



Uluslararası Egzersiz
Psikolojisi Dergisi

International Journal of Exercise Psychology



e-ISSN: 2687-6051

Uluslararası Egzersiz Psikolojisi Dergisi

International Journal of Exercise Psychology

Cilt: 6

Sayı: 2

Yıl: 2024

egzersizpsikolojisi@gmail.com

<https://dergipark.org.tr/intjouexerpsyc>

ULUSLARARASI EGZERSİZ PSİKOLOJİSİ DERGİSİ

International Journal of Exercise Psychology

e-ISSN: 2687-6051

Cilt / Volume: 6

Sayı / Number: 2

Yıl / Year: 2024

ISSN: 1302-2040

BAŞ EDİTÖR / EDITOR-IN-CHIEF

Dr. Deniz BEDİR, Erzurum, TÜRKİYE

EDİTÖR/EDITOR

Dr. Süleyman Erim ERHAN, Tekirdağ, TÜRKİYE

Dr. Gözde ERSÖZ, İstanbul, TÜRKİYE

Dr. Sevinç NAMLI, Erzurum, TÜRKİYE

DİL EDİTÖRLERİ / LANGUAGE EDITORS

Erhan Erdem, İzmir, TÜRKİYE

Mücahide Meryem BEDİR, Erzurum, TÜRKİYE

SEKRETERYA / SECRETARY

Arş. Gör. Burak KARABABA, Erzurum, TÜRKİYE

Arş. Gör. Buket ŞERAN, Erzurum, TÜRKİYE

Arş. Gör. Ferhat CANYURT, Erzurum, TÜRKİYE

YAYIN KURULU / EDITORIAL BOARD

Dr. Ali BRIAN, University of South Carolina, ABD.

Dr. Emi TSUDA, West Virginia University, ABD.

Dr. Jacqueline D. GOODWAY, Ohio State University, ABD.

Dr. Jerraco Johnson, Ohio State University, ABD.

Dr. Ruri FAMELIA, State University of Padang, ENDONEZYA.

Dr. Saeed SHOKOUFEH, Malekan-Azad University, İRAN.

Dr. Seung Yeon PARK, Norfolk State University, ABD.

Dr. Abdurrahman AKTOP, Akdeniz Üniversitesi, TÜRKİYE.

Dr. Ahmet YAPAR, Çanakkale Onsekiz Mart, TÜRKİYE.

Dr. Aydın İLHAN, Pamukkale Üniversitesi, TÜRKİYE.

Dr. Elif KARAGÜN, Kocaeli Üniversitesi, TÜRKİYE.

Dr. Feyza Meryem KARA, Kırıkkale Üniversitesi, TÜRKİYE.

Dr. Gökhan ÇALIŞKAN, Iğdır Üniversitesi, TÜRKİYE.

Dr. İhsan SARI, Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, TÜRKİYE.

Dr. İlker ÖZMUTLU, Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi, TÜRKİYE.

Dr. İlyas GÖRGÜT, Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, TÜRKİYE.

Dr. Mehmet GÜLLÜ, İnönü Üniversitesi, TÜRKİYE.

Dr. Tamer KARADEMİR, Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, TÜRKİYE.

Dr. Zinnur GEREK, Gaziantep Üniversitesi, TÜRKİYE.

Amaç ve Kapsam

Uluslararası Egzersiz Psikolojisi Dergisinin (UEPD) amacı, bilim dünyasına spor psikolojisi alanında deneysel ve teorik katkılar yayınlamaktır.

Egzersiz ve spor psikolojisi, psikolojinin sportif performansı üzerine etkisi, psikolojik beceriler gibi makaleler dergimizin kapsamı için uygundur. UEPD'nin amacı, titiz ve ilgili çalışmaların sonuçlarını yaymak, teorisinin geliştirilmesi ve önceki bulguların onaylanması veya çelişkileri ile ilgili bulguları ve yorumları ortaya koymaktır. UEPD, epistemoloji, araştırma soruları, araçlar, istatistiksel veya klinik analizler ve tartışma veya potansiyel uygulamalar arasındaki tutarlılığı içeren çeşitli metodolojiler sunmaktadır. Nitel ve nicel analizler ve vaka çalışmaları uygun bir şekilde kullanıldığında ilgi çekicidir. UEPD, spor ve psikolojiyle ilgili aşağıdaki bölümlerden oluşur:

Spor Psikolojisi, Egzersiz Psikolojisi, Performans Psikolojisi, Motivasyon, İletişim, Öz Güven, Kaygı, Stres, Saldırganlık, İmgeleme, Hedef Belirleme vs.

Aim and Scope

The aim of the International Journal of Exercise Psychology (IJEPE) is to publish experimental and theoretical contributions to the world of science in the scope of sport psychology.

Articles such as exercise and sports psychology, the effect of psychology on sports performance, and psychological skills are suitable for the scope of our journal. The aim of the IJEPE is to spread the results of rigorous and relevant studies and to develop findings and interpretations of the approvals or contradictions of previous findings. The IJEPE offers a variety of methodologies, including consistency between epistemology, research questions, tools, statistical or clinical analysis, and discussion or potential applications. Qualitative and quantitative analysis and case studies are interesting when used appropriately. The IJEPE consists of the following sections on sports and psychology:

Sport Psychology, Exercise Psychology, Psychology of Performance, Motivation, Communication, Self Confidence, Anxiety, Stress, Aggression, Imagery, Goal Setting, etc.

Yayın Periyodu

Uluslararası Egzersiz Psikolojisi Dergisi, Haziran ve Aralık aylarında olmak üzere yılda 2 kere yayımlanan bilimsel ve hakemli bir dergidir. Derginin dili Türkçe olmasının yanı sıra İngilizce makalelere de yer verilmektedir. Dergimiz, egzersiz ve spor psikolojisi alanında hem ulusal hem de uluslararası düzeyde özgün araştırmaları ve derleme (review) makaleleri yayımlamaktadır.

Publishing Period

International Journal of Exercise Psychology is a scientific and peer-reviewed journal published twice a year in June and December. The language of the journal is Turkish, and the articles are in English. This journal publishes original research and reviews articles in the field of sports psychology, both nationally and internationally.

Yayın Hakkı

Uluslararası Egzersiz Psikolojisi Dergisinde yayınlanan yazı, resim, şekil ve tablolar yayıncının izni olmadan kısmen veya tamamen herhangi bir nedenle basılamaz, çoğaltılamaz. Referans göstermek kaydıyla özetleme ve alıntı yapılabilir. Dergide yayınlanan yazı, şekil ve resimlerden yazarları, ilan ve reklamlardan firmaları sorumludur.

Copyright

The articles, pictures, figures, and tables published in the International Journal of Exercise Psychology cannot be printed or reproduced for any reason, partially or completely, without the permission of the publisher. Summarizing and quoting can be done provided that they show a reference. The authors are responsible for the articles, figures, and pictures published in the journal, and the companies for the announcements and advertisements.

Yazışma Adresi / Correspondence Address

Uluslararası Egzersiz Psikolojisi Dergisi (IntJourExerPsyc)

Tel:(0543) 599 64 54

egzersizpsikolojisi@gmail.com

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

Adres: Saltuklu Mah. Dadaş Cad. No:53, Kat:4, No:7, Aziziye/ERZURUM

YAZIM KURALLARI

1. BAŞLIK VE YAZAR BİLGİSİ

Makale metninde yazı tipi olarak Times New Roman, 11 punto ve 1,0 satır aralığı kullanılmalıdır. Başlık **14 punto**, sözcüklerin ilk harfi büyük harflerle, ortalanmış olarak yazılmalıdır. Türkçe yazılmış makalelerde Türkçe başlığın altına İngilizce, İngilizce yazılmış makalelerde İngilizce başlığın altında Türkçe başlığa yer verilmelidir.

Çalışmanın yazarının adı soyadı **11 punto**, soyadı büyük harflerle ve ortalanmış olarak, yazar birden fazla ise, adlar çalışmaya katkılarına göre yan yana sıralı yazılmalıdır. Yazar(lar)ın çalıştıkları üniversite, fakülte/yüksekokul, şehir ve ülke bilgileri İngilizce başlığın altında yazar ismi ya da isimleriyle eşleştirilmiş imlerle (1,2,3) belirtilmelidir.

Çalışma herhangi bir bilimsel etkinlikte bildiri olarak sunulmuş ise, makalenin başlığına im (*) konularak, makalenin ilk sayfasının altında etkinliğin adı, yeri ve tarihi belirtilmelidir. Çalışma herhangi bir araştırma kurumu ya da fonu tarafından desteklenmiş ise, makalenin başlığına im (*) konularak, desteği sağlayan kuruluşun adı, projenin numarası ve tamamlandığı tarih ilk sayfanın altında belirtilmelidir. Çalışma lisansüstü tezlerden üretilmiş ise, makalenin başlığına im (*) konularak, tezin adı, danışmanın adı ve tamamlandığı tarih ilk sayfanın altında belirtilmelidir. Dip notlardaki tüm bilgiler **9 punto** olmalıdır.

2. ÖZ

Çalışmalar Türkçe ve İngilizce dillerinde gönderilebilir. Her çalışmanın baş kısmında Türkçe ve İngilizce özet bulunmalıdır. Özet, 10 punto büyüklüğünde ve 260 sözcüğü geçmeyecek şekilde tek sütun ve iki yana yaslı olarak yazılmalıdır. “Öz” metni içinde kaynak verilmemelidir. Her özetin altında o dilden çalışmayı betimleyen 3-5 anahtar kelime bulunmalıdır.

3. BÖLÜMLER VE ALT BÖLÜMLER

Çalışmalarda ana bölüm başlıkları numaralandırılarak ortalanmış, 12 punto ve büyük harfle yazılmalıdır. Alt bölüm başlıkları (İkinci düzey başlıklar) sola yaslı, ilk harfleri büyük, 11 punto, kalın ve italik olarak yazılmalıdır. Üçüncü düzey başlıklar ise sola yaslı, 11 punto, bold, italik ve sadece ilk kelimenin ilk harfi büyük olacak biçimde yazılmalıdır.

Metin içindeki paragraflar en az üç cümleden oluşmalı ve paragraflar arasında bir satır boşluğu bırakılmalıdır. Makaleler, **9000 sözcüğü** geçmemelidir.

Çalışmalarda ana bölümler sırasıyla;

- GİRİŞ
- YÖNTEM
 - Evren ve örneklem/Çalışma Grubu/Katılımcılar/Denekler (bunlardan sadece biri)
 - Veri toplama yöntem(ler)i/teknikleri/araçları
 - Verilerin analizi
- BULGULAR
- TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER
- DESTEK VE TEŞEKKÜR BEYANI
- ETİK BEYANI
- YAZAR KATKILARI
- KAYNAKLAR

bölümlerinden oluşmalıdır.

Ana metine, öz ve/veya abstract'tan sonra “GİRİŞ” alt başlığı yazılarak metne başlanmalıdır. YÖNTEM, BULGULAR ve TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER bölümlerine yeni sayfadan başlanmamalı, bir bölüm bittikten sonra, aynı sayfada diğeri onu izlemelidir.

Sıklıkla kullanılan istatistiksel tekniklerle yapılan çözümlenmelerin sonuçları belirli bir standarda göre metinde yer almalıdır. Aşağıda en yaygın kullanılan tekniklerin sunumuna ilişkin bazı kurallar yer almaktadır:

- Varyans analizi sonucu metinde, “...yaş değişkeninin temel etkisi anlamlıdır ($F(1,123) = 5.43, p < .05$)” örneğindeki gibi rapor edilmelidir.
- Korelasyon ve ki-kare değerleri sunulurken denek sayısına (n) yer verilmelidir.
- t testi ve varyans analizi sonucunda yapılan çoklu karşılaştırmalar (Tukey testi gibi) sunulurken serbestlik derecesi (sd) verilmelidir.
- Regresyon analizleri sunulurken R, R², F, Beta, t ve p değerleri verilmelidir.

- Faktör analizi sunulurken her faktör altındaki maddelerin faktör yükleri (factor loadings), her faktörün özdeğeri (eigenvalue) ve açıkladığı varyans verilmelidir.

Yukarıda verilenlerden farklı istatistiksel çözümler kullanılması durumunda ilgili tekniklere ilişkin sembol ve açıklamalar uygun yerlerde yer almalıdır.

Türkçe makalelerde Türk Dil Kurumu'nun sözlükleri ve yazım kılavuzu dikkate alınmalı ve mümkün olduğunca Türkçe sözcükler kullanılmalıdır. Alana özgü yabancı dildeki kavramın/terimin Türkçe karşılığı kullanılırken ilgili kavramın/terimin ilk kullanıldığı yerde yabancı dildeki karşılığı parantez içinde verilmelidir.

4. KAYNAKLARIN BELİRTİLMESİ

Makalenin sonunda, varsa ek(ler)den önce kaynaklar, yazarın veya kurum ismi, isim sırasıyla belirtilmelidir. Kaynaklar 9 punto ile aralık bırakmadan ardı ardına yazılmalıdır.

Kaynakçada APA 7 stili kullanılmalıdır.

Stille ilgili detaylı bilgiye aşağıdaki linkten ulaşabilirsiniz.

<https://apastyle.apa.org/style-grammar-guidelines/references/examples>

5. ŞEKİLLER

Şekil ve grafikler beyaz bir kâğıt üzerine basılabilecek nitelikte, 130x180 mm'den büyük olmayacak biçimde çizilmiş olmalı, mikrograflar, radiograflar ve fotoğraflar siyah beyaz parlak kâğıda basılmış olmalıdır. Büyük şekiller numaralandırılmalı, alt yazısı olmalı, kaynak kullanılmış ise parantez içinde şekil altına kaynak bilgisi eklenmelidir. Şeklin başlığı sola dayalı, koyu renk ve italik, 11 punto ve başlığın sadece ilk kelimesinin ilk harfi büyük olmalıdır. Şekil içindeki yazılar ise 11 punto olmalıdır. Şekil başlığı ile tablo arasındaki boşluk, 1.15 satır aralığında olmalıdır. Şeklin başlığı, şeklin altında yer almalıdır.

6. TABLOLAR

Tablolar sola dayalı ve "Times New Roman" karakterinde, tablo başlığı koyu renk, 11 punto, başlığın sadece ilk kelimesinin ilk harfi büyük olmalı ve başlık, tablo sayısının yanında verilmelidir. Tablo içi değerler/yazılar ise 10 punto olmalıdır. Tablo başlığından sonra 6nk satır aralığı olmalıdır. Tablolar metin içinde tablo sayısı verilerek belirtilmelidir. Tablolar, metin içinde kullanıldıkları veya izleyen sayfada yer almalıdır. İlgili not ve kaynaklar, tablonun altında, "Not:" veya "Kaynak:" ifadelerinden sonra, belirtilmelidir. Tablolar pencereye otomatik olarak sığdırılmalıdır.

7. MAKALE ŞABLONU

Bir makale çalışmasıyla ilgili bütün ayrıntılar burada belirtilmemiş olabilir. Biçimlendirmeye ilgili daha ayrıntılı bilgi, dergiye yollanacak çalışmalar için kullanılması gereken şablon dosyada bulunmaktadır. Burada verilen bilgilerle şablon dosyadaki bilgilerin çelişmesi durumunda şablon dosyası temel alınmalıdır.

Çalışmaların derginin yazım kurallarına uygun hazırlanabilmesi için şablon dosyanın kullanılması gerekmektedir (Dosya: [Dergi-Şablon](#)). (Dosya-İngilizce: [Journal-Template](#)). Eğer yazım işlemi başka bir dosyada yapılmışsa ilgili dosyanın içeriği şablon dosyaya aktarılmalı ve bu dosyada bulunan stiller ilgili (başlıklara-metinlere gibi) yerlere uygulanmalıdır.

8. DÜZELTME ÇİZELGESİ

Makaleye ilişkin düzeltme önerileri almış olan yazar(lar), hakem raporları ile birlikte gönderilen "[Düzeltilme Çizelgesi](#)" üzerinde, her hakemin istemiş olduğu düzeltme/değişiklik önerilerine dayalı olarak yapılan işlemi sayfa numarası belirterek çizelgede belirtmelidir.

ETİK İLKELER

YAYIN ETİĞİ

Uluslararası Egzersiz Psikolojisi Dergisinde uygulanan yayın süreçleri, bilginin tarafsız ve saygın bir şekilde gelişimine ve dağıtımına temel teşkil etmektedir. Bu doğrultuda uygulanan süreçler, yazarların ve yazarları destekleyen kurumların çalışmalarının kalitesine doğrudan yansımaktadır. Hakemli çalışmalar bilimsel yöntemi somutlaştıran ve destekleyen çalışmalardır. Bu noktada sürecin bütün paydaşlarının (yazarlar, okuyucular ve araştırmacılar, yayıncı, hakemler ve editörler) etik ilkelere yönelik standartlara uyması önem taşımaktadır. Uluslararası Egzersiz Psikolojisi Dergisi yayın etiği kapsamında tüm paydaşların aşağıdaki etik sorumlulukları taşıması beklenmektedir.

Aşağıda yer alan etik görev ve sorumluluklar oluşturulurken açık erişim olarak Committee on Publication Ethics (COPE) tarafından yayımlanan rehberler ve politikalar dikkate alınarak hazırlanmıştır.

Yazarların Etik Sorumlulukları

- Yazar(lar)ın gönderdikleri çalışmaların özgün olması beklenmektedir. Yazar(lar)ın başka çalışmalardan yararlanmaları veya başka çalışmaları kullanmaları durumunda eksiksiz ve doğru bir biçimde atıfta bulunmaları ve/veya alıntı yapmaları gerekmektedir. Çalışmanın oluşturulmasında içeriğe entelektüel açıdan katkı sağlamayan kişiler, yazar olarak belirtilmemelidir.
- Yayınlanmak üzere gönderilen tüm çalışmaların varsa çıkar çatışması teşkil edebilecek durumları ve ilişkileri açıklanmalıdır. Yazar(lar)dan değerlendirme süreçleri çerçevesinde makalelerine ilişkin ham veri talep edilebilir, böyle bir durumda yazar(lar) beklenen veri ve bilgileri yayın kurulu ve bilim kuruluna sunmaya hazır olmalıdır.

- Yazar(lar) kullanılan verilerin kullanım haklarına, araştırma/analizlerle ilgili gerekli izinlere sahip olduklarını veya deney yapılan deneklerin rızasının alındığını gösteren belgeye sahip olmalıdır.
- Yazar(lar)ın yayınlanmış, erken görünüm veya değerlendirme aşamasındaki çalışmasıyla ilgili bir yanlış ya da hatayı fark etmesi durumunda, dergi editörünü veya yayıncıyı bilgilendirme, düzeltme veya geri çekme işlemlerinde editörle işbirliği yapma yükümlülüğü bulunmaktadır.
- Yazarlar çalışmalarını aynı anda birden fazla derginin başvuru sürecinde bulduramaz. Her bir başvuru önceki başvurunun tamamlanmasını takiben başlatılabilir. Başka bir dergide yayınlanmış çalışma Uluslararası Egzersiz Psikolojisi Dergisine gönderilemez.
- Değerlendirme süreci başlamış bir çalışmanın yazar sorumluluklarının değiştirilmesi (Yazar ekleme, yazar sırası değiştirme, yazar çıkartma gibi) teklif edilemez.

Editörlerin Etik Görev ve Sorumlulukları

Uluslararası Egzersiz Psikolojisi Dergisi editör ve alan editörleri, açık erişim olarak Committee on Publication Ethics (COPE) tarafından yayınlanan "COPE Code of Conduct and Best Practice Guidelines for Journal Editors" ve "COPE Best Practice Guidelines for Journal Editors" rehberleri temelinde aşağıdaki etik görev ve sorumluluklara sahip olmalıdır:

Genel görev ve sorumluluklar

Editörler, Uluslararası Egzersiz Psikolojisi Dergisinde yayınlanan her yayından sorumludur. Bu sorumluluk bağlamında editörler, aşağıdaki rol ve yükümlülükleri taşımaktadır:

- Okuyucuların ve yazarların bilgi ihtiyaçlarını karşılamaya yönelik çaba sarf etme,
- Sürekli olarak derginin gelişimini sağlama,
- Dergide yayınlanan çalışmaların kalitesini geliştirmeye yönelik süreçleri yürütme,
- Düşünce özgürlüğünü destekleme,
- Akademik açıdan bütünlüğü sağlanma,
- Fikri mülkiyet hakları ve etik standartlardan taviz vermeden iş süreçlerini devam ettirme,
- Düzeltme, açıklama gerektiren konularda yayın açısından açıklık ve şeffaflık gösterme.

Okuyucu ile ilişkiler

Editörler tüm okuyucu, araştırmacı ve uygulayıcıların ihtiyaç duydukları bilgi, beceri ve deneyim beklentilerini dikkate alarak karar vermelidir. Yayınlanan çalışmaların okuyucu, araştırmacı, uygulayıcı ve bilimsel alanyazına katkı sağlanmasına ve özgün nitelikte olmasına dikkat etmelidir. Ayrıca editörler okuyucu, araştırmacı ve uygulayıcılardan gelen geri bildirimleri dikkate almak, açıklayıcı ve bilgilendirici geri bildirim vermekle yükümlüdür.

Yazarlar ile ilişkiler

Editörlerin yazarlara karşı görev ve sorumlulukları aşağıdaki şekildedir:

- Editörler, çalışmaların önemi, özgün değeri, geçerliliği, anlatımın açıklığı ve derginin amaç ve hedeflerine dayanarak olumlu ya da olumsuz karar vermelidir.
- Yayın kapsamına uygun olan çalışmaların ciddi problemi olmadığı sürece ön değerlendirme aşamasına almalıdır.
- Editörler, çalışma ile ilgili ciddi bir sorun olmadıkça, olumlu yöndeki hakem önerilerini göz ardı etmemelidir.
- Yeni editörler, çalışmalara yönelik olarak önceki editör(ler) tarafından verilen kararları ciddi bir sorun olmadıkça değiştirmemelidir.
- "Kör Hakemlik ve Değerlendirme Süreci" mutlaka yayınlanmalı ve editörler tanımlanan süreçlerde yaşanabilecek sapmaların önüne geçmelidir.
- Editörler yazarlar tarafından kendilerinden beklenecek her konuyu ayrıntılı olarak içeren bir "Yazarlara Bilgi Rehberi" yayımlamalıdır. Bu rehberler belirli zaman aralıklarında güncellenmelidir.
- Yazarlara açıklayıcı ve bilgilendirici şekilde bildirim ve dönüş sağlanmalıdır.

Hakemler ile ilişkiler

Editörlerin hakemlere karşı görev ve sorumlulukları aşağıdaki şekildedir:

- Hakemleri çalışmanın konusuna uygun olarak belirlemelidir.
- Hakemlerin değerlendirme aşamasında ihtiyaç duyacakları bilgi ve rehberleri sağlamakla yükümlüdür.
- Yazarlar ve hakemler arasında çıkar çatışması olup olmadığını gözetmek durumundadır.
- Kör hakemlik bağlamında hakemlerin kimlik bilgilerini gizli tutmalıdır.
- Hakemleri tarafsız, bilimsel ve nesnel bir dille çalışmayı değerlendirmeleri için teşvik etmelidir.
- Hakemleri zamanında dönüş ve performans gibi ölçütlerle değerlendirmelidir.
- Hakemlerin performansını artırıcı uygulama ve politikalar belirlemelidir.
- Hakem havuzunun dinamik şekilde güncellenmesi konusunda gerekli adımları atmalıdır.
- Nezaketsiz ve bilimsel olmayan değerlendirmeleri engellemelidir.
- Hakem havuzunun geniş bir yelpazeden oluşması için adımlar atmalıdır.

Yayın kurulu ile ilişkiler

Editörler, tüm yayın kurulu üyelerinin süreçleri yayın politikaları ve yönergelere uygun ilerletmesini sağlamalıdır. Yayın kurulu üyelerini yayın politikaları hakkında bilgilendirmeli ve gelişmelerden haberdar etmelidir. Yeni yayın kurulu üyelerini yayın politikaları konusunda eğitmeli, ihtiyaç duydukları bilgileri sağlamalıdır.

Ayrıca editörler;

- Yayın kurulu üyelerinin çalışmaları tarafsız ve bağımsız olarak değerlendirmelerini sağlamalıdır.
- Yeni yayın kurulu üyelerini, katkı sağlayabilir ve uygun nitelikte belirlemelidir.
- Yayın kurulu üyelerinin uzmanlık alanına uygun çalışmaları değerlendirme için göndermelidir.
- Yayın kurulu ile düzenli olarak etkileşim içerisinde olmalıdır.
- Yayın kurulu ile belirli aralıklarla yayın politikalarının ve derginin gelişimi için toplantılar düzenlemelidir.

Dergi sahibi ve yayıncı ile ilişkiler

Editörler ve yayıncı arasındaki ilişki editöryal bağımsızlık ilkesine dayanmaktadır. Editörler ile yayıncı arasında yapılan yazılı sözleşme gereği, editörlerin alacağı tüm kararlar yayıncı ve dergi sahibinden bağımsızdır.

Editöryal ve kör hakemlik süreçleri

Editörler; dergi yayın politikalarında yer alan "Kör Hakemlik ve Değerlendirme Süreci" politikalarını uygulamakla yükümlüdür. Bu bağlamda editörler her çalışmanın adil, tarafsız ve zamanında değerlendirme sürecinin tamamlanmasını sağlar.

Kalite güvencesi

Editörler; dergide yayınlanan her makalenin dergi yayın politikaları ve uluslararası standartlara uygun olarak yayınlanmasından sorumludur.

Kişisel verilerin korunması

Editörler; değerlendirilen çalışmalarda yer alan deneklere veya görsellere ilişkin kişisel verilerin korunmasını sağlamakla yükümlüdür. Çalışmalarda kullanılan bireylerin açık rızası belgeli olmadığı sürece çalışmayı reddetmekle görevlidir. Ayrıca editörler; yazar, hakem ve okuyucuların bireysel verilerini korumaktan sorumludur.

