaktadır. Bu noktadan hareketle bu çalışmanın amacı çocukların düzenli fiziksel aktivite alışkanlığı edinme sürecindeki fırsat ve engelleri beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin bakış açısından incelemektir. Çalışmada nitel araştırmanın bir deseni olan durum çalışması kullanılmıştır. Çalışmaya 23 beden eğitimi öğretmeni katılmıştır. Çocukların düzenli fiziksel aktivite alışkanlığı edinme sürecindeki engellerini ve fırsatlarını açığa çıkarmak için 10 sorudan oluşan yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Fiziksel aktivite alışkanlığı edinme sürecindeki fırsat ve engeller 6 tema (beden eğitimi dersi, okula dayalı fiziksel aktivite, motivasyon, fiziksel yeterlik, çevreyle etkileşim, bilgi ve tutum) altında sunulmuştur. Beden eğitimi dersinin merkezi rolü ve niteliğiyle birlikte okula dayalı fiziksel aktivite bu sürecin önemli belirleyicileri arasındadır. Bununla birlikte yaşam boyu fiziksel aktivite alışkanlığı sürecinin önemli bileşenleri arasında olan motivasyon, fiziksel yeterlik, çevreyle etkileşim ile bilgi ve tutuma ilişkin fırsat ve engelleri anlamak gerekmektedir. Bu süreçte öğretmenin yaklaşımı, okulun konumu, arkadaş/aile desteği ve bilgiye erişim kolaylığı bazı fırsatlar olarak ortaya çıkmıştır. Dersin süresi, okul imkanlarının yetersizliği, ailenin tutumu ve sınav kaygısı gibi konular ise bu sürecin bazı engelleri olarak ortaya çıkmıştır.

Anahtar Kelimeler: Fiziksel aktivite alışkanlığı, beden eğitimi, beden eğitimi öğretmeni, engel, fırsat

* This study is derived from the master's thesis titled "Evaluation of children's opportunities and barriers in the process of acquiring regular physical activity habits in terms of physical education teachers"

† Corresponding Author: Hidayet Suha YÜKSEL, Assoc. Prof., E-mail: hsyukse@ankara.edu.tr

INTRODUCTION

In recent years, school-aged children have been shown to have lifestyles that are physically inactive. A sedentary lifestyle during childhood has been associated with an elevated risk of developing a variety of health concerns. Moreover, as a consequence of societal shifts in lifestyle, children and adolescents are currently experiencing a dearth of physical activity (Owen, Parker, Astell-Burt, & Lonsdale, 2018). Children who are not active on a daily basis and who spend the majority of their time in a sedentary state may lack the requisite physical fitness to engage in physical activity. Moreover, a deficiency in physical fitness has a deleterious effect on the child's multidimensional development. The commencement of physical activity during the early years of life has been identified as a significant predictor of future health and well-being (Makar, 2016). It is recommended that children engage in 60 minutes of moderate-to-high intensity physical activity almost every day of the week in order to positively impact their health (Nader et al., 2008). During childhood, children engage in a greater quantity of physical activity than adults. While this is widely acknowledged, research indicates that the majority of preschool children (77%) engage in sedentary activities for the majority of their waking hours (Willoughby et al., 2018). The adoption of healthy lifestyle habits during childhood is associated with a reduced risk of developing diseases that impact human health, such as obesity, throughout the lifespan. Furthermore, research has demonstrated that physical activity exerts a beneficial influence on academic achievement, mental wellbeing, and physical health (Chenoll et al., 2015).

The initiation of regular physical activity at an early age constitutes a lifelong habit that confers benefits to the individual (Satman, 2018). A growing body of evidence indicates that children who engage in healthy lifestyle activities from an early age are more likely to lead a physically active lifestyle in adulthood (Thomas et al., 2020; Yuksel et al., 2020). The formation of healthy living habits at an early age may prove to be a significant factor in the prevention of health problems that may arise in later life. One of the factors that has a beneficial impact on lifestyle and health levels is the amount of time spent in active pursuits (Bulut, 2013). It is therefore imperative to encourage children to engage in physical activity and to investigate feasible strategies for the prevention and control of obesity (Hu et al., 2003). There may be a number of reasons that affect a child's motivation to engage in regular physical activity. In this process, the student's cognitive characteristics, individual differences, and environmental factors play a significant role. Furthermore, environmental factors that influence student participation in regular physical activity and personal characteristics such as self-confidence and reluctance contribute to low motivation in children (Demir & Cicioğlu, 2018). Furthermore, the child's awareness of the physical and psychological advantages associated with regular engagement in physical activity can serve as a crucial determinant in maintaining continuity. Another concept that is important regarding children's involvement in physical activity is that of physical competence. A child's level of physical competence can have a significant impact on their engagement in physical activity. A child's level of physical competence may serve as a determining factor in their inclination to engage in physical activity, either as a deterrent or as an incentive. Harter (1985) asserts that a child's perception of physical competence has a positive effect on both success in activities and participation in activities. He emphasizes the importance of this perception in the motivation process, stating that individuals who perceive themselves as competent are intrinsically more motivated to participate at high levels and are more persistent and less anxious during their participation (cited in Sollerhed et al., 2007).

The incorporation of quality physical activity in children's school environments represents a crucial aspect of the solution (Naylor and McKay, 2009, cited in Naylor et al., 2015). Schools

serve as pivotal locations for the advancement of lifelong healthy eating and physical activity practices, as well as the prevention of childhood obesity (Xu et al., 2012). School environments offer valuable opportunities for children to engage in regular physical activity. Physical education and sports lessons that are designed with a contemporary pedagogical approach include programs that afford students the opportunity to develop their skills in a variety of ways (Esen, 2010). Physical education classes facilitate the formation of physical activity habits in children, which can then be sustained throughout their lives. In addition to the acquisition and development of psychomotor abilities, physical education classes seek to instill healthy habits and encourage engagement in physical activities during leisure time (Kale & Ersen, 2010). Furthermore, the availability of suitable facilities at educational establishments is a significant determinant of children's engagement in physical activity. Students engage actively with the school garden and sports halls during physical education classes, including recess. The motivation of the child to engage in physical activity and the quality of life are influenced by the environment in which they participate. Outdoor playgrounds and sports halls, which are within the school's facilities, facilitate socialization and enhance the quality of life (Algan & Uslu, 2009). It is therefore crucial to organise the physical facilities of the school, which students utilise during both their free time and lessons, in a manner that encourages student participation in activities. Given that students spend the majority of their time at school, promoting their involvement in physical activity and facilitating the integration of physical activity into their daily lives during their formative years is of paramount importance for their overall development (Vural & Yılmaz, 2016).

One of the most significant factors influencing students' engagement in physical activity is the quality of instruction provided by their physical education teacher. Children frequently emulate their teachers' behaviors with regard to participation in activities. For this reason, the conduct of the instructor in establishing the learning environment and their approach to the students is of paramount importance. The manner in which teachers communicate with their students can influence their level of participation in physical activity. Providing students with regular feedback and support can positively influence their motivation to engage with the lesson. The distinguishing factors of physical education lessons are their typically outdoor setting and the use of specialized equipment and tools. The distinctive features of physical education that differentiate it from other academic disciplines impose specific responsibilities on those who teach it. These responsibilities highlight the social and cognitive characteristics of physical education teachers in a manner that differs from the responsibilities of teachers in other disciplines (Yılmaz, 2018). The responsibility for increasing physical activity opportunities in schools and utilizing them effectively primarily falls upon physical education teachers. Given that physical education teachers are ideally positioned to comprehend and address the school environment, familial influences, the interconnectivity of physical activity, and most crucially, children's necessities for physical activity, it is incumbent upon the physical education teacher to facilitate opportunities for physical activity (Castelli & Beighle, 2007). The frequency with which children engage in physical activity or participate in regular physical activity is influenced by a number of factors. Consequently, it is essential to assess the various elements influencing the formation of children's physical activity habits. Given that a substantial portion of childhood is spent in educational settings, it is crucial to incorporate the pivotal role of schools in the formation of habits into the evaluation process. School environments have the capacity to facilitate the provision of opportunities for all children to engage in physical activity, irrespective of socioeconomic and cultural status (Dwyer et al., 2006). In this context, it is of significant importance to gain an understanding of and evaluate the opportunities and barriers inherent in the process of school-age children acquiring physical activity habits from the

perspective of physical education and sports teachers, who occupy a position of leadership in the context of school-based physical activity (SBPA).

Accordingly, the aim of this study is to examine the opportunities and barriers affecting the process of regular physical activity participation of school-age children from the perspective of physical education teachers. In this context, the following questions were sought to be answered in the study:

- 1) What are the opportunities for children in the process of acquiring physical activity habits?
- 2) What are the barriers for children in the process of acquiring physical activity habits?

METHOD

Research Design and Participants

Case study, one of the qualitative research designs, was preferred in the study. Case study is a method in which the data are systematically gathered together in order to fully examine the event to be investigated and how the reality is in its own context (Subaşı & Okumuş, 2017). More specifically, the case study focuses on explaining the current situation of the events without intervention in important details by revealing the events experienced by the participants and the conditions in which they live by asking the researcher 'how' and 'why' questions (Yin, 2009). In the study, an in-depth interview was conducted with physical education and sports teachers to examine different aspects of opportunities and barriers in the process of acquiring physical activity habits.

The maximum diversity sampling technique, one of the purposeful sampling methods, was employed to identify the participants for the study. In order to ensure diversity among the selected study group, variables such as geographical location, educational setting (secondary and high schools), years of service, and gender were taken into account. A total of 23 physical education and sports teachers were selected to participate in the study, with the aim of ensuring diversity in terms of geographical location (rural vs. urban) and length of service (at least two years). This resulted in eight teachers from rural areas and 15 from urban areas being included in the study (Table 1).

Table 1. Characteristics of the participating teachers

Participant	Gender	City	Year of Service	School Type
PT1	Male	Ankara	2	High School
PT2	Male	Van	5	Middle School
PT3	Male	Konya	5	Middle School
PT4	Male	Erzurum	3	Middle School
PT5	Woman	Karabük	2	Middle School
PT6	Woman	Istanbul	16	Middle School
PT7	Male	Sanliurfa	3	Middle School
PT8	Male	Kars	3	High School
PT9	Male	Ankara	2	Middle School
PT10	Male	Gaziantep	2	Middle School
PT 1	Woman	Izmir	15	Middle School
PT12	Male	Ankara	9	Middle School
PT13	Woman	Eskisehir	21	High School
PT14	Woman	Ankara	30	High School
PT15	Male	Ankara	5	High School
PT16	Woman	Ankara	10	Middle School
PT17	Male	Ankara	23	Middle School
PT18	Male	Ankara	18	Middle School
PT19	Male	Ankara	23	Middle School

PT20	Woman	Muğla	9	Middle School
PT21	Woman	Ankara	11	High School
PT22	Woman	Ankara	29	High School
PT23	Woman	Ankara	31	High School

Data Collection

A semi-structured interview form was used to understand the opportunities and barriers in the process of regular physical activity participation of school-age children from the perspective of physical education and sports teachers. The semi-structured interview form was prepared from questions that include the concepts of motivation, environment, physical competence and knowledge, which are important in the process of acquiring physical activity habits within the framework of Whitehead's (2010) physical literacy cycle. The interview form used in the research consists of 10 questions. After the interview questions were prepared in this framework, an expert opinion was taken and the questions were organized and prepared accordingly. The interviews with the teachers lasted an average of 30 minutes. The interviews were conducted face-to-face or online. The online interviews were conducted through the Zoom program. During the interviews, additional questions were asked to the teachers in line with the answers given by the teachers. These additional questions were not asked to direct the teachers to the desired answer, but to understand the thoughts behind the answer. The reasons for conducting the interviews online were the transportation problem arising from the fact that the teachers were working in different cities, as well as the fact that the current academic year coincided with the Covid 19 pandemic period. With the permission of the participants, audio recordings were taken to be used in data analysis. This study was conducted with the approval of the ethics committee dated 12.04.2021 and numbered 125.

Analyzing the Data

Content analysis method was used to analyze the data obtained. Content analysis is defined as the categorization and summarization of a text with smaller content through specific coding (Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz, & Demirel, 2010). In the context of these definitions, the audio recordings obtained from the interviews were converted into written text by the researchers. Then, the data were processed one by one in the MAXQDA 2020 program, which helps data analysis of qualitative research. The processed data were read one by one by the researchers and related concepts were identified. The identified concepts were brought together in the coding phase and the expressions appropriate to these concepts were divided into themes under a higher heading. The tabular representation of the data is given in the findings section using the code names of the participants.

Credibility

In order to ensure the credibility of this research, the strategies of writing the process in detail in terms of the process, obtaining expert opinion, using purposive sampling and diversifying the sample, defining the conceptual framework used in the analysis process, and including direct quotations were followed (Guba & Lincoln, 1982; Cited. Koca & Hünük, 2018; Savin-Baden & Major, 2013; Yıldırım & Şimşek, 2013). This research was conducted with the approval of the ethics committee dated 12/04/2021 and decision number 125.

FINDINGS

In the study, opportunities and barriers of children in the process of lifelong physical activity were presented under 6 themes. These themes and the main results are presented in Table 2.

Table 2. Opportunities and barriers of the lifelong physical activity habit process

1. Physical Education Lesson	2. School-based Physical Activity	3. Motivation	4. Physical Competence	5. Environmental Interaction	6. Knowledge and Attitude
Opportunities -The central role of the lesson -Interest and equipment of the teacher Barriers -Course duration -School facilities	Opportunities -Inter-school competitions -In-class activities -Activities carried out within the school	Opportunities -Teacher approach In-class activities -School resources -Role modeling Barriers -Inadequacy of school facilities -Being grade-oriented -Environmental / Climatic Conditions -Family -Course duration	Opportunities -Being in the countryside Barriers -Life in the city	Opportunities -Friend -Teacher support -Family guidance Barriers -Family attitude -Physical environment -Friend	Opportunities -Teacher -Internet and media -Seminar Barriers -School Administration -Physical conditions -Resistance -Exam anxiety -Family

Physical Education Lesson

Physical education teachers consider physical education a central part of the process of teaching students to be physically active. They stated that the teacher's being interested and qualified is very important in the process of lifelong physical activity habits. However, despite the effective role of the course, they mentioned the insufficient duration of the lessons and inadequate school facilities.

Opportunities for Physical Education

Physical education teachers stated that physical education class is an opportunity for students in the process of acquiring physical activity habits. The teacher coded as PT22 stated that *“physical education can be an opportunity for students to acquire the habit of regular activity, but if the teacher takes his/her job seriously and emphasizes the importance of physical fitness tests that will be necessary for him/her throughout his/her life, it will definitely be effective.”* PT13, on the other hand, said, *“Yes, I think it is effective. I think it introduces sports to children who do not know about sports and gives them an idea about how to stay healthy”*. They showed that they thought that the children were introduced to sports in the physical education class and that they could get information about staying healthy afterwards.

Barriers to Physical Education Class

Although physical education classes are seen as an opportunity to ensure children's participation in regular physical activity, the insufficient number of class hours and the fact that children cannot meet the physical education teacher in primary school are seen as barriers by teachers. PT6 expressed these views as follows:

"I think it is effective, but it is insufficient and we cannot get the necessary efficiency because we have time limitations. Only physical education is a lesson that should definitely be at the primary school level, starting from the first grade. Especially in childhood, but now in Turkey this lesson is taught by classroom teachers in primary schools. We meet children in the 5th, 6th, 7th, 7th and 8th grades. From the fifth grade. Therefore, it is a lesson that should definitely be sufficient."

At this point, teachers expressed the idea that physical education lessons should be given by physical education teachers from primary school onwards and that the duration of the lessons should be longer.

School-Based Physical Activity Programs

SBPA is one of the opportunities offered by the school in the process of acquiring physical activity habits. According to the teachers' views, inter-school competitions, in-class activities and activities carried out within the school came to the forefront as an opportunity for children to acquire physical activity habits. Teachers emphasized that school sport activities encourage children to engage in regular physical activity, reinforce a sense of accomplishment and are fun for students. SBPA programs were revealed only as an opportunity for students. The teacher coded BÖ12 said, *"No matter which branch, even if it is a branch that the child is not interested in, we will establish a school team. We will go to competitions, we will go to a tournament, we will compete with other schools. When we say that we are going to compete, the children's desire and motivation increase a lot and they always want to participate. This motivates them a lot. I think school sports are important."* In line with their views, school sports activities encourage children to be active and motivate them to be successful. In order for children to acquire physical activity habit, they need to participate in activities continuously and make them a part of their daily lives. School sports activities will also be an important opportunity for children when they are generalized based on teachers' views. Therefore, it can be seen as a motivating factor for children and teachers. In addition to these views, among the views of our teachers working in rural areas, school sports activities as a way for children to access sports are very important. Our teacher coded as PT7 expressed her views with the following statements: *"It is of great importance. As I said, children here and in most eastern provinces cannot access good sports for social reasons. Because mothers and fathers are not interested. They can only entrust their children to teachers whom they can trust. With school sports activities, the teacher creates a social environment. In this social environment, the child develops himself/herself, not in a sportive sense. In other words, it helps them develop themselves as individuals."* Participation in school sports activities is seen as an opportunity for children. Physical education teachers working in the city see SBPA as an important opportunity for children in terms of success, social development and acquiring physical activity habits.

Motivation

The factors that physical education teachers prioritized as affecting students' motivation were 'teacher', 'in-class activities' and 'school facilities'. The factors that teachers think affect children's motivation will be presented under the themes of opportunities and barriers.

Opportunities for Motivation

The codes belonging to the theme of opportunities related to motivation are presented in table 3.

Table 3. Opportunity-themed coded list table on motivation

Opportunity	Frequency
Teacher	16
In-class activities	7
School facilities	6
Role Model	3
Enthusiasm	1
Development	1
TOTAL	34

When we look at the opportunities that affect children's motivation to participate, we see that the biggest source of motivation for children is the teacher. In-class activities, which are mentioned as another opportunity, are directly related to teacher competence. The teacher's caring attitude in the lesson and his/her respect for the lesson is stated as a direct motivating factor for children. The views of the teacher coded as PT3 *"The thing that motivates our students the most here is the teacher of the lesson. I think that the more the teacher respects his/her own*

work, the more he/she wants to convey something to the children, the more his/her efforts and success are reflected on the children." Participants stated that the teacher is the encouraging factor for children. In addition to these statements, the teacher's interest, respect for his/her profession and professional competence were seen as a great source of motivation for students. The statements of the teacher coded PT13 are as follows: *"I see school facilities and school sports activities as opportunities for children to be motivated for regular physical activity."* School facilities are another important factor in motivating children. Having an area where the child can do activities is seen as one of the great opportunities for motivating children for physical activity habits.

Barriers to Motivation

The list of factors that teachers perceive as barriers to students' motivation to engage in regular physical activity is given in Table 4.

Table 4. Coded list table with the theme of barrier to motivation

Barriers	Frequency
School facilities	8
Grade Oriented	1
Environment - Air	1
Family	1
Insufficient Class Hours	1
In-class activities	1
TOTAL	13

When the barriers list table above is examined, it is seen that while the presence of school facilities is an opportunity for children, their absence or scarcity can be a major barrier. A teacher coded PT4 said, *"The facilities of the school are very important, for example, we do not have a sports hall in our school, unfortunately we cannot go out for about 5-6 months in Erzurum because of the winter conditions. We have a small hall, but unfortunately we cannot do every activity there. We can't play basketball, volleyball or soccer, we can do body weight movements in a small area with small balls."* The teachers expressed their opinions as follows. Teachers' opinions show that the problem that prevents motivation is the inadequacy of school facilities. When school facilities are insufficient, the efficiency of the lessons and the motivation of the children decrease for students and teachers.

Physical Competence

When the teachers' views are analyzed, the physical competencies of the students differ as good, medium and low on the basis of urban and rural teachers' views. While teachers working in rural areas stated that children's physical competencies are good due to the geography they live in, teachers working in urban areas stated that children's physical competencies are low due to urban life. Teachers stated that students' physical competencies did not affect their participation in the lesson, except in some cases.

Opportunities for Physical Competence

The statements of teachers working in rural areas about children's physical competence show that their physical competence is in good condition and this is attributed to the fact that children are constantly active because they live in a village. The opinions of our teacher coded as PT4 are as follows: *"Mostly good. I mean, it is appropriate, but unfortunately, those who do not participate are not good, but in general, let me talk about the boys in particular, since they are*

engaged in agriculture and animal husbandry, they are physically very good, their muscle structure is very good, and physical activity is very high."

The reasons why children growing up in rural areas are more active are that they have areas where they can be active, they help their families who are engaged in agriculture and animal husbandry, and they are already physically active enough in daily life outside of school.

When we look at the relationship between physical competence and lessons, we can see that teachers working in rural areas think that this is not a barrier, on the contrary, children are eager to participate in activities. A teacher coded PT5 said, *"There is none, they are very enthusiastic. They are very open, because they have not seen it before"* shows that children's lack of activity positively affects their participation in lessons.

Barriers to Physical Competence

When we look at the teachers' views on physical competence, we see that they think that students living in the city have low physical competence. The teacher coded PT5 said, *"Right now, there has never been a physical education teacher in my school before. At work, an eighth-grade student has learned how to turn left and right from me, or fifth graders are taking physical education for the first time. Their physical competencies are low because they could not get some competencies in primary school."* When we look at the opinions of the teachers, the fact that children meet the physical education teacher late is again perceived as a barrier. In addition, when we look at the opinions of the teacher coded as PT20, *"Unfortunately, physical competence is getting worse and the development of technology affects our children as it affects us. Factors such as virtual games such as computers and phones reduce the desire for physical activity and physical development is unfortunately negatively affected by this. These situations both reduce self-confidence in many children and reduce their desire for physical activity because they lead to conditions such as obesity."* The opinions of urban teachers, on the contrary to rural teachers, are that physical competencies are quite poor because children are inactive and grow up with technology.

Environmental Interaction

The codes 'friends', 'teacher', 'family' and 'physical environment' emerged in line with the statements made by the teachers about environmental interaction.

Opportunities for Environmental Interaction

The coded list table of physical education teachers' statements on the environmental factor is given in Table 5.

Table 5. Coded list table of teachers' opportunity-themed statements about the environmental factor.