Hakemlerin Etik Sorumlulukları

Tüm çalışmaların "Körleme Hakemlik" ile değerlendirilmesi yayın kalitesini doğrudan etkilemektedir. Bu süreç yayının nesnel ve bağımsız değerlendirilmesi ile güven sağlar. Uluslararası Egzersiz Psikolojisi Dergisi değerlendirme süreci çift taraflı kör hakemlik ilkesiyle yürütülür. Hakemler yazarlar ile doğrudan iletişime geçemez, değerlendirme ve yorumlar dergi yönetim sistemi aracılığıyla iletilir. Bu süreçte değerlendirme formları ve tam metinler üzerindeki hakem yorumları editör aracılığıyla yazar(lar)a iletilir. Bu bağlamda Uluslararası Egzersiz Psikolojisi Dergisi için çalışma değerlendiren hakemlerin aşağıdaki etik sorumluluklara sahip olması beklenmektedir:

- Sadece uzmanlık alanı ile ilgili çalışma değerlendirmeyi kabul etmelidir.
- Tarafsızlık ve gizlilik içerisinde değerlendirme yapmalıdır.
- Değerlendirme sürecinde çıkar çatışması ile karşı karşıya olduğunu düşünürse, çalışmayı incelemeyi reddederek, dergi editörünü bilgilendirmelidir.
- Gizlilik ilkesi gereği inceledikleri çalışmaları değerlendirme sürecinden sonra imha etmelidir. İnceledikleri çalışmaların sadece nihai versiyonlarını ancak yayımlandıktan sonra kullanabilir.
- Değerlendirmeyi nesnel bir şekilde sadece çalışmanın içeriği ile ilgili olarak yapmalıdır. Milliyet, cinsiyet, dini inançlar, siyasi inançlar ve ticari kaygıların değerlendirmeye etki etmesine izin vermemelidir.
- Değerlendirmeyi yapıcı ve nazik bir dille yapmalıdır. Düşmanlık, iftira ve hakaret içeren aşağılayıcı kişisel yorumlar yapmamalıdır.
- Değerlendirmeyi kabul ettikleri çalışmayı zamanında ve yukarıdaki etik sorumluluklarda gerçekleştirmelidir.
- Etik Olmayan Bir Durumla Karşılaşırsanız, Uluslararası Egzersiz Psikolojisi Dergisinde yukarıda bahsedilen etik sorumluluklar ve dışında etik olmayan bir davranış veya içerikle karşılaşırsanız lütfen egzersizpsikolojisi@gmail.com adresine e-posta yoluyla bildirin.

ARAŞTIRMA ETİĞİ

Etik Kurul, İnsan ve Hayvan Hakları

Etik kurallar başlığı altında aşağıdaki hususlara uyulmalıdır.

- Sosyal bilimler dahil olmak üzere tüm bilim dallarında yapılan araştırmalar için ve etik kurul kararı gerektiren klinik ve deneysel insan ve hayvanlar üzerindeki çalışmalar için ayrı ayrı etik kurul onayı alınmış olmalı, bu onay makalede belirtilmeli ve belgelendirilmelidir.
- Bu başlık altında, hakem, yazar ve editör için ayrı başlıklar altında etik kurullarla ilgili bilgi verilmelidir.
- Makalelerde Araştırma ve Yayın Etiğine uyulduğuna dair ifadeye yer verilmelidir.
- Ulusal ve uluslararası standartlara atıf yaparak, dergide ve/veya web sayfasında etik ilkeler ayrı başlık altında belirtilmelidir. Örneğin; dergilere gönderilen bilimsel yazılarda, ICMJE (International Committee of Medical Journal Editors) tavsiyeleri ile COPE (Committee on Publication Ethics)'un Editör ve Yazarlar için Uluslararası Standartları dikkate alınmalıdır.
- Etik kurul izni gerektiren çalışmalarda, izinle ilgili bilgiler (kurul adı, tarih ve sayı no) yöntem bölümünde ve ayrıca makale ilk/son sayfasında yer verilmelidir. Olgu sunumlarında, bilgilendirilmiş gönüllü olur/onam formunun imzalandığına dair bilgiye makalede yer verilmesi gereklidir.
- Kullanılan fikir ve sanat eserleri için telif hakları düzenlemelerine riayet edilmesi gerekmektedir.

Olası suistimal ve görevi kötüye kullanmaya karşı önlem

Editörler; olası suistimal ve görevi kötüye kullanma işlemlerine karşı önlem almakla yükümlüdür. Bu duruma yönelik şikayetlerin belirlenmesi ve değerlendirilmesi konusunda titiz ve nesnel bir soruşturma yapmanın yanı sıra, konuyla ilgili bulguların paylaşılması editörün sorumlulukları arasında yer almaktadır.

Akademik yayın bütünlüğünü sağlamak

Editörler çalışmalarda yer alan hata, tutarsızlık ya da yanlış yönlendirme içeren yargıların hızlı bir şekilde düzeltilmesini sağlamalıdır.

Fikri mülkiyet haklarının korunması

Editörler; yayınlanan tüm makalelerin fikri mülkiyet hakkını korumakla, olası ihlallerde derginin ve yazar(lar)ın haklarını savunmakla yükümlüdür. Ayrıca editörler yayınlanan tüm makalelerdeki içeriklerin başka yayınların fikri mülkiyet haklarını ihlal etmemesi adına gerekli önlemleri almakla yükümlüdür.

Yapıcılık ve tartışmaya açıklık

Editörler;

- Dergide yayınlanan eserlere ilişkin ikna edici eleştirileri dikkate almalı ve bu eleştirilere yönelik yapıcı bir tutum sergilemelidir.
- Eleştirilen çalışmaların yazar(lar)ına cevap hakkı tanınmalıdır.
- Olumsuz sonuçlar içeren çalışmaları göz ardı etmemeli ya da dışlamamalıdır.

Sikayetler

Editörler; yazar, hakem veya okuyuculardan gelen şikayetleri dikkatlice inceleyerek aydınlatıcı ve açıklayıcı bir şekilde yanıt vermekle yükümlüdür.

Politik ve ticari kaygılar

Dergi sahibi, yayıncı ve diğer hiçbir politik ve ticari unsur, editörlerin bağımsız karar almalarını etkilemez.

Çıkar çatışmaları

Editörler; yazar(lar), hakemler ve diğer editörler arasındaki çıkar çatışmalarını göz önünde bulundurarak, çalışmaların yayın sürecinin bağımsız ve tarafsız bir şekilde tamamlanmasını garanti eder.

YAYIN POLİTİKASI

Kör Hakemlik ve Değerlendirme Süreci

Kör hakemlik, bilimsel yayınların en yüksek kalite ile yayınlanması için uygulanan bir yöntemdir. Bu yöntem, bilimsel çalışmaların nesnel (objektif) bir şekilde değerlendirilme sürecinin temelini oluşturmaktadır ve birçok bilimsel dergi tarafından tercih edilmektedir. Hakem görüşleri, Uluslararası Egzersiz Psikolojisi Dergisinin yayın kalitesinde belirleyici bir yere sahiptir. Uluslararası Egzersiz Psikolojisi Dergisine gönderilen tüm çalışmalar aşağıda belirtilen aşamalara göre kör hakem yoluyla değerlendirilmektedir.

Kör hakem türü

Uluslararası Egzersiz Psikolojisi Dergisi, tüm çalışmaların değerlendirme sürecinde çift kör hakem yöntemini kullanmaktadır. Çift kör hakem yönteminde çalışmaların yazar ve hakem kimlikleri gizlenmektedir.

İlk değerlendirme süreci

Uluslararası Egzersiz Psikolojisi Dergisine gönderilen çalışmalar ilk olarak editörler tarafından değerlendirilir. Bu aşamada, derginin amaç ve kapsamına uymayan, Türkçe ve İngilizce olarak dil ve anlatım kuralları açısından zayıf, bilimsel açıdan kritik hatalar içeren, özgün değeri olmayan ve yayın politikalarını karşılamayan çalışmalar reddedilir. Reddedilen çalışmaların yazarları, gönderim tarihinden itibaren en geç iki ay içerisinde bilgilendirilir. Uygun bulunan çalışmalar ise ön değerlendirme için çalışmanın ilgili olduğu alana yönelik bir alan editörüne gönderilir.

Ön değerlendirme süreci

Ön değerlendirme sürecinde alan editörleri çalışmaların, giriş ve alanyazın, yöntem, bulgular, sonuç, değerlendirme ve tartışma bölümlerini dergi yayın politikaları ve kapsamı ile özgünlük açısından ayrıntılı bir şekilde inceler. Bu inceleme sonucunda uygun bulunmayan çalışmalar en geç bir ay içerisinde alan editörü değerlendirme raporu ile birlikte iade edilir. Uygun bulunan çalışmalar ise hakemlendirme sürecine alınır.

Hakemle atama süreci

Çalışmalar içeriğine ve hakemlerin uzmanlık alanlarına göre hakemlendirilir. Çalışmayı inceleyen alan editörü, Uluslararası Egzersiz Psikolojisi Dergisi hakem havuzundan uzmanlık alanlarına göre en az iki hakem önerisinde bulunur veya çalışmanın alanına uygun yeni hakem önerebilir. Alan editöründen gelen hakem önerileri editörler tarafından değerlendirilir ve çalışmalar hakemlere iletilir. Hakemler değerlendirdikleri çalışmalar hakkındaki hiçbir süreci ve belgeyi paylaşmayacakları hakkında garanti vermek zorundadır.

Hakem raporları

Hakem değerlendirmeleri genel olarak çalışmaların; özgünlük, kullanılan yöntem, etik kurallara uygunluk, bulguların ve sonuçların tutarlı bir şekilde sunumu ve alanyazın açısından incelenmesine dayanmaktadır. Bu inceleme aşağıdaki unsurlara göre yapılır:

- Giriş ve alanyazın:* değerlendirme raporu çalışmada ele alınan problemin sunumu ve amaçları, konunun önemi, konuyla ilgili alanyazının kapsamı, güncelliği ve çalışmanın özgünlüğü hakkında görüş içerir.
- Yöntem:* değerlendirme raporu, kullanılan yöntemin uygunluğu, araştırma grubunun seçimi ve özellikleri, geçerlik ve güvenilirlik ile ilgili bilgilerin yanı sıra veri toplama ve analiz süreci hakkında görüş içerir.
- Bulgular:* değerlendirme raporu, yöntem çerçevesinde elde edilen bulguların sunumu, analiz yöntemlerinin doğruluğu, araştırmanın amaçları ile erişilen bulguların tutarlılığı, ihtiyaç duyulan tablo, şekil ve görsellerin verilmesi, kullanılan testlerin kavramsal açıdan değerlendirilmesine yönelik görüşler içerir.
- Değerlendirme ve tartışma:* değerlendirme raporu, bulgulara dayalı olarak konunun tartışılması, araştırma sorusuna/larına ve hipoteze/lere uygunluk, genellenebilirlik ve uygulanabilirlik ile ilgili görüş içerir.
- Sonuç ve öneriler:* değerlendirme raporu alanyazına katkı, gelecekte yapılabilecek çalışmalara ve alandaki uygulamalara yönelik öneriler hakkında görüş içerir.
- Stil ve anlatım:* değerlendirme raporu, çalışma başlığının içeriği kapsamı, Türkçe'nin kurallara uygun kullanımı, gönderme ve referansların APA 6 kurallarına uygun olarak tam metnin diline uygun verilmesi ile ilgili görüş içerir.
- Genel değerlendirme:* değerlendirme raporu çalışmanın bir bütün olarak özgünlüğü, eğitim alanyazınına ve alandaki uygulamalara sağladığı katkı hakkında görüş içerir.

Değerlendirme sürecinde hakemlerin çalışmanın tipografik özelliklerine göre düzeltme yapmaları beklenmemektedir.

Hakem değerlendirme süreci

Hakem değerlendirme süreci için hakemlere verilen süre 6 haftadır. Hakemlerden veya editörlerden gelen düzeltme önerilerinin yazarlar tarafından "düzeltme yönergesi" doğrultusunda 1 ay içerisinde tamamlanması zorunludur. Hakemler bir çalışmanın düzeltmelerini inceleyerek uygunluğuna karar verebilecekleri gibi gerekliyse birden çok defa düzeltme talep edebilir.

Değerlendirme sonucu

Hakemlerden gelen görüşler, alan editörü tarafından en geç 2 hafta içerisinde incelenir. Bu inceleme sonucunda alan editörü çalışmaya ilişkin nihai kararını editörlere iletir.

Yayın kurulu kararı

Editörler, alan editörü ve hakem görüşlerine dayanarak çalışma ile ilgili yayın kurulu görüşlerini hazırlar. Hazırlanan görüşler editör tarafından alan editörü ve hakem önerileri ile birlikte en geç 1 hafta içerisinde yazar(lar) ile iletir. Bu süreçte olumsuz görüş verilen çalışmalar intihal denetimi talep edilmeksizin iade edilir. Olumlu görüş verilen çalışmalar için son karar, intihal denetim raporları sonuçlarına göre verilir.

Yayın Değerlendirme Süreci Ne Kadar Sürmektedir?

Uluslararası Egzersiz Psikolojisi Dergisi gönderilen çalışmaların yayın değerlendirme sürecinin yaklaşık 3 ay içerisinde sonuçlandırılması öngörülmektedir. Ancak, hakem ya da editörlerin yazar(lar)dan düzeltme istedikleri tarih ile yazar(lar)ın düzeltmeleri tamamladıkları tarih arasındaki süre, bu 3 aylık süreye dahil edilmemektedir.

Makale Geri Çekme

Uluslararası Egzersiz Psikolojisi Dergisi araştırmacı ve kütüphaneciler için bütünsel ve eksiksiz yayıncılığı önemsemektedir. Bunu sağlamanın güvenilir özgün araştırma makalelerini yayınlamak olduğu bilincindedir. Uluslararası Egzersiz Psikolojisi Dergisi yayın politikaları gereği, bir çalışma veya makalenin geri çekilmesi aşamasında yazar(lar) ve yayın kuruluna düşen görev ve sorumluluklar aşağıda verilmiştir.

Yazarlar

Yazar(lar)ın yayınlanmış, erken görünüm veya değerlendirme aşamasındaki çalışmasıyla ilgili bir yanlış ya da hatayı fark etmesi durumunda, geri çekme işlemlerinde dergi editörüyle işbirliği yapma yükümlülüğü bulunmaktadır.

Değerlendirme aşamasındaki çalışmasını geri çekme talebinde bulunmak isteyen yazar(lar), "Makale Geri Çekme Talep Formu"nu doldurarak her bir yazarın ıslak imzası ile imzalanmış ve taratılmış halini egzersizpsikolojisi@gmail.com adresi üzerinden e-posta aracılığıyla yayın kuruluna iletmekle yükümlüdür. Yayın kurulu tarafından geri çekme isteği onaylanmadıkça yazarlar çalışmasını başka bir dergiye değerlendirme için gönderemezler.

Editörler

Uluslararası Egzersiz Psikolojisi Dergisi yayın kurulu; yayınlanmış, kabul edilmiş veya değerlendirme aşamasındaki bir çalışmaya ilişkin telif hakkı ve intihal şüphesi oluşması durumunda çalışmayı ilişkin bir soruşturma başlatma yükümlülüğü taşır.

Yayın kurulu yapılan soruşturma sonucunda değerlendirme aşamasındaki çalışmada telif hakkı ve intihal yapıldığını tespit etmesi durumunda çalışmayı değerlendirmeden geri çeker ve tespit edilen durumları detaylı bir şekilde kaynak göstererek yazarlara iade eder. Yayın kurulu, yayınlanmış veya kabul edilmiş bir çalışmada telif hakkı ihlali ve intihal yapıldığını tespit etmesi durumunda, en geç bir hafta içerisinde aşağıdaki geri çekme ve bildiri işlemlerini gerçekleştirir.

Etik ihlali tespit edilen çalışmanın:

1. Elektronik gösterimdeki başlığının başına "Geri Çekildi:" ibaresi eklenir.
2. Elektronik gösterimdeki Öz ve Tam Metin içerikleri yerine çalışmanın geri çekilme gerekçeleri, detaylı kanıt kaynakları varsa yazar(lar)ın bağlı olduğu kurum ve kuruluşların konu hakkındaki bildirimleri ile birlikte yayınlanır.
3. Dergi web sitesinin ana sayfasından geri çekme bildirimini ilan edilir.
4. Geri çekme tarihinden itibaren ilk yayınlanacak sayının elektronik ve basılı kopyasının içindekiler listesine "Geri Çekildi: Çalışma Başlığı" şeklinde eklenir, birinci sayfasından başlamak koşuluyla geri çekme nedenleri ve buna kaynak gösterilen orijinal alıntılar kamuoyu ve araştırmacılarla paylaşılır.
5. Yazar(lar)ın bağlı olduğu kuruluş(lar)a yukarıdaki geri çekme bildirimleri iletir.
6. Yukarıda sıralanan geri çekme bildirimleri Derginin dizinlendiği kurum ve kuruluşlar ile Milli Kütüphane Başkanlığı'na izin sistemleri ve kataloglara kaydedilmesi için iletir.

Ayrıca yayın kurulu etik ihlalde bulunan çalışma yazar(lar)ının daha önce yayınlanmış çalışmalarının yayın evlerine veya yayın kurullarına, yayınlanan çalışmaların geçerlik ve güvenilirliğini güvence altına almalarını veya geri çekmelerini önerir.

Değerlendirme Sonucuna İtiraz Etme

Uluslararası Egzersiz Psikolojisi Dergisi değerlendirme sonucu yazar(lar) iletilen yayın kurulu ve bilim kurulu görüşlerine yazar(lar)ın itiraz etme hakkı saklıdır. Yazar(lar), çalışmaları için yapılan değerlendirme sonucu görüş ve yorumlara ilişkin itiraz gerekçelerini bilimsel bir dille ve dayanaklarını referans göstererek egzersizpsikolojisi@gmail.com adresine e-postayla iletmelidir. Yapılan itirazlar yayın kurulu tarafından en geç bir ay içerisinde incelenerek (Çalışmanın alan editörü ve hakemlerine yapılan itirazlar hakkında görüş talep edilebilir) yazar(lar) olumlu veya olumsuz dönüş sağlanır. Yazar(lar)ın değerlendirme sonucuna itirazları olumlu bulunması durumunda, yayın kurulu çalışmanın konu alanına uygun yeni hakemlendirme yaparak değerlendirme sürecini yeniden başlatır.

AUTHOR GUIDELINES

1. TITLE AND AUTHOR KNOWLEDGE

*Times New Roman, 11 font size, and 1.0 line spacing should be used in the article text. The title should be written in **14 font size** and the first letter of the words should be upper case and centered. Articles written in Turkish should include English under the Turkish title, and articles written in English should include the Turkish title under the English title.*

*The name and surname of the author of the study should be written in **11 font size**, and the surname should be upper case and centered. The university, faculty/college, city, and country information of the author (s) should be indicated under the English title with names (1,2,3) paired with the author's name or names.*

If the article was presented as a paper in any scientific event, the title of the article should be marked with an asterisk (), and the name, location, and date of the activity should be indicated at the bottom of the first page of the article. If the article is supported by any research institution or fund, the title of the article should be marked with an asterisk (*), and the name of the organization providing the support, the project number and the date of completion should be indicated at the bottom of the first page. If the article was produced from postgraduate theses, the title of the article should be marked with an asterisk (*), and the name of the theses, the name of the consultant and the date of completion should be indicated at the bottom of the first page. All information in footnotes should be **9 font size**.*

2. ABSTRACT

Studies can be submitted in Turkish and English languages. Turkish and English abstracts should be included at the beginning of each article. The abstract should be written in a single font with a font size of 10 and not exceeding 260 words, and justified. The citation should not be given in the text of the "abstract". Below each abstract, there should be 3-5 keywords that describe working from that language.

3. SECTIONS AND SECTIONS

In the article, main titles should be numbered, upper case and written in 12 font size, bold and upper-case letters. Subtitle titles (Second level titles) should be written left justified, upper-case letters first, 11 pt, bold and italic. Third level titles should be left-justified, 11 points, bold and italic. The first letter of the title should be written in upper case letters.

*The paragraphs in the text should consist of at least three sentences and a line space should be left between the paragraphs. Articles should not exceed **9000 words**.*

The main parts of the article consist of

- INTRODUCTION
- METHOD
 - Population and sample / Working Group / Participants / Subjects (only one of them)
 - Data collection method (s) / techniques / tools
 - Analysis of the data
- RESULTS
- DISCUSSION, CONCLUSION AND RECOMMENDATIONS
- ACKNOWLEDGMENTS
- ETHICS STATEMENT
- AUTHOR CONTRIBUTIONS
- REFERENCES

sections, respectively.;

The main text should be written by entering the subtitle "INTRODUCTION" after abstract. METHOD, RESULTS, and DISCUSSION, CONCLUSION AND RECOMMENDATIONS sections should not be started from the new page, after one section is finished, the other page should follow.

In Turkish articles, dictionaries and spelling guides of Turkish Language Institution should be taken into consideration and Turkish words should be used as much as possible. When using the Turkish equivalent of the concept / term in the field-specific foreign language, the equivalent of the concept / term should be given in parentheses in the first place.

4. SPECIFICATION OF CITIATIONS

At the end of the article, before the appendix (s), the sources should be stated in the order of the author. References should be written one after the other with 9 font size.

All references used in the article should be in accordance with the APA7 style.

You can find detailed information about the style from the link below.

<https://apastyle.apa.org/style-grammar-guidelines/references/examples>

5. FIGURES

Figures and graphics should be printed on white paper, not more than 130x180 mm; micrographs, radiographs, and photographs should be printed on black and white glossy paper. Large figures should be numbered and captioned; if the source is used, source information should be added under the figure in parentheses. The title of the figure should be left-justified, bold and italic, 11 font size, and only the first letter of the title should be capitalized. Writings in the figure should be 11 points. The space between the figure title and the table should be in the 1.15 line spacing. The title of the figure should be under the figure.

6. TABLES

Tables should be left-justified, and in the "Times New Roman" character, the table title should be bold, 11 font size, only the first letter of the title should be upper case, and the title should be given next to the number of tables. In-table values/articles should be 10 font size. There should be a 6nk line spacing after the table header. Tables should be specified by giving the number of tables in the text. Tables should be placed in the text or on the following page. Relevant notes and sources should be stated below the table after the words "Note:" or "Source:" Tables should automatically fit in the window.

7. ARTICLE TEMPLATE

All details about an article's work may not be mentioned here. More detailed information about formatting is available in the template file, which should be used for work to be sent to the journal. If the information given here conflicts with the information in the template file, the template file should be based on.

In order to prepare the studies in accordance with the writing rules of the journal, the template file should be used (File: Sample Article). (File-English: Article Template). If the writing is done in another file, the content of the relevant file should be transferred to the template file and the styles included in this file should be applied to the relevant places (such as headings-texts).

8. REFEREE CORRECTION DIRECTIVE

The author (s) who received correction suggestions for the article should state the procedure in the "Referee Correction Directive" sent with the referee reports, stating the page number based on the correction/change proposals requested by each referee.

ETHICAL PRINCIPLES

PUBLICATION ETHICS

The publishing processes applied in the International Journal of Exercise Psychology provide the basis for the development and dissemination of information in an impartial and respectable manner. The processes applied in this direction are directly reflected in the quality of the work of the authors and the institutions supporting the authors. Refereed studies are the studies that embody and support the scientific method. At this point, it is important that all stakeholders of the process (authors, readers and researchers, publishers, referees, and editors) comply with standards for ethical principles. All stakeholders within the scope of the International Journal of Exercise Psychology publication ethics are expected to bear the following ethical responsibilities.

The following ethical duties and responsibilities have been prepared as open access, taking into account guidelines and policies published by the Committee on Publication Ethics (COPE).

Authors' Ethical Responsibilities

The author (s) who submitted a study to the International Journal of Exercise Psychology is expected to comply with the following ethical responsibilities:

- The works submitted by the author (s) are expected to be original. If the author (s) benefit from other studies or use other studies, they must cite and/or cite completely and accurately.
- Persons who do not contribute to the content intellectually in the creation of the study should not be specified as a writer.
- The situations and relationships that may constitute a conflict of interest, if any, should be explained.
- The raw data regarding the articles can be requested from the author (s) within the framework of the evaluation processes; in such a case, the author (s) must be ready to present the expected data and information to the editorial board and the scientific board.
- The author (s) must have the document showing that they have the right to use the data used, the necessary permissions related to research/analysis, or that the experimental subjects have consented.
- In the event that the author (s) notices an error or error related to his published, early-view, or evaluation phase, there is an obligation to inform the editor of the journal or the publisher to cooperate with the editor in correction or withdrawal.
- Authors cannot keep their works in the process of application of more than one journal at the same time. Each application can be started following the completion of the previous application.
- The study published in another journal cannot be sent to the International Journal of Exercise Psychology.

- Changing author responsibilities (such as adding authors, changing author order, or removing authors) cannot be offered for a study whose evaluation process has started.

Editors' Ethical Responsibilities

The editor and field editors of the *International Journal of Exercise Psychology* should have the following ethical duties and responsibilities based on the "COPE Code of Conduct and Best Practice Guidelines for Journal Editors" and "COPE Best Practice Guidelines for Journal Editors" guidelines published by the Committee on Publication Ethics (COPE) as open access:

General Responsibilities

Editors are responsible for every publication published in the *International Journal of Exercise Psychology*. In the context of this responsibility, editors have the following roles and obligations:

- Making efforts to meet the information needs of readers and writers,
- Continuous development of the journal,
- To carry out the processes to improve the quality of the works published in the journal,
- Supporting freedom of thought,
- Ensuring academic integrity,
- Continuing work processes without compromising intellectual property rights and ethical standards,
- Show clarity and transparency in terms of publication on issues requiring correction and explanation.

Relationships with Readers

Editors must make decisions taking into consideration the knowledge, skills, and expectations of all readers, researchers, and practitioners. They must also ensure that the published studies contribute to the literature and are original. Moreover, they must take notice of the feedback received from researchers and practitioners and provide explanatory and informative feedback.

Relationships with Authors

Editors have the following duties and responsibilities in their relations with authors:

- Editors must make positive or negative decisions about the studies' importance, originality, validity, clarity in wording, and suitability with the journal's aims and objectives.
- Editors must accept the studies that are within the scope of the publication into the pre-review process unless there are serious problems with the study.
- Editors must not ignore positive suggestions made by reviewers unless there are serious problems with the study.
- New editors, unless there are serious issues, must not change the previous editor's decisions about the studies.
- "Blind Review and Review Process" must be published and editors must prevent possible diversions in the defined processes.
- Editors must publish an "Authors Guide" that is comprehensive enough to answer queries by authors. This guide must be updated regularly.
- Authors should be provided with explanatory and informative feedback.

Relationships with Reviewers

Editors have the following duties and responsibilities in their relations with reviewers:

- choose reviewers according to the subject of the study.
- provide the information and guidance reviewers may need during the review process.
- observe whether there are conflicting interests between reviewers and authors.
- keep the identities of reviewers confidential in blind review.
- encourage the reviewers to review the manuscript in an unbiased, scientific and objective tone.
- evaluate reviewers regularly based on criteria like performance and timing.
- develop practices and policies that increase the performance of reviewers.
- take necessary steps to update the reviewer pool dynamically.
- prevent unkind and unscientific reviews.
- make effort to ensure the reviewer pool has a wide range.

Relationships with the Editorial Board

Editors must make sure that the members of the editorial board follow the procedures in accordance with the publication policies and guidelines, and must inform the members about the publication policies and developments. The editors must also train new members of the editorial board and provide the information they need. Moreover, editors must

- ensure that the members of the editorial board review the manuscripts in an unbiased and independent manner.
- select the new members of the editorial board from those who can contribute to the journal and are qualified enough.
- send manuscripts for review based on the subject of expertise of the editorial board members.
- regularly communicate with the editorial board.
- arrange regular meetings with the editorial board for the development of publication policies and the journal.

Relationships with the Journal's Owner and Publisher

The relationship between the editors and publisher is based on the principle of the independence of editors. All the decisions made by the editors are independent of the publisher and the owner of the journal as required by the agreement made between editors and publisher.

Editorial and Blind Review Processes

Editors are obliged to comply with the policies of "Blind Review and Process" stated in the journal's publication policies. Therefore, the editors ensure that each manuscript is reviewed in an unbiased, fair, and timely manner.

Quality Assurance

Editors must make sure that articles in the journal are published in accordance with the publication policies of the journal and international standards.

Protection of Personal Information

Editors are supposed to protect the personal information related to the subjects or visuals in the studies being reviewed and to reject the study if there is no documentation of the subject's consent. Furthermore, editors are supposed to protect the personal information of the authors, reviewers, and readers.

Reviewers' Ethical Responsibilities

Evaluation of all studies with "Blind Referee" directly affects the quality of publication. This process provides confidence with the objective and independent evaluation of the publication. The International Journal of Exercise Psychology evaluation process is carried out with the principle of double-blind refereeing. The referees cannot directly contact the authors. The reviews and comments are conveyed through the journal management system. In this process, the review forms and the referee comments on the full texts are sent to the author (s) through the editor. In this context, the referees evaluating the study for the International Journal of Exercise Psychology are expected to have the following ethical responsibilities:

Reviewers must

- agree to review only in their subject of expertise.
- review in an unbiased and confidential manner.
- inform the editor of the journal if they think that they encounter a conflict of interests and decline to review the manuscript during the review process.
- dispose of the manuscripts they have reviewed in accordance with the principle of confidentiality after the review process. Reviewers can use the final versions of the manuscripts they have reviewed only after publication.
- review the manuscript objectively and only in terms of its content and ensure that nationality, gender, religious and political beliefs, and economic apprehension do not influence the review.
- review the manuscript in a constructive and kind tone, and avoid making personal comments, including hostility, slander, and insult.
- review the manuscript they have agreed to review on time and in accordance with the ethical rules stated above.
- If you encounter any of the above ethical responsibilities and unethical behavior or content in the International Journal of Exercise Psychology, please report to egzersizpsikolojisi@gmail.com via email.

RESEARCH ETHICS

Ethics Committee, Human and Animal Rights

The following should be observed under the code of ethics.

- An ethics committee approval must be obtained for research conducted in all disciplines including social sciences and for clinical and experimental studies on humans and animals,
- requiring ethical committee decision, and this approval should be stated and documented in the article.
- It should be indicated in the journal and/or web page under a separate heading referring to national and international standards.
- Information on the ethical rules under separate headings should be provided under this heading for the peer-reviewers, authors, and editors.
- It should be stated that the articles comply with Research and Publication Ethics.
- Reference to international standards and institutions should be made. For example, scientific articles sent to journals should take into account the recommendations of the International Committee of Medical Journal Editors (ICMJE) and the International Standards for Editors and Authors of COPE (Committee on Publication Ethics).
- In studies requiring ethical committee permission, information about the permission (board name, date, and issue number) should be included in the method section and on the first/last page of the article.
- For the scales used in data collection, the permission of the scale owner should be obtained and declared in the article.
- Copyright regulations must be observed for the ideas and works of art used.

Precautions Against Possible Abuse and Malpractice

Editors are supposed to take precautions against possible abuse and malpractice. They must conduct investigations meticulously and objectively in determining and evaluating complaints about such situations. They must also share the results of the investigation.

Ensuring Academic Integrity

Editors must make sure that the mistakes, inconsistencies, or misdirections in studies are corrected quickly.

Protection of Intellectual Property Rights

Editors are responsible for protecting the intellectual property rights of all the articles published in the journal and the rights of the journal and author(s) in cases where these rights are violated. Also, editors must take the necessary precautions in order to prevent the content of all published articles from violating the intellectual property rights of other publications.

Constructiveness and Openness to Discussion

Editors must

- pay attention to the convincing criticism about studies published in the journal and must have a constructive attitude towards such criticism.
- grant the right of reply to the author(s) of the criticized study.

- do not ignore or exclude the study that includes negative results.

Complaints

Editors must examine the complaints from authors, reviewers, or readers and respond to them in an explanatory and enlightening manner.

Political and Economic Apprehensions

Neither the owner of the journal, the publisher, nor any other political or economic factor can influence the independent decision-making of the editors.

Conflicting Interests

Editors, acknowledging that there may be conflicting interests between reviewers and other editors, guarantee that the publication process of the manuscripts will be completed in an independent and unbiased manner.

PUBLISHING POLICY

Blind Referee and Evaluation Process

Blind review is a method used to make sure scientific publications are produced with the highest quality. This method is fundamental to the objective review of scientific studies and is preferred by many scientific journals. Reviewer views are determinant in the publication quality of the *International Journal of Exercise Psychology*. The journal employs double-blind reviewing. For the publication of articles, two positive reports are required. All manuscripts submitted to the *International Journal of Exercise Psychology* are blind reviewed according to the steps below:

Blind Review Method

International Journal of Exercise Psychology uses the double-blind review method in the review process of all studies. In this method the identities of the authors and reviewers are confidential.

Initial Review Process

The studies submitted to the *International Journal of Exercise Psychology* are reviewed by editors first. At this stage, the studies that are not related to the journal's aim and scope, are weak in terms of language and wording, lack originality, contain critical scientific mistakes, and do not meet the publishing criteria are rejected. The authors of such studies are informed in a month following the submission date. The studies deemed acceptable, on the other hand, are submitted to a member of the editorial board related to the subject of study that the work focuses on.

Pre-review Process

In the pre-review process, an expert member of the editorial board evaluates the introduction and literature, method, findings, results, and discussion parts of the studies in detail with respect to the publishing policies and scope of the journal as well as originality. As a result of this process, those studies that are found unacceptable are returned within four weeks. The studies that are deemed appropriate are assigned to reviewers.

Assigning Reviewers

Reviewers are assigned according to the content of the studies and their subject of expertise. The expert member of the editorial board who reviews the study recommends two reviewers, based on their subject of expertise, from the reviewer pool of the *International Journal of Exercise Psychology* or a new reviewer related to the subject of study addressed in the article. The recommendations are then evaluated by the editors, and the studies are passed on to the reviewers, who are obligated to guarantee that they will not share any document or detail about the study they review.

Reviewer Reports

In general, the reviewer reports are based on the originality of the studies, methods, ethical considerations, consistent presentation of the findings and results, and analysis of the studies with respect to literature. This evaluation is done according to the following:

Introduction and literature: the reviewer report includes views about the presentation and aims of the problem addressed in the study, the importance of the topic, the scope of the related literature, and the originality and topicality of the study.

Method: the reviewer report includes views about the appropriateness of the research method, sample choice and properties, validity and reliability issues, as well as data collection and data analysis.

Findings: the reviewer report includes views about the presentation of the findings obtained through the method, the accuracy of the analysis methods, the consistency of the aims and findings of the study, the presentation of tables, diagrams, and visuals that are needed, and the conceptual evaluation of the scales.

Evaluation and Discussion: the reviewer report includes views about discussions based on findings, suitability with the research question(s) and hypothesis, generalizability, and applicability.

Results and Suggestions: the reviewer report includes views about the contribution to literature, recommendations for future studies, and suggestions about applications in the field.

Style and Wording: the reviewer report includes views about whether the title comprises the content of the study, whether the Turkish language is used accurately, and whether journal writing rules (see Footnotes and Bibliography section) rules are observed in giving references and in-text references in parallel with the language of the full text.

Overall Evaluation: the reviewer report includes views about the originality of the study as a whole and the contribution it makes to the literature and applications.

In the review process, reviewers are not expected to redact the study according to its galley features.

Reviewing Process

Reviewers are given 6 weeks for review. It is compulsory for the authors to complete the editing of their work within 1 month according to the rules stated in the "editing manual". Reviewers may ask for multiple edits of a study if they deem it necessary.

Review Result

The editors evaluate the review by reviewers within 2 weeks at the latest, and as a result of this evaluation, the editors reach the final decision regarding the study.

Editorial Board Decision

Based on the review done by the reviewers, editors report the views of the editorial board to the author(s) in a week at the latest along with the suggestions made by the reviewers. In this process, the studies that are not accepted for publication are returned without request for plagiarism detection. The final decision about the accepted studies is made based on the results of the plagiarism detection report.

How long does the Publication Review Process last?

It is anticipated that the publication review process of the studies submitted to the *International Journal of Exercise Psychology* will be completed in 3 months. However, the period during which editors or reviewers ask the author(s) to do editing and the author(s) complete the editing is not included in this time frame.

Article Withdrawal

International Journal of Exercise Psychology values holistic and exhaustive publishing for researchers and libraries and acknowledges that this can be realized by publishing reliable and original research articles. In the case that a study or article will be withdrawn, the author(s) and the editorial board will share some responsibilities as required by the publishing policies of the *International Journal of Exercise Psychology*. These responsibilities are listed below:

Authors

If the author(s) finds a mistake in their study that is unpublished or in the early release or review process, they are obliged to cooperate with the editor of the journal during the withdrawal process.

The author(s) who wants to withdraw their study, which is in the review process, is obliged to fill in the "Article Withdrawal Form", scan it with signature(s) on it, and send the form via e-mail to the editorial board at egzersizpsikolojisi@gmail.com. The editorial board will return to the author(s) within a week, evaluating the request for withdrawal. Authors cannot submit their manuscript to another journal for review unless the withdrawal request is approved by the editorial board.

Editors

The editorial board of the *International Journal of Exercise Psychology* holds the responsibility of starting an investigation about a study if a suspicion arises that the study includes plagiarism and/or it has copyright issues.

If the editorial board detects a breach of copyright or plagiarism for the manuscripts in the review process, they retract the study from review and cancel its review process by sending a detailed document to the author(s) showing what was detected and where in the study.

If the editorial board detects a breach of copyright or plagiarism for the articles published in an issue or in early release, the retraction and reporting procedures are applied according to the statements indicated below in 1 week at the latest:

1. The study that is detected to have plagiarism is labeled as "Retraction:" in the electronic environment.
2. Instead of the Abstract and Full Text, the reasons why the study has been retracted, detailed evidence, and the statements (if any) of the affiliated institution about the issue are published electronically.
3. The study is announced as "Retraction" on the main page of the journal's web page.
4. The study is included in the contents of the first issue of the journal to be published after the date of retraction as "Retraction: Article Title," and from its first page onwards, the reasons why it has been retracted and the original citations are shared with the public and researchers.
5. The institutions that the author(s) is affiliated with are informed about the retraction.
6. The retraction reports indicated above are sent to the institutions where the journal is indexed so that they are recorded in index directories and catalogs.

In addition, the editorial board may suggest that the work author (s) who have been subjected to ethical violations to the publishing houses or editorial boards to ensure or withdraw the validity and reliability of the published works.

Appealing the Evaluation Result

The author(s) retains the right to appeal against the reports produced by the editorial and scientific boards upon the completion of the review process at the *International Journal of Exercise Psychology*. The author(s) should send their reasons for appeal in a scientific manner and by showing references to egzersizpsikolojisi@gmail.com. The appeal will be examined by the editorial board within one month the latest (the field editor and reviewers of the manuscript may be asked to share their opinions about the appeal) and the author(s) will be informed of any positive or negative result. If the result is positive, the editorial board assigns new reviewers who have expertise in the subject of the manuscript and re-starts the review process.

TELİF HAKKI DEVİR FORMU FORM FOR COPYRIGHT

...../...../24

Makale Başlığı/Article Title:

.....
.....
.....

Sayın Editör, / Dear Editor,

Yayınlanması dileğiyle Uluslararası Egzersiz Psikolojisi Dergisi'ne gönderdiğimiz yukarıdaki başlığı verilen makalenin yazarları olarak; / As the authors of the article given above, which we sent to the International Journal of Exercise Psychology, wishing it to be published;

Bu çalışmamın: / We accept and declare that

- Bilimsel ve etik sorumluluğunun bize ait olduğunu,** / the scientific and ethical responsibility of this article belongs to us,
- Daha önce herhangi bir yerde Türkçe veya yabancı bir dilde yayınlanmadığını,** / this study has not been published anywhere in Turkish or in a foreign language,
- Başka bir yayın organına yayınlanmak üzere gönderilmediğini,** / this study has not been sent to another publication to be published,
- Bütün yazarlarının gönderilen makaleyi gördüğünü ve sonuçlarını onayladığını,** / all the authors have seen the submitted article and approved the results,
- Yayına kabulü halinde tüm yayın haklarının Uluslararası Egzersiz Psikolojisi Dergisi'ne ait olduğunu kabul ve beyan ederiz.** / all copyrights belong to the International Journal of Exercise Psychology, after this study is accepted for publication.

Makalenin Editörler Kurulunca yayına kabul edilmemesi durumunda bu belge geçersizdir. / In case the article is not accepted for publication by the Editorial Board, this document is invalid.

Yazar(lar) / Author(s)

İmza / Signature

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

ULUSLARARASI EGZERSİZ PSİKOLOJİSİ DERGİSİ
International Journal of Exercise Psychology

e-ISSN: 2687-6051

Cilt / Volume: 6

Sayı / Number: 2

Yıl / Year:2024

İÇİNDEKİLER / CONTENTS

Sayfa No / Page Number	Makale Türü / Article Type	Makaleler / Articles
44-50	Araştırma / Research	Genç Sporcularda Kişilik Özellikleri ile Yeme Tutumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi Investigation of the Relationship Between Personality Traits and Eating Disorders in Adolescent Athletes Nagehan ÖZKAYALAR ORTAÇ, ^{ID} Nilgün VURGUN ^{ID}
51-57	Derleme / Review	AirBadminton AirBadminton Anıl TÜRKELİ ^{ID}
58-65	Araştırma / Research	İnkontinansı Olan ve Olmayan Engelli Bireye Sahip Ebeveynlerin Depresyon ve Yaşam Kalitelerinin İncelenmesi- Pilot Çalışma Examination of Depression and Quality of Life of Parents of Disabled Individuals With and Without Incontinence- Pilot Study Bihter AKINOĞLU, ^{ID} Ash Emine KÖSE, ^{ID} Ayfer Ezgi YILMAZ ^{ID}
66-75	Araştırma/ Research	Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Spora Katılım Güdülerinin İncelenmesi The Examination of the Motivation for Sports Participation among Faculty of Sports Sciences Students Murat Turan, ^{ID} Ali Kemal Hellaç ^{ID}

Genç Sporcularda Kişilik Özellikleri ile Yeme Tutumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Investigation of the Relationship Between Personality Traits and Eating Disorders in Adolescent Athletes

Nagehan ÖZKAYALAR ORTAÇ¹, Nilgün VURGUN²

¹ Salihli Devlet Hastanesi, Psikoloji Birimi, Manisa, Türkiye.

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

ÖZ: Yeme alışkanlıkları yaşam tarzımızın bir parçasıdır ve çoğunlukla gençlik döneminde belirlenmeye başlar. Yeme tutumları sadece fizyolojik ya da biyolojik etkenlerden değil, psikolojik ve çevresel etmenlerden de etkilenmektedir. Bunların yanında çeşitli kişilik özellikleri de yeme tutumunda etkili olabilmektedir. Bu çalışmanın amacı, genç sporcularda kişilik özellikleri ile yeme tutumu arasındaki ilişkiyi tespit etmektir. Araştırmaya 17 ile 19 yaş arasında; 112'si kadın, 177'si erkek; toplam 289 sporcu katılmıştır. Araştırmada veriler, demografik bilgi formu, Yeme Tutum Testi kısa formu (YTT-26) ve Belirti Tarama Testi (SCL-90-R) üzerinden toplanmıştır. Kişilik özellikleri ile yeme tutumu arasında ilişkiyi test etmek amacıyla; YTT-26 ile SCL-90-R toplam puanı arasında korelasyon analizi yapılmıştır. Analiz sonucuna göre, YTT-26 ile SCL-90-R arasında anlamlı, pozitif yönde ve zayıf bir ilişki bulunmuştur. Yeme tutumu cinsiyete göre değerlendirilmiş, analiz sonucuna göre, kadınların yeme tutumu puanlarının, erkeklere göre anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur. Kişilik özelliklerinin yeme tutumu değişkenini yordayıp yordamadığını görmek amacıyla çok değişkenli doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda anlamlı bir regresyon modeli ve yeme tutumundaki varyansın yüzde ,04'ünün kişilerarası duyarlılık değişkeni tarafından açıklandığı bulunmuştur. Araştırma sonucuna göre; yeme tutumları değerlendirilirken kişilik özelliklerinin ve bazı demografik özelliklerin göz önüne alınması gerektiği görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: yeme tutumu, kişilik özellikleri, genç sporcular.

ABSTRACT: Eating habits are part of our lifestyle and often begin to be determined in the teenage period. Eating attitudes are affected by psychological and environmental factors besides physiological or biological factors. Various personality traits are also effective in eating attitude. This study aims to determine the relationship between personality traits and eating attitudes in young athletes. Between the ages of 17-19, 289 athletes, 112 females, and 177 males participated. The data were collected through a demographic information form, an Eating Attitude Test (YTT-26), and a Symptom Screening Test (SCL-90-R). In order to test the relationship between personality traits and eating attitude, a correlation analysis was performed on the total scores of YTT-26 and SCL-90-R. The results found a significant, positive, and weak relationship between YTT-26 and SCL-90-R. Eating attitudes were evaluated according to gender, and it was found that the eating attitude scores of females were significantly higher than those of males. Multivariate linear regression analysis measured whether personality traits predict the eating attitude variable. As a result of the analysis, it was found that a significant regression model and .04% of the variance in eating attitude was explained by the interpersonal sensitivity variable. According to the research results, personality traits and demographic characteristics should be considered when evaluating eating attitudes.

Keywords: eating attitudes, personality traits, young athletes.

AÇIK ERİŞİM

Editör:

Deniz BEDİR
Erzurum Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum, Türkiye.

Hakemler:

Gülşah SEKBAN
Sinop Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Sinop, Türkiye.
Turan SEZAN
Mardin Artuklu Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Mardin, Türkiye.

İletişim:

Nagehan Özkayalar ORTAÇ
ozkayalar_nagehan@hotmail.com

Tarihler:

Geliş: 07.05.2024
Kabul: 22.10.2024
Yayınlanma: 31.12.2024

Künye:

Özkayalar Ortaç, N., & Vurgun, N. (2024). Genç sporcularda kişilik özellikleri ile yeme tutumu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *IntJourExerPsyc*, 6(2), 44-50.
<https://doi.org/10.51538/intjouexerpsyc.1480146>

1. GİRİŞ

1.1. Kişilik ve Kişilik Özellikleri

Psikologlar kişiliği birçok şekilde tanımlarlar ancak tanımların hepsinde ortak olan iki temel kavram vardır: Eşsizlik ve davranışın ayırt edici düzenleri (*Gerrig & Zimbardo, 2005*). *Gerrig ve Zimbardo (2005)* kişiliği, farklı durumlar ve zamanlarda bireyin ayırt edici davranış düzenlerini etkileyen karmaşık psikolojik nitelikler bütünü olarak tanımlar. *Cüceloğlu (1991)*'na göre kişilik, bireyin iç ve dış çevresiyle kurduğu, diğer bireylerden ayırt edici, tutarlı ve yapılaşmış bir ilişki biçimidir.

Egzersiz ve spor psikolojisi alanında kişilik, psikodinamik, kişisel özellik, durum, etkileşimsel ve fenomenolojik olmak üzere beş temel yaklaşıma göre ele alınmaktadır. Spor psikolojisi alanında çoğu araştırmacı, kişisel ve durumsal faktörlerin davranış üzerinde eşit düzeyde belirleyici olduğunu kabul eden etkileşimsel yaklaşımı benimsemektedir (*Weinberg & Daniel, 2019*).

1.2. Yeme Tutumu

Yeme alışkanlıkları yaşam tarzımızın bir parçasıdır ve çoğunlukla ergenlik döneminde belirlenmeye başlar. Kişinin neyi, ne zaman, ne kadar, nasıl ve kiminle yiyeceği kişinin yeme tutumunu belirler. Zaman zaman yeme tutumlarımız değişebilir. Yeme tutumları sadece fizyolojik ya da biyolojik etkenlerden değil, psikolojik ve çevresel etmenlerden de etkilenmektedir. Özellikle ergenlik döneminde kişinin kendisiyle ilgilenmeye başlaması, başkaları tarafından beğenilme arzusuyla birlikte artış gösterebilir. Doğal olarak ergenlik döneminde kişinin yeme tutumları da etkilenebilir ve olumsuz yeme tutumları gelişebilir. Olumsuz yeme tutumları, kilo vermek için öğün atlama, laktasif ve diüretik ilaçlar kullanma, kendini kusturma, yiyecek ve besin alımını kısıtlama gibi beden şeklini kontrol etmeye yönelik davranışları barındırır. Bu davranışlar ise yeme bozukluklarının öncüsü olabilir.

Sporcularda, çeşitli sebeplerden dolayı yeme bozukluğu ya da bozulmuş yeme davranışı görülebilir (*Ersöz, 2021*). *Sarıbaş ve ark. (2019)* bir araştırmada, elit sporcuların amatör sporculara göre daha fazla yeme tutumunda bozulma gösterdiğini belirtmiştir. *Yıldırım ve ark. (2017)*'nin yaptığı başka bir araştırmada ise düzenli egzersiz yapan kişilerin %33,11'inde anormal yeme davranışları belirlenmiştir. Bahsedilen araştırmalarda da sporcuların yeme tutumlarında bozulmaların, sporcu olmayanlara göre daha fazla olabileceğini gösterilmektedir.

1.3. Araştırmanın Amacı ve Önemi

Yapılan çalışmalarda, spor yapan bireylerin, mükemmeliyetçi eğilimleri ve yarıştıkları çeşitli sporların, fiziksel performans ve görünümle ilgili hedefleri nedeniyle yeme bozukluğu gelişimi için genellikle daha büyük bir risk altında oldukları saptanmıştır (*Ralph-Nearman ve ark., 2019*). Birçok sporcu, kilo vermenin ve zayıflığın spor performansı üzerinde önemli bir etkiye sahip olacağına inanmaktadır (*Ergün ve ark. 2021*). Bu nedenle birçok sporcunun yeme bozukluğu geliştirdiği bilinmektedir. Sporcuların yeme tutumları açısından değerlendirilmesi ve riskli olan grupların belirlenmesi bu bozuklukları önlemeye yönelik çalışmaları belirlemek açısından önemlidir. Bazı patolojik kişilik özellikleri, yeme tutumlarının değişim göstermesinde ve bozulmasında etkili olabilir. Yeme tutumundaki bozukluklar da depresif özellikleri veya bu durumun kötüye gitmesini mümkün kılabilir.

Bu araştırmada yeme tutumu ile kişilik özellikleri arasındaki ilişki belirlenmeye çalışılacaktır. Eğer araştırma sonucunda yeme tutumu ve kişilik özellikleri arasında ilişki bulunursa, antrenör ve spor psikologları için sporcuların kişilik özelliklerini saptamaya çalışmak, vazgeçilmez bir durum haline gelecektir. Çünkü bu durum, sporcularda görülen yeme tutumlarını belirleme ve dolayısıyla da yeme bozukluklarının önüne geçme konusunda uzmanların elini daha güçlü kılacaktır. Önceki araştırmalardan farklı olarak kişilik özelliklerinin yeme tutumunu yordadığıyla ilgili bulgular çalışmalara yeni bir boyut kazandıracaktır. Bu noktada; araştırmanın sonucunun yol gösterici olması ve hem ülkemizde hem de uluslararası platformlarda araştırmadan elde edilecek sonuçlardan yararlanılması beklenmektedir.

2. METOT

2.1. Örneklem

Araştırmada veri toplama işlemleri, 2023 yılı ocak ve nisan ayları arasında Manisa Salihli Gençlik ve Spor İlçe Müdürlüğü bünyesinde yer alan 17-19 yaş aralığındaki aktif sporcular ile yapılmıştır. Araştırmaya toplam 289 gönüllü sporcu katılmıştır. Katılımcılar; voleybol, futbol, basketbol, futsal, judo, hentbol, masa tenisi, okçuluk, karate gibi branşlarda yer alan sporculardan oluşmaktadır.

Tablo 1**Katılımcıların demografik özellikleri**

Yaş	Cinsiyet		Branş		Toplam Kişi
	Kadın	Erkek	Bireysel	Takım	
17	49 (32%)	104 (68%)	30 (19,6%)	123 (80,4%)	153 (52,94%)
18	30 (40,5%)	44 (59,5%)	17 (23,00%)	57 (77,00%)	74 (25,61%)
19	33 (53,2%)	29 (46,8%)	29 (46,8%)	33 (53,2%)	62 (21,45%)
Toplam	112 (38,75%)	177 (61,25%)	76 (26,30%)	213 (73,70%)	289 (100%)

2.2. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veriler anket yöntemi kullanılarak elde edilmiştir.

2.2.1. Yeme Tutum Testi Kısa Formu (YTT-26)

YTT, 1979 yılında Garner ve Garfinkel tarafından geliştirilmiş, YTT'nin Türkçe uyarlaması 1989 yılında Savaşır ve Erol tarafından yapılmıştır. YTT-26 ise Ergüney-Okumuş ve Sertel-Berk tarafından 2020 yılında Türkçeye uyarlanmış ve psikometrik özellikleri değerlendirilmiştir. YTT-26, Cronbach's Alpha değeri, .84'tür. Ölçeğin test tekrar test güvenilirliği, .78'dir. Ayırıcı geçerlik kapsamında yapılan analizler sonucunda, bozulmuş yeme tutumları, bozulmuş yeme davranışı ve psikolojik semptomlardaki farklılığı ayırt edebilmektedir (Ergüney-Okumuş & Sertel-Berk, 2020).