Opportunity	Frequency
Friend	14
Teacher	8
Family	3
TOTAL	25

The expression most frequently used by teachers under the theme of opportunity is 'friend'. The teacher coded PT8 expressed her views as follows: *"I think they improve their relationships with their friends. Ninth graders especially know each other better. Thanks to my class. They have more contact with each other, they don't have such opportunities in other lessons. So I think it has a good effect."* The code of friends, which is a common opinion, is seen as the biggest opportunity for children to participate in regular physical activity. Fun time activities that children spend with their peers are more attractive to them. This situation may affect the child positively and help them gain physical activity habits.

One of the common opinions is 'teacher' and the teacher coded as *"When the teacher factor comes into play a little bit, after giving what actually needs to be given, when they start to issue a license when they have a little chat with the families, these students want to continue sports when they see that it is actually not a difficulty, but voluntary and actually such a source of motivation."* He stated that the teacher can be an opportunity for children. When the child has a good relationship with the teacher, he/she will not hesitate to participate in classes. With the support of the teacher in in-school and out-of-school activities, they will aim to reach better places.

Barriers to Environmental Interaction

Table 6 presents teachers' statements about barriers to children's interaction with the environment when participating in regular physical activity.

Table 5. Coded list table of teachers' statements on the theme of barrier related to the environmental factor.

Barrier	Frequency
Family	17
Physical environment	15
Friend	3
TOTAL	35

The majority of teachers perceived the 'family' factor as a barrier. The environment is a major factor for children to acquire physical activity habits. A teacher coded PT4 said: *"Actually, we cannot communicate with families much. In my school, especially irresponsibility is very high. For example, the child comes to school, but not with the encouragement of the family, but on his/her own, there is not much motivation among them"* and a teacher coded as PT14 said, *"We already have a school team for example. We are going to have 2 trainings a week, even for that, my teacher has to miss class because of the trainings. Like this, they think that it negatively affects the child's socialization and lessons."* With these statements, she thinks that family is a barrier for children to participate in physical activity. Within the concept of environment, the family has a direct effect on the child. Children who are not supported or prevented by their families do not engage in physical activity. They may not see physical activity as a concept that they can integrate with their own lives.

Another common opinion is the 'physical environment' factor. *The teacher coded as "For example, my students are students from a village school. When you say environmental factors, I think that the child is less likely to see many things in terms of sports branch, and if we include school facilities in this, I think that the environment, that is, the environment in which he/she is located, affects in this sense.* With his/her opinions, the physical environment appears as a concept formed by elements such as school facilities, the environment where he/she lives, sports facilities, etc. If the child cannot see a formation in his/her immediate surroundings that will encourage him/her to do an activity, it will be difficult for him/her to participate in the activity. The physical environment is among the major barriers for children.

The code "friends" is seen as a barrier by teachers in some cases. Teacher coded PT16 said: *"We may encounter these from time to time, such as friend grouping and not being included in that group and giving up that activity."* When we look at the views of the teachers, the circle of friends can be perceived as a barrier to physical activity for the child. Exposure of the child to peer pressure may have negative effects on the child and he/she may refrain from doing physical activities and attending classes.

Knowledge and Attitude

Teachers stated that children's knowledge about the benefits of regular physical activity is insufficient and that 'teachers', 'internet and media', 'school administration', 'physical conditions', 'reluctance' and 'exam anxiety' are the main reasons for children's lack of knowledge.

Opportunities for Knowledge and Attitudes

The codes related to opportunities for children to develop knowledge and attitudes are presented in Table 7.

Table 7. Opportunities for knowledge and attitudes

Opportunities	Frequency
Teacher	9
Internet and media	7
Seminar	1
School	1
TOTAL	18

Opportunities for children to acquire knowledge and develop attitudes were seen as the teacher, the internet and the media where they could learn through research. Some teachers stated that they organized seminars in their schools to inform children about the benefits of physical activity. It is seen that the only opportunity for children is again the teacher. Theoretical and practical information provided by the teacher is a source of opportunity for children. When we look at obtaining information as an opportunity, we see that children's opportunities are the teacher and the internet and media opportunities as the ease of access to the internet where they can get information.

I tried to reflect this spirit, this atmosphere in my lessons. I mean, I am the only connection of children to sports. I started a few children in sports at school (PT1).

I try to explain them in extracurricular activities outside the classroom, such as courses, exercises, etc. (PT2).

Barriers related to knowledge and attitude

The barriers to children's knowledge acquisition and attitude development are presented in Table 8.

Table 8. Barriers related to knowledge and attitude

Barriers	Frequency
School Administration	15
Physical conditions	10
Reluctance	6
Test anxiety	5
Family	2
Other teachers	1
TOTAL	39

It is seen that the barriers that prevent children from gaining knowledge are 'school administration', 'physical conditions', 'reluctance', 'exam anxiety', 'family' and 'other teachers'. The opinions of the teacher coded as PT8 are as follows: *"Beşiktaş Club sent us a journal this semester and they may have gotten some information from it. I can say that Beşiktaş Club was useful except for my lessons. I mean, there is no improvement in the school administration. I mean they have more important problems. Unfortunately, these people want more academic success, but the scores are not what they want. We are in a strange situation right now."* The

fact that the school does not organize various activities, conferences, seminars, etc. for children emerges as the biggest barrier to their knowledge. The teacher coded as PT7 said: *"Actually, as I said, children come to school here at certain times. I mean, we open the school in September. It takes until November for the child to enter the school regularly. Since children work as seasonal agricultural workers, children do not come to school anyway. Otherwise, I mean, there are no activities, seminars, etc. to benefit from the benefits of sports, so there is no initiative because they never have such opportunities."* In line with their views, the physical environment and facilities of the school are also a major barrier. Children can learn and love by practicing. But as long as there are no opportunities for practice, the information given to children cannot go beyond the theoretical stage. In addition, children's reluctance prevents them from acquiring knowledge. The fact that they use social media only for entertainment purposes and spend most of their time inactive is seen as the beginning of an inactive life for children. In addition to these, the fact that children want to concentrate on their exams due to their future concerns and that their families only think about academic success are among the reasons preventing children from acquiring knowledge.

DISCUSSION AND CONCLUSION

Opportunities for Children in the Process of Acquiring Physical Activity Habits

The aim of this study was to examine the opportunities and barriers in the process of children acquiring physical activity habits from the perspective of physical education and sports teachers. The data obtained for this purpose revealed the potential of physical education classes in the process of children acquiring physical activity habits. In the emergence of this potential, it was understood that the teacher's approach is important and that the teacher is one of the most important factors that motivate children to lessons. In this sense, the findings obtained are similar to the study conducted by Çiçek et al. (2002). In this study, it was concluded that the teacher was the factor that greatly affected children's participation in the lesson (Çiçek, 2002). It was also stated that the more the child likes the teacher and the more prepared the teacher is for the lesson, the higher the child's participation in the lesson (Çiçek et al., 2002). In another study conducted with primary school students, it was concluded that students liked their physical education teachers and behaved in a friendly manner (Aybek, İmamoğlu, & Taşmektepligil, 2011). As a result of the study, teachers' willing and positive behaviors are seen as the most important opportunity for students to acquire physical activity habits.

In line with the teachers' views, SBPA emerged as an opportunity. In their study, Harrison and Narayan (2003) concluded that students who participate in physical activity programs at school and engage in regular physical activity are academically successful in addition to liking school, social communication with peers and communication with teachers. It is seen that SBPA programs are very effective in the process of acquiring physical activity habits and direct students to positive behaviors. In addition, participation in SBPA programs enables children to attend school and develop self-confidence (Trudeau & Shephard, 2008). These results stand out as opportunities to support our study in terms of the multifaceted supportive aspect of SBPA for children.

In line with the opinions of the teachers, it was concluded that the physical competencies of children living in rural areas are good and do not affect their participation in the lesson. In their study, Al-Zandee and Ünlü (2019) found that the factor that determines children's participation in the lesson and their liking for the lesson is their predisposition to the lesson. In the results obtained in parallel with this study, it is the opinion of the teachers that when children's physical competence is low, their participation in lessons is low or they do not want to participate.

Children who consider themselves physically competent will increase their participation in physical activity (Sollerhed et al., 2007), and they concluded that physical competence is a determining factor for children's participation in activity.

In the process of acquiring physical activity, friends and teachers were found to be opportunities in students' relationships with the environment. In addition, in a study in which focus interviews were conducted with a group of students, the circle of friends was revealed as both a barrier and an opportunity for participation in physical activity. In the interviews, it was determined that children moved away from physical activity because they wanted to spend more time with their friends (Whitehead & Biddle, 2008). Contrary to the results of this study, in our study, the circle of friends was seen more as an opportunity for children. This result reveals that the context of social activity with friends can be an opportunity to support physical activity or a barrier in the opposite direction.

The factor that teachers perceived as an opportunity to obtain information was determined as teacher and internet media. In a study in which the motivation to participate in physical activity was determined, it was concluded that students participated in regular physical activity knowing that they were aware of the benefits they would gain as a result of participation in physical activity and that the participation of younger students was higher than that of older students (Eskiler, Küçükibiş, & Gülle, 2016). This shows that the knowledge acquired about physical activity is a supportive factor for lifelong physical activity habits.

Children's Barriers in the Process of Acquiring Physical Activity Habits

Although physical education classes are seen as an opportunity to ensure children's participation in regular physical activity, the insufficient number of class hours and the fact that children cannot meet the physical education teacher in primary school are seen as barriers by teachers. In a study conducted with classroom teachers, classroom teachers were of the opinion that the lessons should be taught by physical education teachers. In the same study, classroom teachers did not see themselves as adequately equipped to teach physical education (Ocak & Tortop, 2006). This situation is similar in the sense that the teaching of physical education and play lessons by classroom teachers at the primary school level is seen as a barrier in the process of lifelong physical activity habits.

According to the opinions of teachers, the barriers affecting children's motivation to acquire physical activity habits are the environment they live in and school facilities. In the study conducted by Yaylacı (2012), students reported that there should be appropriate equipment and facilities in physical education classes. In this study, it is similar to the inadequacy of school facilities expressed by teachers. In a similar study, students stated that school facilities prevented them from doing physical activity. They reported that there were no suitable fields and that the changing rooms in schools were insufficient (Kotan, Hergüner, & Yaman, 2009). Demir and Cicioğlu (2018), in a study examining the motivation to participate in physical activity, concluded that children's motivation is affected by environmental influences and factors such as lack of self-confidence and reluctance are barriers for children. In line with this study, the opinions of teachers that inadequate school facilities and lack of interest of their families reduce children's motivation are in parallel. Inadequate school facilities are seen as an important barrier in the motivation process of children.

When the opinions of the teachers working in the city were examined, it was concluded that the physical competence of the children was quite low for physical education lessons. As a result,

it was revealed that children with poor physical competence were not willing to participate in the lesson and their motivation was affected.

When the opinions of the teachers were analyzed, it was concluded that the environmental factors that prevent children from participating in regular physical activity are the physical environment and the family. Although families think that their children will fall behind in their lessons or fail academically when they participate in physical activities, the academic achievement of students who regularly participate in physical education classes and physical activities is not negatively affected. On the contrary, it is seen that their academic motivation is positive and they have a positive attitude towards their lessons (Akandere, Özyalvaç, & Duman, 2010). Kotan, Hergüner, and Yaman (2009) concluded in their study that families do not provide enough support for their children to do regular physical activity and that children often take a break from sports branches because they do not want their families to get tired. This is similar to the results of this study.

As a result of teachers' opinions, the barriers to children's knowledge about physical activity were found to be school and family. In a study conducted by Allison, Dwyer, and Makin (1999), lack of time, school assignments, other interests, time spent with peers and family were found to be the barriers to physical activity. In the present study, family, school assignments and peers were similar to the findings obtained from teachers, while other interests and lack of time were different. In addition, it was concluded that teachers in rural areas perceived physical facilities as a barrier. In line with the views of the teachers, it was concluded that the common barrier to children's positive attitudes towards regular physical activity is the family. It was concluded that the attitude of their families is reflected on the children and as a result, children are indifferent and lack information. As a result of the opinions of teachers working in rural areas, it was concluded that the physical environment is also a factor that prevents children. In a study conducted by Yaylacı (2012) with primary school students, it was concluded that children did not have enough information about physical education classes in which they participated in course activities and that they perceived them only as entertainment and relaxation. In this study, it was determined that children lacked knowledge about the benefits of physical activity. In this context, the two studies are parallel.

RECOMMENDATIONS

Based on the results of the study, the following recommendations are offered:

- In line with the opinions of physical education teachers, it is understood that when children move from primary school to secondary school, that is, in the 5th grade, when they meet physical education teachers for the first time, they lack the basic skills they need to acquire in terms of physical competence. In this direction, it is recommended that physical education and sports teachers should teach physical education and play classes in primary schools, which have a very important role in the development of lifelong physical activity habits.
- It was concluded that SBPA motivate and socialize children. In line with this result, SBPA programs should be structured and disseminated in schools.
- Inadequate school facilities were found to be an important barrier to implementing SBPA programs and supporting children's lifelong physical activity habits. It is recommended to create a separate fund and increase cooperation to improve the physical conditions of schools where children receive education and to provide adequate equipment support.

- The family factor, which is one of the main barriers to children's participation in regular physical activity, appears for various reasons. Children can regularize physical activity with the guidance and support of their families. At this point, various seminars can be organized for families about the benefits of physical activity and healthy living, and digital content can be created by the Ministry of National Education and the Ministry of Youth and Sports to raise awareness of families.
- In order for children to acquire physical activity habit, they need to have knowledge about some basic issues, especially physical activity and healthy living. In this direction, physical education and sports teachers are recommended to pay more attention to the acquisitions that require cognitive learning and to have a holistic perspective.
- Finally, the results of this study are limited to 23 physical education teachers. The study can be conducted with a wider range of teachers. The study was concluded as a student evaluation from the teacher's perspective. The same study can be conducted by interviewing students.

REFERENCES

- Akandere, M., Özyalvaç, N. T., Duman, S. (2010). Ortaöğretim Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersine Yönelik Tutumları ile Akademik Başarı Motivasyonlarının İncelenmesi Konya Anadolu Lisesi Örneği. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (24), 1-10. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/en/pub/susbed/issue/61801/924425>
- Algan, H., Uslu, C. (2009). İlköğretim Okul Bahçelerinin Tasarlanmasına Paydaş Katılımı: Adana Örneği. *Akdeniz Üniversitesi Ziraat Fakültesi Dergisi*, 22(2), 129-140. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/en/pub/akdenizfderg/issue/1571/19458>
- Allison, K. R., Dwyer, J. J. M. & Susan M. (1999). Perceived barriers to physical activity among high school students. *Preventive Medicine* 28, 608-615.
- Al-Zandee, S. S. A., Ünlü, H. (2019). Ortaokul Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite Egzersiz Değişim Davranışları ve Beden Eğitimi Dersine Yatkınlıklarının İncelenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 17(3), 100-118. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/en/pub/spormetre/article/521319>
- Aybek, A., İmamoğlu, O., Taşmektepligil, M. (2011). Öğrencilerin Beden Eğitimi Dersine ve Ders Dışı Etkinliklere Yönelik Tutumlarının Değerlendirilmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 2(2), 51-59.
- Bulut, S. (2013). Sağlıkta Sosyal Bir Belirleyici; Fiziksel Aktivite. *Turkish Bulletin of Hygiene & Experimental Biology/Türk Hijyen ve Deneysel Biyoloji*, 70(4).
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., Demirel, F. (2012). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri* (Geliştirilmiş 11. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Castelli, D. M., Beighle, A. (2007). The physical education teacher as school activity director. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 78(5), 25-28.
- Cengiz, C., İnce, M. L. (2013). Farklı Okul Ortamlarındaki Çocukların Okul Sonrası Fiziksel Aktivitelerde Algıladıkları Öz-Yeterlilikleri. *Yönetim Bilimleri Dergisi*, 11(21), 135-147. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/en/pub/comuybd/issue/4102/54044>
- Çiçek, Ş., Koçak, M. S., Kirazcı, S. (2002). Beden Eğitimi Derslerinde Çeşitli Öğretmen ve Öğrenci Davranışlarının Öğrencilerin Derse Katılımındaki Önemi ve Sergileme Sıklığı. *Gazi Üniversitesi. Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7(4), 3-14
- Demir, G. T., Cicioğlu, H. İ. (2019). Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu ile Dijital Oyun Oynama Motivasyonu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 17(3), 23-34.

- Dwyer, J. J. M., Allison, K. R., LeMoine, K. N., Adlaf, E. M., Goodman, J., Faulkner, G. E. J., Lysy, D. C. (2006). A provincial study of opportunities for school-based physical activity in secondary schools. *Journal of Adolescent Health* 39 (2006) 80–86. Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1054139X05004635>
- Esen, G. (2010). İlköğretim Okulları 2. Kademe Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersi-Ne ve Ders Dışı Spor Etkinliklerine Yönelik Tutumlarında Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Rolü. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). *Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü*. İstanbul
- Eskiler, E., Küçükbiş, F., Gülle, M. (2016). Orta Dönem Çocuk Ergenlerde Fiziksel Aktiviteye Yönelik Tutumların Sosyal Pazarlama Bağlamında Değerlendirilmesi, ERPA, *International Congresses on Education*, 716-722.
- Harrison, P. A., Narayan, G. (2003). Differences in behavior, psychological factors, and environmental factors associated with participation in school sports and other activities in adolescence. *Journal of school health*, 73(3), 113-120. doi: 10.1111/j.1746-1561.2003.tb03585.x
- Hu, F., B., Li, T., Y., Colditz, G., A., Willett, W., C., Manson, J., E., (2003). Television watching and other sedentary behaviors in relation to risk of obesity and type 2 diabetes mellitus in women. *J Am Med Assoc* 289, 1785–1791. doi:10.1001/jama.289.14.1785
- Kale, R., Erşen, E. (2010). *Beden eğitimi ve spor kültürü*. Nobel.
- Koca, C., Hünük, D. (2018). Sports Science Graduate Students'experience With Qualitative Research Learning And Application Process. *Journal of Physical Education & Sports Science/Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 12(2).
- Kotan, Ç., Hergüner, G., Yaman, Ç. (2009). İlköğretim Okullarında Okuyan Sporcu Öğrencilerin Spor Yapmalarında Okul ve Aile Faktörünün Etkisi Sakarya İl Örneği. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3 (1), 49-58
- Makar, E. (2016). *Spor Eğitimi Göre Öğrencilerin Sosyal Beceri, Fiziksel Benlik Algısı ve Fiziksel Aktivite Düzeyleri Arasındaki İlişki*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Bartın Üniversitesi, Bartın, Türkiye
- Nader, P. R., Bradley, R. H., Houts, R. M., McRitchie, S. L., O'Brien, M. (2008). Moderate-to-vigorous physical activity from ages 9 to 15 years. *Jama*, 300(3), 295-305.
- Naylor, P. J., Nettlefold, L., Race, D., Hoy, C., Ashe, M. C., Higgins, J. W., & McKay, H. A. (2015). Implementation of school based physical activity interventions: a systematic review. *Preventive medicine*, 72, 95-115. Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0091743514005167>
- Ocak, Y., Tortop, Y. (2006). Sınıf Öğretmenlerinin Beden Eğitimi Derlerine İlişkin Genel Görüşleri ve Beden Eğitimi Derslerini Yürütürken Karşılaştıkları Sorunları. 9. *Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi*, 3-5.
- Owen, K., B., Parker, P., D., Astell-Burt, T., Lonsdale, C. (2018). Regular physical activity and educational outcomes in youth: A Longitudinal Study. *Journal of Adolescent Health*, 62, 334–340. doi: 10.1016/j.jadohealth.2017.09.014
- Pellicer-Chenoll, M., Garcia-Massó, X., Morales, J., Serra-Añó, P., Solana-Tramunt, M., González, L. M., Toca-Herrera, J. L. (2015). Physical activity, physical fitness and academic achievement in adolescents: a self-organizing maps approach. *Health education research*, 30(3), 436-448.
- Satman, M. C. (2018). Fiziksel Aktivite: Bilinenin Çok Ötesi. *Spormetre*, 2018,16(4),158-178. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/en/pub/spormetre/issue/40788/456024>
- Sollerhed, A., C., Apitzsch, E., Rastam L. & Ejlertsson, G., (2007). Factors associated with young children's self-perceived physical competence and self-reported physical activity. *Health Education Research*. 23-(1), 125-136.
- Subaşı, M., Okumuş, K. (2017). Bir Araştırma Yöntemi Olarak Durum Çalışması. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, Haziran 2017 21(2): 419-426. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/en/pub/ataunisobil/issue/34503/424695>

- Thomas, E., Bianco, A., Tabacchi, G., Marques da Silva, C., Loureiro, N., Basile, M., Palma, A. (2020). Effects of a physical activity intervention on physical fitness of schoolchildren: the enriched sport activity program. *International journal of environmental research and public health*, 17(5), 1723.
- Trudeau, F., Shephard, R. J. (2008). Physical education, school physical activity, school sports and academic performance. *International journal of behavioral nutrition and physical activity*, 5(1), 1-12.
- Vural, H., Yılmaz, S. (2016). İyileştirilmiş Fiziksel Çevre Şartlarının İlkokul Öğrencilerinin Gelişimine Etkisinin Öğretmen Gözüyle Değerlendirilmesi. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(2).
- Whitehead, M. (2010). *Physical Literacy: Throughout The Lifecourse*. Abingdon, Oxford: Routledge.
- Whitehead, S., Biddle, S. (2008). Adolescent girls' perceptions of physical activity: A focus group study. *European Physical Education Review*, 14(2), 243-262. doi: 10.1177%2F1356336X08090708
- Willoughby, M. T., Wylie, A. C., Catellier, D. J. (2018), Testing the association between physical activity and executive function skills in early childhood. *Early Childhood Research Quarterly*, 44, 82–89.
- Xu, F., Ware, R. S., Tse, L. A., Wang, Z., Hong, X., Song, A., Li J., Wang, Y. (2012). A school-based comprehensive lifestyle intervention among chinese kids against obesity (CLICK-Obesity): rationale, design and methodology of a randomized controlled trial in Nanjing city, China. *BMC Public Health*, 12(1), 1-8.
- Yaylacı, F. B. (2012). İlköğretim Okullarında “Nasıl Bir Beden Eğitimi Dersi İstiyorum?”. *Milli Eğitim Dergisi*, 42(195), 194-210.
- Yıldırım, A., Şimşek, H. (2013). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*. Seçkin yayıncılık.
- Yılmaz, U. (2018). *Beden Eğitimi ve Sınıf Öğretmenlerinin Beden Eğitimi ve Fiziksel Aktivite Engellerine İlişkin Algularının Değerlendirilmesi*. Akdeniz Üniversitesi (Yüksek Lisans Tezi). Erişim Adresi: <https://acikbilim.yok.gov.tr/handle/20.500.12812/30951>
- Yin, R. K. (2009). *Case study research: Design and methods* (Vol. 5). Sage
- Yuksel, H. S., Şahin, F. N., Maksimovic, N., Drid, P., Bianco, A. (2020). School-based intervention programs for preventing obesity and promoting physical activity and fitness: a systematic review. *International journal of environmental research and public health*, 17(1), 347. doi: 10.3390/ijerph17010347.