YTT-26, 3 bölümden oluşmaktadır. Ölçeğin ilk bölümünde katılımcının demografik bilgileri, boy ve kilo bilgileri istenmektedir. İkinci bölümünde yeme tutumunu değerlendirmeye yönelik 26 madde yer almaktadır. Kişiler maddelere; daima, çok sık, sık sık, bazen, nadiren, hiçbir zaman şeklinde cevap vermektedir. 26. Madde ters puanlanmaktadır. Ölçeğin birinci ve üçüncü bölümü puanlamaya dahil edilmemektedir. İkinci bölümden alınan 20 ve üzeri puanlar yeme tutumunda bozulmaya işaret etmektedir (Ergüney-Okumuş & Sertel-Berk, 2020).

2.2.2. Belirti tarama listesi (SCL-90-R)

Belirti tarama listesi (SCL-90-R), kendini değerlendirme türü bir psikiyatrik tarama aracı olup son şekline Derogatis (1977) tarafından getirilmiştir (Dağ, 1991). Ölçekte çeşitli yakınmaları ve sorunları içeren 90 madde bulunmaktadır. Test 9 farklı belirti alanı ve 1 ek skala olmak üzere puanlanmaktadır. Bunlar, somatizasyon belirtileri, obsesif-kompulsif belirtiler, kişilerarası duyarlılık belirtileri, depresyon belirtileri, anksiyete belirtileri, öfke-düşmanlık belirtileri, fobik anksiyete belirtileri, paranoid belirtiler, psikotizm ve ek skalalardır.

2.3. Çalışma Prosedürü

Uygulamaya başlamadan önce sporcuların antrenörleri ile ön görüşme yapılmıştır. Antrenörlerin uygun gördükleri zaman diliminde, araştırmada yer alan katılımcılara antrenman alanlarında ulaşılmıştır. Katılımcılara araştırmacı kendini tanıttıktan sonra, araştırma ile ilgili bilgi vermiştir. Daha sonra yaş grubu uygun olan katılımcılar gönüllülük esasına göre uygulamaya alınmıştır. Katılımcıların gizliliğini sağlamak amacıyla gönüllü katılım formları ve test evrakları birbirinden bağımsız gruplanmıştır. Uygulama esnasında araştırmacı, katılımcıların sorularını cevaplamıştır. Katılımcılara test evrakları, kalem gibi malzemeler araştırmacı tarafından sağlanmıştır. Uygulama süresi, ortalama olarak demografik bilgi formu için 2 dakika, YTT-26 için 10 dakika, SCL-90-R için 20 dakika olmak üzere toplamda 30-35 dakika sürmüştür. Araştırmada uygulamalar; Manisa/Salihli Gençlik ve Spor İlçe Müdürlüğü bünyesinde yer alan antrenman alanları ve spor salonlarında, 2023 Ocak ayı başında başlamış olup 2023 Nisan ayı başında son bulmuş ve 3 ay sürmüştür.

2.4. Verilerin Analizi

Veriler analiz edilmeden önce dağılımı incelenmiş, sürekli değişken olan yaş, YTT-26 toplam puanı, SCL 90 R toplam puanı ve tüm alt testlerin toplam puanları analize alınmıştır. Analiz sonucunda Skewness (çarpıklık) ve Kurtosis (basıklık) değerleri incelenmiştir. Kim (2013)'e göre skewness ve kurtosis değerleri $50 < n < 300$ için, -3,29 ile +3,29 arasında olduğunda örneklem normal dağılım göstermektedir (Akt. Demir, 2022). Ancak bazı değerlerin bu aralıkta olmadığı görülmüştür. Merkezi limit teoremine göre ise normal dağılıma sahip bir evrenden gelen ve bağımsız gözlemlerden oluşan yansız örneklemelerin her biri, örneklem büyüklüğü 30 ve üzerinde olmak koşuluyla normal dağılım gösterir (Demir ve ark., 2016). Araştırmanın örneklem boyutu 30'un çok üzerinde olduğu için dağılım normal kabul edilmiştir ve istatistiksel analizler parametrik testler kullanılarak tamamlanmıştır.

Araştırmada, yeme tutumu ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi bulmak için; YTT-26 toplam test puanı ve SCL-90-R toplam test puanı arasında Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı Analizi yapılmıştır. Katılımcıların yeme tutumu toplam puanları üzerinde cinsiyet değişkeninin etkisinin belirlenmesi için Bağımsız Gruplar t-Testi yapılmıştır. Katılımcıların yeme tutumu toplam puanlarına etki eden kişilik özelliklerini bulmak için Çoklu Regresyon Analizi yapılmıştır.

3. BULGULAR

Tablo 2

YTT-26 ile SCL-90-R arasındaki korelasyon analizi

Değişkenler	n	\bar{x}	ss	1	2
1. YTT-26	289	9,82	9,52	1	,226*
2. SCL-90-R	289	77,75	59,22		1

* $p < ,01$, n: katılımcı sayısı, \bar{x} : ortalama, ss: standart sapma

Sporcuların yeme tutumu ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi ölçmek için; YTT-26 ile SCL-90-R

Tablo 3

Yeme tutumunun cinsiyet açısından karşılaştırılması

Değişkenler	Gruplar	n	\bar{x}
YTT-26	Kadın	112	12,17
	Erkek	177	8,34

* $p < ,01$, n: katılımcı sayısı, \bar{x} : ortalama, ss: standart sapma

Yeme tutumunun cinsiyete göre değişiklik gösterip göstermediğini görmek için YTT-26 ile cinsiyet değişkeni arasında bağımsız örneklem t-testi yapılmıştır. Bağımsız örneklem t-testi sonucuna göre,

Tablo 5

Sporcuların yeme tutumuna etki eden faktörlere yönelik çoklu regresyon analizi

Değişkenler	B	Standart hata	β	t	p	r	R ²
Constant	7,314	0,84		8,710	<,001		
Kişilerarası duyarlılık	0,287	0,078	0,217	3,673	<,001**	0,217	0,05
Somatizasyon			0,037	0,459	0,647	0,028	0,001
Obsesif Kompulsif Belirtiler			-0,044	-0,522	0,602	-0,032	0,001
Depresyon			0,015	0,147	0,883	0,009	<,001**
Anksiyete			-0,002	-0,026	0,979	-0,002	<,001**
Öfke Düşmanlık			-0,002	-0,029	0,977	-0,002	<,001**
Fobik Anksiyete			-0,019	-0,246	0,806	-0,015	<,001**
Paranoid Düşünceler			-0,006	-0,059	0,953	-0,004	<,001**
Psikotizm			0,031	0,331	0,741	0,02	<,001**
Ek Skalalar			0,124	1,506	0,133	0,091	0,01

** $p < ,001$.

Sporcuların yeme tutumuna etki eden kişilik özelliklerini bulmak amacıyla çok değişkenli doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda anlamlı bir regresyon modeli, $F(1,274)=13,494$, $p < ,001$ (Tablo 4) ve yeme tutumundaki varyansın yüzde ,04'ünün ($R^2_{düzeltilmiş} = ,04$) kişilerarası duyarlılık değişkeni

toplam puanları arasındaki ilişki, Pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısı analizi yapılarak incelenmiştir. Yapılan Pearson korelasyon analizi sonucuna göre, YTT-26 toplam puanları (Ort: 9,82, SS:9,52) ile SCL-90-R toplam puanları (Ort:77,75, SS:59,22) arasında anlamlı, pozitif yönde ve zayıf bir ilişki bulunmuştur, $r = ,226$, $p < ,01$ (Tablo 2).

kadınların yeme tutum testi puanlarının ($\bar{x} = 12,17$, $ss = 12,003$), erkeklere ($\bar{x} = 8,34$, $ss = 7,19$) göre anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur, $t(161,871) = 3,049$, $p < ,01$ (Tablo 3).

Tablo 4 $F(1, 274) = 13,494$, $p < ,001$

Sporcuların yeme tutumuna etki eden faktörlere yönelik regresyon modeli

	$F(1, 274)$	p
Regresyon	13,494	<,001**

** $p < ,001$

tarafından açıklandığı bulunmuştur. Buna göre kişilerarası duyarlılık değişkeni, yeme tutumunu olumlu ve anlamlı olarak yordamaktadır, $\beta = ,217$, $t(274) = 3,673$, $p < ,001$, $pr^2 = ,05$ (Tablo 5).

Tablo 6*Yeme tutumunun kişilerarası duyarlılık değişkeni açısından karşılaştırılması*

Değişkenler	Gruplar	n	\bar{x}	SS	t	df	p
Yeme Tutum Testi	Kişilerarası duyarlılık gösteren	125	11,91	11,19	-3,154	208,380	0,002*
	Kişilerarası duyarlılık göstermeyen	164	8,23	7,67			

*p<,01, n: katılımcı sayısı, \bar{x} : ortalama, ss: standart sapma

YTT-26 puanının kişilerarası duyarlılık değişkeni tarafından yordandığı sonucuna ulaşıldıktan sonra kişilerarası duyarlılık gösteren ve göstermeyen sporcuların YTT-26 puanlarının karşılaştırılması için bağımsız örneklem t-testi uygulanmıştır. Bağımsız örneklem t-testi sonucuna göre, kişilerarası duyarlılık gösteren sporcuların YTT-26 puanları ile kişilerarası duyarlılık göstermeyen sporcularının YTT-26 puanları arasında anlamlı fark bulunmuştur, $t(208,380)=-3,154$, $p<,05$. Kişilerarası duyarlılık gösteren sporcuların (Ort.= 11,91, SS=11,19) YTT-26 puanları, kişilerarası duyarlılık göstermeyen sporcuların (Ort.= 8,23, SS=7,67) YTT-26 puanlarından daha yüksektir (Tablo 6).

4. TARTIŞMA

Bu araştırma, genç sporcuların yeme tutumları ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılmıştır. YTT-26, bu çalışmada yeme tutumu değişkenini ölçmek için kullanılmıştır. SCL-90-R ise bu çalışmada kişilik özellikleri değişkenini ve psikolojik belirtileri ölçmek için kullanılmıştır. Yeme tutumları ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi incelemek için yapılan analiz sonuçlarında YTT-26 ile SCL-90-R arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu ilişki yorumlanmış ve önceki araştırmalarla karşılaştırılmıştır. Kılıç (2019), yeme bozukluklarında kişilik özelliklerinin bir risk faktörü olduğunu belirtmektedir. Ersöz (2021), mükemmeliyetçi kişilik yapısının, yeme bozukluklarında en çok karşımıza çıkan etmenlerden biri olduğunu belirtmiştir. Başka bir çalışmada, kaygıyla yeme tutumları arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur (Akt: Faraji & Fırat, 2022). Çam (2017), araştırmasında bozulmuş yeme tutumu olan kişilerin depresyon skorunun, yeme bozukluğu riski olmayanlara göre anlamlı olarak daha yüksek olduğunu bulmuştur. Kaygılı kişilik ve depresif kişilik özellikleri gösteren kişilerin yeme tutumlarında bozulma yaşamaları, bu kişilik özelliklerinin yeme tutumunda bozulma için bir risk faktörü olarak değerlendirilebileceğini göstermektedir. Yeme bozukluklarının çoğunda öfkenin temel duygu olarak hissedildiği belirtilmektedir. Kısıtlı ve tıknırcasına yeme-çıkarma ataklarının dürtüsellikinde, öfkenin yansımalarının rol aldığı düşünülmektedir. Tıknırcasına yeme davranışı gösterenler, yeme miktarlarında kontrol sağlayamadıklarında, besinleri öfke duygularıyla baş

edebilmek için aracı olarak kullanılmaktadırlar (Akt: Faraji & Fırat, 2022). Björk ve ark. (2003), araştırmalarında, yeme bozukluğu gösteren kişilerin kontrol grubuna göre daha fazla negatif kişilik özelliklerine sahip olduklarını bulmuşlardır. Yeme bozukluğuna sahip kişiler, yaşadıkları kaygı, depresyon ve uyumsuz kişilik özellikleri ve stres verici hayat olaylarından söz etmişlerdir (Varlık-Özsoy & Ece, 2017). Bulgularımızla çelişen araştırmalar varsa da erişimimizin olduğu veri tabanlarında bu araştırmalara ulaşılamamıştır. Görüldüğü üzere daha önce yapılan araştırmalar yeme tutumunun çeşitli kişilik özellikleri ile ilişkili olabileceğini göstermiştir. Gerrig ve Zimbardo (2005) kişiliği, farklı durumlar ve zamanlarda bireyin ayırt edici davranış düzenlerini etkileyen karmaşık psikolojik nitelikler bütünü olarak tanımlamıştır. Yeme tutumları da kişinin ayırt edici davranış düzenlerine girer. Yaşamımızda, yeme tutumları gibi ayırt edici düzenleri; günlük yaşamımızda vereceğimiz kararları ve atacağımız adımları belirleyen kişiliğin etkilemesi kaçınılmazdır. Doğal olarak yeme tutumu ile kişiliğin birbirinden ayrı değerlendirilmesi de bu durumda mümkün olmayabilir. Dolayısıyla yeme tutumunun kişilik özellikleri ile ilişkili çıkması beklenen bir sonuçtur ve çalışmada elde edilen bulgular önceki araştırmalarla paralellik göstermektedir.

Araştırmanın bir diğer bulgusuna göre; yeme tutumu puanları, kadın sporcularda erkek sporculara göre daha yüksek bulunmuştur. Cinsiyette oluşan bu farklılık daha önce yapılan bazı çalışmalarla paralellik göstermektedir (Fortes ve ark., 2013, Martinsen ve ark., 2013, Şanlıer ve ark., 2008, Telatar, 2021). Araştırma örneklemini genç yaş grubu katılımcılar oluşturmaktadır. Genç yaş grubunda da yeme tutumunda bozulmanın, kadınlarda erkeklere göre daha yüksek bulunduğu araştırmalar mevcuttur (Baş & Kızıltan 2007; Çam 2017; Ersöz 2021). Yine Özer ve ark. (2022), yeme bozukluğunun daha çok kadınları etkilediğini belirtmişlerdir. Siyez ve Uzbaş (2006) yaptığı çalışmada kadınların yeme tutumu puanlarının erkeklerden daha yüksek olduğunu bulmuştur. Literatürde araştırma bulgumuza ters düşen çalışmalar da mevcuttur. İlhan ve ark. (2006), araştırmalarında yeme tutumunu cinsiyete göre değerlendirmiş ve

erkeklerin yeme tutumu puanlarının kadınlarınkinden daha yüksek olduğunu bulmuştur.

Kadınlarda ince, erkeklerde kaslı vücut yapısı medyada kültürel bir değer olarak yansıtılmaktadır (Akt: Ersöz, 2021). Güzellik algısının zayıflık şeklinde yapıyor olması, özellikle kadınların vücut doyumsuzluğuna ve kronik şekilde diyet yapmalarına neden olarak yeme bozukluklarına neden olabilmektedir (Akt: Meşe-Yavuz & Başyigit, 2023). Beden algısının, yeme tutumunda önemli etkisi olduğu ve kötü beden algısının olumsuz yeme davranışlarına neden olduğu belirtilmektedir. Beden memnuniyetsizliğinin de ergenlerde ve özellikle kızlarda daha yüksek olduğu bildirilmiştir (Akt: Uskun & Şabaplı, 2013). Bu çalışmada da kadın sporcularda yeme tutumunda bozulmanın, beden algısıyla ilişkili olabileceği düşünülmüştür. Çam (2017) bu durumu, ergen kızların vücut ağırlığı ve şekli ile ilgili memnuniyetsizliklerinin erkek ergenlere göre daha yüksek olmasına bağlanabileceğini belirtmiştir. Cinsiyetler arası farklılığın, biyolojik olarak cinsiyet hormonlarından etkilendiği ve cinsiyetin de yeme bozukluklarını değerlendirmede dikkate alınması gerektiği belirtilmektedir (Akt: Meşe-Yavuz & Başyigit, 2023).

Yeme tutumlarına etki eden faktörlere yönelik yapılan çoklu regresyon analizi sonuçlarına göre, yeme tutumunu kişilerarası duyarlılık değişkeninin açıkladığı sonucuna ulaşılmıştır. Ulaşılan kaynaklarda, bugüne kadar yapılan çalışmalarda, böyle bir sonuç elde edilmediği görülmüştür. Araştırmanın bu sonucu yeni bir bulgu olarak değerlendirilmiştir. Bu doğrultuda genç sporcuların 'kişilerarası duyarlılık' değişkeni açısından değerlendirilmesinin, yeme tutumlarındaki bozulmayı yordamada önemli olacağı düşünülmüştür.

5. SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırma sonuçları, yeme tutumları değerlendirilirken kişilik özelliklerinin ve belli demografik özelliklerinin göz önüne alınması gerektiğini göstermektedir. Bu değişkenler, yeme tutumlarında bozulma için risk faktörü olarak değerlendirilebilir. Spor psikologları, antrenörler bu değişkenleri göz önünde bulundurarak sporcuları gözlemlemelidir. Spor psikologları belirli zaman aralıkları ile tarama testleri ve görüşmeleri sporcular ile gerçekleştirmelidir. Sporculara ve ailelere bu kapsamda eğitimler düzenlenmeli ve risk faktörleri açıklanmalıdır. Yine bu kapsamda müdahale programları oluşturulması önerilmektedir

YTT-26 birinci bölümünde yer alan boy/kilo alanları kişilerin bilgisiyle elde edilmeyerek uygulama öncesi araştırmacı tarafından ölçüm yapılarak elde

edilirse daha sağlıklı olacaktır. Bu şekilde yapılan ölçümlerin istatistiksel analizlerde yer almasının uygun olacağı düşünülmüştür. Konu ile ilgili daha kapsamlı çalışmalar yapılması gerektiği araştırma esnasında gözlemlenmiştir. Bunların başında, örneklem boyutunu ve kullanılan ölçekleri genişletmek, uygulama için daha geniş zaman dilimi ayırmak sayılabilir.

Araştırmada elde edilen bu verinin, psikologlar, spor psikologları ve antrenörler açısından sporcuları değerlendirmede faydalı bir veri olabileceği, bundan sonra yapılacak araştırmalara da yön vereceği düşünülmüştür.

6. DESTEK VE TEŞEKKÜR BEYANI

Çalışmayı yaparken ihtiyacım olduğu her anda yoluma ışık tutan Doç. Dr. Mümine SOYTÜRK'e, çalışmayla ilgili önerilerde bulunan Prof. Dr. Gülbin Rudarlı'ya, bünyelerinde uygulama izni veren Salihli Gençlik ve Spor İlçe Müdürü Oktay AYAZ'a, uygulama yapılması için uygun ortamı sağlayan Salihli Gençlik ve Spor İlçe Müdürlüğü bünyesindeki tüm antrenörlere ve katılım sağlayan tüm sporculara teşekkür ederim.

7. ETİK BEYANI

Araştırma, Manisa Celal Bayar Üniversitesi Tıp Fakültesi Sağlık Bilimleri Etik Kurulu tarafından 21/12/2022 tarih 20.478.486/1621 karar numarası ile etik açıdan uygun bulunmuştur.

8. YAZAR KATKILARI

NÖO çalışmayı tasarladı, literatür taraması yaptı, katılımcıları buldu, veri topladı, verileri analiz etti ve sonuçları yazdı. NV araştırmayı tasarlamaya yardım etti ve araştırmaya rehberlik etti.

9. KAYNAKLAR

- Baş, M., & Kiziltan, G. (2007). Relations among weight control behaviors and eating attitudes, social physique anxiety, and fruit and vegetable consumption in Turkish adolescents. *Adolescence*, 42(165), 167–178. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17536481/>
- Björck, C., Clinton, D., Sohlberg, S., Hällström, T., & Norring, C. (2003). Interpersonal profiles in eating disorders: Ratings of SASB self-image. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 76(4), 337-349. <https://doi.org/10.1348/147608303770584719>
- Cüceloğlu, D. (1991). *İnsan ve davranışı psikolojinin temel kavramları*. Remzi Kitabevi.
- Dağ, I. (1991). Belirti Tarama Listesi (ScI-90-R)'nin üniversite öğrencileri için güvenilirliği ve geçerliği. *Türk Psikiyatri Dergisi*. <https://psycnet.apa.org/record/1997-86097-001>

- Demir, E., Saatçioğlu, Ö., & İmrol, F. (2016). Uluslararası dergilerde yayımlanan eğitim araştırmalarının normallik varsayımları açısından incelenmesi. *Current Research in Education*, 2(3), 130-148. <https://aizonia.com/uploads/dokuman/cre-tum-sayi/2-3-full-file.pdf>
- Demir, S. (2022). Comparison of normality tests in terms of sample sizes under different skewness and kurtosis coefficients. *International Journal of Assessment Tools in Education*, 9(2), 397-409. <https://doi.org/10.21449/ijate.1101295>
- Ergün, C., Koç, B., Kök, C., Duman, S., & Ayas, S. (2021). Düzenli egzersiz ve spor yapan bireylerin yeme tutum ve davranışlarının değerlendirilmesi: Kesitsel çalışma. *Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri Dergisi*, 13(3), 425-433. <https://doi.org/10.5336/sportsci.2020-80752>
- Ergüney-Okumuş, F. E., & Sertel-Berk, H. Ö. (2019). Yeme Tutum Testi kısa formunun (YTT-26) üniversite örnekleminde Türkçeye uyarlanması ve psikometrik özelliklerinin değerlendirilmesi. *Psikoloji Çalışmaları*, 40(1), 57-78. <https://doi.org/10.26650/SP2019-0039>
- Ersöz, G. (2021). Spor ve egzersizde yeme bozuklukları ve psikolojik temelleri. *Fenerbahçe Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 33-52. <https://dergipark.org.tr/en/pub/fbuiss/issue/69994/1121128>
- Faraji, H., & Fırat, B. (2022). Yeme bozuklukları ve duygular. *Fenerbahçe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(1), 153-174. <https://dergipark.org.tr/en/pub/fbujoss/issue/70817/1116892>
- Fortes, L. D. S., Kakeshita, I. S., Almeida, S. S., Gomes, A. R., & Ferreira, M. E. C. (2014). Eating behaviours in youths: A comparison between female and male athletes and non-athletes. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 24(1), e62-e68. <https://doi.org/10.1111/sms.12098>
- Gerrig, R. J., & Zimbardo, P. G. (2005). Psikoloji ve yaşam psikolojije giriş. In G. Sart. (Ed.), *İnsan kişiliğini anlama* (ss. 407-440). Nobel Akademik Yayıncılık.
- Hasan, H. Ç. (2017). The relationship between psychological symptoms and frequency of eating disorders in adolescents. *Turkish Journal of Public Health*, 15(2), 96-105. <https://doi.org/10.20518/tjph.341162>
- İlhan, M. N., Özkan, S., Aksakal, F. N., Aslan, S., Durukan, E., & Maral, I. (2006). Bir tıp fakültesi öğrencilerinde olası yeme bozukluğu sıklığı. *Türkiye'de Psikiyatri*. <https://psycnet.apa.org/record/2008-10556-004>
- Kılıç, N. (2019). *Duygu düzenleme güçlüğü, yeme stilleri ve mükemmeliyetçilik özelliklerinin yeme bozukluğu belirtileri ile ilişkisinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Maltepe Üniversitesi.
- Martinsen, M., & Sundgot-Borgen, J. (2013). Higher prevalence of eating disorders among adolescent elite athletes than controls. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 45(6), 1188-1197. <https://doi.org/10.1249/MSS.0b013e318281a939>
- Özer, H., Hepsert, S., & Kılıç, Y. (2022). Beden eğitimi ve spor alanında öğrenim gören öğrencilerin yeme tutumlarının incelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 5(2), 334-343. <https://doi.org/10.38021/asbid.1121564>
- Özsoy, E. V. (2017). Personality traits in eating disorders. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 3(1), 255-266. <https://doi.org/10.24289/ijsser.270646>
- Ralph-Nearman, C., Achee, M., Lapidus, R., Stewart, J. L., & Filik, R. (2019). A systematic and methodological review of attentional biases in eating disorders: Food, body, and perfectionism. *Brain and behavior*, 9(12), e01458. <https://doi.org/10.1002/brb3.1458>
- Sarıbaşı, Ç. Ç. (2016). 15-17 yaş elit ve amatör futbolcuların yeme tutumu, benlik saygısı ve kişilik özelliklerinin incelenmesi. *Türk Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 34-46. <http://tursbad.hku.edu.tr/tr/pub/issue/44945/511087>
- Siyez, D. M., & Uzbaşı, A. (2006). Bir grup üniversite öğrencisinin anoreksik yeme tutumları ile aile yapısı arasındaki ilişki. *Yeni Symposium: Psikiyatri, Nöroloji ve Davranış Bilimleri Dergisi*, 44(1), 37-43. <https://psycnet.apa.org/record/2007-08165-005>
- Şanlıer, N., Yabancı, N., & Alyakut, Ö. (2008). An evaluation of eating disorders among a group of Turkish university students. *Appetite*, 51(3), 641-645. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2008.05.058>
- Telatar, T. G. (2021). Bir üniversitenin tıp fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin beslenme ve yeme bozukluğu sıklığının ve ilişkili faktörlerin belirlenmesi. *Fırat Tıp Dergisi*, 26(2). <https://www.firattipdergisi.com/text.php?id=1246>
- Uskun, E., & Şabaplı, A. (2013). Lise öğrencilerinin beden algıları ile yeme tutumları arasındaki ilişki. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 12(5), 519-528. <https://doi.org/10.5455/pmb.1-1343135122>
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2019). Spor ve egzersiz psikolojisinin temelleri. In M. Şahin, Z. Kuruç (Ed.), *Kişilik ve spor* (ss.27-50). Nobel Akademik Yayıncılık.
- Yavuz, C. M., & Başığit, N. (2023). Üniversite öğrencilerinde yeme tutumu ve ilişkili faktörlerin belirlenmesi. *Turkish Studies-Social Sciences*, 18(1), 225-236. <https://doi.org/10.7827/TurkishStudies.64295>
- Yıldırım, İ., Yıldırım, Y., Ersöz, Y., Işık, Ö., Saraçlı, S., Karagöz, Ş., & Yağmur, R. (2017). Egzersiz bağımlılığı, yeme tutum ve davranışları ilişkisi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 12(1), 43-54. <https://dergipark.org.tr/en/pub/cbubesbd/issue/30403/327991>

AirBadminton

AirBadminton

Anıl TÜRKELİ¹, 

¹ Erzurum Binalı Yıldırım Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum, Türkiye.

ÖZ: Bu araştırmanın amacı badmintonu her ortamda ve daha fazla katılımcı sayısı ile oynanabilir hale gelmesini sağlayan AirBadmintonu incelemektir. Uluslararası literatür incelendiğinde AirBadmintonun geçtiği sınırlı sayıda araştırmanın olması ve ulusal literatürde ise AirBadminton'a ilişkin Türkçe dilinde araştırma ve alanların olmaması da bu araştırmanın özgünlüğünü destekleyici niteliktedir. AirBadminton, her yaşta bireye hitap etmesi ve neredeyse her ortamda oynanabilmesi sayesinde hem rekreatif bir oyun olarak oynanabilir hem de eğitim ortamlarına kolayca entegre edilebilir. AirBadminton, fiziksel aktivite alışkanlıklarını yaygınlaştırarak farklı yaş gruplarının spor yapmasını teşvik eder. Hem bireysel hem de grup etkinlikleri için uygun olması, motor becerilerin geliştirilmesi, koordinasyon, denge ve dayanıklılık gibi temel fiziksel özelliklerin artırılmasına katkı sağlar. Ayrıca, eğlenceli yapısıyla okul müfredatlarında kullanılabilir ve gençlerin spora olan ilgisini artırabilir. Bu çalışma, betimsel bir araştırma yöntemiyle gerçekleştirilmiştir. AirBadminton'un özelliklerini, oyun kurallarını ve faydalarını incelemek amacıyla literatür taraması yapılmıştır. Konuyla ilgili mevcut kaynaklar, uluslararası spor federasyonlarının resmi dokümanları ve akademik yayınlar sistematik bir şekilde analiz edilmiştir. Elde edilen veriler, açıklayıcı bir yaklaşımla sunulurken okuyuculara AirBadminton hakkında kapsamlı bir bilgi sağlanması hedeflenmiştir. AirBadminton maksimum 12 km/saat rüzgâra kadar dayanabilen topu ile her yaşta bireyin her türlü dış ortamda oynanabileceği bir raket sporu/oyunu haline gelmiştir. Ayrıca badminton sahasında en fazla dört kişinin oynanabilirliğini de göz önünde bulundurularak saha ölçüleri genişletilmiş ve katılımcı sayısı altıya çıkarılmıştır. Sonuç olarak AirBadminton; top, alan, saha ölçüsü, oyuncu sayısı, vuruş sayısı, kategori ve yarışma çeşitliliği bakımından klasik badmintonla karşılaştırıldığında, rekreatif amaçlarla da oynanabilen bir oyundur. AirBadminton bugün Avrupa'da ve Dünya'da okullarda, üniversitelerde, bahçelerde, parklarda, kumsalda ve müsabakalara yönelik AirBadminton sahalarında yerini alarak dikkat çekmektedir.

AÇIK ERIŞİM

Editör:

Sevinç NAMLI
Erzurum Teknik Üniversitesi, Spor
Bilimleri Fakültesi, Erzurum, Türkiye.

Hakemler:

Volkan ÖZCAN
Artvin Çoruh Üniversitesi, Spor Bilimleri
Fakültesi, Artvin, Türkiye.

Uğur ÖZER

Hitit Üniversitesi, Spor Bilimleri
Fakültesi, Çorum, Türkiye.

İletişim:

Anıl TÜRKELİ
anilturkeli@hotmail.com

Tarihler:

Geliş: 12.09.2024
Kabul: 29.11.2024
Yayınlanma: 31.12.2024

Künye:

Türkeli, A. (2024). AirBadminton.
IntJourExerPsyc, 6(2), 51-57.
<https://doi.org/10.51538/intjouexerpsyc.1551737>

Anahtar Kelimeler: AirBadminton, bireysel sporlar, raket sporları, badminton.

ABSTRACT: This research aims to examine AirBadminton, which makes badminton playable in any environment and with a more significant number of participants. When the international literature is reviewed, the limited number of studies that mention AirBadminton and the lack of research and fields in the Turkish language on AirBadminton in the national literature also supports the originality of this research. AirBadminton appeals to individuals of all ages and can be played in almost any environment, so it can be played both as a recreational game and easily integrated into educational environments. AirBadminton encourages different age groups to do sports by promoting physical activity habits. Being suitable for individual and group activities, it contributes to developing motor skills, coordination, balance, and essential physical characteristics such as endurance. In addition, its entertaining structure can be used in school curricula and increase young people's interest in sports. This study was conducted using a descriptive research method. A literature review examined the features, game rules, and benefits of AirBadminton. Existing resources, official documents of international sports federations, and academic publications were systematically analyzed. The data obtained is presented with an explanatory approach to provide readers with comprehensive information about AirBadminton. It has become a racket sport/game that can be played by individuals of all ages in any outdoor environment, with a ball that can withstand a maximum wind of 12 km/h. In addition, considering that a maximum of four people can play on the badminton court, the field dimensions were expanded, and the number of participants was increased to six. As a result, AirBadminton differs from classical badminton in terms of the ball, area, court size, number of players, number of hits, category, and competition diversity. In this respect, although AirBadminton is not only a competitive game, it also offers the opportunity to play recreationally. Today, AirBadminton attracts attention because it is used in schools, universities, gardens, parks, beaches, and competitive AirBadminton courts in Europe and worldwide.

Keywords: AirBadminton, individual sports, racket sports, badminton.

1. GİRİŞ

Badminton, yaş grupları ve cinsiyet farkı gözetmeksizin her bireyin rahatlıkla oynayabileceği, temas içermeyen hem tekli hem de eşli olarak oynanabilen (Yumuk, 2004), rekreatif veya yarışma amacı taşıyan olimpik spor branşlarından biridir (Demirci & Demirci, 2007; Sucharitha ve ark., 2014).

Badminton, ilk kez 1972 Münih Olimpiyat Oyunlarında gösteri sporu olarak çıkmıştır. Yine, 1988'de Seul'de bir kez daha denenen badminton, 1992'de Barselona'da esas spor olarak ilk kez oynanmıştır. Türkiye Badminton Federasyonu 31 Mayıs 1991 Tarihinde kurulmuş, 3 Kasım 1991 tarihinde 104. üye sıfatıyla Uluslararası Badminton Federasyonu tarafından tam üyeliğe kabul edilmiştir (TBF, 2023).

Badminton, kolayca öğrenilebilen, erkek ve kadın, 7 yaşından 77 yaşına kadar bütün yaş gruplarında insanların yapabildiği ender spor dallarından biridir. File oyunları gurubundan olması nedeniyle rakipler arasında bir net (file) bulunur. Dolayısıyla herkes kendine ayrılan sahada oynar, topu oldukça zararsızdır, böylece yaralanma veya sakatlanma riski en düşük etkinliklerdendir. Her yaşta ve her performans düzeyinde oynanır ve zevk verir, kişiyi zorlamaz, aşırı yüklenmenin kötü sonuçları oluşmaz. Toplumun sağlıklı olmasını ve spor ile oyun ihtiyaçlarını karşılamasını sağlaması nedeniyle, dünya genelinde badminton oynayan kişi sayısı artmaya devam etmektedir (Phomsoupha & Laffaye, 2015).

Badminton, başlangıç aşamasında öğrenme zorluğunun düşük olması nedeniyle katılımcıların oyuna düzenli katılımını sağlar ve öğrencilerin badminton eğitim derslerine etkin katılımlarıyla birlikte motivasyonlarını ve bağlılıklarını artırıcı bir destek sunar (Cabello, 2002). Ancak badminton topunun hafif olması, dış alanlarda en ufak rüzgârlı havadan olumsuz yönde etkilenmesine yol açtığı için, bu spor genellikle kapalı alanlarda yapılmakla sınırlıdır. Bu nedenle badminton genellikle spor salonlarında oynanan bir spor branşıdır. Bu olumsuz ve sınırlayıcı durumu gidermek adına Dünya Badminton Federasyonu (BWF), katılımcıların yaşı ne olursa olsun herkese parklarda, bahçelerde, sokaklarda, oyun alanlarında ve plajlarda sert, kumlu veya çimli alanlarda badminton oynama fırsatları yaratmak için AirBadminton ortaya çıkmıştır. AirBadminton, hız, dayanıklılık, güç ve çeviklik gibi fiziksel nitelikleri geliştirebilir; stresi azaltmaya yardımcı olur ve çocuklarda miyop riskini azaltır. Ayrıca, yüksek tansiyon, diyabet ve obezite gibi sağlık sorunları riskini azaltmaya yardımcı olarak, yetişkinler ve çocuklar için sağlıklı

kilonun korunmasına katkı sağlar. AirBadminton, yalnızca bir müsabaka oyunu olmanın ötesinde, rekreatif anlamda da katılımcıların ortalama bir saatte 450 ve üzeri kalori yakmalarını sağlar. AirBadminton bu yönüyle de sedanter bireylerin ilgisini çekmektedir (BWF, 2023).

Bu araştırmada, katılımcılara her ortamda oynanabilme fırsatı sunan ve badminton branşına yeni bir perspektif kazandıran AirBadminton'u incelemek amaçlanmıştır. Ayrıca literatür incelendiğinde güncel bir konu alanı olan Airbadminton ile ilgili sınırlı sayıda araştırmaya (Arief ve ark., 2024; Elvira-Aranda ve ark., 2024; Maire & Yvan, 2020; Sheng, 2019; Terol-Sanchis ve ark., 2023) rastlanması, ulusal alanyazında ise herhangi bir araştırmaya rastlanılmaması bu araştırmanın özgünlüğünü ve önemini ortaya koymaktadır. AirBadminton, her yaş grubuna hitap eden ve çeşitli ortamlarda oynanabilme özelliğiyle hem rekreatif bir spor dalı hem de eğitim ortamlarına entegre edilebilecek bir etkinlik olarak öne çıkmaktadır. Bu spor, fiziksel aktivite alışkanlıklarını teşvik ederek farklı yaş gruplarının düzenli spor yapmasını desteklemektedir. Bireysel ve grup aktivitelerine uygun yapısı, motor becerilerin geliştirilmesine, koordinasyon, denge ve dayanıklılık gibi temel fiziksel özelliklerin iyileştirilmesine önemli katkılar sağlamaktadır. Ayrıca eğlenceli yapısı, eğitim müfredatlarında kullanımına olanak tanımakta ve genç bireylerin spora olan ilgisini artırmaktadır.

2. AIRBADMINTON

2.1. AirBadminton Tarihi

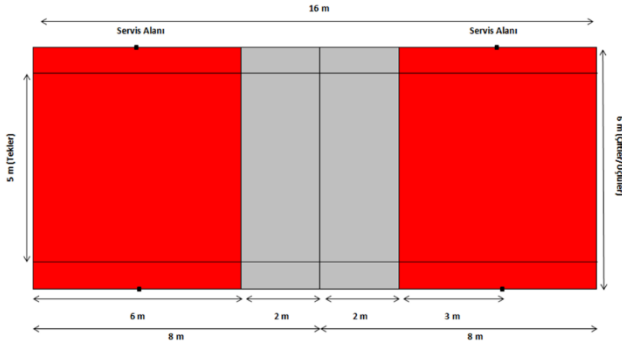
AirBadminton'a ilişkin oyun yüzeyleri ve oyunun fiziksel talebine ilişkin ilk aşama testi İspanya'da gerçekleştirilmiştir. İkinci aşamada yer alan oyun formatı, puanlama sistemi, net (file) yükseklik, saha ölçüleri ve topun uçuşu yine İspanya'da düzenlenerek İspanyol Badminton Milli Takımı ile 2018 yılında kum kortta müsabaka kuralları kapsamında ilk kez test edilmiştir.

Test edildikten sonra AirBadminton maksimum 12 km/saat rüzgâra kadar dayanabilen topu ile her yaştan bireyin her türlü dış ortamda oynanabileceği bir raket sporu/oyunu haline gelmiştir (Elvira-Aranda ve ark., 2024). Ayrıca badminton sahasında en fazla dört kişinin oynanabilirliğini de göz önünde bulundurarak saha ölçüleri genişletilmiş ve katılımcı sayısı altıya çıkarılmıştır. Bu durum göz önünde bulundurulduğunda katılımcı sayısının artmasıyla birlikte daha zevkli bir oyun haline gelmiştir. AirBadminton, yalnızca bir müsabaka oyunu olmanın ötesinde, rekreatif anlamda

da katılımcıların ortalama bir saatte 450 ve üzeri kalori yakmalarını sağlar. Bu yönüyle de sedanter bireylerin de ilgisini çekmektedir (Sheng, 2019). Her ortamda oynanabilme avantajı ile İspanya'da başlatılan bu proje ile AirBadminton bugün Avrupa'da ve Dünya'da okullarda, üniversitelerde, bahçelerde, parklarda, kumsalda ve müsabakalara yönelik AirBadminton sahalarında yerini almakta ve gün geçtikçe ilginin artması sebebiyle de uluslararası platformlarda dikkat çekmektedir (BWF, 2023).

2.2. AirBadminton Saha Ölçüleri

Şekil 1'de belirtilen AirBadminton kortunun uzun kenarı 16 m olup, kısa kenar uzunluğu tekler kategorisinde 5 m, çiftler ve üçlüler kategorilerinde ise 6 m uzunluğundadır. Kortun merkezinden itibaren her iki tarafta 2 m uzunluğunda ölü bölge yer almaktadır. Bunun nedeni AirBadminton kortunun tasarımı, file alanından uzaklaşarak rallilerin uzamasını teşvik etmektedir. Top bu ölü alanda yere değerse bu bir hatadır. Ölü bölgeden 3 m uzaklıkta servis alanı bulunmaktadır. File dikmeleri her iki yan çizginin dışına en fazla 1 m uzaklığında yer almalıdır (Terol-Sanchis ve ark., 2023). Çim veya sert zemine sahip kortlarda file yüksekliği 1,55 m olmalıdır. Kum zeminde oynanacak AirBadminton için ise direkler 1,5 m yüksekliğinde olmalı ve file yüksekliği sahanın merkezinde 1,45 m olmalıdır. Çizgiler 4-5 cm genişliğinde olmalı ve yüzeyin rengiyle keskin bir kontrast oluşturmalıdır. Kum ve doğal çim yüzeyler için sınır çizgileri oyun süresince silinmeyen dayanıklı şeritler ile çizilmelidir (BWF, 2023).



Şekil 1. AirBadminton Kort Ölçüleri (BWF,2023)

2.3. AirBadminton Ekipmanları

2.3.1. File

AirBadminton filesi koyu ve kalın bir ipten oluşmalıdır. Filedeki göz açıklıkları 1,5 cm ile 2 cm arasındadır. Derinlik 80 cm ile 1 m arasında, genişliği ise minimum 6 m uzunluğunda olmalıdır. Filenin alt ve üst kenarının bir kordon veya 5 cm'lik beyaz bantla çevrelenmesi önerilmektedir. File gerginliğinin

sağlanması için alt ve üst kısımdan direklere ipler yardımıyla bağlanmalıdır (Terol-Sanchis ve ark., 2023).

2.3.2. Top (AirShuttle)

Şekil 2'de yer alan AirBadminton topları 8 g ile 8,5 g ağırlığındadır. Bu yönüyle badmintondaki hem plastik hem de tüy toptan daha ağır olması sebebiyle dış alanda oynama imkânı sunar. Toplar naylon ve polipropilen maddelerinden üretilmektedir. Toplarda 5 sütun bulunmaktadır. Bu özelliklere sahip AirBadminton topları sayesinde dış alanda 12 km/s hıza kadar rüzgarlarda oynanabilmektedir (Sheng, 2019).



Şekil 2. Top (AirShuttle)

2.4. Oyun Kuralları

AirBadminton'daki temel amaç, topu file üzerinden karşı alana düşürmek, rakibin topu dış alana atmasını sağlamak, fileye takılmasını sağlamak veya topun rakibin vücuduna temas etmesini sağlamaktır. AirBadminton tekler (her iki alanda birer oyuncu), çiftler (her iki alanda ikişer oyuncu) ve üçlüler (her iki alanda üçer oyuncu) olmak üzere üç kategoride oynanır.

Oyun başlamadan önce ilk servisi atmayı veya karşılamayı seçmek için kura atışı yapılır. Kura sonucunda kaybeden taraf kalan diğer seçeneği kullanır (BWF, 2023).

Servis kullanılırken dikkat edilmesi gereken bazı hususlar söz konusudur:

- Servis atan oyuncu servis alanında durmalıdır.
- Servis ve karşılayan hazır olduğunda servis geciktirilmeden kullanılması gerekir.
- Servis atan oyuncunun raketi, servisin başlangıcından itibaren ileriye doğru devam etmelidir.
- Servis oyun alanının ortasında yan çizgide açıkça görülebilen bir 3 m servis alanı işareti vardır. Oyuncu, her iki ayağının yerden teması kesilmeden bu işaretin arkasındaki herhangi bir alandan servis atabilir. Servis atan oyuncu, topu 2 m çizgisinin ötesindeki herhangi bir yere, rakibin oyun alanına yönlendirebilir. Çünkü AirBadmintonda badmintondaki gibi kortu eşit sağ ve sol servis alanlarına bölen bir orta çizgi yoktur. Servis file seviyesinin

altından atılmalıdır. Tüm kategorilerde servislerde servis alanı dışına ve ölü alana düşürülen toplar hata sayılır.

AirBadminton maçlarında aşağıdaki durumlar hata olarak sayılacaktır (BWF, 2023):

- Servis atışı doğru bir şekilde kullanılmadığında,
- Oyun esnasında top fileye takılıp üst kısımda kalırsa,
- Oyun alanı sınırlarının dışına düşerse,
- Üçlüler kategorisinde aynı oyuncu art arda iki kez vuruş gerçekleştirirse,
- Oyuncu fileye temas ederse,
- Rakibi engellemek amacıyla ölü bölgede durulursa hata olarak değerlendirilir.

Hata ve sayı olmayan bazı durumlar ise let (servis atışının tekrar edilmesi) olacaktır:

- Serviste rakip hazır olmadan servis kullanılırsa,
- Oyun esnasında top parçalanırsa,
- Çizgi hakemi görüşüne sahip olmazsa let meydana gelir ve son servisi kullanan oyuncu tarafından tekrar servis atılır.

AirBadminton turnuva çeşitleri bireysel ve karma takım bayrak yarışları olmak üzere iki türde gerçekleşmektedir.

Bireysel maçlar, 11 sayı ve 5 setten oluşan puanlama sistemi üzerinden oynatılmaktadır. Bu puanlama sistemi üzerinden oynatılan maçlarda oyun kuralları şu şekildedir (BWF, 2022a):

- Skor 10-10 berabere ise, iki sayı farkla öne geçen taraf oyunu kazanır.
- Skor 12-12 olursa, 13. sayıyı atan taraf oyunu kazanır.
- Oyuncular beşinci sette taraflardan biri ilk 6. Sayıya ulaştığında saha değişimi gerçekleşir.
- Seti kazanan taraf bir sonraki sette ilk servisi atar.
- Skor 6. sayıya ulaştığında 60 sn, set aralarında ise 120 sn mola verilir.

Karma takım bayrak yarışları çift kadınlar, çift erkekler, karışık çiftler ve üçlüler kategorilerinde 16 sayı 5 set üzerinden oynanır. Maçların sırası, takım yöneticilerinin belirlediği takım kompozisyonuna ve kura çekimine göre belirlenir. Kura çekimi sonucunda,

kura galibi ilk maçı seçer, karşı takım ikinci maçı ve servisi ya da karşı tarafın başlangıç noktasını seçer. Bu işlem beşinci maça kadar devam eder ve beşinci maç, seçilmemiş olan maç olarak oynanır. Bir maçı kazanan takım, bir sonraki maçta ilk servisi atar (BWF, 2022b).

- İlk maç, takımlardan biri 16. sayıya ulaşana kadar oynanır (8. sayıya ulaşıldığında saha değişimi gerçekleşir).
- İkinci maç, ilk maçın skoruyla başlar ve devam eder.
- İkinci maç, takımlardan biri 32. sayıya ulaşana kadar oynanır (24. sayıya ulaşıldığında saha değişimi gerçekleşir).
- Üçüncü maç, ikinci maçın skoruyla başlar ve devam eder.
- Üçüncü maç, takımlardan biri 48. sayıya puana ulaşana kadar oynanır (40. sayıya ulaşıldığında saha değişimi gerçekleşir).
- Dördüncü maç, üçüncü maçın skoruyla başlar ve devam eder.
- Dördüncü maç, takımlardan biri 64. sayıya ulaşana kadar oynanır (56. sayıya ulaşıldığında saha değişimi gerçekleşir).
- Beşinci ve son maç, dördüncü maçın skoruyla başlar ve devam eder.
- Beşinci maç, takımlardan biri 80. sayıya ulaşana kadar oynanır ve böylece eşleşme sonucunda kazanan taraf belli olur (72. sayıya ulaşıldığında saha değişimi gerçekleşir).

Üçlüler kategorilerinde gerçekleşen oyunlarda hiçbir tarafın oyuncusu art arda iki vuruş üst üste yapamaz. Çiftler kategorilerinde ise oyuncuların sıralı olarak vuruş yapma zorunluluğu yoktur. Her iki takımın oyuncuları, top oyun alanı içinde kaldığı süre döngümlü olarak vuruş yapabilirler (BWF, 2022b).

2.5. AirBadminton'un Eğitim ve Sağlık Üzerindeki Etkileri

AirBadminton, son yıllarda eğitim ve spor alanlarında önemli bir yer edinmiş, bireylerin içsel motivasyonunu artıran ve spora bağlılıklarını güçlendiren bir oyun olarak dikkat çekmektedir. Literatür incelendiğinde AirBadminton'un, oyuncular üzerinde olumlu etkiler yaratarak hem bireysel motivasyonu hem de grup içi etkileşimleri artırmada etkili olduğunu göstermektedir. Bu sporun katılımcılar üzerinde sağladığı içsel motivasyon, öğrencilerin spora olan bağlılıklarını güçlendirir ve uzun vadeli katılımı

teşvik eder. Bu bağlamda, AirBadminton hem fiziksel hem de psikolojik açıdan bireylerin gelişimini destekleyici bir içeriğe sahiptir (*Terol-Sanchis ve ark., 2023*).

AirBadminton, katılımcıların sınıf içindeki sosyal etkileşimlerini ve grup dinamiklerini olumlu bir şekilde etkileyerek sınıf iklimini iyileştirmektedir. Öğrencilerin başarılı olma ve üstünlük arzusunu artırarak, öğretim-öğrenme süreçlerinin daha verimli ve etkili bir şekilde gerçekleşmesine katkı sağlamaktadır. Bu etkileşimler, öğrencilerin yalnızca fiziksel becerilerini geliştirmekle kalmaz, aynı zamanda özgüvenlerini artırır ve kolektif başarıları kutlama anlayışını güçlendirir. Böylece, AirBadminton, geleneksel aktivitelerin ötesine geçerek, bireylerin duygusal ve sosyal gelişimlerine de katkıda bulunan bir eğitim aracı olarak kullanılabilir.

Fiziksel, teknik ve zamansal özellikleri göz önüne alındığında, AirBadminton'un öğrenilmesi kolay bir oyun olduğu, farklı bağlamlarda uygulanabilirliği ve çeşitli durumlarda öğrenci sağlığını iyileştirmek için optimum bir uyarıcı sağladığı öne sürülmektedir. Bu sporun dinamikleri, düşük fiziksel yük gereksinimleri ile her yaş grubundan bireylerin rahatça adapte olabilmesi için uygun bir yapıya sahiptir. Öğrenciler, minimal teknik bilgi ve fiziksel beceri ile AirBadminton'un oynayabilir ve böylece spora karşı olumsuz tutumları değiştirilerek daha fazla katılım sağlanabilir. Aynı zamanda, bu oyun, öğrencilere genel sağlıklarını iyileştirme fırsatı sunar; özellikle hareketsiz yaşam tarzının getirdiği olumsuzlukları önlemeye yardımcı olur (*Arief ve ark., 2024*).

AirBadminton'un öğrencilerde gözlemlenen spor bağlılığı üzerinde de olumlu etkiler yarattığı bulunmuştur. Katılımcıların oyuna düzenli olarak devam etme istekliliği, bu sporun bireyler için daha erişilebilir ve çekici bir seçenek olmasını sağlamaktadır. Özellikle genç yaş gruplarında, sporun daha az zorlayıcı olması, öğrencilerin fiziksel aktiviteye olan katılımını artırırken, spor alışkanlıklarının geliştirilmesine de olanak tanımaktadır. AirBadminton, bireyleri hareketsiz yaşam tarzından uzaklaştırarak, fiziksel aktiviteyi teşvik etmekte ve sağlıkla ilgili olumlu alışkanlıkların kazandırılmasında önemli bir rol oynamaktadır (*Terol-Sanchis ve ark., 2023*).

2.6. AirBadminton ve Badmintonun Fiziksel Yük Açısından Karşılaştırılması

AirBadminton badminton oyunu ile birçok ortak özelliği taşımasına rağmen kendine özgü de kuralları olan bir oyun olduğu görülmüştür. Topu (airshuttle), maksimum 12 km/sa hızındaki rüzgâra dayanabilen bir tasarıma sahiptir (*Sheng, 2019*) ve her yaştan bireyin

Elvira ve ark. (2024)'nin yaptıkları çalışma sonucunda, AirBadminton ve badmintonun fiziksel yük gereksinimleri açısından önemli farklılıklar barındırdığını ortaya koymuşlardır. Özellikle 1'e 1 oyun formatında, badmintonunun AirBadminton'a kıyasla daha yüksek fiziksel gereksinimler içerdiği belirlenmiştir. Bu formatta, badminton oyuncularının daha yoğun bir fiziksel efor sergilediği, daha uzun mesafeler kat ettiği ve daha yüksek kalp atış hızına ulaştığı tespit edilmiştir. Elde edilen bu bulgular, badmintonun oyuncular üzerinde daha yüksek bir yük oluşturduğunu ortaya koymaktadır.

Benzer sonuçlar, 2'ye 2 oyun formatı için de gözlemlenmiş ve badmintonun bu formatta da daha fazla fiziksel efor gerektirdiği doğrulanmıştır. Bu durum, badmintonun yapısal özellikleri gereği daha yüksek yoğunluklu bir spor olduğunu göstermektedir. Buna karşın AirBadminton, daha düşük fiziksel gereksinimleri ile dikkat çekmektedir. Araştırmalar, AirBadminton'un daha az patlayıcı oyun dinamiklerine sahip olduğunu ve bu nedenle oyuncular üzerinde daha hafif iç ve dış yük oluşturduğunu ortaya koymaktadır (*Elvira ve ark., 2024*).