SPORMETRE

The Journal of Physical Education and Sport Sciences
Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi



DOI: 10.33689/spormetre.1539397

Geliş Tarihi (Received): 27.08.2024

Kabul Tarihi (Accepted): 18.12.2024

Online Yayın Tarihi (Published): 30.12.2024

KADIN VOLEYBOLCULARA 8 HAFTA BOYUNCA UYGULANAN FİFA 11+ ISINMA EGZERSİZLERİNİN FONKSİYONEL HAREKET TARAMASI TEST SONUÇLARI VE SERVİS HIZINA ETKİSİ*

Ayhan Akkoyunlu¹ , Hasan Aka^{2†} 

¹Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, NİĞDE

²Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, NİĞDE

Öz: Bu çalışmanın amacı voleybolculara uygulanan FIFA 11 + Isınma Programı ve Geleneksel Isınma Programının voleybolcularda servis hızına ve Fonksiyonel Hareket Taraması (FHT) test sonuçlarına etkisinin incelenmesidir. Çalışmaya Türkiye Kadınlar Voleybol 2. Liginde oynayan 22 kadın voleybolcu katıldı; katılımcılar rastgele yöntemle FIFA 11 + Isınma Grubu (FIG) ve Geleneksel Isınma Grubu (GIG) olmak üzere iki gruba ayrılmıştır. Katılımcıların fonksiyonel hareket kalıpları FHT test kiti; servis hızları ise Pocket Radar Ball Coach Speed Gun (USA) marka hız ölçüm cihazıyla çalışmanın başlangıcında ve sekiz haftalık egzersizler sonrasında olmak üzere iki kez ölçülmüştür. Katılımcıların ön test ile son testleri arasındaki farkın belirlenmesinde Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi kullanılmıştır. Yapılan istatistiksel analiz sonuçlarına göre geleneksel ısınma uygulayan GIG katılımcılarının FHT test sonuçlarına göre Öne Adımlama alt testi ve FHT toplam puanlarında son test lehine anlamlı fark belirlenmiştir. FIFA 11+ ısınma programı uygulayan FIG katılımcılarının ise servis hız ölçümlerinde ön test lehine, FHT testi sonuçlarında ise Derin Çömelme, Öne Adımlama, Gövde Stabilite Şınavı, Rotasyon Stabilitesi alt testlerinde ve FHT toplam puanlarında son test lehine anlamlı fark tespit edilmiştir. Futbol branşına yönelik olarak geliştirilen ve yaralanmaların önlenmesinde etkin bir şekilde kullanılan FIFA 11+ ısınma egzersizlerinin, voleybolcuların fonksiyonel hareket kalıplarının geliştirilmesinde ve yaralanmaların önlenmesinde de kullanılabileceği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: FHT, voleybol, servis hızı

THE EFFECT OF FIFA 11+ WARM UP PROGRAM APPLIED TO VOLLEYBALL PLAYERS FOR 8 WEEKS ON FUNCTIONAL MOVEMENT SCREENING TEST SCORES AND SERVE SPEED

Abstract: The aim of this study is to investigate the effect of FIFA 11+ Warm-up Program and Traditional Warm-up Program applied to volleyball players on service speed and Functional Movement Screen (FMS) test results in volleyball players. 22 female volleyball players playing in the Turkish Women's Volleyball second league participated in the study; participants were randomly divided into two groups: FIFA 11 + Warm-up Group (FWG) and Traditional Warm-up Group (TWG). Participants' functional movement patterns were measured using FMS test kit, and their service speeds were measured using the Pocket Radar Ball Coach Speed Gun (USA) brand speed measuring device twice: at the beginning of the study and after eight weeks of exercise. Wilcoxon Signed Rank Test was used to determine the difference between the pre-test and post-test of the participants. According to the results of the statistical analysis, a significant difference was determined in favor of the post-test in the Inline Lunge subtest and FMS total scores of the TWG participants who applied traditional warm-up according to the FHT test results. In the FWG participants who applied the FIFA 11+ warm-up program, a significant difference was found in favor of the pre-test in the service speed measurements, and in favor of the post-test in the FMS test results in the Deep Squat, Inline Lunge, Trunk Stability Push-Up, Rotary Stability subtests and FMS total scores. It can be said that FIFA 11+ warm-up exercises, which were developed for the football branch and used effectively in preventing injuries, can also be used in developing functional movement patterns of volleyball players and preventing injuries.

Key Words: FMS, volleyball, serve speed

* Bu araştırma yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

† Sorumlu Yazar: Hasan Aka, Doç. Dr., E-mail: hasanaka06@gmail.com

GİRİŞ

Voleybolda temel fiziksel becerilerin istenilen seviyede uygulanabilmesi için sporcuların fiziksel uygunluk parametrelerinin optimal düzeyde geliştirilmesi amaçlanır (Aslan ve ark., 2015). Voleybolda karmaşık aktivitelerin genellikle anaerobik metabolizma kullanılarak tekrarlı şekilde uygulanması sebebi ile (Sheppard ve Young, 2006) sporcuların kuvvet, dayanıklılık, sürat, hareketlilik ve koordinasyon becerilerinin tamamının geliştirilmesi beklenir (Aslan ve ark., 2015; Wulf, 2007; Akalan ve Bayraktar, 2007). Dolayısıyla voleybolda farklı yüklenme dereceleri ile dönüşümsüz komplike hareketler kullanılır (Yüktaşır ve ark., 2000). Bu hareketleri uygulanmadan önce sporculardan yüksek verim alınabilmesi için ön şartlardan birisi doğru bir ısınma programı uygulanmasıdır (McGowan ve ark., 2015).

Isınma programları sporcuların egzersiz esnasında kullanılacak kasları optimum düzeye çıkarmak ve verimliliği artırmak için önemlidir (McGowan ve ark., 2015). Yarışma ve antrenmanlara başlamadan öncesinde uygulanacak bir ısınma protokolü, olası yaralanmaların önlenmesinde, solunumun düzenlenmesinde (Aktuğ ve ark., 2022; Sukatan ve ark., 2022; İbiş ve ark., 2022), kas sertliğinin azalmasında, kas kasılma hızının ve aktif dokulara olan kan akışının artmasında, kalbin egzersize hazır duruma gelmesinde önemli bir etkiye sahip olduğu bilinmektedir (Torres ve ark., 2008). Ancak sporcuların ısınmalarında standart bir protokolün olmadığı, daha çok geleneksel ısınma yöntemlerinin tercih edildiği düşünülmektedir. Bu doğrultuda son yıllarda branşın gereksinimlerine uygun olarak geliştirilmiş yeni ısınma yöntemleri dikkat çekmektedir. Bu yöntemlerden birisi de FIFA tarafından geliştirilmiş FIFA 11 + ısınma programıdır.

FIFA 11+ ısınma protokolü uzmanlarca geliştirilen, genellikle her ısınma programının içeriğinde bulunan egzersizlerin sistemli bir şekilde uygulanmasıyla hem atletik performansı geliştirdiği hem de yaralanmalara karşı koruma sağlayan paket bir programdır (Bizzini ve ark., 2013). Bu protokolün içeriğinde denge, merkez gövde çalışmaları, bacak kuvveti, dinamik esneklik gibi her spor branşı için önemli fiziksel uygunluk parametrelerinin bir plan içerisinde uygulanması sebebiyle tüm sporcular tarafından kullanılabilmesi düşünülmektedir.

Alan yazında doğru uygulanan ısınma egzersizlerinin yaralanmaları önlediği (Çelebi ve Zergeroğlu, 2017) bildirilmekte ayrıca sporcularda meydana gelen yaralanmalarının ise sporcuların hareket kalitesi ve temel hareket kalıplarındaki bozukluklar ile ilişkilendirildiği belirtilmiştir (Kraemer ve ark., 2004; Cholewicki, 2005). Bu nedenle sporcuların temel hareket kalıplarının değerlendirilmesi hayati öneme sahip olabilir. Fonksiyonel Hareket Taraması (FHT) test bataryası sporcuların temel hareket paternlerinin değerlendirilmesine imkan sağlamaktadır (Cook ve ark., 2010). FHT test bataryası, sporcuların fonksiyonel hareket kalitesini değerlendirir ayrıca hareketlerde bulunan kısıtlılık ve asimetri durumlarının belirlenmesinde tercih edilen biyomekaniksel olarak tarama ve değerlendirme yapılmasına olanak sağlayan bir yöntemdir (Chorba ve ark., 2010). Bu test sporculardaki asimetri, mobilite ve stabilite durumlarının gözlemlenebilmesine olanak sağlar ve sporcunun yaralanma riskinin tahmin edilmesine katkı sağlar (Kiesel ve ark., 2007; Aktuğ ve ark., 2023).

Uygulanacak bir ısınma programı ile sporcuların kaslarının yüklenmelere hazır hale gelmesinin yanı sıra sporculardaki asimetrilerin azalması, mobilite ve stabilite becerilerinin gelişmesi, yaralanmalara karşı koruyucu strateji olabilir. Nitekim FIFA 11 + ısınma egzersizlerinin futbolcularda FHT test puanlarını artırdığına yönelik çalışmalar alan yazında bulunmaktadır (Gök ve ark., 2023). FIFA 11 + ısınma egzersizlerinin voleybolcuların FMS test sonuçlarına etkisine yönelik çalışma sayısı ise oldukça sınırlıdır. Buradan hareketle bu çalışmanın amacı

voleybolculara uygulanan FİFA 11 + ve geleneksel ısınma programlarının voleybolcularda servis hızına ve FHT test sonuçlarına etkisinin incelenmesidir.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bu çalışmanın araştırma modelinde sporcular, randomize olarak gruplandırılarak ön ve son test ölçümlerinin yapıldığı, deneysel araştırma modeli tercih edilmiştir (Karasar, 2022).

Araştırma Grubu

Bu çalışmaya Kadınlar Voleybol 2. Liginde bulunan ve önceden belirlenen antrenman programlarını uygulayan iki farklı voleybol takımından 22 kadın voleybolcu gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmanın yapılabilmesi için Niğde Üniversitesi Etik Komisyonu'ndan 28.04.2022 tarih ve 2022/05-10 sayılı karar ile onay alınmıştır. Katılımcılar rastgele yöntem ile FIFA 11 + Isınma Grubu (FIG) ve Geleneksel Isınma Grubu (GIG) olmak üzere ikiye ayrılmıştır. Takımların ısınma egzersizleri dışındaki antrenman programlarının benzer nitelikte olması sağlanmıştır. Ayrıca FIG ve GIG katılımcıları belirlenirken her iki takım sporcularının da kendi içerisinde FIG ve GIG olarak gruplandırılmaları sağlanmıştır. Antrenmana başlamadan önce FIG sporcularına sekiz hafta boyunca haftada üç gün normal antrenman programlarını uygulamadan önce FIFA 11+ ısınma egzersizleri uygulanmıştır. GIG sporcularına ise sekiz hafta boyunca haftada üç gün normal antrenman programlarını uygulamadan önce genel ısınma egzersizleri uygulanmıştır. Katılımcılara uygulanacak ısınma egzersizleri antrenmanların başında yapılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Servis Hızı Ölçümleri

Sporcuların servis hızlarının belirlenmesinde Pocket Radar Ball Coach Speed Gun (USA) marka ölçüm cihazı kullanılmıştır. Bu cihaz ± 1 mph/h hassasiyetinde, 25/130 mph/h ölçüm özelliğine sahip radar özellikli bir araçtır. Ölçümlerde en sağlıklı sonuçlara ulaşabilmek için sporculardan, müsabakada koşullarında kullandıkları servislerin aynısını atmaları istenmiş ve sporculara servis tekniği ile ilgili bir sınırlama getirilmemiştir. En iyi servis skorlarını edinebilmeleri adına sporculara, fileye takılan ya da oyun alanı dışına çıkan topların da değerlendirilmeye tabii tutulacağı bilgisi verilmiştir. Sporculara 3 adet servis kullanma hakkı verilerek en yüksek hızdaki değerler kaydedilmiştir. Sporcuların yaralanmasını engellemek ve en iyi servis atışını sağlayabilmek için genel ve bireysel ısınma egzersizlerinden sonra servis atışı yapmaları sağlanmıştır.

Fonksiyonel Hareket Taraması Testi

FHT testi, bireylerde işlevsel lokomotor becerilerin gerçekleştirilmesi esnasında aktif olan kaslardaki dengesizlik ve güçsüzlüklerin belirlenmesinde uygulanan bir test bataryasıdır (Cook ve ark., 2010). FHT test bataryası, tek yönden ölçülen derin çömelme testi, gövde stabilite şınavı testi ve çift yönden ölçülen, engel adımı testi, öne adımlama testi, omuz hareketliliği testi, aktif düz bacak kaldırma testi ve rotasyon stabilitesi testi ile birlikte toplam yedi farklı testten meydana gelmektedir (Cook ve ark., 2010). Teste katılan sporculara öncelikle sertifikalı uzman personel tarafından test hakkında gerekli bilgilendirmeler yapıldıktan sonra ölçümler gerçekleştirilmiştir. FHT testi katılımcılara herhangi bir ısınma programı uygulanmadan kaslar soğukken uygulanmıştır.

Tüm testler katılımcılara tek tek açıklandıktan sonra her bir hareket için üç tekrar hakkı verilerek testlere başlanılmıştır. Katılımcıların teste başlangıcı esnasında, ölçümler sırasında olası bir acı hissedilmesi halinde testi uygulayan uzmana bildirilmesi istenmiştir. Ölçümler sırasında çift yönden uygulanan hareketlerde, vücudun her iki tarafından alınan ölçümler kaydedilmiş ancak alınan en düşük puan sonuç olarak değerlendirilmiştir. Testteki her bir alt test için en düşük sıfır, en yüksek üç puan alınabilmektedir (Cook ve ark., 2006). FHT testinin nihai puanlaması ise en düşük 0 puan, en yüksek 21 puan olarak hesaplanır. Bu puanlama sonucunda katılımcının puanı 14 puanın altında olduğu durumlarda, katılımcının fonksiyonel hareket kapasitesi düşük ve yaralanma riskinin yüksek olduğu değerlendirilir. Katılımcıların puanı 14 ve üzerinde olanlar için ise katılımcıların fonksiyonel hareket becerisinin yüksek olduğu ve yaralanma riskinin düşük olduğu değerlendirilir (Cook ve ark., 2006).

Uygulanan FIFA 11+ Isınma Egzersizleri

Bu ısınma programını uygulayacak olan katılımcılar haftada en az 3 kez düzenli olarak antrenman yapmaktadır. Bu antrenmanların süresi ortalama 120 dakikadır. FIFA 11+ programını uygulayacak olan katılımcılar 8 hafta boyunca yapacakları antrenmanlardan öncesinde normalde uyguladıkları ısınma programları yerine düzenli olarak FIFA 11 + ısınma egzersizlerini uygulamışlardır. Uygulanan FIFA 11 + ısınma protokolü uzmanlar tarafından geliştirilmiş, 3 bölüm ve 15 egzersizden meydana gelen paket bir programdır. Bu hareketler planlanan programa bağlı kalınarak belirli bir düzen içerisinde uygulanmıştır.

Bölüm I (koşu egzersizleri): Aktif esnetme uygulamaları ve bir partnerle birlikte dengeli temasların olduğu düşük tempo koşu uygulamaları.

Bölüm II (kuvvet, denge, kas kontrol ve gövde stabilizasyonunu): Gövde ve bacakları güçlendirme, denge ve pliometrik /çeviklik odaklı altı egzersiz seti. Her bir sette zorluk derecesi artan üç farklı seviye bulunmaktadır.

Bölüm III (ilerlemiş koşu egzersizleri): Yön değiştirme egzersizleri ile birleştirilmiş orta / hızlı tempoda koşu egzersizleri (Bizzini ve ark., 2013).

Tablo 1. Uygulanan FIFA 11+ Isınma Programı

Egzersizler	1-3 Hafta			4-6. Hafta			6-8. Hafta		
	Set	Tekrar	Süre	Set	Tekrar	Süre	Set	Tekrar	Süre
Düz koşu	2	1	8 dk	2	1	8 dk	2	1	8 dk
Plank	3	1	20-30 sn	3	1	40-60 sn	3	1	40-60 sn
Yan Plank	3	1	20-30 sn	3	1	20-30 sn	3	1	20-30 sn
Hamstring	1	3-5	60 sn	1	7-10	60 sn	1	12-15	60 sn
Denge	2	1	30 sn	2	1	30 sn	2	1	30 sn
Çömelme	2	1	30 sn	2	10	30 sn	2	10	30 sn
Sıçrama	2	1	30 sn	2	1	30 sn	2	1	30 sn
Tempolu koşu	2	1	2 dk	2	1	2 dk	2	1	2 dk
Toplam			20 dk			22,5 dk			25 dk

Uygulanan Geleneksel Isınma Egzersizleri

Geleneksel ısınma grubu katılımcıları haftada 3 gün düzenli olarak voleybol antrenmanı yapmaktadır. Geleneksel ısınma gurubu düzenli olarak yaptıkları voleybol antrenmanlarından önce geleneksel ısınma programlarını uygulamışlardır. Katılımcıların uyguladığı bu ısınma programı yaklaşık 30 dakika sürmektedir. Bu ısınma programının içeriğinde, 8 dakika ısınma koşuları, 10 dakika dinamik ve statik esnetme hareketleri, 10 dakika çıkışlar ve çizgi koşuları, 5 dakika thera-band, foam-roller ile ısınma hareketleri uygulanacak şekilde planlanmıştır.

Verilerin Analizi

Bütün veriler SPSS 26.0 istatistik paket programı kullanılarak analizleri yapılmıştır. Verilerin analizi için normallik testi (kolmogorov smirnov) uygulanmış ve bu test sonucunda non-parametrik testlere karar verilmiştir. Katılımcıların servis hızları ve FHT skorlarının ön test - son test değerleri arasındaki farklar Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi ile belirlenmiştir. Çalışmadaki anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak kabul edilmiştir.

BULGULAR

Tablo 2. Katılımcıların fiziksel özellikleri

Ölçüm	Değişken	FIG	GIG
		$\bar{x} \pm Sd$	$\bar{x} \pm Sd$
Fiziksel Özellikler	Boy (cm)	1,71±0,09	1,75 ± 0,09
	Vücut ağırlığı (kg)	59,00 ±11,23	64,72 ± 7,72
	Yaş (yıl)	20,18 ±3,94	20,27 ± 1,55

Tablo 3. Katılımcıların FHT test sonuçlarının karşılaştırılması

Ölçüm		FIG (n=11)			GIG (n=11)		
		$\bar{x} \pm Sd$	Z	p	$\bar{x} \pm Sd$	Z	p
Derin Çömelleme	Ön test	2,54 ± 0,68	-	0,05	2,36 ± 0,67	-1,14	0,15
	Son test	3,00 ± 0,00	1,89		2,54 ± 0,52		
Engel Adımı	Ön test	2,45 ± 0,68	-	0,20	2,36 ± 0,50	-0,57	0,56
	Son test	2,81 ± 0,40	1,26		2,45 ± 0,52		
Öne Adımlama	Ön test	2,18 ± 0,60	-	0,05	2,18 ± 0,40	-2,00	0,04
	Son test	2,63 ± 0,50	1,89		2,54 ± 0,52		
Aktif Düz Bacak Kaldırma	Ön test	3,00 ± 0,00	0,00	1,00	2,90 ± 0,30	-1,00	0,31
	Son test	3,00 ± 0,00			3,00 ± 0,00		
Omuz Hareketliliği	Ön test	1,81 ± 0,98	-	0,08	2,00 ± 0,63	-1,00	0,31
	Son test	2,36 ± 0,80	1,73		1,90 ± 0,83		
Gövde Stabilite Şınavı	Ön test	1,45 ± 1,29	-	0,02	1,90 ± 0,94	-0,57	0,56
	Son test	2,45 ± 0,52	2,23		2,00 ± 0,77		
Rotasyon Stabilitesi	Ön test	1,09 ± 0,30	-	0,00	1,54 ± 0,68	-1,41	0,15
	Son test	2,45 ± 0,68	2,87		1,72 ± 0,46		
FHT toplam skoru	Ön test	14,63 ± 2,57	-	0,00	15,18 ± 2,71	-2,30	0,02
	Son test	18,72 ± 1,00	2,93		16,27 ± 2,19		

$p < 0.05$

Tablo incelendiğinde GIG katılımcılarının öne adımlama alt testi ve toplam puanlarında ön test ve son test arasında son test lehine anlamlı fark tespit edilmiştir ($p < 0,05$). FIG katılımcılarında ise derin çömelleme, öne adımlama, gövde stabilite şınavı, rotasyon stabilitesi alt testleri ve toplam puanlarında son test lehine anlamlı fark tespit edilmiştir ($p < 0,05$).

Tablo 4. Katılımcıların FHT test sonuçlarının yüzdesel değişimi

	FIG (%)	GIG (%)
Derin Çömelleme	18,11	7,63
Engel Adımı	14,69	3,81
Öne Adımlama	20,64	16,51
Aktif Düz Bacak Kaldırma	0	3,45
Omuz Hareketliliği	30,36	-5,00
Gövde Stabilite Şınavı	68,97	5,26
Rotasyon Stabilitesi	124,77	11,69
FHT Toplam Puan	27,96	7,18

Tablo 5. Katılımcıların servis hızlarının ön test son test değerlerinin karşılaştırılması

		GIG	Z	p	FIG	Z	p
Servis Hızı	Ön test	71,72 ±7,73	-0,94	0,34	70,36 ±6,48	-2,71	0,00
	Son test	71,27 ± 8,36			65,54 ±4,67		

p<0.05

Tablo incelendiğinde FIG katılımcılarının servis hızı sonuçlarında arasında ön test lehine anlamlı fark tespit edilmiştir (p <0,05).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Sporcu performansını ısınma egzersizlerinin olumlu yönde etkilediği, organizmada vücut ısısının artmasına bağlı olarak birçok fizyolojik değişiklik meydana geldiği bilinmektedir (Bishop, 2003). Voleybol gibi ani ve patlayıcı hareketlerin sıklıkla uygulandığı spor branşlarında, iyi bir ısınmanın performans artışı sağladığı ve yaralanmaları önlemede önemli olduğu değerlendirilmektedir (Yüktaşır ve ark. 2000). Bu doğrultuda yaralanmaların önlenmesi amacıyla geliştirilen FIFA 11 + ısınma protokolü, güvenilirliği ve geçerliliği kanıtlanmış, stabilite, mobilite, core bölgesi çalışmaları, bacak kuvveti, esneklik gibi her ısınma programında olan uygulamaları, bir düzen içerisinde uygulanmasını ve kassal aktivasyonun artırılmasını sağlar (Gouvêa ve ark., 2013; Soligard ve ark., 2008; Zois ve ark., 2011). Buradan hareketle bu çalışmanın amacı voleybolculara antrenman ve müsabakalardan önce uygulanacak FIFA 11+ ısınma egzersizlerinin FHT test sonuçlarına ve servis atış hızına etkisinin incelenmesidir.