AirBadminton'un ortalama ve maksimum kalp atım hızı değerlerinin, badminton'a kıyasla daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Bu durum, AirBadminton'un farklı yaş grupları ve fiziksel kondisyon düzeylerine sahip bireyler için daha erişilebilir ve sağlıklı bir spor alternatifi olduğunu göstermektedir. Ayrıca fiziksel yükün daha düşük olması, AirBadmintonu bireyleri hareketsiz yaşam tarzından uzaklaştırmaya ve fiziksel aktiviteye teşvik etmeye yönelik bir araç olarak değerli kılmaktadır. Özellikle daha geniş bir katılımcı kitlesine hitap etmesi, sporun yaygınlaşması ve toplum sağlığına katkı sağlama potansiyelini artırmaktadır (*Terol-Sanchis ve ark., 2023*).

AirBadminton'un düşük fiziksel yük gereksinimleri, farklı bağlamlarda uygulanabilir bir alternatif olduğunu göstermekte ve spor katılımını artırmak için önemli bir araç olarak öne çıkmaktadır. Bu bağlamda, bireylerin yaş, fiziksel yeterlilik ve kondisyon düzeylerinden bağımsız olarak AirBadminton'a daha kolay adapte olabileceğini ortaya koymaktadır (*BWF, 2023*).

3. SONUÇ VE ÖNERİLER

çimde, kumda veya sert yüzey gibi dış alanlarda oynayabileceği bir raket sporu/oyunu haline gelmiştir. Bu durum badminton oyununu kapalı alanlarda oynama sınırlılığını da ortadan kaldırmıştır. Badmintonda tekler ve çiftler kategorileri kapsamında oyunlar

gerçekleşirken, AirBadminton'a özgü olan üçlüler gibi bir kategorinin de olabileceği ve bu kategoride de maçların oynanabileceği dikkat çekmektedir. Bu durumun meydana gelmesiyle de badminton saha ölçüleri genişletilerek AirBadminton sahaları oluşturulmuştur. Badminton kortunda en fazla dört kişi bir resmi maçta oynayabilirken AirBadminton'da ise altı oyuncu bir maçta oynayabilmektedir. AirBadminton maçlarında üçlüler kategorisinde oyuncuların üst üste iki kez vuruş yapmaları da sınırlandırılmıştır. Bu durumun badmintonu daha hareketli ve daha eğlenceli bir hale getirdiği söylenebilir.

Sonuç olarak, AirBadminton, eğitim ortamlarında motivasyonu artıran, sınıf içi iklimi iyileştiren ve fiziksel sağlığı destekleyen önemli bir spor dalıdır. Hem bireysel hem de grup seviyesinde katılımcıların fiziksel, duygusal ve sosyal gelişimlerine katkı sağlayan AirBadminton, spor eğitimine entegre edilerek öğrencilerin spora bağlılıklarını artırabilir ve genel sağlığı iyileştirebilir. Bu bağlamda, AirBadminton, modern eğitim ve spor uygulamalarında değerli bir alternatif olarak yerini almaktadır (*Terol-Sanchis ve ark., 2023*).

AirBadminton resmi müsabakalarına takım bayrak yarışları entegre edilerek bu yönüyle de badminton'dan ayrılmıştır. Karma takım bayrak yarışlarının yalnızca çiftler ve üçlüler kategorilerinden oluştuğu görülmüştür. Ayrıca, bu takım bayrak yarışları mücadelelerinde, takımların kategorilere göre yarışma sıralarının standart bir düzene göre olmadığı tespit edilmiştir. Bu belirsizliğin, takım bayrak yarışlarını daha heyecanlı bir hale getirdiği ve sporcuların her maçta her kategoriye hazır olmaları gerektiğini ortaya koyduğu görülmüştür.

Sonuç olarak AirBadminton; top, alan, saha ölçüsü, oyuncu sayısı, vuruş sayısı, kategori ve yarışma çeşitliliği bakımından klasik badminton'a göre farklılık göstermektedir. Bu bakımdan AirBadminton, yalnızca müsabakalara yönelik bir oyun olmamakla birlikte, rekreatif amaçlarla oynama imkânı da sunmaktadır.

Bu bilgiler ışığında aşağıdaki önerilere yer verilmiştir:

- AirBadminton'un çimde, kumda veya sert yüzeylerde oynanabilmesi için uygun oyun ortamı oluşturulmalıdır.

- Mümkün olduğunca taşlardan, deliklerden ve herhangi bir şeyden arındırılmış geniş ve düz bir alan tercih edilmelidir.

- Oyuncular için risk teşkil edebilecek diğer durumlara (çim üzerinde oynuyorsanız oyuncuların

kaymaması için çimin kuru olması gibi) karşı tedbirlerin alınması gerekmektedir.

- AirBadminton kortu mümkün olduğunca rüzgâr yönüne göre kurulmalıdır.

- Türkiye'de okul bahçelerine çok fazla bir maliyet gerektirmeyen AirBadminton kortu/kortları çizilerek rekreatif amaçlı bir başlangıç yapılarak bu spor dalı yaygınlaştırılabilir.

- Bu çalışma gelecekte yapılacak olan nicel ve nitel çalışmalara ışık tutacaktır.

7. ETİK BEYANI

WF (Badminton World Federation) tarafından AirBadminton'a ilişkin bilgilerin kullanılması amacıyla 27.11.2023 tarihinde Dünya Badminton Federasyonu Geliştirme Proje Başkanlığı'ndan gerekli izinler alınmıştır.

8. YAZAR KATKILARI

Araştırmaya ait tüm süreci A.T. yürüttü.

9. KAYNAKLAR

- Arief, N., Khuddus, L., Rusdiawan, A., Triardhana, Y. ve Wijaya, A. (2024). Peningkatan literasi fisik masyarakat melalui AirBadminton. *Laksana Olahraga*, 2(01), 121-132. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/laksanaolahraga/article/view/58359>
- Badminton World Federation (BWF) (2022a). AirBadminton individual events rules. https://development.bwfbadminton.com/wp-content/uploads/2023/01/02.-AirBadminton-Individual-Events-Aug_22.pdf Erişim Tarihi: 15.02.2024.
- Badminton World Federation (BWF). (2022b). AirBadminton mixed team relay rules. https://development.bwfbadminton.com/wp-content/uploads/2023/01/03.-AirBadminton-Mixed-Team-Relay-Aug_22.pdf Erişim Tarihi: 15.02.2024.
- Badminton World Federation (BWF). (2023). What is AirBadminton. <https://development.bwfbadminton.com/airbadminton/the-game> Erişim Tarihi: 21.12.2023.
- Cabello, D. (2002). Análisis de los fundamentos básicos de los deportes de raqueta y pala. *Hacia una iniciación conjunta. Fundamentos Y Enseñanza De Los Deportes De Raqueta Y Pala*, 13-22.
- Demirci, A. ve Demirci, N. (2007). *Adım adım badminton*. Spor Yayınevi.
- Elvira-Aranda, C., Pérez-Turpin, J. A., Gomis Gomis, M. J., & Amatriajiménez, M. (2024). Analysis of external load and internal load in AirBadminton: A new healthy and recreational sports modality. *Sustainability and Sports Science Journal*, 2(3), 138-148. <https://doi.org/10.55860/NZCB4433>

- Maire, L., & Yvan, N. (2020). Bonjour à tous, Une nouvelle équipe municipale a été installée pour gérer les affaires communales pendant ce nouveau mandat. En raison du coronavirus, il nous a fallu être patients pour entrer en fonction; je tiens à saluer le travail des précédents élus, des agents municipaux et bénévoles du CCAS pendant le confinement. *Bulletin Municipal n.* https://www.oslon.fr/wp-content/uploads/2020/07/Bulletin_50_2007.pdf
- Phomsoupha, M., & Laffaye, G. (2015). The science of badminton: Game characteristics, anthropometry, physiology, visual fitness and biomechanics. *Sports Medicine*, 45(4), 473-495. <https://doi.org/10.1007/s40279-014-0287-2>
- Sheng, L. (2019). Beach badminton development-based on the promotion of badminton. *Academic Journal of Humanities & Social Sciences*, 2, 143-150. <https://doi.org/10.1007/10.25236/AJHSS.040084>
- Sucharitha, B. S., Reddy, A. V., & Madhavi, K. (2014). Effectiveness of plyometric training on anaerobic power and agility in female badminton players. *International Journal of Pharmaceutical Research and Bio-Science*, 3(4), 754-761.
- Terol-Sanchis, M., Gomis-Gomis, M. J., Elvira-Aranda, C., Cabello-Manrique, D., & Pérez-Turpin, J. A. (2023). AirBadminton for physical activity and well-being in Spanish students: Post-COVID-19. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(5), 4110. <https://doi.org/10.3390/ijerph20054110>
- Türkiye Badminton Federasyonu (TBF), (2023). Genel bilgiler ve tarihçe <https://www.badminton.org.tr/federasyon/genel-bilgiler-ve-tarihce/#1588638917702-4f4b2af4-fe6b> Erişim Tarihi: 11.11.2023.
- Yumuk, S. (2004). *Badminton*. Lale Matbaası.

İnkontinansı Olan ve Olmayan Engelli Bireye Sahip Ebeveynlerin Depresyon ve Yaşam Kalitelerinin İncelenmesi-Pilot Çalışma

Examination of Depression and Quality of Life of Parents of Disabled Individuals With and Without Incontinence- Pilot Study

Bihter AKINOĞLU¹, Aslı Emine KÖSE¹, Ayfer Ezgi YILMAZ²

¹ Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ankara, Türkiye.

² Hacettepe Üniversitesi, Fen Fakültesi, Ankara, Türkiye.

ÖZ: Bu araştırmanın amacı üriner ve fekal inkontinansı olan ve olmayan engelli bireye sahip ebeveynlerin depresyon ve yaşam kalitelerinin incelenmesi ve karşılaştırılmasıdır. Çalışmaya yaşları 4 ile 27 arasında değişen 18 engelli birey ve bu çocukların primer bakımlarını yapan ve yaşları 27-54 arasında değişen anneleri dâhil edildi. Çalışmaya dâhil edilen bireylerde üriner inkontinans varlığını belirlemek için İşeme Bozuklukları Semptom skoru (İBSS) ve Fekal inkontinansı değerlendirmek için Holschneider Kontinans Skorlaması (HKS) kullanıldı. Engelli bireylerin ebeveynlerinin yaşam kalitesini değerlendirmek için Nottingham Sağlık Profili (NSP) ve depresyon düzeyini değerlendirmek için Beck Depresyon Ölçeği kullanıldı. İnkontinans varlığına göre yaşam kalitesi ve depresyon düzeyi karşılaştırmaları Mann-Whitney U testi ile araştırıldı. İBSS ve Holschneider skoru ile diğer ölçümler arasındaki ilişkilerin incelenmesi normal dağılım gösteren verilerde Pearson'ın korelasyon katsayısı ile normal dağılım göstermeyen durumlarda Spearman sıra sayıları korelasyon katsayısı ile incelendi. Çalışma sonucunda engelli bireylerin fekal inkontinans ve üriner inkontinans şiddeti arttıkça ebeveynlerin yaşam kalitelerinin azaldığı belirlendi. İnkontinansı olan ve olmayan çocukların ebeveynlerinin Nottingham sağlık profili skoru ve Beck depresyon ölçeği skoru arasında fark olmadığı belirlendi. İnkontinansı olan ve olmayan engelli bireye sahip ebeveynlerin depresyon ve yaşam kaliteleri arasında fark olmamasına rağmen, üriner ve fekal inkontinans düzeyi arttıkça ebeveynlerin yaşam kalitesinin azaldığı görülmektedir. Bu nedenle inkontinansı olan engelli bireye sahip ebeveynlerin yaşam kalitelerini arttırmaya yönelik çalışmalar yapılmasını önermekteyiz.

Anahtar Kelimeler: engelli birey, üriner inkontinans, fekal inkontinans, aile, yaşam kalitesi.

ABSTRACT: This study aimed to investigate and compare the depression and quality of life of parents of disabled individuals with and without urinary and fecal incontinence. The study included 18 disabled individuals aged between 4 and 27 years and their mothers, aged between 27-54 years, who were the primary caregivers of these children. The Urination Disorders Symptom Score (PBSS) was used to determine the presence of urinary incontinence, and the Holschneider Continence Scoring (HKS) was used to evaluate fecal incontinence in the individuals included in the study. Nottingham Health Profile (NSP) was used to assess the quality of life, and the Beck Depression Scale was used to assess the level of depression of parents of disabled individuals. Comparisons of quality of life and depression level according to the presence of incontinence were investigated by the Mann-Whitney U test. The relationships between IBSS and Holschneider score and other measurements were analyzed using Pearson's correlation coefficient for normally distributed data and Spearman's rank number correlation coefficient for non-normally distributed data. As a result of the study, it was determined that the parent's quality of life decreased as the severity of fecal and urinary incontinence increased. There was no difference between the Nottingham health profile score and the Beck Depression Scale score of parents of children with and without incontinence. Although there was no difference between the depression and quality of life of the parents of disabled individuals with and without incontinence, it was observed that the quality of life of the parents decreased as the level of urinary and fecal incontinence increased. Therefore, we suggest that studies should be carried out to improve the quality of life of parents of disabled individuals with incontinence.

Keywords: disabled individual, urinary incontinence, fecal incontinence, family, parent's quality of life.

AÇIK ERİŞİM

Editör:

Süleyman Erim ERHAN
Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi,
Spor Bilimleri Fakültesi, Tekirdağ,
Türkiye.

Hakemler:

Ünal SAKI
Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi, Spor
Bilimleri Fakültesi, Ağrı, Türkiye.

İlker ÖZMUTLU

Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi,
Spor Bilimleri Fakültesi, Tekirdağ,
Türkiye.

İletişim:

Bihter AKINOĞLU
rgkardelen@yahoo.com

Tarihler:

Geliş: 29.07.2024
Kabul: 22.11.2024
Yayınlanma: 31.12.2024

Künye:

Akinoğlu, B., Köse, A. E. & Yılmaz, A. E. (2024). İnkontinansı olan ve olmayan engelli bireye sahip ebeveynlerin depresyon ve yaşam kalitelerinin incelenmesi-pilot çalışma. *IntJourExerPsyc*, 6(2), 58-65. <https://doi.org/10.51538/intjouexerpsyc.1516379>

1. GİRİŞ

Engelli bir bireye sahip olmak, ebeveynler üzerinde hem duygusal hem de fiziksel birçok zorluk yaratabilmektedir. Bu durum, ebeveynlerin yaşam kalitesi ve ruh sağlığı üzerinde belirgin etkiler bırakabilir. Özellikle, çocuklarında ek olarak inkontinans bulguları bulunan ebeveynlerin, depresyon ve yaşam kalitesi açısından daha yoğun zorluklarla karşılaşma olasılığı bulunmaktadır.

Üriner inkontinans, Uluslararası Çocuk Kontinans Topluluğu'nun (ICCS) 2006 yılında yayınladığı kurul raporuna göre kontrol edilemeyen idrar kaçırma anlamına gelmektedir (Austin ve ark., 2016). Fekal inkontinans bağırsak içeriğinin (gaita) anal kanaldan çıkışının kontrol edilememesi olarak tanımlanmaktadır (Canda & Ağalar, 2016). İdrar mesanede depolanır ve mesaneden boşaltılarak işeme gerçekleştirilir. Mesanenin idrar depolama görevi sempatik (T10-L2), işeme görevi ise parasempatik (S2-S4) sinir sisteminin kontrolü altındadır (Flores ve ark., 2023). Gaitanın depolanması ve dışkılama ise anorektal ve puborektal kaslar ile internal ve eksternal anal sfinkter kaslarının parasempatik ve sempatik sinirler vasıtasıyla bir bütün olarak çalışması sonucunda gerçekleşir. Bu sistemin herhangi bir kısmında oluşabilecek patolojiler fekal inkontinansa neden olabilir (Canda & Ağalar, 2016). Bireylerde engelliliğe sebep olan hastalıklarda bu yapılardan herhangi birinin etkilenmesi sonucu üriner veya fekal inkontinans ortaya çıkabilir. Bunlardan biri olan serebral palsi (SP) sıklıkla kabızlık olsun ya da olmasın hem idrar hem de fekal inkontinans ile ilişkili nörogelişimsel bir yetersizliktir (Vande Velde ve ark., 2018). SP'li bireylerde semptomatik nörojenik mesane prevalansı %30'a kadar çıkabilir (McNeal ve ark., 1983). SP'li bireylerde nörojenik mesanenin prezantasyonu önemli ölçüde değişebilir ve mesane spazmlarını (Powell, 2016), azalmış akış hızlarını (Silva ve ark., 2014) ve detrusör-sfinkter dissinerjisini (Cotter ve ark., 2016) içerebilir. Bununla birlikte, serebral palsili semptomatik çocuk ve erişkinlerin %59'a kadarını etkileyen detrusör aşırı aktivitesi, mesane disfonksiyonunun en yaygın sunumudur (Samijn ve ark., 2017).

Literatürde SP'li hasta gruplarında üriner ve fekal inkontinans değerlendirmelerinin yapıldığı çalışmalara rastlanmaktadır (Del Giudice ve ark., 1999; Marciniak ve ark., 2015; Park ve ark., 2004; Veugelers ve ark., 2010). SP'li çocuklarda mesane ve bağırsak kontrolü üzerine yapılmış bir çalışma sonucunda SP'li çocukların sağlıklı yaşlılarına göre ileri yaşlarda mesane ve barsak kontrolü geliştirdiğini ve daha sık enürezis ve üriner enfeksiyon geçirdiklerini gösterilmiştir (Ozturk ve ark., 2006). 2023'te SP'li çocuklarda üriner bozukluklar,

fonksiyonel bağımsızlık ve yaşam kalitesinin araştırılması için yapılmış bir çalışma sonucunda SP'li bireylerin kaba motor fonksiyon düzeyi arttıkça işeme disfonksiyonunda artış; fonksiyonel bağımsızlık ve yaşam kalitesinde azalma görüldüğü belirtilmektedir (Türker & Özkeskin, 2023).

Literatürde üriner inkontinans varlığı belirlenen engelli bireylerin zayıf kas kuvvetine ve daha az fonksiyonelliğe sahip oldukları belirtilmektedir (Talu, 2018). Üriner ve fekal inkontinans varlığı engelli bireylerin aileye bağımlılık derecesini artırır (Talu, 2018). Ailelere bakım yükü açısından daha fazla sorumluluk yüklenir ve iş yükü artar, iş yükü artan ailelerin yaşam kalitesi azalmaya başlar ve depresif olmaları olası bir sonuç haline gelir. Ayrıca inkontinansı olan engelli bireylerin hem kendilerinde hem de ailelerinde anksiyetenin inkontinans ile ilişkili olduğunu belirtilmiştir (Hussong ve ark., 2021).

Bu bağlamda, çocuklarında inkontinans bulguları olan ebeveynlerin, depresyon düzeyleri ve yaşam kalitelerindeki farklılıkların daha detaylı incelenmesi büyük önem taşımaktadır. İnkontinansın aile üzerindeki çok yönlü etkilerinin ele alınması ile bu problemin ebeveynler üzerindeki sonuçları ve yaşam kalitesini iyileştirmeye yönelik çözüm önerileri sunulabilecektir. Bu nedenle bu çalışmanın amacı üriner ve fekal inkontinansı olan ve olmayan engelli bireye sahip ebeveynlerin depresyon ve yaşam kalitelerinin incelenmesi ve karşılaştırılmasıdır. Çalışmanın hipotezi üriner ve/veya fekal inkontinans varlığının ailenin depresyon ve yaşam kalitesini etkileyeceği yönündedir. Elde edilecek sonuçlar, üriner ve fekal inkontinansı olan engelli bireylerin ebeveynlerinin depresyon ve yaşam kalitesi hakkında bilgi verir. Bu bilgiler doğrultusunda, engelli bireylere ve ailelerine kolaylıkla ulaşabilen özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde "inkontinans nedir, nasıl baş edilebilir, çocuğa yaklaşım nasıl olmalıdır?" gibi sorulara yönelik yapılabilecek eğitim stratejilerine yön verebilir. Bu konuda etkin olarak çalışabilen personel desteği sağlanabilir.

2. METOT

Kesitsel çalışma olarak yapılan bu pilot çalışma Ankara ilinde bulunan ve şubeleri bulunan bir özel eğitim ve rehabilitasyon merkezinde yürütüldü. Çalışmanın evrenini özel eğitim ihtiyacı bulunan ve aynı zamanda idrar ve/veya gaita kaçırarak engelli bireylerin velileri oluşturmaktadır. Ankara ilinde şubeleri bulunan bir özel eğitim ve rehabilitasyon merkezinde özel eğitim ve rehabilitasyon hizmeti alan, çalışmaya katılmaya gönüllü olan ve idrar ve/veya gaita kaçırarak engelli

bireyler ve aileleri çalışmanın örneklemini oluşturmaktadır.

Birebir yapılan görüşmeler ile rızası alınan anneler ve çocukları çalışmaya dahil edildi, çocuklar inkontinansı olan ve olmayan olarak ikiye ayrıldı. Çalışma yaşları 6 ile 27 arasında değişen 5 kadın, 4 ile 14 yaş arası değişen 13 erkek olmak üzere 18 engelli birey ve bu bireylerin primer bakımlarını yapan ve yaşları 27-54 arasında değişen 18 anne dâhil edilerek tamamlandı.

2.1. Araştırmanın Etik Yönü

Çalışmaya başlamadan önce, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sağlık Bilimleri Etik Kurulu'ndan 16/04/2023 tarih ve 06-262 karar numarası ile onay alındı. Etik kurul onayı alındıktan sonra çalışmanın yapıldığı kurumdan 24/04/2023 tarihinde izin alındı. Engelli bireylerin ailelerine yapılacak değerlendirmeler için gerekli bilgilendirmeler yapıldı ve onam formu imzalatıldı.

Katılımcıların çalışmaya alınma kriterleri: Çalışmanın yapılacağı kurumdan özel eğitim ve rehabilitasyon hizmeti almak ve ailenin çalışmaya katılım için gönüllü olmak, idrar ve/veya gaita kaçırmasıdır.

Çalışmaya katılmaya gönüllü olan ailelere engelli çocuklarının üriner inkontinans durumları İşeme Bozuklukları Semptom Skoru (İBSS) ile fekal inkontinans durumları Holschneider Kontinans Skorlaması ile değerlendirildi. Ebeveynlerin depresyon düzeyleri Beck Depresyon Ölçeği ile ve sağlıkla ilgili yaşam kaliteleri Nottingham Sağlık Profili ile değerlendirildi. Bütün değerlendirme ve ölçekler fizyoterapist ile ebeveynin sakin bir ortamda yüz yüze yaptığı görüşme ile yapıldı.

2.2. Üriner İnkontinansın Değerlendirilmesi

Engelli bireylerin üriner inkontinans durumunu değerlendirmek için İşeme Bozuklukları Semptom Skoru (İBSS) kullanıldı. Akbal ve ark. (2005) tarafından geliştirilip geçerlilik ve güvenilirliği kanıtlanmış olan İBSS üriner inkontinans ile ilgili toplamda 13 ve hayat kalitesi ile ilgili 1 soru içermektedir. İlk bölümde alınacak en fazla puan 35, ikinci bölümde ise en fazla 3 puan alınabilir. İlk bölümde her iki cins için de 9 ve daha fazla alınan puan üriner inkontinans varlığını işaret eder.

2.3. Fekal İnkontinansın Değerlendirilmesi

Engelli bireylerin fekal inkontinans durumunu değerlendirmek için Holschneider kontinans skorlaması (Am, 1983) kullanıldı. Bu skorlama anorektal fonksiyonların değerlendirilmesi amacıyla Holschneider tarafından geliştirilmiştir. Bu skorlama sisteminde

Skorun 10–14 arasında olması iyi, 5–9 arasında olması orta derecede, 0–4 arasında olması zayıf kontinans olarak kabul edilir.

2.4. Fonksiyonel Seviyenin Değerlendirilmesi

Kaba Motor Fonksiyon Sınıflama Sistemi (KMFSS) ile belirlenecektir. Kaba motor fonksiyon sınıflandırma sistemi Palisano ve ark. (1997)'nin geliştirdikleri ve daha sonra genişletilen (Palisano, 2007) bir sınıflandırma sistemidir. Beş seviyeden oluşmaktadır. Seviye 1 kısıtlamalar olmadan yürür; merdiven çıkabilir. Koşma, sıçrama gibi aktiviteleri yapabilir. Hız, denge ve koordinasyon gerektiren hareketlerde kısıtlılık vardır. Seviye 2 yardımcı araç olmadan yürür. Toplum içinde yürürken kısıtlılıklar vardır. Koşma ve sıçrama hareketleri kısıtlıdır. Seviye 3 el destekli yardımcı araçla yürür. Tırabzandan tutunarak merdiven çıkabilir. Toplum içinde yürürken kısıtlılıklar vardır. Tekereleli sandalye (TS)'yi kendisi kullanabilir. Seviye 4 yardımcı cihazlarla bile bağımsız mobilizasyonu kısıtlıdır. Kısıtlılık nedeniyle toplum içinde taşınır veya motorlu TS kullanır. Seviye 5 baş kontrolü yetersiz. Yardımcı araçlara rağmen oturma ve ayakta durmada sorun var. Yardımcı teknolojiler kullanılsa da mobilizasyonu ciddi derecede kısıtlıdır, TS ile taşınır (Palisano, 2007; Palisano ve ark., 1997).

2.5. Psikolojik Durum Değerlendirilmesi

Engelli bireylerin annesinin depresyon düzeyini belirlemek amacıyla Beck Depresyon Ölçeği kullanıldı. Ölçek Beck ve ark. tarafından adolesan ve erişkinlerde depresyonun davranışsal bulgularını ölçmek amacıyla 1961 yılında geliştirilmiştir (At, 1961). 21 maddeden oluşan ölçekte ebeveynler geçirdikleri son bir haftayı göz önünde bulundurarak kendilerini en iyi anlatan ifadeyi işaretlediler. Bu ölçek sonucunda 0-63 arasında bir puan belirlenir. Puan arttıkça depresyonun düzeyi artar.

2.6. Yaşam Kalitesi Değerlendirilmesi

Engelli bireylerin annesinin yaşam kalitesini değerlendirmek için Nottingham Sağlık Profili (NSP) kullanıldı. NSP iki bölümden oluşur. Birinci bölümde ağrı, duygusal reaksiyonlar, uyku, sosyal izolasyon, fiziksel aktivite ve enerji kısımlarından oluşur. 0-600 arası puan alınır. İkinci bölümde ise sağlık durumu sebebiyle yaşanan problemler ile ilgili soruları içermektedir. 0-7 arası puan alınır. Belirtilen problemlere sahip olanlar 'evet', sahip olmayanlar 'hayır' seçeneğini işaretlerler. Alınan puanın artması yaşam kalitesinin azaldığını gösterir (Küçükdeveci ve ark., 2000).

2.7. İstatistiksel Analiz

Bu çalışmadan elde edilen veriler SPSS 23 programıyla değerlendirildi. Nicel değişkenler için ortalama, standart sapma, ortanca, en küçük ve en büyük değerler; nitel değişkenler için sıklık (n) ve görecelik sıklık (%) verildi. İnkontinans varlığına göre yaşam kalitesi ve depresyon düzeyi karşılaştırmaları gruplara düşen denek sayısının düşük olması sebebi ile Mann-Whitney U testi ile araştırıldı. İBSS ve Holschneider skoru ile diğer ölçümler arasındaki ilişkilerin incelenmesi normal dağılım gösteren verilerde Pearson'ın korelasyon katsayısı ile normal dağılım göstermeyen durumlarda Spearman sıra sayıları korelasyon katsayısı ile araştırıldı. Sonuçlar 0,05 anlamlılık düzeyinde değerlendirildi.

3. BULGULAR

Çalışmaya idrar ve/veya gaita kaçırarak 18 engelli çocuk dâhil edilmiştir. Bu çocukların %27,8'inin kız, %72,2'sinin erkek olduğu belirlenmiştir. Çocukların tamamının ebeveyninin annesi olduğu belirlenmiştir. Çocukların %55,5'inin fonksiyonel seviyesinin KMFSS'ye göre bir, %27,7'sinin fonksiyonel seviyesi KMFSS'ye göre iki olduğu belirlenmiştir. Çocukların %77,8'inde İBSS skoruna göre üriner inkontinans olduğu belirlenmiştir. %61,1'inde ise Holschneider skoruna göre gaita inkontinansı olduğu belirlenmiştir (Tablo 1).

Tablo 1

Çocuklara Ait Genel Özellikler

Değişkenler	Düzyerler	Sıklık (%)
Cinsiyet	Kız	5 (%27,8)
	Erkek	13 (%72,2)
Yaş	Kız	16,6±8,08
	Erkek	6,8±2,9
KMFSS	1. seviye	10 (%55,5)
	2. seviye	5 (%27,7)
	3. seviye	1 (%5,6)
	4. seviye	1 (%5,6)
	5. seviye	1 (%5,6)
İBSS skoru gruplama	İnkontinans yok	4 (%22,2)
	İnkontinans var	14 (%77,8)
Holschneider skoru gruplama	Zayıf kontinans	1 (%5,55)
	Orta kontinans	10 (%55,55)
	İyi kontinans	7 (%38,88)

#: Yüzde

Çalışmaya dâhil edilen çocukların İBSS skoru ortalaması 14,89±8,07; Holschneider skoru ortalaması 8,39±3,42 olduğu belirlenmiştir (Tablo 2).

Tablo 2

Çocukların Yaş, İdrar ve Gaita Kaçırma Skalası Bilgileri

Değişkenler	$\bar{x}\pm ss$	Ortanca	Aralık [Min-Max]
Yaş	9,55±6,46	6,50	[4,00 – 27,00]
İBSS skoru	14,89±8,07	15,50	29,00 [0,00 – 29,00]
Holschneider skoru	8,39±3,42	7,00	11,00 [3,00 - 14,00]

$\bar{x}\pm ss$: Ortalama ± Standart Sapma

Ebeveynlerin yaş ve diğer skorlarına ait bilgiler Tablo 3'de özetlenmiştir. Annelerin yaşlarının 27 ile 54 arasında değiştiği belirlenmiştir. Yaş ortalamasının 38,00±7,94. yıl olduğu belirlenmiştir. Nottingham

sağlık profili-1 ortalamasının 174,12±140,13; Nottingham sağlık profili-2 ortalamasının 1,72±2,32 ve Beck depresyon ölçeği skorunun 12,89±11,54 olduğu belirlenmiştir (Tablo 3).

Tablo 3

Ebeveynlerin Yaş ve Diğer Skorlarına Ait Bilgiler

Değişkenler	$\bar{x}\pm ss$	Ortanca	Aralık [Min-Max]
Yaş (yıl)	38,00±7,94	38,00	27,00[27,00 –54,00]
Nottingham sağlık profili 1	174,12±140,13	193,62	406,87 [0,00-406,87]

Nottingham sağlık profili 2	1,72±2,32	0,00	6,00 [0,00 - 6,00]
Beck depresyon ölçeği skoru	12,89±11,54	10,00	35,00 [0,00 - 35,00]

$\bar{x}\pm ss$: Ortalama \pm Standart Sapma

İnkontinansı olan ve olmayan çocukların ebeveynlerinin Nottingham sağlık profili-1, Nottingham sağlık profili-2 ve Beck depresyon ölçeği skoru bakımından karşılaştırılma sonuçları Tablo 3'te

özetlenmiştir. Nottingham sağlık profili-1, Nottingham sağlık profili-2 ve Beck depresyon ölçeği skoru bakımından inkontinans olması ve olmaması arasında anlamlı fark olmadığı belirlenmiştir ($p=0,061$; $p=0,959$; $p=0,878$; $p=0,056$; $p=0,285$; $p=0,536$; Tablo 4).

Tablo 4

İnkontinansı Olan ve Olmayan Çocukların Ebeveynlerinin Nottingham Sağlık Profili-1, Nottingham Sağlık Profili-2 ve Beck Depresyon Ölçeği Skoru Bakımından Karşılaştırılması

Değişkenler	İnkontinans yok		İnkontinans var		p*
	$\bar{x}\pm ss$	Ort. Rank	$\bar{x}\pm ss$	Ort. Rank	
<i>İBSS gruplamaya göre</i>					
Nottingham sağlık profili-1	46,07±34,86	5,00	210,71±137,52	10,79	0,061
Nottingham sağlık profili-2	1,50±2,38	9,38	1,79±2,39	9,54	0,959
Beck depresyon ölçeği skoru	12,00±15,56	9,13	13,14±10,87	9,61	0,878
<i>Holschneider skoru gruplama</i>					
Nottingham sağlık profili-1	89,76±95,49	6,43	227,81±140,57	11,45	0,056
Nottingham sağlık profili-2	0,86±1,86	7,71	2,27±2,49	10,64	0,285
Beck depresyon ölçeği skoru	10,71±12,57	8,50	14,27±11,24	10,14	0,536

$\bar{x}\pm ss$: Ortalama \pm Standart Sapma, Ort. Rank: Ortalama sıra sayısı. *: Mann-Whitney U testi sonucu.

İBSS ve Holschneider skorları ile Nottingham sağlık profili-1, Nottingham sağlık profili-2 ve Beck depresyon ölçeği skoru arasındaki ilişkiler Tablo 5'te özetlenmiştir. İBSS skoru ile Nottingham sağlık profili-1 arasında aynı yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir ($r=0,550$; Tablo 4). Holschneider skoru

ile Nottingham sağlık profili-1 arasında ters yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir ($rs=-0,519$; Tablo 4). İBSS ve Holschneider skorunun Nottingham sağlık profili-2 ve Beck depresyon ölçeği skoru ile arasında anlamlı ilişki olmadığı belirlenmiştir ($p=0,313$; $p=0,636$; $p=0,263$; $p=0,566$; Tablo 5).

Tablo 5

İBSS ve Holschneider Skorları ile Nottingham Sağlık Profili-1, Nottingham Sağlık Profili-2 ve Beck Depresyon Ölçeği Skoru Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi

		NSP1	NSP2	Beck
İBSS	Katsayı	0,550*	0,252 ⁺	0,120*
	p	0,018	0,313	0,636
Holschneider skoru	Katsayı	-0,519*	-0,279 ⁺	-0,145*
	p	0,027	0,263	0,566

*Pearson'ın korelasyon katsayısı (r); + Spearman sıra sayıları korelasyon katsayısı sonucu (rs). NSP1: Nottingham sağlık profili-1; NSP2: Nottingham sağlık profili-2.

4. TARTIŞMA

Üriner ve fekal inkontinansı olan ve olmayan engelli bireye sahip ebeveynlerin depresyon ve yaşam kalitelerinin incelenmesi ve karşılaştırılması amacıyla gerçekleştirilen bu çalışma sonucunda, ebeveynler arasında çocuğun inkontinans problemi olmasının ebeveynlerin Nottingham sağlık profili-1, Nottingham sağlık profili-2 ve Beck depresyon ölçeği skorunda anlamlı farklılıklara neden olmadığı gözlemlenmiştir. Ancak puan arttıkça yaşam kalitesinin azaldığı

gösteren Nottingham Sağlık Profili-1 ile İBSS skoru arasında aynı yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir, bu bulgulara göre çocuktaki üriner inkontinans bulguları artarken annenin yaşam kalitesi azalmaktadır. Fekal inkontinansı değerlendiren Holschneider Skoru'ndan elde edilen sonuçlardaki Holschneider skoru ile Nottingham sağlık profili-1 arasında ters yönlü ve anlamlı bir ilişki çocuktaki fekal inkontinans varlığı azaldıkça ebeveynlerin yaşam kalitesinin arttığını gösterir. İBSS ve Holschneider Skoru'nun Nottingham sağlık profili-2 ve Beck

Depresyon Ölçeği Skoru arasındaki ilişkide anlamlı farklar görülmediği belirlendi.

Ebeveynlik stresi, çocukların ihtiyaç ve taleplerine uymaya çalışırken onların karşılaştıkları durumlara verdikleri psikolojik ve fiziksel tepkilerle sonuçlanan bir dizi süreci ifade eder. Bu, ebeveynlerin çocuğun sorumluluklarını üstlendiklerinde hissettikleri özel bir baskı türüdür. Özel olarak bakıma ihtiyaç duyan çocuklar; fiziksel, gelişimsel, davranışsal veya duygusal rahatsızlıkları olan (zihinsel bir engel, otizm, serebral palsi, spina bifida, down sendromu, musküler hastalıklar, görme bozukluğu) veya bu rahatsızlıklar açısından yüksek risk altında olan bir çocuk grubudur (Bradshaw ve ark., 2019). Bir anne veya baba olarak, alınan sorumlulukların stresi mevcut iken özel olarak sağlık bakımına ihtiyaç duyan çocuklara sahip ebeveynler diğerlerine göre daha yüksek ebeveynlik stresi yaşama eğilimindedir. Zihinsel veya gelişimsel engelli bir çocuğu büyütme, çocuğun davranış sorunları, destek bakım verenlerin yüksek talepleri ve maddi sıkıntılar gibi bir takım kronik stres etkenleri bu çocukları yetiştirmenin doğasında vardır. Bu stres faktörlerinin bir sonucu olarak, ebeveynler depresyon ve anksiyeteye karşı daha savunmasız olabilir. 2019 yılında zihinsel ve gelişimsel engelli (ZGE) çocukların ebeveynlerinde depresyon ve kaygı seviyesini inceleyen bir meta-analiz çalışması, incelemiş olduğu çalışmalardan elde ettiği sonuçlar: ZGE'li bir çocuğa ebeveynlik yapmanın yüksek düzeyde depresif belirtilerle ilişkili olduğuna dair kanıt sağlar. Bu incelemede, ZGE'li çocukların ebeveynlerinin neredeyse üçte birinin (%31) orta düzeyde depresyon yaşadığı tahmin edilmiştir; bu, ZGE olmayan çocukların ebeveynlerine yönelik tahminden %24 daha yüksektir. Kanıt tabanını geliştirmek için daha fazla kanıtı ihtiyaç duyulmasına rağmen, bu ebeveynlere yönelik spesifik hizmetlere açık bir ihtiyaç olduğu belirtilmektedir (Bradshaw ve ark., 2019). Yapılan bu çalışmaların sonuçları incelendiğinde bizim yaptığımız çalışmadan elde ettiğimiz inkontinansı olan ve olmayan engelli bireye sahip ebeveynlerin depresyon ve yaşam kaliteleri arasında fark olmaması ile paralellik gösterir. Çünkü inkontinansı olsun veya olmasın çalışma grubunu oluşturan ebeveynlerin hepsinin engelli bir çocuğu vardır.

Sadece inkontinansı olan çocukların bu durumdan nasıl etkilendiği ve ebeveynlerinin neler yaşayabildiğini öğrenebilmek için yapılmış çalışmalara bakıldığında ise nokturnal enürezis, gündüz idrar kaçırma ve/veya fekal inkontinansı olan okul çocuklarının yaşam kalitesinin düşük olduğu gösterilmiştir (Mattheus ve ark., 2021). Ayrıca da

2019'da hem Otizm Spektrum Bozukluğu hem de inkontinansı olan çocuklarda ebeveyn stresini değerlendiren bir çalışmada ebeveynlerinin, engeli olmayan ebeveynlere göre daha fazla stres yaşadığı belirtilmiştir (Niemczy ve ark., 2019). Mevcut çalışmalar engelli bireylerin ailelere olan bağımlılık düzeyi arttıkça ailelerin depresyon düzeyinin artmasına ve yaşam kalitesinin azalmasına neden olduğunu ortaya koymaktadır (Bradshaw ve ark., 2019; Mattheus ve ark., 2021; Niemczy ve ark., 2019). Bizim çalışmamızda elde edilen üriyer ve fekal inkontinans düzeyinin artması ile ebeveynlerin yaşam kalitesinin azalması sonucu ile paralellik gösterir. Öyle ki üriyer ve fekal inkontinans düzeyi arttıkça engelli bireyin anneye olan bağımlılık düzeyinin artması ve bu durumda da annelerin depresyon düzeyinin ve yaşam kalitesinin etkilenmesi olası bir sonuçtur.

4.1. Limitasyonlar

Çalışmamız şubeleri olan bir özel eğitim merkezinde planlandı ve veriler ebeveynlerden yüz yüze alındı. Ancak çalışmanın yalnızca bir özel eğitim merkezinde yapılabilmesi ulaşılan kişi sayısına etki etmiş ve değerlendirmelerin uzun zaman alması da gönüllü olan ebeveynlerin daha az sayıda olmasına neden olmuştur. Öyle ki çalışmanın engelli bireylerin hem üriyer hem de fekal inkontinans durumlarını araştırması ve bu durumların ailelerin depresyon ve yaşam kalitesi üzerine etkilerini araştırması çalışmanın güçlü yanlarını oluşturur.

5. SONUÇ VE ÖNERİLER

İnkontinansı olan ve olmayan engelli bireye sahip ebeveynlerin depresyon ve yaşam kalitelerinin karşılaştırılmasını ve incelenmesini amaçladığımız çalışmamızda inkontinansı olan ve olmayan engelli bireye sahip ebeveynlerin depresyon ve yaşam kaliteleri arasında fark olmamasına rağmen, üriyer ve fekal inkontinans düzeyi arttıkça ebeveynlerin yaşam kalitesinin azaldığı sonucu elde edildi. Bu çalışma grubunda ebeveyn stresini değerlendiren oldukça az sayıda çalışmalardan biridir. Ancak az sayıda kişinin dâhil olması nedeniyle kanıt değerini artıracak ileri düzey çalışmalara ihtiyaç olduğunu düşünmekteyiz. Ayrıca çalışmanın sonuçları doğrultusunda, inkontinansı olan engelli bireye sahip ebeveynlerin yaşam kalitelerini arttırmaya yönelik çalışmalar yapılmasını önermekteyiz.

6. ETİK BEYANI

Çalışmaya başlamadan önce, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sağlık Bilimleri Etik Kurulu'ndan 16/04/2023 tarih ve 06-262 karar numarası ile onay

alındı. Etik kurul onayı alındıktan sonra çalışmanın yapıldığı kurumdan 24/04/2023 tarihinde izin alındı.

7. YAZAR KATKILARI

BA çalışmayı tasarladı, çalışmayı yürüttü, çalışmanın sonuçlarını yorumladı, literatür taradı ve son halini gözden geçirdi. AEK verileri topladı, çalışmayı yürüttü, literatür taradı ve son halini gözden geçirdi. AEY analizleri yaptı, sonuçları yorumladı ve son halini gözden geçirdi.

8. KAYNAKLAR

- Akbal, C. E. M., Genc, Y., Burgu, B., Ozden, E., & Tekgul, S. (2005). Dysfunctional voiding and incontinence scoring system: quantitative evaluation of incontinence symptoms in pediatric population. *The Journal of Urology*, 173(3), 969-973. <https://doi.org/10.1097/01.ju.0000152183.91888.f6>
- Am, H. (1983). Electromanometrie des enddarms. *Diagnostik und Therapie der Inkontinenz und der chronischen Obstipation*, 2. <https://cir.nii.ac.jp/crid/1572261550023852416>
- At, B. (1961). An inventory for measuring depression. *Arch Gen Psychiatry*, 4, 53-63. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1961.01710120031004>
- Austin, P. F., Bauer, S. B., Bower, W., Chase, J., Franco, I., Hoebeke, P., ... & Nevéus, T. (2016). The standardization of terminology of lower urinary tract function in children and adolescents: Update report from the standardization committee of the International Children's Continence Society. *Neurourology and urodynamics*, 35(4), 471-481. <https://doi.org/10.1002/nau.22751>
- Bradshaw, S., Bem, D., Shaw, K., Taylor, B., Chiswell, C., Salama, M., ... & Cummins, C. (2019). Improving health, wellbeing and parenting skills in parents of children with special health care needs and medical complexity—a scoping review. *BMC Pediatrics*, 19, 1-11. <https://doi.org/10.1186/s12887-019-1648-7>
- Canda, A. E., & Ağalar, C. (2016). Fekal inkontinans. *Türkiye Klinikleri General Surgery-Special Topics*, 9(2), 31-41. <https://www.turkiyeklinikleri.com/article/en-fekal-inkontinans-75206.html>
- Cotter, K. J., Levy, M. E., Goldfarb, R. A., Liberman, D., Katorski, J., Myers, J. B., & Elliott, S. P. (2016). Urodynamic findings in adults with moderate to severe cerebral palsy. *Urology*, 95, 216-221. <https://doi.org/10.1016/j.urology.2016.05.024>
- Del Giudice, E., Staiano, A., Capano, G., Romano, A., Florimonte, L., Miele, E., ... & Crisanti, A. F. (1999). Gastrointestinal manifestations in children with cerebral palsy. *Brain and Development*, 21(5), 307-311. [https://doi.org/10.1016/s0387-7604\(99\)00025-x](https://doi.org/10.1016/s0387-7604(99)00025-x)
- Flores, J. L., Cortes, G. A., & Leslie, S. W. (2023). Physiology, urination. In *StatPearls*. StatPearls Publishing. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32965852/>
- Hussong, J., Rosenthal, A., Bernhardt, A., Fleser, S., Langenbeck, M., Wagner, C., ... & von Gontard, A. (2021). State and trait anxiety in children with incontinence and their parents. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 26(4), 1243-1256. <https://doi.org/10.1177/13591045211033175>
- Küçükdeveci, A. A., McKenna, S. P., Kutlay, S., Gürsel, Y., Whalley, D., & Arasil, T. (2000). The development and psychometric assessment of the Turkish version of the Nottingham Health Profile. *International Journal of Rehabilitation Research*, 23(1), 31-38. <https://doi.org/10.1097/00004356-200023010-00004>
- Marciniak, C. M., Lee, J., Jesselson, M., & Gaebler-Spira, D. (2015). Cross-sectional study of bowel symptoms in adults with cerebral palsy: prevalence and impact on quality of life. *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*, 96(12), 2176-2183. <https://doi.org/10.1016/j.apmr.2015.08.411>
- Mattheus, H. K., Kiefer, K., Freund, R., Hussong, J., Wagner, C., Equit, M., ... & von Gontard, A. (2021). Psychopathology and parental stress in 3–6-year-old children with incontinence. *Zeitschrift für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie*. <https://doi.org/10.1024/1422-4917/a000804>
- McNeal, D. M., Hawtrey, C. E., Wolraich, M. L., & Mapel, J. R. (1983). Symptomatic neurogenic bladder in a cerebral-palsied population. *Developmental Medicine & Child Neurology*, 25(5), 612-616. <https://doi.org/10.1111/j.1469-8749.1983.tb13820.x>
- Niemczyk, J., Fischer, R., Wagner, C., Burau, A., Link, T., & von Gontard, A. (2019). Detailed assessment of incontinence, psychological problems and parental stress in children with autism spectrum disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 49, 1966-1975. <https://doi.org/10.1007/s10803-019-03885-6>
- Ozturk, M., Oktem, F., Kisioglu, N., Demirci, M., Altuntas, I., Kutluhan, S., & Dogan, M. (2006). Bladder and bowel control in children with cerebral palsy: Case-control study. *Croatian Medical Journal*, 47(2), 264-270. <https://hrcak.srce.hr/3107>
- Palisano, R. J. (2007). GMFCS-E & R gross motor function classification system: Expanded and revised. *Canchild Centre for Childhood Disability Research*. <https://researchdiscovery.drexel.edu/esploro/outputs/book/GMFCS---E--R-Gross/991019203674504721>
- Palisano, R., Rosenbaum, P., Walter, S., Russell, D., Wood, E., & Galuppi, B. (1997). Development and reliability of a system to classify gross motor function in children with cerebral palsy. *Developmental Medicine & Child Neurology*, 39(4), 214-223. <https://doi.org/10.1111/j.1469-8749.1997.tb07414.x>
- Park, E. S., Park, C. I., Cho, S. R., Na, S. I., & Cho, Y. S. (2004). Colonic transit time and constipation in children with spastic cerebral palsy. *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*, 85(3), 453-456. [https://doi.org/10.1016/s0003-9993\(03\)00479-9](https://doi.org/10.1016/s0003-9993(03)00479-9)
- Powell, C. R. (2016). Not all neurogenic bladders are the same: a proposal for a new neurogenic bladder classification system. *Translational Andrology and Urology*, 5(1), 12. <https://doi.org/10.3978/j.issn.2223-4683.2016.01.02>
- Samijn, B., Van Laecke, E., Renson, C., Hoebeke, P., Plasschaert, F., Vande Walle, J., & Van den Broeck, C. (2017). Lower urinary tract symptoms and urodynamic findings in children and adults with cerebral palsy: A systematic review. *Neurourology and Urodynamics*, 36(3), 541-549. <https://doi.org/10.1002/nau.22982>
- Silva, J. F., Carrerette, F. B., & Damião, R. (2014). Uroflowmetry in the management of lower urinary tract symptoms of children and adolescents with cerebral palsy. *Journal of Pediatric*

- Urology*, 10(3), 413-417.
<https://doi.org/10.1016/j.jpuro.2013.07.004>
- Talu, B. (2018). Determine the relationship between abdominal muscle strength, trunk control and urinary incontinence in children with diplegic cerebral palsy. *Urology Journal*, 15(4), 180-185. <https://doi.org/10.22037/uj.v0i0.4043>
- Türker, A., & Özkeskin, M. (2023). Investigation of urinary disorders, functional independence, and quality of life in children with cerebral palsy. *Neurourology and Urodynamics*, 42(3), 597-606. <https://doi.org/10.1002/nau.25135>
- Vande Velde, S., Van Renterghem, K., Van Winckel, M., De Bruyne, R., & Van Biervliet, S. (2018). Constipation and fecal incontinence in children with cerebral palsy: Overview of literature and flowchart for a stepwise approach. *Acta Gastro-Enterologica Belgica*, 81(3), 415-418. <https://www.ageb.be/ageb-journal/ageb-volume/ageb-article/66/>
- Veugelers, R., Benninga, M. A., Calis, E. A., Willemsen, S. P., Evenhuis, H., Tibboel, D., & Penning, C. (2010). Prevalence and clinical presentation of constipation in children with severe generalized cerebral palsy. *Developmental Medicine & Child Neurology*, 52(9), e216-e221. <https://doi.org/10.1111/j.1469-8749.2010.03701.x>

Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Spora Katılım Güdülerinin İncelenmesi*

The Examination of the Motivation for Sports Participation among Faculty of Sports Sciences Students

Murat Turan¹, Ali Kemal Hellaç²

¹ Erzurum Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum, Türkiye.

² Erzurum Teknik Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzurum, Türkiye.

AÇIK ERIŞİM

Editör:

Sevinç NAMLI
Erzurum Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum, Türkiye.

Hakemler:

İlimdar YALÇIN
Bingöl Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Bingöl, Türkiye.

Uğur İNCE

Harran Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Şanlıurfa, Türkiye.

Pelin USTAOĞLU HOŞVER
Düzce Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Düzce, Türkiye

İletişim:

Murat TURAN
muratturan@erzurum.edu.tr

Tarihler:

Geliş: 29.07.2024
Kabul: 22.11.2024
Yayınlanma: 31.12.2024

Künye:

Turan, M., & Hellaç, A. K. (2024). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin spora katılım güdülerinin incelenmesi. *IntJourExerPsyc*, 6(2), 66-75. <https://doi.org/10.51538/intjouexerpsyc.1512675>

ÖZ: Bu çalışmanın temel amacı; spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin spora katılım güdülerinin incelenmesi ve sportif yeterlik düzeyi arasındaki ilişkinin düzeyini ve yönünün değerlendirilmesidir. Diğer bir amacı ise cinsiyet, spor yapıyor olma, milli sporcu olma, yaş, sınıf kademesi, spor türü değişkenlerine göre sporda güdülenme değerlerinin incelenmesidir. Araştırmanın evrenini, Erzurum ilinde bulunan Atatürk Üniversitesi ve Erzurum Teknik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri oluşturmaktadır. Örneklemi ise, Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören basit seçkisiz örnekleme yöntemiyle seçilen 124'ü erkek 90'u kadın olmak üzere toplam 214 öğrenci oluşturmaktadır. Katılımcılardan toplanan verilere normallik analizi sonrasında parametrik karşılaştırma testleri olan Independent Samples T-Test ve One-Way ANOVA testi uygulanmıştır. Araştırmada, katılımcıların spor yapma ve yaş değişkenleri açısından güdülenme puanlarında istatistiksel olarak anlamlı farka rastlanılmamıştır. Cinsiyet değişkeni açısından ise kadın katılımcılar lehine anlamlı farklılığa rastlanmıştır. Ayrıca takım sporlarına kıyasla spora katılım güdülerinde bireysel spor yapan katılımcılar lehine anlamlı farklılığa rastlanmıştır. Bu bağlamda, spor etkinliklerine katılımı artırmak ve bireylerin sportif yeterlik algısını geliştirmek için cinsiyet ve spor türü gibi faktörlerin dikkate alınması önerilmektedir. Özellikle bireysel sporlara yönelimin daha fazla güdülenme sağladığı dikkate alınarak, bireysel sporların teşvik edilmesi önemli bir strateji olabilir.

Anahtar Kelimeler: başarı, takım üyeliği, fiziksel uygunluk, beceri gelişimi.