Yapılan istatistiksel analiz sonucunda GIG katılımcılarının servis hızları ölçüm değerleri arasında anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir. Bu durum katılımcıların müsabaka döneminin ikinci bölümünde yer almaları sebebi ile teknik çalışmalardan daha çok taktik çalışmalara yer verilmiş olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. GIG katılımcılarının, FHT testleri ve toplam puan değerlerinin istatistiksel analiz sonuçlarına göre, Öne Adımlama ve FHT toplam puanları son testte anlamlı olarak geliştiği tespit edilmiştir (p <0,05). Katılımcıların FHT test sonuçlarının yüzdesel değişimleri incelendiğinde omuz hareketliliği alt testi dışındaki tüm alt testlerde ön teste kıyasla, son testte yüzdesel gelişim sağlandığı belirlenmiştir.

Bu çalışmada yapılan istatistiksel analiz sonucunda FIG katılımcılarının servis hızı değerlerinin ön testte anlamlı olarak geliştiği bulunmuştur (p <0,05). FIFA 11+ ısınma programı genel olarak alt ekstremite, core bölgesi, bacak kuvveti, denge ve çeviklik yeteneklerini geliştirmeye yönelik aktiviteleri kapsadığı göz önünde bulundurulursa, voleybolda servis hızını belirleyen asıl ögenin omuz kuşağı kaslarının kuvveti ve servis tekniği olduğu düşünülebilir. Nitekim elit erkek voleybolculara yönelik olarak yapılan bir çalışmada servis hızının üst ekstremite iç rotator kas kuvveti ile ilişkili olduğu tespit edilmiştir (Akay, 2020). Ayrıca katılımcıların servis hızlarının ön testinin sezonun ortasında yapılması, son testin ise sezon sonuna doğru yapılması neticesinde sporcularda meydana gelen fiziksel yorgunluğun ve sezon başında belirlenen hedeflere ulaşma / ulaşamama durumundan kaynaklı olası motivasyon kayıplarının da bu sonuçta etkili olduğu düşünülmektedir.

FIG sporcularının FHT alt testlerinin istatistiksel analizlerine göre derin çömelme, öne adımlama, rotasyon stabilitesi, gövde stabilite sınavı alt testleri ve FHT toplam puanları son testte anlamlı olarak geliştiği tespit edilmiştir (p <0,05). Bu anlamlı farklar FIFA 11 + ısınma hareketlerinin 2. bölümünde (kuvvet, denge, kas kontrol ve gövde stabilizasyonu) uygulanan

plank egzersizinin varyasyonları, yan plank egzersizi varyasyonları ve nordic hamstring egzersizlerinin sporcular üzerindeki pozitif etkisinden kaynaklandığı düşünülmektedir. FIG katılımcılarının ön test sonuçlarına göre FHT toplam skoru, yaralanma alt sınırına oldukça yakın olduğu gözlenirken (14,63) uygulanan FIFA 11 + ısınma programından sonra FHT toplam puanın (18.72) yaralanma alt sınırından oldukça yükselmesi dikkat çekmektedir. Bu sonuca göre FIG katılımcılarına uygulanan FIFA 11+ ısınma programı sonucunda katılımcıların yaralanma risklerinin azalarak fonksiyonel hareket verimliliğinde artış olduğu düşünülmektedir.

Katılımcıların FHT testlerinin ön ve son test arasındaki yüzdesel değişimleri incelendiğinde GIG katılımcılarının Omuz Hareketliliği alt testi dışındaki; FIG katılımcılarında ise Aktif Düz Bacak Kaldırma alt testi dışındaki tüm testlerde yüzdesel bir gelişim belirlenmiştir. GIG ve FIG katılımcılarının yüzdesel gelişimleri karşılaştırıldığında ise Aktif Düz Bacak Kaldırma alt testi dışındaki tüm alt testlerde ve FHT toplam puanında FIG katılımcılarının yüzdesel değişimlerinin daha yüksek olduğu dikkat çekmektedir. FIFA 11+ ısınma protokolü içerisinde yer alan kuvvet, pliometrik sıçrama, denge egzersizlerinin (sıçrama egzersizleri, plank varyasyonları, nordic hamstring, squat varyasyonları) fonksiyonel hareket kalıplarını geliştirerek derin çömelme, engel adımı, gövde stabilite şınavı ve rotasyon stabilitesi alt test sonuçlarının artmasında etki sağladığı düşünülmektedir. Bu durum FIFA 11+ ısınma hareketlerinin FIG katılımcılarının denge, kuvvet, koordinasyon becerisini geliştirdiği, asimetrileri azalttığı ve hareket verimliliğini artırmasının bir sonucu olduğu söylenebilir.

Alan yazın incelendiğinde Gök ve ark., (2023) tarafından Geleneksel Isınma ve FIFA 11 + Isınma egzersizlerinin genç futbolcuların FHT sonuçlarına etkisi araştırılmıştır. Çalışma kurgumuzla benzer niteliklere sahip bu çalışma sonucunda geleneksel ısınma uygulayan grubun omuz hareketliliği ve FHT toplam skorunda; FIFA 11 + ısınma egzersizleri uygulayan grubun ise tüm FHT alt testlerinde ve toplam skorlarında sonuçlarımızı destekler nitelikte son testte anlamlı fark tespit edilmiştir. Aksu ve ark., (2014) genç voleybolculara müsabaka dönemi içerisinde uygulanan FIFA 11 + ısınma egzersizlerinin; Şahin ve ark., (2018) genç basketbolculara 10 haftalık bir süreçte uygulanan FIFA 11 + ısınma egzersizlerinin sporcu performansının artırılmasında, müsabaka ve akut yaralanmaların önlenmesinde etkili olduğunu bildirmişlerdir.

Sonuç olarak bu çalışmada geleneksel ısınma uygulayan GIG katılımcılarının FHT test sonuçlarına göre Öne Adımlama alt testi ve FHT toplam puanları son testte anlamlı olarak geliştiği belirlenmiştir. FIFA 11+ ısınma programı uygulayan FIG katılımcılarının ise servis hız ölçümleri ön testte, FHT sonuçlarında ise Derin Çömelme, Öne Adımlama, Gövde Stabilite Şınavı, Rotasyon Stabilitesi ve FHT toplam puanları son testte anlamlı olarak geliştiği tespit edilmiştir. Futbol branşına yönelik olarak geliştirilen ve yaralanmaların önlenmesinde etkin bir şekilde kullanılan FIFA 11 + ısınma egzersizlerinin, voleybolcuların fonksiyonel hareket kalıplarını geliştirmede ve yaralanmaların önlenmesinde de kullanılabileceği söylenebilir.

KAYNAKLAR

Akalan, C., & Bayraktar, B. (2007). Voleybolcularda sağ ve sol bacak sıçrama becerisi farklılıklarına göre planlanmış pliometrik antrenmanın çift bacak performansına etkisi. *Hacettepe Üniversitesi Voleybol Bilim ve Teknoloji Dergisi*, 1, 32-45.

Akay, B. (2020). *Profesyonel erkek voleybol oyuncularında omuz kas kuvveti ve smaç servis hızı arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Aksu, A. (2014). Adölesanlarda voleybol sezonu süresince yaralanmaları önleyici egzersiz programının etkinliğinin karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Aktuğ, Z.B., Kutlu, Z., Aka, H., İbiş, S. (2023). *Temel hareket paternlerinin değerlendirilmesinde alternatif bir yöntem: Fonksiyonel hareket taraması*. Karakoç, B. ve Ünver, R. Editör (Eds.), Küreselleşen dünyada spor bilimleri, (Bölüm 4., ss. 47-69), Duvar Yayınları.

Aktuğ, Z.B., Yavuz, G., İbiş, S., Aka, H., Pişkin, N.E. (2022). *Solunum kası kuvvetini geliştirmede yeni bir yaklaşım: Aletli solunum kası egzersizi*. Töre Ö., Akdeniz, H. (Editörler). Her yönüyle spor ve sağlık araştırmaları, Çizgi Kitabevi.

Aslan, C.S., Koç, H., & Karakollukçu, M. (2015). Voleybol 1. liginde oynayan erkek sporcuların seçilmiş fiziksel, fizyolojik ve motorik özelliklerinin belirlenmesi. *İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2(3), 1-13.

Bishop, D. (2003). Warm up 11: performance changes following active warm up on exercise performance. *Sports Medicine*, 33(7), 483-498.

Bizzini, M., Impellizzeri, F.M., Dvorak, J., Bortolan, L., Schena, F., Modena, R., & Junge, A. (2013). Physiological and performance responses to the FIFA 11+ (part 1): is it an appropriate warm-up?. *Journal of Sports Sciences*, 31(13), 1481-1490.

Cholewicki, J., Silfies, S.P., Shah, R.A., Greene, H.S., Reeves, N.P., Alvi, K., & Goldberg, B. (2005). Delayed trunk muscle reflex responses increase the risk of low back injuries. *Spine*, 30(23), 2614-2620.

Chorba, R.S., Chorba, D.J., Bouillon, L.E., Overmyer, C.A., & Landis, J.A. (2010). Use of a functional movement screening tool to determine injury risk in female collegiate athletes. *North American Journal Of Sports Physical Therapy*, 5(2), 47-54.

Cook, G., Burton, L., & Hoogenboom, B. (2006). Pre-participation screening: the use of fundamental movements as an assessment of function – part 1. *North American Journal of Sports Physical Therapy*, 1(2), 62-72.

Cook, G., Burton, L., Kiesel, K., Rose G., & Bryant, M.F. (2010). *Movement: Functional Movement Systems: Screening, Assessment, Corrective Strategies*. BookBaby.

Çelebi, M.M., & Zergeroğlu, A.M. (2017). Isınma ve germe egzersizlerinin propriosepsiyon ve denge üzerine etkisi. *Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Mecmuası*, 70(2), 83-89.

Gok, U., Aka, H., Aktuğ, Z.B., & Ibiş, S. (2023). Comparison of the effects of general warm-up and FIFA 11+ warm-up programs on Functional Movement Screen test scores and athletic performance. *Turkish Journal Sports Medicine*. 58(1), 15-20.

Gouvêa, A.L., Fernandes, A.L., César, E.P., Silva, W A.B., & Gomes, P.S.C. (2013). The effects of rest intervals on jumping performance: a meta-analysis on post-activation potentiation studies. *Journal of Sports Sciences*, 31(5), 459-467.

İbiş, S., Yavuz, G., Kurt, S., Pişkin, N. E., & Aktuğ, Z. B. (2022). What is the Most Important Percentage of Pressure in Inspiratory Muscle Warm-Up Exercises for Children?. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 5(3), 593-603.

Karasar, N. (2022). Bilimsel araştırma yöntemi; kavramlar ilkeler teknikler. (37. Baskı), Ankara: Nobel Yayıncılık.

Kiesel, K., Plisky, P.J., & Voight, M.L. (2007). Can serious injury in professional football be predicted by a preseason functional movement screen?. *North American Journal of Sports Physical Therapy*, 2(3), 147-158.

Kraemer, W.J., French, D.N., Paxton, N.J., Hakkinen, K., Volek, J.S., Sebastianelli, W.J., & Knuttgen, H.G. (2004). Changes in exercise performance and hormonal concentrations over a big ten soccer season in starters and nonstarters. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 18(1), 121-128.

McGowan, C.J., Pyne, D.B., Thompson, K.G., & Rattray, B. (2015). Warm-up strategies for sport and exercise: mechanisms and applications. *Sports Med*, 45, 1523–1546.

Sheppard, J.M., & Young, W.B. (2006). Agility literature review: classifications, training and testing. *Journal of Sports Sciences*, 24(9), 919-932.

Soligard, T., Myklebust, G., Steffen, K., Holme, I., Silvers, H., Bizzini, M., Junge, A., Dvorak, J., Bahr, R., & Andersen, T.E. (2008). Comprehensive warm-up programme to prevent injuries in young female footballers. Cluster randomised controlled trial. *British Medical Journal (Clinical Research Edition)*, 337, a2469.

Sukatan, Z., Aktuğ, Z. B., İbiş, S., Yavuz, G., & Pişkin, N. E. (2022). Acute effect of different respiratory muscle warm-up on respiratory parameters: Farklı solunum kası ısınmasının solunum parametrelerine akut etkisi. *Journal of Human Sciences*, 19(4), 550-560.

Şahin, N., Gurses, V.V., Baydil, B., Akgul, M.S., Feka, K., Iovane, A., & Messina, G. (2018). The effect of comprehensive warm up (FIFA 11+ Program) on motor abilities in young basketball players: a pilot study. *Acta medica*, 34, 703.

Torres, E.M., Kraemer, W.J., Vingren, J.L., Volek, S.J., Hatfield, D.L., Spiering, B.A., Ho, J.Y., Fragala, M.S., Thomas, G.A., Anderson, J.M., Häkkinen, K., & Maresch, C.M. (2008). Effects of stretching on upper-body muscular performance. *Journal Strength Condition Research*, 22(4), 1279-1285.

Wulf, G. (2007). Attention and Motor Learning. Human Kinetics, Champaign, IL.

Yüktaşır, B., Şimşek, Ö., Çoknaz, H., Mirzeoğlu, D., & Mirzeoğlu, N. (2000). A-2 liginde oynayan bir bayan voleybol takımının sezon öncesi hazırlık dönemi antrenmanlarının, voleybolcuların fiziksel ve fizyolojik özelliklerine olan etkisi. *Voleybol Bilim ve Teknolojisi Dergisi*, 1, 16-22.

Zois, J., Bishop, D.J., Ball, K., & Aughey, R.J. (2011). High-intensity warm-ups elicit superior performance to a current soccer warm-up routine. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 14(6), 522-528.



**THE MEDIATING EFFECT OF INTERNAL OR EXTERNAL REGULATION
FACTORS ON THE EFFECT OF HIGH SCHOOL STUDENTS' HEALTHY
LIFESTYLE BELIEFS ON THEIR LEISURE TIME EXERCISE
PARTICIPATION***

Recep Cevhan¹ , Ercan Polat^{2†} 

¹Beyşehir Karaali Ortaokulu, Millî Eğitim Bakanlığı, KONYA

²Yozgat Bozok Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, YOZGAT

Abstract: In the present study, it was aimed to determine the mediating effect of internal or external regulation factors on the effect of high school students' healthy lifestyle beliefs on their leisure time exercise participation. The population of the study consisted of high school students in all secondary education institutions within the Ministry of National Education in Konya Beyşehir, while the sample consisted of high school students in three secondary education institutions randomly selected from these secondary education institutions. Quantitative research methods and general survey model were used in the study. The research data were collected with the Healthy Lifestyle Beliefs Scale (HLBS), the Behavioral Regulations in Exercise-2 Scale and the Leisure Time Exercise Questionnaire (LTEQ) questionnaire. Before testing the hypotheses, confirmatory factor analysis (CFA) was conducted to verify the factor structures of the HLBS and the Behavioral Regulations in Exercise-2 Scale and the validity of the scales was confirmed. The hypotheses formed within the scope of the research were tested with structural equation modeling (SEM). According to the findings of the study, it was found that HLB positively and significantly affected internal regulation and negatively and significantly affected external regulation. It was found that internal regulation positively and significantly influenced SZEK, but the effect of external regulation on SZEK was insignificant. It was determined that HLB positively and significantly influenced LTEP through the mediation of internal regulation, which is the motivation to engage in exercise behavior, but the mediation effect of external regulation in the interaction between HLB and LTEP was not significant.

Key Words: Healthy living beliefs, Leisure time participation, Exercise behavior motivation, High school student

**LİSE ÖĞRENCİLERİNİN SAĞLIKLI YAŞAM BİÇİMİ İNANÇLARININ SERBEST
ZAMAN EGZERSİZ KATILIMLARINA ETKİSİNDE İÇSEL VEYA DIŞSAL
DÜZENLEME FAKTÖRLERİNİN ARACILIK ETKİSİ**

Öz: Mevcut araştırmada, lise öğrencilerinin sağlıklı yaş biçimi inançlarının serbest zaman egzersiz katılımlarına etkisinde içsel veya dışsal düzenleme faktörlerinin aracılık etkisinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın evrenini Konya Beyşehir'de Millî Eğitim Bakanlığı bünyesindeki tüm ortaöğretim kurumlarındaki lise öğrencileri oluştururken örneklemini ise bu ortaöğretim kurumlarından rastlantısal olarak seçilen üç ortaöğretim kurumundaki lise öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmada nicel araştırma yöntemleri ve genel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırma verileri Sağlıklı Yaşam Biçimi İnanç (SYBİ) Ölçeği, Egzersizde Davranışsal Düzenlemeler-2 Ölçeği ve Serbest Zaman Egzersiz Anketi (SZEK) ile toplanmıştır. Hipotezler test edilmeden önce SYBİ ölçeği ve EDDÖ-2'nin faktör yapılarının doğrulanması için doğrulayıcı faktör analizi (DFA) yapılmış ve ölçeklerin geçerliği doğrulanmıştır. Çalışma için üretilen hipotezler yapısal eşitlik çözümlemesi (YEM/SEM) ile test edilmiştir. Araştırma bulguları incelendiğine SYBİ'nin içsel düzenlemeyi pozitif yönlü ve anlamlı olarak, dışsal düzenlemeyi ise negatif yönlü ve anlamlı olarak etkilediği tespit edilmiştir. SZEK'yi içsel düzenlemenin pozitif yönlü ve anlamlı olarak etkilediği lakin dışsal düzenlemenin SZEK üzerindeki etkisinin ise anlamsız olduğu tespit edilmiştir. SYBİ'nin egzersiz davranışına yönelim motivasyonu olan içsel düzenlemenin aracılığı ile SZEK'yi pozitif yönlü ve anlamlı olarak etkilediği lakin SYBİ ile SZEK arasındaki etkileşimde dışsal düzenlemenin aracılık etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Sağlıklı yaşam inancı, Serbest zaman katılımı, Egzersiz davranış motivasyonu, Lise öğrencisi

* Bu çalışma ortaöğretim öğrencilerinin serbest zaman egzersiz katılım düzeyleri, sağlıklı yaşam biçimi inançları ve egzersizdeki davranışsal düzenlemeleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi: Beyşehir örneği başlıklı yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

† Sorumlu Yazar: Ercan POLAT, Prof. Dr., E-mail: ercihanpolat@hotmail.com

INTRODUCTION

The world population is being dragged into sedentary life. Digitalization (mobile banking, internet shopping, hospital appointments, etc.) and mechanization (cleaning, agriculture, office tools, etc.) encourage sedentary living. This starts in childhood and continues throughout life. Children who play in the streets are now replaced by children who spend time at home in front of the computer. A sedentary lifestyle not only leads to health issues but can also result in fatalities. According to a report from the World Health Organization (WHO), approximately 1.9 million people globally lose their lives each year due to inactivity. (WHO, 2002). Atilla (2017) states that an average of 3.2 million people die every year due to sedentary life. Although it is known that exercise, which is an important factor to prevent sedentary life, provides many benefits to human health, it is a known and thought-provoking situation that there are individuals who do not exercise (Ersöz, 2011). According to the US National Center for Health Statistics, exercise is characterized by intentional, organized, and repetitive physical movements aimed at sustaining or enhancing various aspects of physical fitness (NCHS, 2017). High school students have a stressful workload of school, courses and exams in order to fulfill their future responsibilities and duties. Stress is recognized for contributing to long-term health issues across multiple systems, including the digestive system, nervous system, immune system, cardiovascular system, and even leading to obesity (McEwen & Sapolsky, 2006). It is very important for secondary school students, who harbor stress at various stages of their lives, to evaluate their free time by exercising in order to raise a healthy generation (Kaplan, 2016; Yerlisu Lapa et al., 2016). In this context, it is curious how active high school age individuals, who are the determinants of future generations, are for a healthy life.

The WHO defines health not merely as the absence of illness or disability, but as a state of total physical, mental, and social well-being (Güner & Özkan, 2019). A healthy lifestyle involves managing all behaviors that impact health and structuring daily activities in a way that aligns with one's individual health status (Pender, 1987). Based on these definitions, it can be said that individuals with healthy lifestyle beliefs should prefer behaviors appropriate to their health status to protect their health and improve their quality of life. Being physically active is said to protect health and improve quality of life (Marquez et al., 2020). Therefore, it is extremely important to make exercise an indispensable part of our lives as one of the most effective ways to stay physically active. Motivation is an important factor that directs our exercise behavior (Tekkanat, 2008). Motivation is defined as a concept that mobilizes a person in a certain line with feelings such as need or passion (Adair, 2013). When discussing the concept of motivation, two motivational orientations such as internal regulation and external regulation are mentioned. Based on the Self-Determination Theory (SDT) proposed by Deci and Ryan (2000), internal regulation means taking action by taking into account one's own internal values and motivational factors, whereas external regulation refers to engaging in a behavior only to satisfy external pressures or to obtain externally imposed rewards. Individuals who exercise with the motivation of healthy living beliefs can perform their exercise behaviors in a more motivated way by activating their internal regulation factors. In this context, it can be said that internal regulation, which is a guiding factor in exercise behavior, is an important component of healthy living behaviors. In another study based on Health Behavior Theory, it was emphasized that beliefs about health behaviors increase the motivation to exercise (Razon & Sachs, 2021). In this context, it can be said that individuals who want to exhibit healthy behaviors will want to exercise more under the influence of internal regulation factors.

It is thought that the level of healthy lifestyle beliefs of high school students, the level of their participation in exercise in their free time, which forms of behavioral regulation (internal

regulation or external regulation) they tend to exercise under the influence of, and how these variables are in a relationship are important for future generations. The purpose of this study was to examine the mediating effect of internal or external regulation, which pertains to the motivation for exercise behavior, on the influence of high school students' beliefs about healthy lifestyles on their participation in leisure-time physical activities.

Literature Review

The interaction between healthy living beliefs/behaviors and exercise orientation factors of internal regulation and external regulation

Literature studies on the relationship between healthy living beliefs/behaviors and exercise orientation factors of internal regulation and external regulation were examined. Ahn and Kim (2022) applied fitness exercises to university students for 5 weeks, 3 days a week. Based on t-test and hierarchical regression analyses conducted before and after the exercise program, the results indicated that autonomous motivation significantly increased levels of healthy lifestyle beliefs (HLB) through consistent participation in exercise, demonstrating a strong correlation. Some studies in the literature have reported a positive and significant correlation between autonomous behaviors related to exercise motivation and psychological well-being, as well as a negative and significant relationship between controlled (non-autonomous) behaviors and psychological well-being (Ryan & Deci, 2000; Standage et al., 2012; Özdemir et al., 2016). Maltby and Day (2001) examined the exercise motivation and psychological well-being of university students who claimed to exercise regularly. They found that external motivation, which is effective in the exercise orientation of individuals who exercise, is associated with weaker psychological well-being and internal motivation is associated with stronger psychological well-being.

Interaction between internal regulation and external regulation, which are exercise orientation factors, and exercise/physical activity participation

Literature studies on the relationship between internal regulation and external regulation, which are exercise orientation factors, and exercise/physical activity participation were reviewed. In a review study (Teixeira et al., 2012), 53 research articles conducted with adults over the age of 18 were analyzed. As a result of the review, it was reported that there were positive and significant relationships between exercise behavior and internal regulation. In addition, although it was determined that there were studies that found negative significant relationships between exercise behavior and external regulation, many studies reported that there were insignificant relationships between exercise behavior and external regulation. Stephan et al., (2010), in their study with elderly individuals, interpreted the relationship between exercise behavior and internal regulation as positive and significant and the relationship between exercise behavior and external regulation as insignificant. In a study examining the exercise motivation and physical activity levels of university students, it was reported that individuals with high internal regulation (autonomous behavior) scores were moderately and highly active and individuals with high external regulation (controlled behavior) scores were less active (Ersöz et al., 2012). In a similar research study examining the motivation of university students to exercise, it was reported that there were significant positive relationships between moderate and high intensity physical activity levels of university students and internal regulation, while the relationships between physical activity levels and external regulation were insignificant (Quartiroli & Maeda, 2014).

Interaction between healthy living beliefs/behaviors and exercise/physical activity participation

Literature studies on the relationship between healthy living beliefs/behaviors and exercise/physical activity participation were examined. Kudubeş et al., (2022), in a study conducted with adolescent students, reported that HLB affected exercise attitudes by 96.3% and physical activity attitudes by 93.6%. Kelly et al., (2011) investigated the relationship between the levels of HLB and healthy lifestyle behaviors among adolescents, including physical activity and nutrition, and found a positive correlation between HLB and physical activity behavior. Demirel Bozkurt and Yağız Altıntaş (2021) reported that there was a significant positive correlation between nursing students' leisure time exercise levels and total scores of the Healthy lifestyle scale. Positive significant relationships were found between healthy lifestyle behaviors and general health perceptions and exercise behaviors of university students studying in health programs (Ünalın et al., 2007).

METHOD

Research Model

In the present study, quantitative research method was used. The research model is the collection of data that serves the purpose of the study with economic conditions and the organization of conditions for analyzing the data. The general survey model refers to the survey designs implemented with either the entire population or a sample drawn from that population to obtain a comprehensive understanding of the overall opinions within the universe (Karasar, 2020). In this current study, the general survey model was used. The data collected within the scope of the research were analyzed with structural equation modeling (SEM). The hypotheses and models created in this context are presented below.

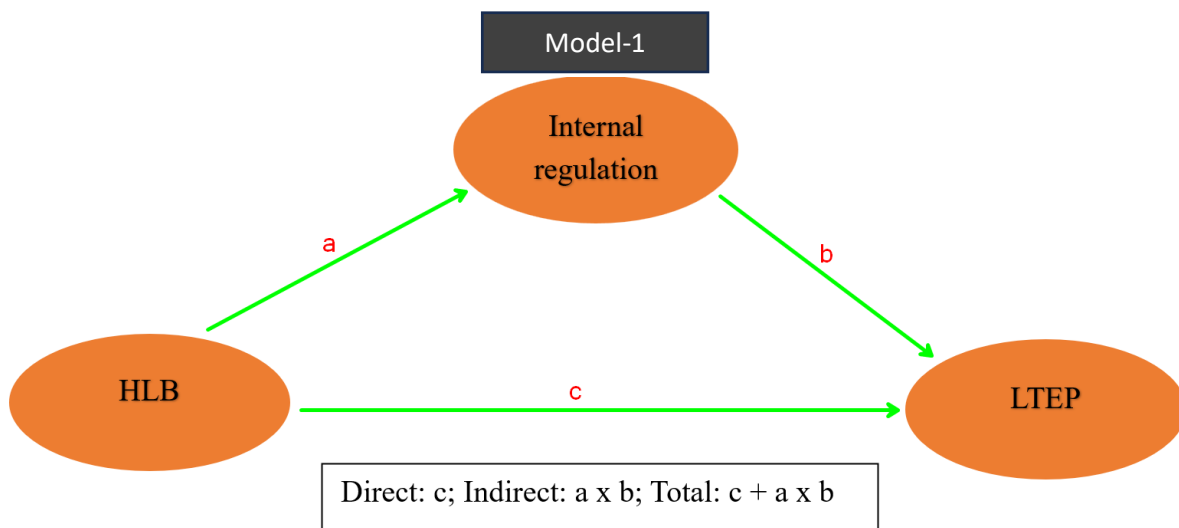


Figure 1. Mediating effect of internal regulation

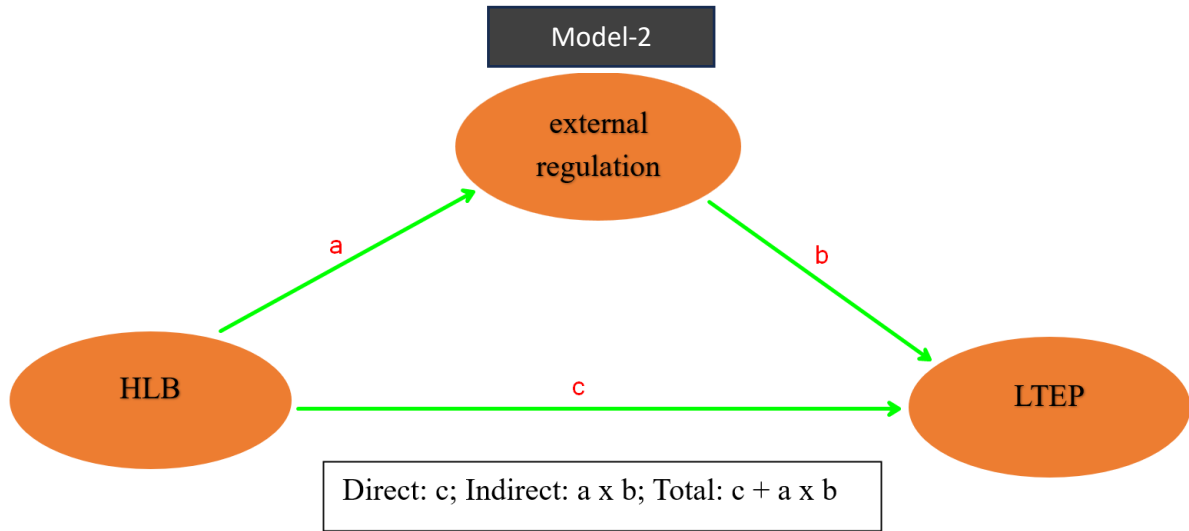


Figure 2. Mediating effect of external regulation

H1: Healthy lifestyle belief (HLB) significantly affects internal and/or external regulation as motivation for exercise behavior.

H2: Internal and/or external regulation as motivation for exercise behavior significantly affects leisure time exercise participation (LTEP).

H3: Healthy lifestyle beliefs (HLB) significantly influence leisure-time exercise participation (LTEP) through internal regulation and/or external regulation as motivation to engage in exercise behavior.

Population and Sample

The study population comprises high school students from all secondary education institutions in Beyşehir, Konya, under the Ministry of National Education. This includes Anadolu High Schools, Vocational and Technical Anadolu High Schools, Science High Schools, Anadolu Imam Hatip High Schools, and Multi-Program Anadolu High Schools. The sample group of the study includes high school students selected randomly from three secondary education institutions: Anatolian High School, Vocational and Technical Anatolian High School, and Science High School. Cluster sampling refers to a method in which all clusters in the population have an equal chance of being selected individually (Karasar, 2020). In this current study, disproportionate (random) cluster sampling method was used. Descriptive information for the participants of the study is given in Table 1.

Table 1. Percentage frequency information for participants

	Gender		School Type			Class Level				Grade Point Average			
	Female	Male	VTAHS	Anatolian H.S.	Science H.S.	9th g Class	10th Class	11th Class	12th Class	0-49	50-69	70-84	85-100
N	318	166	166	180	138	131	113	110	130	17	128	130	203
%	65,7	34,3	34,3	37,2	28,5	27,1	23,3	22,7	26,9	3,6	26,8	27,2	42,5

Data Collection Tool

The data collection tool for the study comprises four components: a personal information form, the Healthy Lifestyle Beliefs Scale (HLBS), the Behavioral Regulations in Exercise Scale-2 (BRES-2), and the Leisure Time Exercise Questionnaire (LTEQ)

The personal information form included descriptive information such as gender, school type, grade level and grade point average.

The Healthy Lifestyle Beliefs Scale (HLBS), developed by Melnyk and Small (2003), was adapted to Turkish culture, with its reliability and validity tested by Kaya (2019). It was reported that the scale is a valid and reliable tool for secondary school students between the ages of 14-19. The scale was developed to measure the healthy lifestyle beliefs of individuals in secondary education. The lowest total score to be obtained from the scale is 11 and the highest total score is 55. The overall internal consistency coefficient in the scale was determined as 0.78 (Cronbach Alpha) (Kaya, 2019).

The Behavioral Regulations in Exercise Scale-2 (BRES-2) is used to determine motivational orientations in exercise behaviors. It was introduced to the literature by Mullan et al., (1997). It was revised again by Markland and Tobin (2004) and was named as Behavioral Regulations in Exercise Scale-2 (BRES-2). The scale adapted into Turkish by Ersöz (2011) is a valid and reliable measurement tool. The scale translated into Turkish was re-presented to the literature as 19 items and 4 sub-dimensions [internal regulation (7 items), regulation by introjection (4 items), external regulation (4 items) and amotivation (4 items)]. The scale items explained 54.61% of the inventory. Cronbach's alpha reliability coefficients of the scale were 0.81-0.77-0.67-0.69 for internal regulation, regulation by introjection, external regulation and amotivation, respectively. The BRES-2 is a 5-point Likert-type inventory that is scored on a scale from zero (0) to four (4) points as “definitely not true”, “sometimes true” and “definitely true” (Ersöz et al., 2012).

The Leisure Time Exercise Questionnaire (LTEQ) was introduced to the literature by Godin and Shephard (1985, 1997) to measure the exercise activity level of individuals in their free time. Its validity and reliability were tested by Yerlisu Lapa et al., (2016) on secondary school students aged 13-19 years studying in Antalya. The questionnaire consists of questions related to exercises performed as a leisure time activity for at least 15 minutes in the last 7 days. As a result of the exploratory factor analysis, it was reported that the questionnaire consisted of a single factor structure and could explain 48% of the total variance. The factor loadings of the survey questions were 0.74, 0.81 and 0.48 for each item. The stability level of the questionnaire was measured by test-retest method and the correlation scores obtained were 0.90, 0.93, 0.85 for each item and 0.94 for the overall questionnaire, respectively. In order to calculate the total score at the end of the questionnaire, high intensity activities were multiplied by 9, moderate intensity activities by 5 and mild intensity activities by 3 and the scores obtained were summed (Yerlisu Lapa et al., 2016).

Data Collection

The present research was ethically approved by Ağrı İbrahim Çeçen University Scientific Research Ethics Committee with the decision dated 23.03.2022 and numbered 76. Research permission was obtained from Konya Provincial Directorate of National Education with the letter dated 30.03.2022 and numbered E-83688308-605.99-46824545 to collect data from students in secondary education institutions in Beyşehir district of Konya province. After the permissions, data were collected from the students in the determined secondary education

institutions under the leadership of the institution supervisors. Data collection was conducted face-to-face in classrooms. Before the questionnaire application, the necessary explanations were made to the participants both verbally and in writing within the framework of ethical principles.

Data Analysis

Jamovi (version 2.5.6), a free and open-source computer program, was used for statistical analysis of the data collected within the scope of the study. Before starting the hypothesis tests, the reliability of the HLB and the mediating variables (internal regulation and external regulation) were tested with Cronbach's alpha ($\alpha_{HLBS}=0.83$; $\alpha_{\text{internal regulation}}=0.85$; $\alpha_{\text{external regulation}}=0.79$) internal consistency coefficient. The scales used in the analyses were found to have sufficient reliability ($\alpha \geq 0.70$) (Seçer, 2015). The validity of the HLB and the mediating variables was confirmed by confirmatory factor analysis (CFA) (Oktar, 2022). Reliability and validity analyses were not conducted for this questionnaire since the LTEP is not a scale but a questionnaire. Before proceeding to the hypothesis tests, normality assumption was checked for each variable (HLBS, internal regulation, external regulation, and LTEP). While determining the normality of the distribution of the data, skewness/skewness and kurtosis/ kurtosis coefficients and graphical (Histogram, Normal Q-Q Plot, Detrendet Normal Q-Q Plot and Box Plots) examinations were also made (Kline, 2011). To test the hypotheses, a mediation analysis based on Structural Equation Modeling was conducted. In this analysis, one independent (HLB), one dependent (LTEP) and 2 mediating variables (internal regulation and external regulation) were used. Analyses were conducted using the standard estimation method for SE's (Antalyalı & Alparslan, 2022).

FINDINGS

Confirmatory Factor Analysis (CFA) for Data Collection Tools

Table 2. Factor loadings for the BRES-2

Factors	Items	Estimate	SH	Z	p	Stand. Estimate
Internal Regulation	BRES15	0.87	0.05	18.72	< 0.001	0.76
	BRES18	0.94	0.05	18.59	< 0.001	0.75
	BRES10	1.02	0.05	21.74	< 0.001	0.83
	BRES4	0.55	0.05	9.90	<0.001	0.45
	BRES14	0.67	0.05	13.71	< 0.001	0.59
	BRES8	0.92	0.06	16.10	< 0.001	0.68
	BRES3	0.69	0.04	15.53	< 0.001	0.65
Editing by Introjection	BRES17	1.02	0.05	19.26	< 0.001	0.81
	BRES13	0.99	0.06	17.22	< 0.001	0.74
	BRES2	0.77	0.05	14.68	< 0.001	0.65
	BRES7	0.61	0.05	12.44	< 0.001	0.57
External Regulation	BRES11	0.61	0.04	13.92	< 0.001	0.70
	BRES6	0.47	0.04	11.74	< 0.001	0.59
	BRES16	0.65	0.05	13.96	< 0.001	0.70
	BRES1	0.38	0.05	8.26	< 0.001	0.44
Amotivation	BRES9	0.90	0.05	16.79	< 0.001	0.73
	BRES19	0.78	0.05	17.05	< 0.001	0.74
	BRES5	0.55	0.05	10.72	< 0.001	0.51
	BRES12	0.65	0.05	14.10	< 0.001	0.64

Table 2 shows the factor loadings resulting from the confirmatory factor analysis (CFA) conducted for the Behavioral Regulation in Exercise Scale-2 (BRES-2). When the table is examined, it is determined that the factor loadings of each scale item are at an acceptable level (Stand. Estimate>0.30) and significant ($p<0.001$).

Table 3. Factor covariances for the BRES-2

		Estimate	SH	Z	p	Stand. Estimate
Internal Regulation	Editing by Introjection	0.56	0.04	13.93	< 0.001	0.56
	External Regulation	-0.10	0.06	-1.78	0.075	-0.10
	Amotivation	-0.74	0.03	-23.45	< 0.001	-0.74
Editing by Introjection	External Regulation	0.27	0.06	4.84	< 0.001	0.27
	Amotivation	-0.30	0.05	-5.67	< 0.001	-0.30
External Regulation	Amotivation	0.28	0.06	4.76	< 0.001	0.28

Table 3 shows the factor covariance values that emerged as a result of the confirmatory factor analysis (CFA) for the Behavioral Regulation in Exercise Scale-2 (BRES-2). When the table is examined, it is seen that the covariances between the other factors are significant ($p < 0.001$) except for the covariance between internal regulation and external regulation factors. It was found that internal regulation showed an inverse/negative relationship with amotivation (Stand. Est: -0.74) and the same/positive relationship with regulation by introjection (Stand. Est: 0.56). Editing by Introjection showed an inverse/negative relationship with amotivation (Stand. Est: -0.30) and the same/positive relationship with external regulation (Stand. Est: 0.27). In addition, it was determined that there was a same/positive relationship (Stand. Est: 0.28) between external regulation and amotivation.

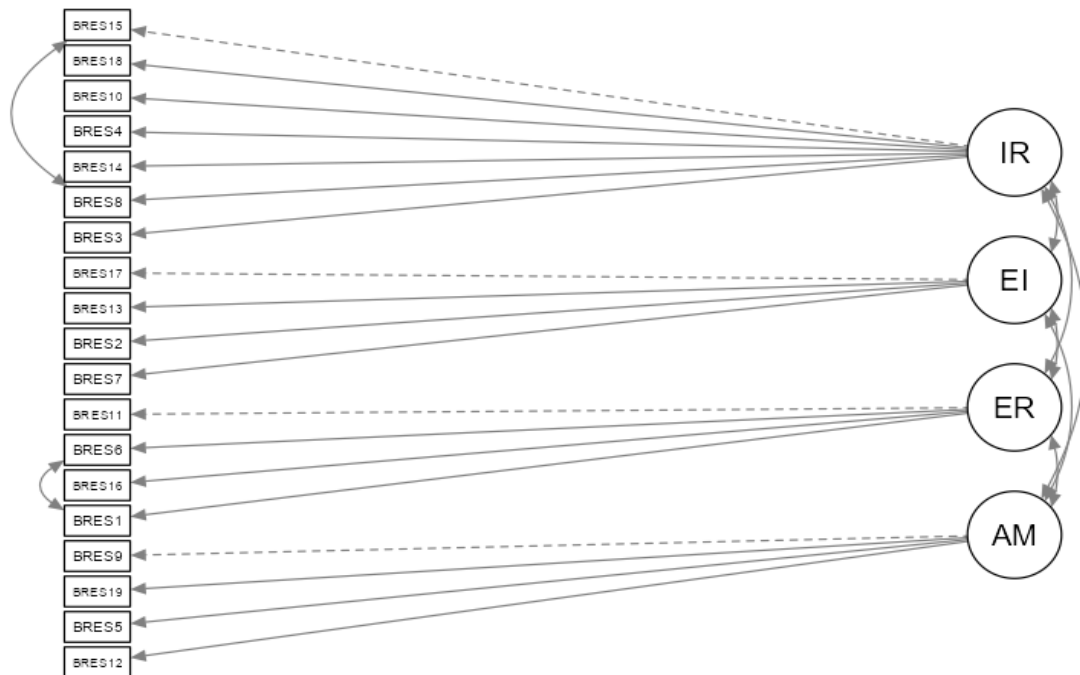
**Figure 3.** Factor structure of the BRES-2

Figure 3 shows the factor structure of the BRES-2, whose structural validity was confirmed. According to the figure, it can be said that internal regulation (IR) consists of 7 items, and Editing by Introjection (EI), external regulation (ER) and amotivation (AM) consist of 4 items

each, and the 19-item structure of the scale was confirmed. In addition, considering the modification results, items 8 and 15 and items 1 and 6 were associated with covariance lines.

Table 4. Model fit values for the BRES-2

Fit Indexes	Accepted Reference Intervals for Fit Indexes	BRES-2
p	p significance value for χ^2	< 0.001
χ^2/df	$0.00 \leq \chi^2/df \leq 5.00$	2.60
CFI	$0.90 \leq CFI \leq 1.00$	0.93
TLI	$0.90 \leq TLI \leq 1.00$	0.91
SRMR	$0.00 \leq SRMR \leq 0.09$	0.05
RMSEA	$0.00 \leq RMSEA \leq 0.10$	0.06

Note: Reference intervals were provided by Yurt (2023).

Table 4 shows the goodness-of-fit values examined for the verification of the factor structure of the BRES-2 and the accepted reference ranges for these values. When the goodness of fit values for the related scale are examined, it is seen that the 4-dimensional (IR, EI, ER and AM) factor structure of the scale has acceptable fit values ($\chi^2/df=2.60$, CFI=0.93, TLI=0.91, SRMR=0.05, RMSEA=0.06). For this reason, it can be said that the BRES-2 used in this study is compatible with the Turkish adapted structure.

Table 5. Factor loadings for HLBS

Factor	Items	Estimate	SH	Z	p	Stand. Estimate
Beliefs about Health Behaviors	HLBS1	0.53	0.05	11.0	< 0.001	0.54
	HLBS2	0.71	0.05	14.0	< 0.001	0.67
	HLBS6	0.73	0.05	13.9	< 0.001	0.66
	HLBS7	0.67	0.05	13.1	< 0.001	0.64
	HLBS10	0.73	0.06	12.8	< 0.001	0.64
	HLBS11	0.74	0.05	13.6	< 0.001	0.66
Beliefs about Problem Solving	HLBS3	0.67	0.05	12.7	< 0.001	0.59
	HLBS4	0.56	0.05	10.2	< 0.001	0.52
	HLBS5	0.77	0.05	15.1	< 0.001	0.70
	HLBS8	0.68	0.06	11.6	< 0.001	0.55
	HLBS9	0.84	0.05	16.1	< 0.001	0.74

Table 5 shows the factor loadings that emerged as a result of the confirmatory factor analysis (CFA) conducted for the HLBS. When the table is examined, it is determined that the factor loadings of each scale item are at an acceptable level (Stand. Estimate>0.30) and significant ($p<0.001$).

Table 6. Factor covariances for HLBS

		Estimate	SH	Z	p	Stand. Estimate
Beliefs about Health Behaviors	Beliefs about Problem Solving	0.51	0.05	9.97	< 0.001	0.51

Table 6 shows the factor covariance value that emerged as a result of the confirmatory factor analysis (CFA) conducted for the HLBS. When the table is examined, it is determined that there is a same/positive (Stand. Est: 0.51) and significant ($p<0.001$) relationship between the belief factor for health behaviors and the belief factor for problem solving.

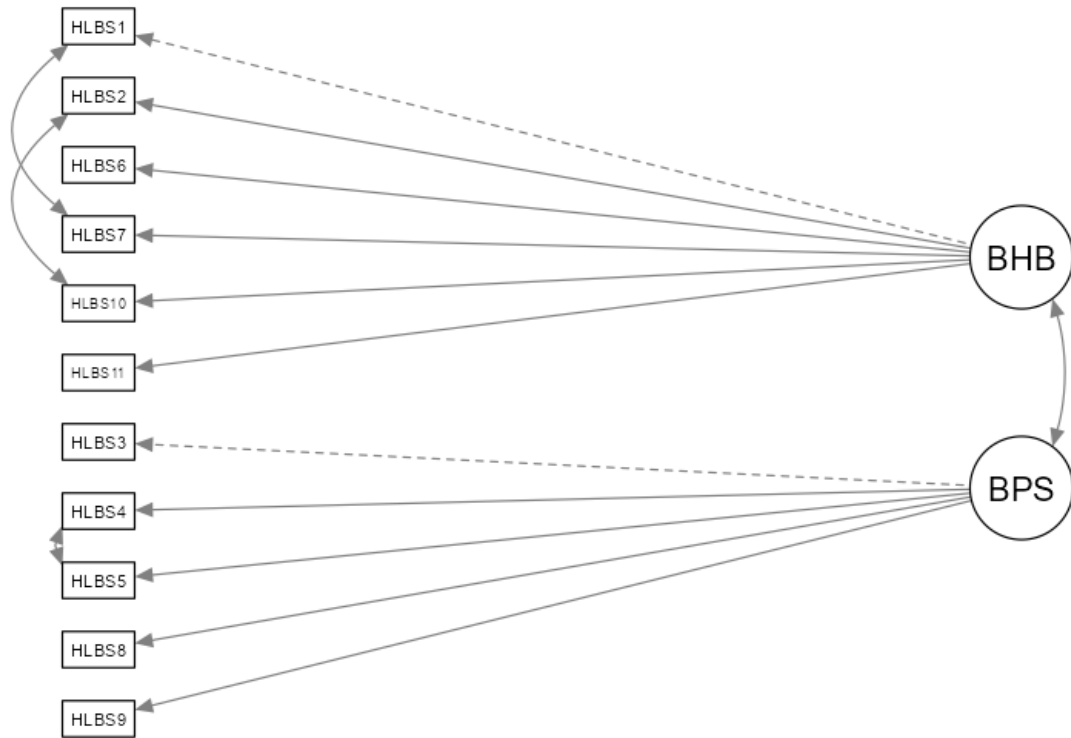


Figure 4. Factor structure of the HLBS

Figure 4 shows the factor structure of the HLBS whose structural validity was confirmed. According to the figure, it can be said that the beliefs about health behaviors (BHB) factor consists of 6 items and the beliefs about problem solving (BPS) factor consists of 5 items and the 11-item structure of the scale was confirmed. In addition, considering the modification results, items 1 and 7, 2 and 10, and 4 and 5 were associated with covariance lines.

Table 7. Model fit values for HLBS

Fit Indexes	Accepted Reference Intervals for Fit Indexes	HLBS
p	p significance value for χ^2	< 0.001
χ^2/df	$0.00 \leq \chi^2/df \leq 5.00$	4.10
CFI	$0.90 \leq CFI \leq 1.00$	0.93
TLI	$0.90 \leq TLI \leq 1.00$	0.90
SRMR	$0.00 \leq SRMR \leq 0.09$	0.06
RMSEA	$0.00 \leq RMSEA \leq 0.10$	0.08

Note: Reference intervals provided by Yurt (2023).

Table 7 shows the goodness of fit values examined for the verification of the factor structure of the HLBS and the accepted reference ranges for these values. When the goodness of fit values for the scale are examined, it is seen that the 2-dimensional (BHB and BPS) factor structure of the scale has acceptable fit values ($\chi^2/df=4.10$, $CFI=0.93$, $TLI=0.90$, $SRMR=0.06$, $RMSEA=0.08$). For this reason, it can be said that the HLB scale used in this study is compatible with the Turkish adapted structure.

Mediating Variable Analyses

Table 8. Path/effect coefficients for the mediating effect of internal and external regulation in the interaction of HLB and LTEP

Mediating Variable	Variables	Path	Estimate	SH	Z	p
Internal Regulation (Model-1)	HLB → Internal R.	a	0.33	0.03	9.79	0.00**
	Internal R. → LTEP	b	1.22	0.16	7.75	0.00**
	HLB → LTEP	c	-0.01	0.13	-0.08	0.93
External Regulation (Model-2)	HLB → External R.	a	-0.03	0.02	-2.16	0.03*
	External R. → LTEP	b	-0.16	0.36	-0.43	0.66
	HLB → LTEP	c	0.39	0.13	3.11	0.00*

*p<0,05; **p<0,001

Table 8 shows the path coefficients of the mediation effect created as model-1 (Figure 1) and model-2 (Figure 2) and the significance/ significance levels of these coefficients. When the table is examined, according to model-1 in which internal regulation, which provides motivational orientation to exercise, is mediated by internal regulation, the effect of HLB on the variable of internal regulation is Est: 0.33, p<0.001 and positive. The effect of internal regulation on the LTEP variable is Est: 1.22, p<0.001 and positive. Disregarding the effect of internal regulation, the direct effect of HLB on the variable LTEQ is Est: -0.01, p>0.05 and insignificant. When these results are evaluated, paths a and b are significant while path c is insignificant. According to the model-2 in which external regulation mediated by the motivational orientation to exercise, the effect of HLB on the external regulation variable is Est: -0.03, p<0.05 and it is negative. The effect of external regulation on the LTEQ variable is Est: -0.16, p>0.05 and insignificant. Disregarding the effect of external regulation, the direct effect of HLB on the LTEP variable is Est: 0.39, p<0.05 and is positive. When these results are evaluated, paths a and c are significant while path b is insignificant.

Table 9. The mediating role of internal and external regulation in the effect of HLB on LTEP

Mediating Variable	Effect	Path	Estimate	SH	Z	p	%
Internal Regulation (Model-1)	Indirect	a × b	0.41	0.07	6.08	0.00**	97.44
	Direct	c	-0.01	0.13	-0.08	0.93	2.56
External Regulation (Model-2)	Indirect	a × b	0.01	0.01	0.42	0.67	1.34
	Direct	c	0.39	0.13	3.11	0.00*	98.66
Total		c + a x b	0.40	0.13	3.17	0.00*	100.00

*p<0,05; **p<0,001

In Table 9, model-1 (Figure 1) and model-2 (Figure 2) in which internal and external regulation mediating motivational orientation to exercise were tested and the significance/ significance levels of indirect, direct and total effect coefficients generated for these models are given. When model-1, in which internal regulation that provides motivational orientation to exercise is mediated, was tested, it was found that the indirect effect of HLB on the variable LTEP was positive and significant at the Est: 0.41 level (p<0.001). Again, when the direct effect was tested for model-1, it was found that the effect was negative and insignificant at the level of Est: -0.01 (p>0.05). When model-2, which is mediated by external. regulation that provides motivational orientation to exercise, was tested, it was determined that the indirect effect of HLB on the LTEP variable was found to be Est: 0.01 and insignificant (p>0.05). Again, when the direct effect was tested for model-2, it was found that the effect was positive and significant at the Est: 0.39 level (p<0.05). The total effect for model-1 and model-2 in the table was found to be positive and significant at the Est: 0.40 level (p<0.05). When these results were evaluated, it was found that the indirect effect (a × b path) was positive and significant (p<0.001), while the direct effect (c path) was insignificant (p>0.05) in model-1 mediated by internal regulation. In

addition, it was determined that 98.66% of the total effect ($c + a \times b$ path) in this model was caused by the direct effect. In the model-2 mediated by external regulation, it was found that the indirect effect ($a \times b$ path) was insignificant ($p > 0.05$), while the direct effect (c path) was positive and significant ($p < 0.05$). In addition, it can be said that 97.44% of the total effect in this model is due to the indirect effect.

4. DISCUSSION AND CONCLUSION

H1: Healthy lifestyle beliefs (HLB) significantly affect internal or external regulation, which is the motivation to engage in exercise behavior.

When the research findings (table 2) were examined, it was found that HLB positively affected internal regulation, which is the motivation to exercise behavior, and negatively and significantly affected external regulation. Maltby and Day (2001) stated that internal motivation is more strongly related to psychological well-being than external motivation. In their study, Ryan and Deci (2007) reported that HLB increased exercise participation by affecting internal regulation. Ingledew, Markland and Ferguson (2009) reported that healthy living beliefs were related to internal regulation. In another study, it was reported that individuals' internal motivation to exercise behavior increased depending on their healthy life goals (Teixeira, Carraca, Markland, Silva & Ryan, 2012). Contrary to these results and research findings, no study was found that reported that HLB did not affect or insignificantly predicted the internal regulation that leads to exercise orientation. On the other hand, it has been stated that when exercise orientation is provided with external regulation, HLB may have a significant effect on exercise participation (Standage, Duda & Ntoumanis, 2003). In another study, it has been reported that HLB may increase exercise participation by supporting external regulation (Markland & Tobin, 2004). According to the free will theory (Deci & Ryan, 2000), behaviors that are performed under the influence of external pressures and rewards are behaviors performed under the influence of non-autonomous motivational factors, that is, more external regulation factors. On the contrary, behaviors that are performed because they provide pleasure or happiness are behaviors that are performed under the influence of autonomous motivational factors, that is, more internal regulation factors. In addition, in the same theory, internal goals for one's own health are also associated with internal motivation. Based on this information, it is thought that individuals who associate healthy living with exercise take action under the influence of internal factors and feel pleasure and happiness at the end of exercise behaviors. For this reason, it can be said that HLB affects internal regulation, which is the motivation to exercise, more than external regulation.

H2: Internal or external regulation, which is the motivation to engage in exercise behavior, significantly affects LTEP.

When the findings of the current research (table 2) are examined, it is found that internal regulation positively and significantly affects the LTEP, but external regulation does not significantly affect the LTEP. Studies on related issues were examined in the literature. It has been reported that internal regulation positively and significantly affects exercise behavior in a weight loss program and external regulation negatively and significantly affects exercise behavior (Edmunds, Ntoumanis & Duda, 2007). While exercise participation was significantly and positively predicted by internal regulation, it was not significantly predicted by external regulation (Ingledew, Markland & Ferguson, 2009). It has been reported that physical activity has a positive and significant relationship with internal regulation, but not with external regulation (Markland, 2009). In their review study, Teixeira et al., (2012) found that there were

strong and positive relationships between LTEP and internal regulation, whereas external regulation was more related to social expectations and rewards. It was stated that individuals with high internal regulation scores were moderately and highly active and individuals with high external regulation scores were less active (Ersöz et al., 2012). In a study examining the effect of internal motivation and external regulation on moderate physical activity, it was reported that only internal motivation had a significant and positive effect (Kalajas-Tilga, Koka, Hein, Tilga & Raudsepp, 2020). When the findings of the study and the studies in the literature are evaluated holistically, it can be said that internal regulation has a positive and significant effect on LTEP, while external regulation generally does not have a significant effect. It is also seen that this result is in line with the expectations of the Free Will Theory (Deci & Ryan, 2000).

H3: Healthy lifestyle beliefs (HLB) significantly affect leisure time exercise participation (LTEP) through internal regulation or external regulation, which are the motivation to engage in exercise behavior.

When the findings of the current research (table 3) are examined, it was found that the HLB positively and significantly influences LTEP through internal regulation, but the effect of HLB on LTEP is not significantly mediated by external regulation. No study directly related to the research hypothesis was found in the foreign and national literature. In addition, according to the findings of the current research and the results of academic studies in the literature, there is a significant mediation effect between the HLB and internal regulation that supports exercise orientation (Ingledew, Markland & Ferguson, 2009; Maltby & Day, 2001; Ryan & Deci, 2007; Teixeira, Carraca, Markland, Silva & Ryan, 2012) and between internal regulation and HLB (Edmunds, Ntoumanis & Duda, 2007; Ersöz et al., 2012; Ingledew, Markland & Ferguson, 2009; Teixeira et al., 2012), it is seen that there are significant and positive relationships. According to the free will theory (Deci & Ryan, 2000), meeting three basic psychological needs (autonomy, competence and relatedness) activates the internal motivation of individuals. Based on the free will theory, it is thought that individuals who associate exercise behavior with healthy life will participate in LTEP under the influence of internal regulation factors. As a matter of fact, McDonough & Crocker (2007) stated that the need for relatedness activates autonomous, that is, internal regulation factors. In addition, in another study, it was reported that fitness and health concepts were among the most important reasons for participation in physical activity (Sit, Kerr & Wong, 2008). The results of the related studies strengthen the idea that healthy life beliefs will direct exercise behavior and when this relationship is achieved, internal motivation will mediate this relationship. For this reason, considering the findings of the study and the information obtained from the aforementioned literature sources, it is thought that HLB has a positive and significant effect on LTEP through internal regulation. On the contrary, there is no strong evidence in the literature indicating that external regulation mediates the interaction between LTEP and HLB. For this reason, considering the research findings and literature sources, it is thought that external regulation does not significantly mediate the interaction between LTEP and HLB.

Recommendations

- The mediating effects of the exercise behavior orientation factors (i.e., internalizing regulation and amotivation) on the interaction between HLB and LTEP can be examined.
- Interaction or mediation effects between healthy lifestyle behaviors, behavioral adjustments to physical activity and exercise factors (internal regulation, internalizing regulation, externalizing regulation and amotivation) can be examined.

- In the aforementioned research topics, samples were generally selected from university students and adults. These topics can also be studied with adolescents or middle school students.
- A critical step can be taken for a healthy generation by increasing equipped and safe areas for primary, middle and high school students to exercise with municipalities and local administrative administrations.
- Exercise activities of high school students in secondary education institutions can be increased. Internal motivation of students and instructors should be increased.
- The number of indoor sports halls in education and training institutions within the Ministry of National Education can be increased and students can be encouraged to use these areas for exercise.

REFERANCES

- Adair, J. (2013). *Etkili motivasyon* (Çev: S. Uyan). 4. Baskı, İstanbul: Babıalı Kültür Yayıncılık.
- Ahn, J., & Kim, I. (2022). The effect of autonomy and self-control on changes in healthy lifestyles of inactive college students through regular exercise. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(17), 10727. Retrieved from: <https://doi.org/10.3390/ijerph191710727>
- Alparslan, A., M. (Ed.). (2022). Sosyal bilimlere yönelik araştırma hikayeleri ile anlatım 2. Baskı, Ö. L. Antalyalı ve A. M. Alparslan (Ed.), *Aracı Etki Analizi* içinde (259-266). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Atilla, S. (2017, Nisan 6). Hareketsiz yaşam her yıl 3,2 milyon kişinin ölüm sebebi. *Anadolu Ajansı*. Erişim tarihi: 9 Eylül 2024. Erişim adresi: <https://www.aa.com.tr/tr/saglik/hareketsiz-yasam-her-yil-3-2-milyon-kisinin-olum-sebebi/815239>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
- Demirel Bozkurt, Ö. ve Yağız Altıntaş, R. (2021). Hemşirelik öğrencilerinin sağlıklı yaşam biçimi davranışları ile serbest zaman aktifliği arasındaki ilişki. *İnönü Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu Dergisi*, 9(3), 981-997. Erişim adresi: <https://doi.org/10.33715/inonusaglik.848998>
- Ersöz, G., (2011). *Egzersiz katılım güdüsü, sürekli optimal performans duygu durumu ve sosyal fizik kaygı düzeyinin egzersiz davranış basamağına ve fiziksel aktivite düzeyine göre irdelenmesi*. Doktora Tezi, Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Ersöz, G., Aşçı, F. H. ve Altıparmak, E. (2012). Egzersizde davranışsal düzenlemeler ölçeği-2: Geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Türkiye Klinikleri Journal of Sports Sciences*, 4(1), 22-31. Erişim adresi: <https://www.turkiyeklinikleri.com/article/tr-egzersizde-davranissal-duzenlemeler-olcegi-2-gecerlilik-ve-guvenilirlik-calismasi-62018.html>
- Godin, G., & Shephard, R. J. (1985). A simple method to assess exercise behavior in the community. *Canadian Journal of Applied Sport Science*, 10(3), 141-146.
- Godin, G., & Shephard, R. J. (1997). Godin leisure-time exercise questionnaire. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 29(6), 36-38. Retrieved from: https://www.ons.org/sites/default/files/Godin%20Leisure-Time%20Exercise%20Questionnaire_070815.pdf
- Güner, Ö. ve Özkan, İ., (2019). *Ortaöğretim sağlık bilgisi ve trafik kültürü ders kitabı*. Ankara: Ada Matbaacılık.
- Ingledeu, D. K., Markland, D., & Ferguson, E. (2009). Three levels of exercise motivation. *Applied psychology: health and well-being*, 1(3), 336-355.
- Kalajas-Tilga, H., Koka, A., Hein, V., Tilga, H., & Raudsepp, L. (2020). Motivational processes in physical education and objectively measured physical activity among adolescents. *Journal of Sport and Health Science*, 9(5), 462-471.

Kaplan, K. (2016). *Serbest zaman egzersiz katılımı, öznel iyi oluş, öz yeterlik: lise öğrencileri üzerinde bir inceleme*. Yüksek Lisans Tezi, Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Antalya.

Karasar, N. (2020). *Bilimsel araştırma yöntemi: Kavramlar, ilkeler ve teknikler* 35. Baskı, Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Kaya, B. (2019). *Ergenler için sağlıklı yaşam biçimi inançları ölçeğinin uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Kelly, S. A., Melnyk, B. M., Jacobson, D. L. & O'Haver, J. A. (2011). Correlates among healthy lifestyle cognitive beliefs, healthy lifestyle choices, social support, and healthy behaviors in adolescents: Implications for behavioral change strategies and future research. *Journal of Pediatric Health Care*, 25(4), 216-223. Retrieved from: <https://doi.org/10.1016/j.pedhc.2010.03.002>

Kudubeş, A. A., Ayar, D., Bektaş, İ. & Bektaş, M. (2022). Predicting the effect of healthy lifestyle belief on attitude toward nutrition, exercise, physical activity, and weight-related self-efficacy in Turkish adolescents. *Archives de Pédiatrie*, 29(1), 44-50. Retrieved from: <https://doi.org/10.1016/j.arcped.2021.11.001>

Maltby, J. & Day, L. (2001). The relationship between exercise motives and psychological well-being. *The Journal of Psychology*, 135(6), 651-660. Retrieved from: <https://doi.org/10.1080/00223980109603726>

Markland, D. (2009). The mediating role of behavioural regulations in the relationship between perceived body size discrepancies and physical activity among adult women. *Hellenic Journal of Psychology*, 6(2), 169-182.

Markland, D. & Tobin, V. (2004). A modification to the behavioral regulation in exercise questionnaire to include an assessment of amotivation. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 26(2), 191-196. Retrieved from: <https://doi.org/10.1123/jsep.26.2.191>

Marquez, D. X., Aguiñaga, S., Vásquez, P. M., Conroy, D. E., Erickson, K. I., Hillman, C., ... & Powell, K. E. (2020). A systematic review of physical activity and quality of life and well-being. *Translational Behavioral Medicine*, 10(5), 1098-1109.

McDonough, M. H., & Crocker, P. R. (2007). Testing self-determined motivation as a mediator of the relationship between psychological needs and affective and behavioral outcomes. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 29(5), 645-663.

McEwen, B., & Sapolsky, R. (2006). Stress and your health. *The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism*, 91(2), E2. <https://doi.org/10.1210/jcem.91.2.9994>

Melnyk, B. M. & Small, L. (2003). Healthy lifestyles belief scale (unpublished work). Arizona State University, Phoenix, Arizona.

Mullan, E., Markland, D., & Ingledew, D. K. (1997). A graded conceptualisation of self-determination in the regulation of exercise behaviour: Development of a measure using confirmatory factor analytic procedures. *Personality and Individual Differences*, 23(5), 745-752. Retrieved from: [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(97\)00107-4](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(97)00107-4)

National Center for Health Statistics (NCHS). (2017, February 17). Adult physical activity information. *Centers for Disease Control and Prevention*. Retrieved September 9, 2024, from https://www.cdc.gov/nchs/nhis/physical_activity/pa_glossary.htm

Oktar, Ö. F. (2022). *Jamovi uygulamalı istatistik analizleri 2*. Baskı, Ö. L. Antalyalı ve A. M. Alparslan (Ed.), *Doğrulamalı Faktör Analizi* içinde (115-131). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Özdemir, O., Özşaker, M. ve Ersöz, G. (2016). Serbest zaman etkinliği olarak egzersiz yapan üniversite öğrencilerinde güdüsel yönelim ve psikolojik iyi oluş ilişkisi. *Türk Uluslararası Özel Eğitim ve Rehberlik ve Danışmanlık Dergisi*, 5(2), 13-22. Erişim adresi: <http://tijseg.org/index.php/tijseg/article/view/69>

Pender, N. J. (1987). *Health promoting in nursing practice* (2nd ed.). Norwalk: Appleton & Lange.

Quartirolu, A. & Maeda, H. (2014). Self-determined engagement in physical activity and sedentary behaviors of US college students. *International Journal of Exercise Science*, 7(1), 87-97. Retrieved from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4831897/>

Razon, S., & Sachs, M. (2021). Health behavior and exercise adherence. In E. Filho & I. Basevitch (Eds.), *Sport, exercise and performance psychology: Research directions to advance the field* (pp. 240-258). Oxford University Press. Retrieved from: <https://doi.org/10.1093/oso/9780197512494.003.0015>

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of internal motivation, social development and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78. Retrieved from: <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2007). Active human nature: Self-determination theory and the promotion and maintenance of sport, exercise, and health. In M. S. Hagger & N. L. D. Chatzisarantis (Eds.), *Intrinsic motivation and self-determination in exercise and sport* (pp. 1-19). Champaign, IL.: Human Kinetics.

Sit, C. H., Kerr, J. H., & Wong, I. T. (2008). Motives for and barriers to physical activity participation in middle-aged Chinese women. *Psychology of Sport and exercise*, 9(3), 266-283.

Standage, M., Duda, J. L., & Ntoumanis, N. (2003). A test of self-determination theory in school physical education. *Journal of Educational Psychology*, 95(1), 97-110. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.95.1.97>

Standage, M., Gillison, F. B., Ntoumanis, N., & Treasure, D. C. (2012). Predicting students physical activity and health-related well-being: a prospective cross-domain investigation of motivation across school physical education and exercise settings. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 34(1), 37-60. Retrieved from: <https://doi.org/10.1123/jsep.34.1.37>

Stephan, Y., Boiché, J., & Le Scanff, C. (2010). Motivation and physical activity behaviors among older women: A self-determination perspective. *Psychology of Women Quarterly*, 34(3), 339-348. Retrieved from: <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.2010.01579.x>

Teixeira, P. J., Carraca, E. V., Markland, D., Silva, M. N., & Ryan, R. M. (2012). Exercise, physical activity, and self-determination theory: A systematic review. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 9(1), 78. Retrieved from: <https://doi.org/10.1186/1479-5868-9-78>

Ünalın, D., Şenol, V., Öztürk, A. ve Erkorkmaz, Ü. (2007). Meslek Yüksekokullarının Sağlık ve Sosyal Programlarında Öğrenim Gören Öğrencilerin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları ve Öz-Bakım Gücü Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Journal of Turgut Ozal Medical Center*, 14(2), 101-109.

World Health Organization. (2002). *Reducing risks, promoting healthy life* (World health report: 2002). World Health Organization. Retrieved from: <https://www.who.int/publications/i/item/9241562072>

Yerlisu Lapa, T., Certel, Z., Kaplan, K. ve Yağar, G. (2016). Serbest zaman egzersiz anketinin adolesan çağı öğrencileri için geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 5 (Özel sayı), 1-9. Erişim adresi: <https://toad.halileksi.net/olcek/serbest-zaman-egzersiz-anketi>



SPORMETRE

The Journal of Physical Education and Sport Sciences
Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi



DOI: 10.33689/spormetre.1508717

Geliş Tarihi (Received): 01.07.2024

Kabul Tarihi (Accepted): 22.12.2024

Online Yayın Tarihi (Published): 30.12.2024

EXAMINING THE EFFECT OF ACADEMIC ACHIEVEMENT AND COACH COMMUNICATION ON PRE-COMPETITION ANXIETY: A RESEARCH ON ACTIVE STUDENT ATHLETES

Esra Kürkcü Akgönül^{1*}, İlker Günel², Mihriay Musa³

¹Dokuz Eylül Üniversitesi, Necat Hepkon Spor Bilimleri Fakültesi, İzmir

²Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Osmaniye

³İstanbul Topkapı Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul

Abstract: This research was conducted to investigate the impact of academic success and coach communication level on pre-competition anxiety and self-confidence levels of students who do active sports. The sample consists of a total of 216 student athletes (age: 20.63±4.57), 89 female and 127 male. Pre-competition anxiety was measured with the "Revised Competition State Anxiety Inventory-2 (CSAI-2R)". Academic success was evaluated based on the participants' grade point average. "t test, ANOVA" and "Pearson Correlation test" were used. Cognitive anxiety (CA) level of students was 8.63 points (high); physical anxiety (PA) level was 8.51 points (medium); self-confidence (SC) level was 15.29 points (high). There is a significant and positive relationship between academic success and coach communication level ($p=0.28$; $r=0.150$); However, there was a significant and negative relationship between coach communication level and pre-competition CA ($p=0.000$; $r=-0.279$) and a significant and positive relationship with SC level ($p=0.000$; $r=0.292$). CA, PA and SC scores of students were significantly different according to gender ($p=0.001$; $p=0.002$; $p=0.001$); However, there was no significant difference according to sports age, coach type, education level and coach gender ($p>0.05$). As a result, it has been determined that students who do active sports have serious CA before the competition and very high SC. While the grade point average of the participants increases, the level of coach communication also increases. While coach communication level increases, their cognitive anxiety decreases and self-confidence increases. Therefore, while the grade point average increases, cognitive anxiety level decreases and self-confidence level increases. Increased academic success positively affects pre-competition anxiety.

Key Words: Academic success, Athlete, Coach communication, Competition anxiety, Student

AKADEMİK BAŞARI VE ANTRENÖR İLETİŞİMİNİN MÜSABAKA ÖNCESİ KAYGI ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ: AKTİF SPOR YAPAN ÖĞRENCİLER ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA

Öz: Bu araştırma aktif spor yapan öğrencilerin akademik başarı ve antrenör iletişim düzeyinin müsabaka öncesi kaygı ve özgüven düzeylerine etkisini incelemek amacıyla yapılmıştır. Araştırma örneklemini 89'u kadın, 127'si erkek olmak üzere toplam 216 öğrenci sporcu (yaş: 20,63±4,57) oluşturmaktadır. Yarışma öncesi kaygı, "Revize Edilmiş Müsabaka Durumluk Kaygı Envanteri-2 (YDKE-2R)" ile ölçülmüştür. Akademik başarı, katılımcıların genel not ortalamasına göre değerlendirilmiştir. Verilerin analizinde "t test", ANOVA ve "Pearson Korelasyon testi" kullanıldı. Öğrencilerin bilişsel kaygı (BK) düzeyi 8,63 puan (yüksek); bedensel kaygı (BK) düzeyi 8,51 puan (orta); kendine güven (KG) düzeyi 15,29 puan (yüksek) olarak belirlendi. Akademik başarı ile antrenör iletişim düzeyi arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki vardır ($p=0,28$; $r=0,150$); ancak antrenör iletişim düzeyi ile müsabaka öncesi BK arasında anlamlı ve negatif bir ilişki ($p=0,000$; $r=-0,279$), KG düzeyi ile ise anlamlı ve pozitif bir ilişki ($p=0,000$; $r=0,292$) olduğu bulunmuştur. Öğrencilerin BK, BK ve KG puanları cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklıydı ($p=0,001$; $p=0,002$; $p=0,001$); ancak spor yaşı, antrenör tipi, eğitim düzeyi ve antrenör cinsiyetine göre anlamlı farklılık olmadığı tespit edildi ($p>0,05$). Sonuç olarak aktif spor yapan öğrencilerin yarışma öncesi ciddi bilişsel kaygıya sahip oldukları ve kendine güvenlerinin çok yüksek olduğu belirlendi. Katılımcıların not ortalaması arttıkça antrenör iletişim düzeyi de artmaktadır. Antrenör ile iletişim düzeyi arttıkça bilişsel kaygıları azalmakta ve özgüvenleri artmaktadır. Dolayısıyla not ortalaması arttıkça bilişsel kaygı düzeyi azalmakta, özgüven düzeyi artmaktadır. Akademik başarının artması rekabet öncesi kaygıyı olumlu yönde etkilemektedir.

Anahtar Kelimeler: Akademik başarı, Antrenör iletişimi, Öğrenci, Sporcu, Yarışma kaygısı

*Sorumlu Yazar: Esra Kürkcü Akgönül, Asisst. Prof. Dr., E-mail: bestfemalecyclist@gmail.com

INTRODUCTION

Physical activity is recognized as a practice to improve both physical and mental health. Although routine exercises provide physiological adaptations in both the body and the brain, there is not much evidence about their effects on cognitive functions. In methods such as exercise, which optimally use cognitive challenges along with physical challenges, long-term practices such as using information, making decisions, choosing actions and experiencing the results can provide the necessary conditions for providing cognitive benefits. Individuals doing activities such as physical activity or exercise can provide additional cognitive benefits in addition to physical benefits. According to recent studies, moderate or high-intensity physical activities such as running provide cognitive benefits (Schmidt et al., 2015; Owen et al., 2022), and this benefit is thought to result from increased cognitive loads to perform skills during sports. Another perspective is that the cognitive process is related to sport type. Accordingly, open skill sports such as tennis or basketball require high cognitive demands as they provide practice with cognitive functions such as spatial ability, information processing speed, multitasking flexibility, working memory and inhibitory control; closed skill sports such as swimming or cycling do not require high cognitive requirements because they involve a stable environment. However, it has been reported that open skill sports branches are more effective in improving cognitive functions than closed sports branches (Gu et al., 2019; Zhu et al., 2020). From this perspective, not only does participation in sports provide cognitive benefits, but the branch of sports performed can also be an effective factor in increasing academic success; It can be said that students interested in open skill sports branches may be more successful academically than those interested in closed skill sports branches.

Although individuals who do sports are basically divided into amateur and professional, athletes definitely have a sense of competition, ambition and fighting spirit. Even though they are trained, it is known that athletes experience some anxiety before the competition and there are scientific studies in the literature on this subject. However, it seems that there are still very few studies on the effect of academic success and especially the type of coach on pre-competition anxiety (De Olivera et al., 2022). Anxiety is the most common psychological factor associated with high worry (Hanton et al., 2004; Martinent & Ferrand, 2007); in other words, it causes individuals' self-esteem and self-confidence to be damaged due to reasons such as not being able to achieve goals or overcome any obstacle, academic failure and it is a state of irritability that causes an increase in feelings of deep guilt (Li et al., 2021).

Pre-competition anxiety is generally the tiring training before the match and the success-oriented psychological stress and low self-confidence coming from the coaches or the immediate environment who put pressure on them to implement this. The athlete may experience pre-competition anxiety by being affected by many different factors such as the perception of perfection and challenging competitive environments (De Pero et al., 2021; Slimani et al., 2018). Within the scope of the multidimensional competition anxiety theory, competition anxiety in sports has been determined as Cognitive, Somatic and Self-Confidence. In this sense, the concept of cognitive anxiety represents more of a mental component of anxiety. For this concept, a positive or negative self-evaluation results from negative expectations regarding victory. The experience of somatic anxiety develops without direct stimulation and reveals the physiological and emotional elements of the anxiety experienced. In addition, the perception of readiness for competitive conditions and the level of confidence are related to self-confidence (La Fratta et al., 2021).

One of the most important factors in creating an athlete's sense of self-confidence is his/her communication with his/her coach. Because the key to the physical and emotional development and sporting success of individuals who do sports is related to the communication they provide with their coaches (Jowett and Shanmugam, 2016); both the coach and the athlete support each other for the goals they want to achieve (Jowett, 2017). This can be considered a kind of meaningful, powerful, stimulating partnership for both parties. The coach-athlete relationship is a social relationship that includes feelings such as trust, respect, commitment and love, and over time, it can lead to sensitivity and relaxed behavior. Literature findings show that the quality of the relationship between the coach and the athlete is related to important elements such as physical and cognitive performance (Davis et al., 2018; Davis et al., 2019). Gilbert (2017) reported that the most important strategy for maintaining an effective coach-athlete relationship is communication.

One of the chain links that complete the relationship between the athlete and the coach is the athlete's personality traits and the coach's approach style. Coach type or style can have a significant impact on individuals' sports experiences (Smith & Smoll, 1990). To give an example; coaching behaviors have a positive effect on individuals' self-esteem as well as their desire to continue participating in sports (Conroy & Coatsworth, 2006). Coach type is actually the sum of his/her efforts to understand both his/her own situation and how his/her athletes think. In this process, if necessary, the coach can change him/herself and have a significant impact on the athletes' perspective on sports (Karlsen & Berg 2020). In this context, coaches' behaviors are important in supporting athletes' autonomy, gaining competence, and internal motivation (Moreno-Murcia et al., 2019).

It is noteworthy that there are few studies in the literature examining the relationship between academic success and pre-competition anxiety levels. In general, it has been observed that studies on the effect of anxiety on academic success have increased in intensity. In this respect, it is thought that our study will fill the gap in the literature. Based on this, the aim of the current study is to investigate the impact of coach communication and academic success on the pre-competition anxiety level in students who continue their active sports life.

MATERIAL and METHOD

Procedures

In the study, cross-sectional research and relational survey methods, which are quantitative research designs, were used. "Random sampling method" was used in the sample selection of the research because the population was taken from a relevant place (Kılıc, 2013). Volunteer athletes and students suitable for the research were identified, and the scales and forms prepared online were sent to all participants. Researchers gave information to the participants online about the study and written consent was obtained from all participants. In accordance with the Declaration of Helsinki. Student athletes filled the scales one hour before any competition. Students were informed about the procedure of the research and the purpose of the study. Ethics committee approval for the research was received from Usak University Social and Human Sciences Scientific Research and Publication Ethics Board (2024/61).

Participants

The research group was selected using the convenience sampling method; it is a non-random sampling method that the researcher chooses from the population, and data is collected in the fastest, easiest and most economical way (Gullu, 2023; Hasiloglu et al., 2015). The population of the research consists of female and male student athletes who are licensed in clubs in Türkiye,

have a good training level, participate in competitions, are over 15 years old, and are attending high school, undergraduate or postgraduate education. The research group is planned to consist of an estimated total of 220 athletes who participate in competitions across Türkiye and continue their training. Sample size calculation was done using Gpower analysis. Accordingly, in order to look at the mean differences, it was calculated that there should be a minimum of 111 athletes in total for the t test with a medium effect size and 95% confidence interval, at least 211 people in total for the ANOVA test, and at least 75 participants for the correlation test. Individuals who were 15 years of age or older, had an active license, had been doing sports for at least one year, and were attending postgraduate, undergraduate, associate or high school education and volunteered to participate in the study were included in the study. On the other hand, individuals who were under 15 years of age, did not do active sports, were not licensed, did not continue their postgraduate, undergraduate, associate degree or high school education, or did not volunteer to work were excluded from the study.

Table 1. Descriptive statistics of socio-demographic information of participants

Variables	Groups	N	%
Gender	Female	89	41.2
	Male	127	58.8
Educational status	High school	50	23.1
	College	36	16.7
	University	119	55.1
	Master's degree	11	5.1
Sports age	0-1 year	26	12.0
	2-3 year	11	5.1
	≥4 year	179	82.9
Gender of coach	Female	18	8.3
	Male	198	91.7
Coach type	Authoritarian and disciplined	39	18.1
	Moody	36	16.7
	Docile and relaxed	47	21.8
	Diligent and good-natured	94	43.5

Data Collection Tools

In the study, to collect the information about the demographic characteristics of the participants, "Personal Information Form" and to measure the pre-competition anxiety level, "Revised Competition State Anxiety Inventory-2 (CSAI-2R)" was used. The CSAI-2R scale was developed by Cox et al. (2003), and its Turkish validity and reliability were tested by Akgonul et al. (2021). In the Personal Information Form, participants' personal information; there were questions to learn about age, grade point average, education level, coach communication score, etc. The level of communication with the coach was evaluated according to the students' rating a value out of 10.

Revised Competition State Anxiety Inventory-2 (CSAI-2R)

Inventory revised by Cox et al. (2003); it consists of 14 items and three subscales: cognitive anxiety (CA), physical anxiety (PA) and self-confidence (SC). The inventory is answered on a 4-point Likert type and the answers are; Not at all (1), a little (2), quite a bit (3), a lot (4). As a result of the validity and reliability analysis of the scale, it was determined that the internal consistency coefficient (Cronbach's alpha) for the cognitive anxiety sub-dimension was 0.71; the internal consistency coefficient (Cronbach's alpha) for the somatic anxiety sub-dimension was 0.78; and the internal consistency coefficient (Cronbach's alpha) for the self-confidence sub-dimension was 0.80. Evaluation is made by adding up the scores from the inventory. High cognitive and physical anxiety scores in the sub-dimensions indicate a negative state, while a

high self-confidence score indicates a positive state (Akgonul et al., 2021). The total score of the scale does not reveal the level of anxiety, therefore the evaluation was made at the level of sub-dimensions. The score range in the scale sub-dimensions have seen in Table 2.

Table 2. The scores of scale and subdimensions

Variables	Min	Max	Low	Medium	High	Very high
Cognitive anxiety	4 p	16 p	<4,0 p	4,1 p-8,0 p	8,1 p-12,0 p	12,1 p-16,0 p
Physical anxiety& Self Confidence	5 p	20 p	<5,0 p	5,1 p-10,0 p	10,1 p-15,0 p	15,1 p-20,0 p

p: point

Data Analysis

The data obtained in the research were analyzed in the SPSS program. "Skewness-Kurtosis" (S-K) and Leven's test values have been used to evaluate the normality distributions of the data. Since S-K values were between -2/+2, the data had a normal distribution (George and Mallery, 2010). Accordingly, frequency distribution, "independent groups t test" and "ANOVA" test were used to examine the mean difference between the groups. The group from which the difference originated was examined using the "Bonferonni" or "Tukey" test, which is a post hoc test. In this regard, the inventory is a reliable measurement tool since the alpha coefficient for the sub-dimensions of CSAI-2R is on the group for which validity and reliability were tested ($\alpha=0.71-0.80$). The relationship between subscale scores and independent variables was evaluated with the "Pearson correlation" test; the correlation coefficient between 0-0.30 (weak), 0.30-0.70 (medium), and 0.70-1.00 (high) relationship (Ozudogru and Aydin, 2016). The statistical significance level was accepted as 0.05. It is known that ($\alpha= 0.70 \leq$) is sufficient for internal consistency reliability (Buyukozturk, 2011).

RESULTS

The participants' overall grade point and mean subscale scores are presented in Table 3 below.

Table 3. Descriptive statistics of student athletes

Variables	N	Min	Max	X	Sd
Average of grade	216	50.00	100.00	76.33	12.27
Cognitive anxiety	216	4.00	15.00	8.63	2.38
Physical anxiety	216	5.00	20.00	8.51	2.90
Self confidence	216	9.00	20.00	15.29	2.55

According to the results obtained from the table above, it was concluded that the participants' grade point average was 76.33 points, their pre-competition CA was high level (8.63), their PA was medium level (8.51) and their SC was very high level (15.29).

Table 4. Statistics of the difference in subscale scores according to gender

Subscales	Gender	N	\bar{x}	Sd	t	p
Cognitive anxiety	Female	89	9.29	2.40	3.507	0.001*
	Male	127	8.16	2.27		
Physical anxiety	Female	89	9.22	3.44	3.090	0.002*
	Male	127	8.01	2.35		
Self confidence	Female	89	14.62	2.50	-3.315	0.001*
	Male	127	15.77	2.50		

*p<0.05

According to the results obtained from the table above, the cognitive, physical anxiety and self-confidence levels of the participants were significantly different according to gender ($p < 0.05$; $p = 0.001$; $p = 0.002$; $p = 0.001$). While the cognitive and physical anxiety levels of female student athletes were significantly higher than men, it was concluded that, on the contrary, the level of self-confidence was significantly lower.

Table 5. Statistics of the difference in subscale scores according to coach gender

Subscales	Gender	N	\bar{x}	Sd	t	p
Cognitive anxiety	Female	18	8.61	2.68	-0.034	0.973
	Male	198	8.63	2.36		
Physical anxiety	Female	18	9.05	2.99	0.833	0.406
	Male	198	8.46	2.90		
Self confidence	Female	18	15.83	2.25	0.938	0.349
	Male	198	15.24	2.58		

* $p < 0.05$

According to the results obtained from the table above, no significant difference on the CA, PA and SC subscale scores according to coach gender ($p > 0.05$; $p = 0.973$; $p = 0.406$; $p = 0.349$).

Table 6. Comparison of subscale scores according to participants' sports age

Subscales	Sports age	N	\bar{x}	Sd	F	p
Cognitive anxiety	0-1 year	26	8.96	2.46	1.065	0.347
	2-3 year	11	9.45	1.92		
	≥4 year	179	8.53	2.40		
Physical anxiety	0-1 year	26	9.27	3.61	1.657	0.193
	2-3 year	11	9.36	2.87		
	≥4 year	179	8.35	2.78		
Self confidence	0-1 year	26	15.15	2.77	2.307	0.102
	2-3 year	11	13.73	2.72		
	≥4 year	179	15.41	2.50		

* $p < 0.05$

According to the results obtained from the table above, no significant difference on CA, PA and SC subscale scores of the students athletes according to their sports age ($p > 0.05$; $p = 0.347$; $p = 0.193$; $p = 0.102$).

Table 7. Comparison of subscale scores according to coach type

Subscales	Coach type	N	\bar{x}	Sd	F	p
Cognitive anxiety	Authoritarian-disciplined	39	8.51	2.15	2.193	0.090
	Moody	36	9.36	2.59		
	Docile-relaxed	47	8.91	2.27		
	Diligent-good natured	94	8.26	2.40		
Physical anxiety	Authoritarian-disciplined	39	8.03	2.63	0.894	0.445
	Moody	36	8.78	2.72		
	Docile-relaxed	47	8.19	3.06		
	Diligent-good natured	94	8.77	3.00		
Self confidence	Authoritarian-disciplined	39	15.49	2.55	2.101	0.101
	Moody	36	14.39	2.59		
	Docile-relaxed	47	15.19	2.81		
	Diligent-good natured	94	15.61	2.36		

* $p < 0.05$

According to the results obtained from the table above, no significant difference on CA, PA and SC subscale scores of the students athletes according to their coach type ($p>0.05$; $p=0.090$; $p=0.445$; $p=0.101$).

Table 8. Comparison of subscale scores according to education level

Subscales	Education level	N	\bar{x}	Sd	F	<i>p</i>
Cognitive anxiety	High school	50	8.50	2.36	0.303	0.823
	College	36	8.94	2.04		
	University	119	8.61	2.51		
	Master's degree	11	8.36	2.29		
Physical anxiety	High school	50	8.42	2.92	1.411	0.241
	College	36	7.92	2.36		
	University	119	8.60	3.08		
	Master's degree	11	9.91	2.12		
Self confidence	High school	50	15.06	2.63	0.299	0.826
	College	36	15.41	2.31		
	University	119	15.39	2.61		
	Master's degree	11	14.91	2.66		

* $p<0.05$

According to the results obtained from the table above, no significant difference on CA, PA and SC subscale scores of the students athletes according to education level ($p>0.05$; $p=0.823$; $p=0.241$; $p=0.826$).

Table 9. The relationship between subscale and average point grade and ccs

Subscales	N=216	CCS	CA	PA	SC
Average grade	r	0.150*	-0.036	0.075	0.043
	p	0.028	0.603	0.276	0.528
Score of coach communication	r	1	-0.279**	-0.063	0.292**
	p		0.000	0.359	0.000

** : 0.01; * : 0.05; CCS: Coach Communication Score

According to the results obtained from the table above, there is a significant relationship between the coach's communication level and pre-competition cognitive anxiety and self-confidence scores ($p<0.05$). It was found that this relationship was negative and weak with cognitive anxiety ($r=-0.279$), and positive and weak with self-confidence ($r=0.292$). While there is no significant relationship between average grade point of the student athletes and sub-dimension scores ($p>0.05$); it was found that there was a significant, positive and weak relationship with the coach communication score ($p=0.028$; $r=0.150$). From this point of view, as the grade point average increases, the level of communication of coach also increases. Indirectly, while the grade point average increases, pre-competition anxiety decreases and self-confidence increases.

DISCUSSIONS

In the current study, which was conducted to examine the effect of academic success and coach communication level of students doing active sports on pre-competition anxiety and self-confidence levels, it was revealed that there is a significant difference in the subscales of anxiety in terms of gender. In parallel with this study, Nicholls et al. (2010) studied a total of 307 athletes; Ghorbanzadeh and Bayar's (2013) study on 468 female and competitive taekwondo athletes; Gizaw's (2014) study on 70 athletes studying at university Thanopoulos and Platanou's

(2017) study on 692 athletes engaged in water sports, they all reported that the pre-competition anxiety level of females was higher than males. According to the findings of literature studies, the fact that women athletes or students who do sports have higher anxiety levels just before the competition compared to men may be related to women having lower self-confidence compared to men, and the fact that women's self-confidence levels were significantly lower than men in the current study supports this inference. Unlike our study, Wang's (2023) study on 187 young table tennis athletes reported that women had higher self-confidence than men. This different result is thought to be due to the need for a performance parameter that is not based on structural differences between genders, such as table tennis. However, in the study conducted by Akgonul et al. (2023) with 379 competitive team athletes, they concluded that there was no significant difference in terms of gender in anxiety and subscale scores. It can be said that pre-competition anxiety is less felt in team sports. It is thought that the reason for this difference in the results is due to the dimensions of sports branch, sporting level, league level and competition duration.

In the current study, it was observed that anxiety did not differ in terms of sports age. In line with this result, Ozden and Ocalan's (2022) study on taekwondo athletes concluded that there was no significant relationship between sports age and anxiety experienced. Unlike the current study, Sadrincevaite and Grirciute's (2023) study on 37 Lithuanian male and female volleyball athletes found that the athletes' playing time and cognitive anxiety level were directly related; they also reported that volleyball players who had the necessary knowledge and experience to manage the competition had lower cognitive anxiety. Similarly, in the study conducted by De Moraes et al. (2019) on 115 young female artistic gymnastics athletes, they reported that there was a significant difference between competition anxiety scores in those entering national and state competitions according to competition experience. Considering the literature results, the effect of sports age on pre-competition anxiety may be related to the sports branch.

Based on the findings of the study, it was determined that there was no significant difference between the groups in anxiety scores in terms of coach type. As a result, in the study conducted by Kassim et al. (2022), which is parallel to our study, it was determined that coach behavior did not make a difference of anxiety. The result of Braun-Trocchio's (2024) study that the coaches' behavioral style had no effect on the anxiety of athletes who were worried about injury before the competition is somewhat similar to the results of the current study. Unlike the results, Najafi et al.'s (2018) study, in which they examined the relationship between coach behavioral style and pre-competition anxiety levels, revealed that the coach's behavioral style directly affects the athletes' competition anxiety. Liu (2024) concluded in his study that coaches' positive affect and behavioral styles towards athletes will have a positive effect on athletes' pre-competition anxiety. Similarly, Kenow and Williams (1992), in their study of 11 female basketball college students, reported that coaches should be more supportive towards athletes with high anxiety and low self-confidence. Pineda-Espejel et al. (2020) revealed in 239 high-performance athletes that the autonomy-supported coaching style affected the athletes' self-confidence and pre-competition anxiety. In the study conducted by Horn et al. (2011) on 195 athletes who were college students, they reported that coach behavior was related to and affected the athlete's emotional state such as anxiety, self-confidence and motivation. It is thought that the differences in the results regarding the relationship between coach type and approach and athlete emotional state are due to factors that directly affect communication and emotional state, such as the athlete's branch, personality, education level, age, and coach education level. The fact that there were participants from every education level and every branch in the current study may have caused different opinions about the type of coach, thus causing no relationship.

In the current study, it was determined that there was no difference between the athletes' anxiety scores in terms of their education level. In parallel with our study, in the studies conducted by Tasmektepligil et al. (2004) on referees active in different branches and by Sadrincevaite & Gririciute (2023) on 37 male and female volleyball athletes, they reported that there was no significant difference in the pre-competition anxiety scores according to education level. Unlike our study, Nicolae et al. (2022) reported that there was no significant difference in the anxiety scores of athletes in terms of education level.

In the study, it was observed that there was a significant relationship between the coach communication score and anxiety and its subscales. When the literature is examined, it is seen that studies parallel to this result of our study are limited. Regarding the subject, in the study conducted by Ates et al. (2018) on 235 professional basketball and volleyball athletes, it was reported that sports age and duration of working with the coach had an impact on the perception of coach communication skills; gender and education level had an impact on the trait anxiety level of the athletes. In the systematic review study by Kamis et al. (2021), they reported that athletes experienced less anxiety when supported by the coach, and having quality communication with the coach positively affected the athlete's physical and psychological well-being, motivation and confidence. Another study by Stephen et al. (2022) is similar to the results of our study in that they detected a significant relationship between the anxiety experienced by athletes through coach communication, and it can be inferred that athletes' communication with the coach has positive reflections on positive emotions and negative reflections on negative emotions. In addition, it can be said that individuals with high academic success are successful in emotional intelligence management due to their high level of perception. Therefore, students with this characteristic are likely to be able to control the negative emotions they experience momentarily or continuously, and in this context, it can be said that they can also control anxiety situations that may negatively affect sports performance.

In the study, it was determined that there was a significant and negative relationship between academic success and pre-competition cognitive anxiety, and a significant and positive relationship with self-confidence. When the literature is examined; similar to the study results, Sahsuvar and Ustun (2023), who examined the relationship between academic success and anxiety in physical education and sports students, reported that as students' self-confidence increases, their general grade point average increases and anxiety decreases. However, Oner (1977) and Vurgun (1998) found that there was no significant relationship between academic success and pre-competition anxiety levels and its sub-dimensions. In studies investigating the relationship between sports and academic success, the relationship between participation in sports events and competitions and students' academic success has been examined as general. Although there is a large amount of research on this subject (Chuan et al., 2013; Gaston-Gayles and Hu, 2009), there is no consensus regarding the impact of sports participation on academic achievement (Muñoz-Bullón et al., 2017). Athletes who continue their education can increase or decrease their academic success by participating in sports, using their skills and aiming for goals, establishing social relationships and investing in mental health. Regarding the subject, the fact that students who started their undergraduate education at Universidad Carlos III de Madrid University in 2008 and completed it in 2014 and who participate in regular organized physical-sports activities have higher academic success than other students supports this thesis (Muñoz-Bullón et al. , 2017). Findings in the literature reveal that there is a correct and high relationship between participation in sports activities and students' academic achievements, and it is clear that our study results support the literature. In this context, individuals who continue both sports life and education at the same time should be given more opportunities to participate

in extracurricular sports programs. However, the number and depth of studies on the relationship between academic success and competition anxiety in these individuals need to be increased.

CONCLUSIONS

As a result, it can be said that the average academic success and pre-competition self-confidence of athletes who are active in sports are quite high, and their cognitive anxiety and physical anxiety are at medium levels. It has been observed that male athletes, in particular, have a higher level of confidence than female athletes. It has been concluded that the increase in healthy communication between coaches and athletes is effective in increasing the academic success of athletes, decreasing their pre-competition cognitive anxiety, and increasing the athletes' self-confidence. In future studies, comparison of coach communication and women's anxiety levels before, during and after the competition can be examined.

PRACTICAL IMPLICATIONS

It was determined that there was a relationship between sports participation and academic success in athletes who continue their education. It was also found that coach communication was effective on pre-competition anxiety and self-confidence. With these results, it can be said that coaches' communication with their athletes should be high quality. The coach should be in communication one-by-one with each athlete and receive constant feedback. Especially the coaches of athletes who are at competitive levels and run races should be more sensitive about this issue for the academic success of the athletes. Coaches of athletes preparing for the national team or the World or European Championship should communicate more carefully with their athletes. As a method of increasing communication between coaches and athletes, coaches can receive communication support or attend training to develop communication strategies. In addition, clubs that train high-level athletes can provide in-service training to their coaches on this subject.

LIMITATIONS

The limitations of this study are that the sports branches were not determined in the study and the scale was applied to a wide range of athletes, therefore the generalizability of the scale and the scale was not tested in this sample.

Ethics Committee Approval: Researchers gave info to the participants online about the study and written consent was obtained from all participants in accordance with the Declaration of Helsinki. Student athletes filled the scales one hour before any competition. Students were informed about the procedure of the research and the purpose of the study. Ethics committee approval for the research was received from Usak University Social and Human Sciences Scientific Research and Publication Ethics Board with decision number 2024-61 dated 07.03.2024.

Authors' contributions: The first author contributed to the methodology, data collection, statistics-analysis, data curation, original draft writing, project management, review, and editing. The second author contributed to chapter writing, review, and validating the results. The third author contributed to the moderation, sources, review, and editing phases.

Conflict of Interest Declaration: No conflict of interest is declared by the authors.

Acknowledgements: This study did not receive financial support from any institution or organization.

Notes: This study was presented orally as a summary paper at the "7th International Artemis Health and Sports Sciences Congress" held on 26-27 March 2024 in Izmir/Türkiye.

REFERENCES

- Akgonul, E. K., Tez, O. Y., & Aras, D. (2021). The Validity and Reliability of the Turkish Version of the Revised Competitive Sport Anxiety Inventory-2. *Eurasian Journal of Sport Sciences and Education*, 3(1), 61-80.
- Akgonul, E., Musa, M., Gunel, I., & Bayansalduz, M. (2023). Investigation of Pre-Competition Anxiety Level: An Empirical Application on Team Athletes. *International Online Journal of Educational Sciences*, 15(3).
- Ates, C., Yıldız, Y., & Yıldız, K. (2018). Analysis of Trainer Communication Skill Level Perception of The Professional Basketball and Volleyball Players and Anxiety Level of These Athletes. *Journal of Erciyes Communicaton*, 5(3), 40-52.
- Braun-Trocchio, R. (2024). Effects of Coaching Behaviors and Differences in Sport Injury Anxiety Among Cheerleaders. *Journal of Emerging Sport Studies*, 10(10).
- Buyukozturk, S. (2011). *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı: İstatistik, Araştırma Tasarımı, SPSS Uygulamaları ve Yorumlama*. Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Chuan C. C., Yusof, A., & Mohd, S. P. (2013). Sports Involvement and Academic Achievement: A Study of Malaysian University Athletes. *International Education Studies*, 6, 12–21.
- Conroy, D. E., & Coatsworth, D. J. (2006). Coach Training as a Strategy for Promoting Youth Social Development. *The Sport Psychologist*, 20, 128–144.
- Cox, R. H., Martens, M. P., & Russell, W. D. (2003). Measuring Anxiety in Athletics: The Revised Competitive State Anxiety Inventory–2. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 25(4), 519-533.
- Davis, L., Appleby, R., Davis, P., Wetherell, M., & Gustafsson, H. (2018). The Role of Coach Athlete Relationship Quality in Team Sport Athletes' Psychophysiological Exhaustion: Implications for Physical and Cognitive Performance. *Journal Sports Science*. 36, 1985–1992.
- Davis, L., Jowett, S., & Tafvelin, S. (2019). Communication Strategies: The Fuel for Quality Coach-Athlete Relationships and Athlete Satisfaction. *Frontiers in Psychology*, 10, 480468.
- De Moraes, M. G., Maffei, W. S., Luciano, A. R. M. B., Vanzelli, S. R. C. B., Rinaldi, I. M., Kato, D. N., ... & Verardi, C. E. L. (2019). Analysis of Pre-Competitive State Anxiety Levels in Artistic Gymnastics Athletes. *Revista Brasileira de Psicologia do Esporte*, 9(3).
- De Oliveira, L. F. G., Souza-Junior, T. P., Fecho, J. J., Gomes-Santos, J. A. F., Sampaio, R. C., Vardaris, C. V., ... & de Barros, M. P. (2022). Uric Acid and Cortisol Levels in Plasma Correlate With Pre-Competition Anxiety in Novice Athletes of Combat Sports. *Brain Sciences*, 12(6), 712.
- De Pero, R., Minganti, C., Cibelli, G. C., Cortis, C., & Piacentini, M. F. (2021). "The Stress of Competing: Cortisol and Amylase Response to Training and Competition." *Journal of Functional Morphology and Kinesiology*, 6(1), 5.
- Gaston-Gayles, J. L., & Hu, S. (2009). The Influence of Student Engagement and Sport Participation on College Outcomes Among Division I Student Athletes. *Journal of Higher Education*, 80, 315–333.
- George, D., & Mallery, M. (2010). *SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference*, 17.0 update (10a ed.) Boston: Pearson

- Ghorbanzadeh, B., & Bayar, P. A. (2013). Comparison of the Pre-Competition and Post-Competition Anxiety Levels of Taekwondo Athletes. *Life Science Journal*, 10(2), 5-10.
- Gilbert, W. (2017). *Coaching Better Every Season: A Year-Round Process for Athlete Development and Program Success*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Gizaw, A. A. (2014). Pre-competition Anxiety Between Male and Female Student-Athletes of Jimma University: A Multi-dimensional Approach. *International Journal of Physical and Social Sciences*, 4(12), 42-53.
- Gu, Q., Zou, L., Loprinzi, P. D., Quan, M., & Huang, T. (2019). Effects of Open Versus Closed Skill Exercise on Cognitive Function: A Systematic Review. *Front Psychology*; 10:1707.
- Gullu, S. (2023). Investigation of The Relationship Between Athlete University Students Moral Disengagement and Their Coaches Unethical Behaviors. *Spormetre The Journal Of Physical Education And Sport Sciences*, 21(100. Year Special Volume), 101-115.
- Hanton, S., Thomas, O., & Maynard, I. (2004). Competitive Anxiety Responses in The Week Leading up to Competition: The Role of Intensity, Direction and Frequency Dimensions. *Psychology of Sport and Exercise*, 5, 169-181
- Hasıloğlu, S. B., Baran, T., & Aydın, O. (2015). A Study on The Potential Problems in Marketing Research: Convenience Sampling and Scale Items With Adverbs of Frequency. *Pamukkale Journal of Business and Information Management*, (1), 19-28.
- Horn, T. S., Bloom, P., Berglund, K. M., & Packard, S. (2011). Relationship Between Collegiate Athletes' Psychological Characteristics and Their Preferences for Different Types of Coaching Behavior. *The Sport Psychologist*, 25(2), 190-211.
- Jowett, S. (2017). Coaching Effectiveness: The Coach–Athlete Relationship at Its Heart. *Current Opinion in Psychology*, 16, 154–158.
- Jowett, S., & Shanmugam, V. (2016). *Relational Coaching in Sport: Its Psychological Underpinnings and Practical Effectiveness*, (in *Routledge International Handbook of Sport Psychology*, eds R. Schinke, K. R. McGannon, and B. Smith, Abingdon: Routledge), 471–484.
- Karlsen, J. T., & Berg, M. E. (2020). Coaching Leadership Style: A Learning Process. *International Journal of Knowledge and Learning*, 13(4), 356-368.
- Kamis, H., Radzi, J. A., & Kassim, A. F. M. (2021). Does Coaching Effectiveness and Coach-Athlete Relationship Moderate the Anxiety Among Athletes? *Journal Sains Sukan & Pendidikan Jasmani*, 10(2), 19-25.
- Kassim, A. F. M., Ramalan, A. M., Ahmad, M. F., Japilus, S. J. M., Radzi, J. A., & Omar, S. S. S. (2022). Coaching Effectiveness and Coach–Athlete Relationship Model Offers Possibilities Solution for Competitive Anxiety of Young Athletes. *Malaysian Journal of Movement, Health & Exercise*, 11(1), 15.
- Kenow, L. J., & Williams, J. M. (1992). Relationship Between Anxiety, Self-Confidence, and Evaluation of Coaching Behaviors. *The Sport Psychologist*, 6(4), 344-357.
- Kılıç, S. (2013). Sampling Methods. *Journal of Mood Disorders*, 3(1), 44-6.
- La Fratta, I., Franceschelli, S., Speranza, L., Patruno, A., Michetti, C., D'Ercole, P., ... & Pesce, M. (2021). Salivary Oxytocin, Cognitive Anxiety and Self-Confidence in Pre-Competition Athletes. *Scientific Reports*, 11(1), 16877.
- Liu, F. (2024). Anxiety, Sports Motivation, and Coping Styles Based on Sports Competition Video Analysis. *Applied Mathematics and Nonlinear Sciences*, 9(1); 1-13.
- Li, L., Li, X., Xie, P., Li, Y., Ma, L., & Ding, B. (2021). The Effect of Health-Care Qigong Baduanjin Combined with Auricular Point Sticking on Athletes' Pre-Competition Anxiety: A Protocol for Systematic Review and Meta-Analysis. *Medicine*, 100(7), e24874.

- Martinent, G., & Ferrand, C (2007). A Cluster Analysis of Precompetitive Anxiety: Relationship with Perfectionism and Trait Anxiety. *Personality and Individual Differences*, 7, 1676-1686.
- Moreno-Murcia, J. A., Huéscar Hernández, E., Conte Marín, L., & Nuñez, J. L. (2019). Coaches' Motivational Style and Athletes' Fear of Failure. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(9), 1563.
- Muñoz-Bullón, F., Sanchez-Bueno, M. J., & Vos-Saz, A. (2017). The Influence of Sports Participation on Academic Performance Among Students in Higher Education. *Sport Management Review*, 20(4), 365-378.
- Najafi, F., Heydarinejad, S., & Shetabbushehri, S. N. (2018). The Relationship Between The Leadership Style of Coaches, Group Cohesion and Competitive Anxiety in Women's Futsal Premier League. *Sport Management Studies*, 10(47), 185-204.
- Nicholls, A. R., Polman, R., & Levy, A. R. (2010). Coping Self-Efficacy, Pre-Competitive Anxiety, and Subjective Performance Among Athletes. *European Journal of Sport Science*, 10(2), 97-102.
- Nicolae, D., Albeanu, S., Dragomir, M., Ciocănescu, D., & Forțan, C. (2022). Study Regarding The Level of Pre-Competitive Anxiety in Young Football Players. *Journal of Sport and Kinetic Movement*. 39(1).
- Oner, N. (1977). *Durumluk-Sürekli kaygı Envanterinin Türk Toplumunda Geçerliliği*. Doçentlik tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara
- Owen, K. B., Foley, B. C., Wilhite, K., Booker, B., Lonsdale, C., & Reece, L. J. (2022). Sport Participation and Academic Performance in Children and Adolescents: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 54(2), 299-306.
- Ozden, S. B., & Ocalan, M. (2022). The Relationship Between Success and Failure in Taekwondo Branch and Changes in Anxiety Components. *Gaziantep University Journal of Sport Science*, 7(4), 495-504.
- Ozudogru, M., & Aydin, B. (2016). The Relationship Among Elementary School Teachers' Participation in Decision-Making, Their Desire, and Motivation Levels. *Bolu Abant İzzet Baysal University Journal of Faculty of Education*, 12(2), 357-367.
- Pineda-Espejel, H. A., Morquecho-Sánchez, R., & Alarcón, E. (2020). Coach Interpersonal Style, Competence, Motivation, and Precompetitive Anxiety in High Performance Athletes. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 20(1), 10-24.
- Sadrincevaite, S., & Grirciute, A. (2023). Volleyball Players Pre-Competitive Anxiety: Sex-Based Differences and Relationship with Sport Characteristics. *Baltic Journal of Sport and Health Sciences*, 3(130), 32-44.
- Sahsuvar, A., & Ustun, N. A. (2023). Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinde Özgüven, Algılanan Sınav Kaygısı ve Akademik Başarı. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 10(1), 42-56.
- Schmidt, M., Jäger, K., Egger, F., Roebbers, C. M., Conzelmann, A. (2015) Cognitively Engaging Chronic Physical Activity, But not Aerobic Exercise, Affects Executive Functions in Primary School Children: A Group-Randomized Controlled Trial. *Journal Sport Exercise Psychology*, 37(6):575-91.
- Smith, R. E., & Smoll, F. L. (1990). Self-esteem and Children's Reactions to Youth Sport Coaching Behaviors: A Field Study of Self-Enhancement Processes. *Developmental Psychology*, 26, 987-993
- Slimani, M., Paravlic, A. H., Chaabene, H., Davis, P., Chamari, K. & Cheour, F. (2018). Hormonal Responses to Striking Combat Sports Competition: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Biology of Sport*, 35(2),121-136.
- Stephen, S. A., Habeeb, C. M., & Arthur, C. A. (2022). Congruence of Efficacy Beliefs on The Coach-Athlete Relationship and Athlete Anxiety: Athlete Self-Efficacy and Coach Estimation of Athlete Self-Efficacy. *Psychology of Sport and Exercise*, 58, 102062.

Tasmektepligil, M. Y., Aydın, İ., Ağaoğlu, S. A., & Öğreten, N. (2004). The Comparision of The State Anxiety Levels of Referees in Different Before Match and The Effects of Some Variables to Their State Anxieties. *Gazi Journal of Physical Education and Sport Sciences*, 9(4), 25-40.

Thanopoulos, V., & Platanou, T. (2017). Pre-competitive Anxiety in Swimmers and Water Polo Players in Relation To Gender and Age. *Facta Universitatis, Series: Physical Education and Sport*, 347-354.

Vurgun, N. (1998). *Lise Öğrenimi Gören Sporcuların Kaygı Durumları ile Sportif Başarıları Arasındaki İlişkinin Araştırılması*. Yüksek Lisans Tezi, Celal Bayar Üniversitesi, Manisa.

Wang, L. (2023). How Self-Reflection And Resilience Can Affect Pre-Competition Anxiety? Evidence From National Competitive Table Tennis in Adolescent Players. *Current Psychology*, 42(14), 12034-12044.

Zhu, H., Chen, A., Guo, W., Zhu, F., Wang, B. (2020). Which Type of Exercise is More Beneficial for Cognitive Function? A Meta-Analysis of The Effects of Open-Skill Exercise Versus Closed-Skill Exercise Among Children, Adults, and Elderly Populations. *Applied Sciences*, 10(8), 2737.