ABSTRACT: The primary purpose of this study is to examine the motivations of sports science faculty students and to evaluate the level and direction of the relationship between the level of sports competence. Another purpose is to investigate the motivation values in sports according to gender, doing sports, being a national athlete, age, class level, and type of sports. The study population consists of students from the Faculty of Sports Sciences of Atatürk University and Erzurum Technical University located in Erzurum. The sample consist of 214 students, 124 male and 90 female, who were selected by simple random sampling method and studying at the Faculty of Sports Sciences. After normality analysis and One-Way ANOVA tests, parametric comparison tests were applied to the data collected from the participants. In the study, no statistically significant difference was found in the motivation scores of the participants in terms of sports and age variables. Regarding the gender variable, a significant difference was found in favor of female participants. In addition, a significant difference was found in favor of individual participants regarding port participation motivations compared to team sports. In this context, it is suggested that factors such as gender and type of sport should be considered to increase participation in sports activities and improve individuals' perception of athletic competence. Since individual sports orientation provides more motivation, encouraging individual sports may be an important strategy.

Keywords: achievement, team membership, physical fitness, skill development.

* Bu çalışma danışmanlığını Doç. Dr. Murat TURAN'ın yürüttüğü "Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Spora Katılım Güdülerinin İncelenmesi" isimli Yüksek Lisans Tezinden türetilmiştir.

1. GİRİŞ

Güdü ve güdülenme, bireyin davranışlarını başlatan, yönlendiren ve sürdüren faktörler olarak uzun yıllardır psikoloji ve eğitim bilimlerinde önemli bir araştırma konusu olmuştur. Genel olarak güdü, bireyi belirli bir amaca yönlendiren ve harekete geçiren bir içsel veya dışsal güç olarak tanımlanmaktadır (Yiğit, 2011). Güdülenme ise bu sürecin sürekliliğini sağlayan, bireylerin hedeflerini gerçekleştirmesine olanak tanıyan bir mekanizmadır (Doğan, 2005). Spor psikolojisi bağlamında güdülenme, sporcuların hem bireysel hem de takım düzeyinde performanslarını artırmalarında kritik bir role sahiptir. Sportif güdülenme, bireylerin fiziksel ve zihinsel gelişimini destekleyen önemli bir faktördür. Sporcuların dayanıklılık, takım çalışması ve yöntem geliştirme gibi becerilerinin güdülenme düzeyine bağlı olarak değiştiği bilinmektedir (Marées & Heck, 1994; Doğan, 2005). Ancak güdülenme sadece bireyin başarıya ulaşma çabasını değil, aynı zamanda spor aktivitelerine devam etme kararlılığını da etkileyen bir süreçtir (Keser & Kumbul Güler, 2009). Malik ve ark. (2011), güdülenmenin bireylerin davranışlarını başlatma, yönlendirme ve sürdürebilme kapasitesini artırdığını belirtirken, spor psikolojisi literatürü, bu kavramın bireysel farklılıklarla nasıl şekillendiğini anlamaya yönelik çeşitli modeller sunmaktadır.

Son yıllarda sportif güdülenme, bireyin içsel ve dışsal motivasyon kaynaklarının etkileşimi bağlamında ele alınmıştır. Deci ve Ryan'ın Öz-Belirleme Teorisi, bireylerin içsel motivasyonlarının dışsal faktörlerle nasıl desteklenebileceğini açıklamakta ve spor ortamlarında güdülenmeyi artırıcı stratejiler sunmaktadır (Deci & Ryan, 1985). Bunun yanı sıra, Vallerand ve ark. (1997) Güdülenme Sürekliliği Modeli, bireylerin güdülenme düzeylerinin farklı bağlamlarda nasıl değiştiğine ışık tutmaktadır. Bu teoriler, spora katılımı etkileyen bireysel ve çevresel faktörlerin güdülenme üzerindeki etkilerini anlamak için önemli bir çerçeve sunmaktadır. Sportif faaliyetler, günümüzde yalnızca fiziksel bir uğraş olmanın ötesinde, toplumsal bağları güçlendiren ve bireylerin sosyal kimliklerini şekillendiren bir araç haline gelmiştir. Spor bilimleri literatürü, bireylerin spora katılımını artırmada güdülenmenin belirleyici bir faktör olduğunu vurgulamaktadır (Koçel, 2014). Ancak güdülenme, bireylerin kişisel hedeflerine ulaşmasında pozitif bir etken olabileceği gibi, yanlış yönlendirilmiş uyarılma düzeyleriyle performansı olumsuz etkileyebilecek karmaşık bir süreçtir (Tiryaki, 2000).

Bu çalışmada, Erzurum ilindeki Atatürk Üniversitesi ve Erzurum Teknik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin spora katılım güdeleri,

cinsiyet, yaş, sınıf kademesi ve spor türü gibi çeşitli demografik değişkenler açısından incelenmiştir. Çalışma, bireylerin spora katılım güdülerini anlamaya yönelik literatürdeki boşlukları doldurmayı ve spor psikolojisi alanına katkı sağlamayı amaçlamaktadır.

2. METOT

2.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma gerçekleştirilirken betimsel araştırmalarda genel olarak kullanılan tarama yönteminden faydalanılmıştır (Thomas ve ark., 2022). Gruplar üzerinde yürütülen tarama yönteminde, gruplarda bulunan bireylerin olay ya da konuyla ilgili görüşleri ve tutumları alınır. Karasar (2010)'a göre kendi koşulları içerisinde bu konular ve olaylar betimlenmeye çalışılır. Tarama çalışmalarının amacı genel olarak yapılan araştırmanın konusu ile ilgili mevcut bir durumu ortaya koymaktır. Bu tarama araştırmalarında da hedeflenen amaç doğrultusunda pek çok örneklemden veri elde edilir (Büyüköztürk ve ark., 2019).

2.2. Araştırmanın Evren ve Örneklem Grubu

Araştırmanın evrenini, Erzurum ilinde bulunan Atatürk Üniversitesi ve Erzurum Teknik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören yaklaşık 1.560 öğrencileri oluşturmaktadır. Örneklem sayısının belirlenmesi için yapılan GPower analizinde orta etki büyüklüğünde 0,05 alfa hatası ve 0,80 güçte en az 159 katılımcının dahil edilmesi gerekmektedir. Toplanan verilerde eksik ya da hataların da olabileceği göz önünde bulundurulmuş bu doğrultuda %50 oranda fazla kişi araştırmaya dahil edilerek toplam 239 kişiden veri toplanmıştır. Elde edilen veriler ön işlemden geçirilerek eksik ya da hatalı veriler çıkarılmıştır. Bu doğrultuda araştırmanın örneklem grubunu basit seçkisiz örnekleme yöntemiyle seçilen 124'ü erkek 90'u kadın olmak üzere toplam 214 öğrenci oluşturmuştur.

2.3. Araştırmada Kullanılan Veri Toplama Araçları

Anket çalışması, en çok kullanılan veri toplama tekniklerinden biridir. Özellikle sosyolojik alanda yapılan çalışmalarda çokça kullanılır (Gökçe, 1988; Gürbüz & Şahin, 2015). Yapılan anketlerde çok sayıda insana görüşleri, inançları, algıları, özellikleri, tutumları ve davranışları hakkında sorular yöneltilir. Böylece istatistikî bilgi elde edilmiş olur. Bu sebeple, yapılan bu çalışmada olduğu gibi katılımcı bireylerin tutumları, inançları, algıları özellikleri ya da davranışları hakkında bilgi elde etmek istendiğinde, veri toplama aracı olarak anketler son derece uygun bir tekniktir (Gökçe, 1988; Gürbüz & Şahin, 2015).

Araştırmada veri toplamak için iki bölümden oluşan anket formu hazırlanmıştır. Anket formunun birinci bölümünde demografik özellikler için araştırmacılar tarafından hazırlanmış kişisel bilgi formu, ikinci bölümünde ise Gill ve ark. (1983) tarafından geliştirilen "Spora Katılım Motivasyonu Ölçeği", bireyin spora katılım nedenlerini içeren 30 madde ve 8 alt boyuttan (Beceri Geliştirme, Takım Üyeliği/Ruhu, Eğlence, Arkadaşlık, Başarı/Statü, Enerji Harcama, Fiziksel Uygunluk,) ve 3'lü likert tipli "Çok Önemli (1)", "Az Önemli (2)", ve "Hiç Önemli Değil (3)" şeklinde oluşmaktadır. Ölçeğin puanlama sistemi anlamlı bulunan alt boyutlarda daha düşük değerin daha fazla güdülendiği şeklindedir. Oyar ve ark. (2001) tarafından Türkçeye uyarlanan ölçek, Cronbach's Alfa tutarlılık katsayısı toplam $\alpha=86$ olarak bulunmuştur. Bu araştırmada elde edilen toplam Cronbach's Alfa tutarlılık katsayısı ise $\alpha=97$ olarak elde edilmiştir.

2.4. Verilerin Analizi

Veriler SPSS 26 istatistik programında analiz edilmiştir. Öncelikle frekans analizi yapıp sonrasında toplanan verinin normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek amacı ile Skewness ve Kurtosis değerlerine bakılmıştır. Uygulanan testlerin sonucunda verilerin normal dağılım göstermesi sebebiyle parametrik testler kullanılmıştır. Cinsiyet, milli sporcu musunuz, spor yapıyor musunuz ve yapmış olduğunuz spor türü değişkenlerine T-testi uygulanmış olup, yaş ve sınıf değişkenlerine ise One-Way ANOVA Testi kullanılmıştır. Ayrıca Tukey testi de farkın hangi gruptan olduğunu belirlemek için uygulanmıştır. Çalışmada analizler %95 güven aralığında gerçekleştirilmiştir.

Tablo 1

Katılımcıların Spora Katılım Güdülerinin Alt Boyutları ve Toplam Puanlarının Normallik Dağılım Testi (Skewness-Kurtosis)

Ölçek	Alt Boyut	n	Skewness		Kurtosis	
			Statistic	Std. Hata	Statistic	Std. Hata
Spora Katılım Güdüsü	Başarı	182	1,151	,166	,867	,331
	Takım Üyeliği	182	1,106	,166	,821	,331
	Fiziksel Uygunluk	182	,967	,166	,563	,331
	Eğlence	182	1,164	,166	,888	,331
	Arkadaş	182	1,443	,166	1,063	,331
	Yarışma	182	1,247	,166	1,112	,331
	Aktif Olma	182	1,133	,166	,540	,331
	Beceri Gelişimi	182	1,324	,166	1,496	,331
	Toplam	182	1,375	,166	1,501	,331

Tablo 1 incelendiğinde spora katılım güdüsü alt boyutları ve toplam puanlarının normallik dağılım durumlarına bakıldığı zaman, Tabachnick ve Fidell (2013) ölçeklerde çarpıklık ve basıklık katsayılarının (-1,5, +1,5) değer aralığında olması durumunda, verilerin

normal dağılım sergileyeceğini ifade etmektedirler. Bu bağlamda verilerin basıklık ve çarpıklık değerlerinin normal dağılım gösterdiği görülmektedir.

3. BULGULAR

Tablo 2

Katılımcıların Demografik Değişkenlerine İlişkin Bilgiler

Demografik Özellikler	Kategori	n	%
Cinsiyet	Erkek	124	57,900
	Kadın	90	42,100
Spor Yapıyor musunuz?	Evet	165	77,100
	Hayır	49	22,900
Milli Sporcu musunuz?	Evet	44	20,600
	Hayır	170	79,400
Yaş	18-20 yaş	57	26,600
	21-23 yaş	65	30,400
	24-26 yaş	30	14,000
	27 yaş ve üzeri	62	29,000

Sınıfınız	1.Sınıf	61	28,500
	2. Sınıf	43	20,100
	3. Sınıf	25	11,700
	4. Sınıf	85	39,700
Yapmış Olduğunuz Spor Türü	Bireysel Sporlar	132	61,700
	Takım Sporları	82	38,300
	Toplam	214	100,000

Tablo 2 incelendiğinde; çalışmaya katılan bireylerin cinsiyet değişkenine bakıldığı zaman erkek katılımcılar 124 (%57,9) kişi iken kadın katılımcılar 90 (%42,1) kişidir. Katılımcıların spor yapma durumu değişkenine bakıldığı zaman 165 kişi (%77,1) spor yapıyor iken, 49 kişi (%22,9) spor yapmadığı görülmektedir. Katılımcıların milli sporcu musunuz değişkenine bakıldığı zaman 44 kişi (%20,6) evet cevabı vermiş iken, 170 kişi (%79,4) hayır cevabı verdiği görülmektedir. Katılımcıların yaş durumlarına göre en

yüksek katılım 21-23 yaş aralığında 65 (%30,4) kişi olup, en düşük katılım ise 24-26 yaş arası 30 (%14,0) kişidir. Katılımcıların sınıf değişkenine bakıldığında en yüksek katılım 85 kişi ile (%39,7) 4. Sınıf öğrencileri oluştururken, en düşük katılım ise 25 (%11,7) kişi ile 3. Sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Katılımcıların yapmış olduğunuz spor türü değişkenine bakıldığı zaman en yüksek katılım 132 kişi ile (%61,7) bireysel spor yapan katılımcılar oluştururken, en düşük katılım ise 82 kişi ile (%38,3) takım sporları yapan bireylerden oluşmaktadır.

Tablo 3

Katılımcıların Spora Katılım Güdülerinin Alt Boyutları ve Toplam Puanlarının Cinsiyet Değişkenine Göre Karşılaştırılması (Independent Sample T-Testi)

Ölçek	Alt Boyutlar	Cinsiyet	n	\bar{X}	ss	t	p
Spora Katılım Güdüsü	Başarı	Erkek	124	1,511	,597	1,911	,057
		Kadın	90	1,375	,365		
	Takım Üyeliği	Erkek	124	1,518	,578	1,939	,054
		Kadın	90	1,380	,404		
	Fiziksel Uygunluk	Erkek	124	1,537	,600	1,074	,284
		Kadın	90	1,460	,376		
	Eğlence	Erkek	124	1,508	,593	1,939	,054
		Kadın	90	1,369	,384		
	Arkadaş	Erkek	124	1,462	,591	3,526	,001*
		Kadın	90	1,222	,303		
	Yarışma	Erkek	124	1,483	,592	1,902	,058
		Kadın	90	1,348	,383		
	Aktif Olma	Erkek	124	1,516	,607	2,750	,006*
		Kadın	90	1,305	,466		
	Beceri Gelişimi	Erkek	124	1,483	,591	2,348	,020*
		Kadın	90	1,322	,325		
Toplam	Erkek	124	1,505	,575	2,180	,030*	
	Kadın	90	1,360	,302			

*p<0,05

Tablo 3 incelendiğinde katılımcıların cinsiyetlerine ilişkin spora katılım güdü düzeylerinin alt boyutlarında ve toplam puanlarının karşılaştırılmasında;

arkadaş, aktif olma, beceri gelişimi ve toplam puanda kadın katılımcılar lehine istatistiksel olarak anlamlı farka rastlanmıştır (p<0.05).

Tablo 4

Katılımcıların Spora Katılım Güdülerinin Alt Boyut ve Toplam Puanlarının Spor Yapma Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılması (Independent – Sample T Testi)

Ölçek	Alt Boyutlar	Spor Yapıyor musunuz?	n	\bar{X}	ss	t	p
Spora Katılım	Başarı	Evet	165	1,427	,540	-1,372	,171
		Hayır	49	1,542	,416		
	Takım Üyeliği	Evet	165	1,457	,534	-,140	,888
		Hayır	49	1,469	,452		

Fiziksel Uygunluk	Evet	165	1,476	,531	-1,470	,143
	Hayır	49	1,600	,463		
Eğlence	Evet	165	1,431	,545	-,912	,355
	Hayır	49	1,510	,420		
Arkadaş	Evet	165	1,369	,533	,442	,659
	Hayır	49	1,333	,396		
Yarışma	Evet	165	1,432	,546	,286	,775
	Hayır	49	1,408	,414		
Aktif Olma	Evet	165	1,418	,566	-,448	,655
	Hayır	49	1,459	,548		
Beceri Gelişimi	Evet	165	1,420	,532	,230	,818
	Hayır	49	1,401	,390		
Toplam	Evet	165	1,433	,514	-,611	,542
	Hayır	49	1,482	,365		

*p<0,05

Tablo 4 incelendiğinde katılımcıların spor yapınız musunuz değişkenine ilişkin spora katılım güdü düzeylerinin alt boyutlarında ve toplam puanlarının

karşılaştırılmasında; alt boyutların tamamında ve toplam puanda istatistiksel olarak anlamlı farklılığa rastlanılmamıştır.

Tablo 5

Katılımcıların Spora Katılım Güdülerinin Alt Boyutları ve Toplam Puanlarının Yapmış Olduğunuz Spor Türü Değişkenine Göre Karşılaştırılması (Independent – Sample T Testi)

Ölçek	Alt Boyutlar	Yaptığınız Spor Türü	n	\bar{X}	ss	t	p
Spora Katılım Güdüsü	Başarı	Bireysel Sporlar	132	1,375	,396	-2,869	,005*
		Takım Sporları	82	1,580	,647		
	Takım Üyeliği	Bireysel Sporlar	132	1,380	,393	-2,771	,011*
		Takım Sporları	82	1,582	,651		
	Fiziksel Uygunluk	Bireysel Sporlar	132	1,425	,413	-2,873	,004*
		Takım Sporları	82	1,631	,635		
	Eğlence	Bireysel Sporlar	132	1,367	,404	-2,995	,003*
		Takım Sporları	82	1,582	,645		
	Arkadaş	Bireysel Sporlar	132	1,234	,331	-4,896	,001*
		Takım Sporları	82	1,565	,651		
	Yarışma	Bireysel Sporlar	132	1,330	,391	-3,528	,001*
		Takım Sporları	82	1,581	,647		
	Aktif Olma	Bireysel Sporlar	132	1,340	,471	-2,915	,004*
		Takım Sporları	82	1,567	,660		
Beceri Gelişimi	Bireysel Sporlar	132	1,298	,345	-4,553	,001*	
	Takım Sporları	82	1,605	,641			
Toplam	Bireysel Sporlar	132	1,354	,329	-3,548	,003*	
	Takım Sporları	82	1,590	,637			

*p<0,05

Tablo 5 incelendiğinde katılımcıların yaptığınız spor türüne ilişkin spora katılım güdü düzeylerinin alt boyutlarında ve toplam puanlarının karşılaştırılmasında;

alt boyutların tamamında ve toplam puanda bireysel spor yapan katılımcılar lehine anlamlı farklılığa rastlanmıştır (p<0.05).

Tablo 6

Katılımcıların Spora Katılım Güdülerinin Alt Boyut ve Toplam Puanlarının Milli Sporcu Musunuz Değişkenine Göre Karşılaştırılması (Independent – Sample T Testi)

Ölçek	Alt Boyutlar	Milli Sporcu musunuz?	n	\bar{X}	ss	t	p
Spora Katılım Güdüsü	Başarı	Evet	44	1,277	,431	-2,585	,010*
		Hayır	170	1,500	,527		

Takım Üyeliği	Evet	44	1,289	,417	-2,490	,014*
	Hayır	170	1,504	,530		
Fiziksel Uygunluk	Evet	44	1,286	,440	-3,201	,002*
	Hayır	170	1,561	,523		
Eğlence	Evet	44	1,278	,428	-2,484	,014*
	Hayır	170	1,494	,532		
Arkadaş	Evet	44	1,242	,402	-1,762	,079
	Hayır	170	1,392	,524		
Yarışma	Evet	44	1,303	,418	-1,786	,076
	Hayır	170	1,458	,537		
Aktif Olma	Evet	44	1,272	,423	-2,069	,040*
	Hayır	170	1,467	,586		
Beceri Gelişimi	Evet	44	1,257	,405	-2,370	,019*
	Hayır	170	1,456	,517		
Toplam	Evet	44	1,277	,404	-2,609	,010*
	Hayır	170	1,488	,494		

*p<0,05

Tablo 6 incelendiğinde katılımcıların milli sporcu musunuz değişkenine ilişkin spora katılım güdü düzeylerinin karşılaştırılmasında; arkadaş ve yarışma alt

boyutları hariç diğer alt boyutların tamamında ve toplam puanda milli sporcular lehine istatistiksel olarak anlamlı farklılığa rastlanılmıştır.

Tablo 7

Katılımcıların Spora Katılım Güdülerinin Alt Boyut ve Toplam Puanlarının Yaş Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılması (One- Way Anova)

Ölçek	Alt Boyutlar	Yaş	n	\bar{X}	ss	F	p	Anlamlı Fark
Spora Katılım Güdüsü	Başarı	(a) 18-20 yaş	57	1,417	,551	,279	,840	-
		(b) 21-23 yaş	65	1,470	,585			
		(c) 24-26 yaş	30	1,413	,478			
		(d) 27 yaş ve üzeri	62	1,490	,421			
	Takım Üyeliği	(a) 18-20 yaş	57	1,416	,543	,301	,824	-
		(b) 21-23 yaş	65	1,503	,585			
		(c) 24-26 yaş	30	1,441	,485			
		(d) 27 yaş ve üzeri	62	1,463	,426			
	Fiziksel Uygunluk	(a) 18-20 yaş	57	1,435	,559	,619	,603	-
		(b) 21-23 yaş	65	1,498	,578			
		(c) 24-26 yaş	30	1,533	,467			
		(d) 27 yaş ve üzeri	62	1,561	,432			
	Eğlence	(a) 18-20 yaş	57	1,421	,559	,112	,953	-
		(b) 21-23 yaş	65	1,469	,573			
		(c) 24-26 yaş	30	1,433	,520			
		(d) 27 yaş ve üzeri	62	1,463	,424			
	Arkadaş	(a) 18-20 yaş	57	1,415	,550	1,219	,304	-
		(b) 21-23 yaş	65	1,420	,584			
		(c) 24-26 yaş	30	1,266	,458			
		(d) 27 yaş ve üzeri	62	1,295	,372			
	Yarışma	(a) 18-20 yaş	57	1,415	,539	,070	,976	-
		(b) 21-23 yaş	65	1,451	,599			
		(c) 24-26 yaş	30	1,422	,494			
		(d) 27 yaş ve üzeri	62	1,414	,421			
	Aktif Olma	(a) 18-20 yaş	57	1,403	,546	,214	,887	-
		(b) 21-23 yaş	65	1,469	,630			
		(c) 24-26 yaş	30	1,383	,536			
		(d) 27 yaş ve üzeri	62	1,427	,518			
	(a) 18-20 yaş	57	1,426	,551	,376	,771	-	

Beceri Gelişimi	(b) 21-23 yaş	65	1,456	,576			
	(c) 24-26 yaş	30	1,344	,450			
	(d) 27 yaş ve üzeri	62	1,397	,390			
Toplam	(a) 18-20 yaş	57	1,420	,541			
	(b) 21-23 yaş	65	1,471	,564	,149	,930	-
	(c) 24-26 yaş	30	1,417	,440			
	(d) 27 yaş ve üzeri	62	1,453	,347			

*p<0,05

Tablo 7 incelendiğinde katılımcıların yaş durumlarına ilişkin spora katılım güdü düzeylerinin toplam puanlarının karşılaştırılmasında; alt boyutların

tamamında ve toplam puanda herhangi bir anlamlı farklılığa rastlanılmamıştır (p<0.05).

Tablo 8

Katılımcıların Spora Katılım Güdülerinin Alt Boyut ve Toplam Puanlarının Sınıf Düzeyi Değişkenine Göre Karşılaştırılması (One- Way Anova)

Ölçek	Alt Boyutlar	Sınıf Düzeyi	n	\bar{X}	ss	f	p	Anlamlı Fark
Spora Katılım Gütüsü	Başarı	(a) 1. Sınıf	61	1,409	,535			
		(b) 2. Sınıf	43	1,427	,439	3,073	,029*	a,d>c
		(c) 3. Sınıf	25	1,744	,819			
		(d) 4. Sınıf	85	1,414	,391			
	Fiziksel Uygunluk	(a) 1. Sınıf	61	1,405	,538			
		(b) 2. Sınıf	43	1,383	,430	3,486	,017*	b,a,d>c
		(c) 3. Sınıf	25	1,760	,778			
		(d) 4. Sınıf	85	1,450	,411			
	Arkadaş	(a) 1. Sınıf	61	1,423	,544			
		(b) 2. Sınıf	43	1,474	,434	3,223	,024*	a>c
		(c) 3. Sınıf	25	1,792	,775			
		(d) 4. Sınıf	85	1,494	,417			
Aktif Olma	(a) 1. Sınıf	61	1,401	,559				
	(b) 2. Sınıf	43	1,407	,469	3,045	,030*	a,d>c	
	(c) 3. Sınıf	25	1,740	,805				
	(d) 4. Sınıf	85	1,420	,370				
Toplam	(a) 1. Sınıf	61	1,398	,536				
	(b) 2. Sınıf	43	1,356	,444	6,204	,000*	d,b,a >c	
	(c) 3. Sınıf	25	1,706	,806				
	(d) 4. Sınıf	85	1,235	,320				
Takım Üyeliği	(a) 1. Sınıf	61	1,393	,528				
	(b) 2. Sınıf	43	1,395	,431	2,827	,040*	d>c	
	(c) 3. Sınıf	25	1,706	,818				
	(d) 4. Sınıf	85	1,384	,413				
Eğlence	(a) 1. Sınıf	61	1,368	,539				
	(b) 2. Sınıf	43	1,372	,489	2,379	0,071	-	
	(c) 3. Sınıf	25	1,700	,841				
	(d) 4. Sınıf	85	1,417	,493				
Yarışma	(a) 1. Sınıf	61	1,404	,537				
	(b) 2. Sınıf	43	1,372	,449	3,36	,020*	d,b>c	
	(c) 3. Sınıf	25	1,706	,806				

	(d) 4. Sınıf	85	1,360	,342			
Beceri Gelişimi	(a) 1. Sınıf	61	1,404	,528			
	(b) 2. Sınıf	43	1,406	,417	3,617	,014*	a,b,d>c
	(c) 3. Sınıf	25	1,739	,788			
	(d) 4. Sınıf	85	1,406	,317			

*p<0,05

Tablo 8 incelendiğinde katılımcıların sınıf değişkeni durumlarına ilişkin spora katılım güdü düzeylerinin toplam puanlarının karşılaştırılmasında; aktif olma alt boyutu hariç diğer alt boyutların tamamında ve toplam puanda 3. Sınıf katılımcıları aleyhine anlamlı farklılık olduğu görülmüştür.

4. TARTIŞMA

Yapılan çalışmada cinsiyet değişkenine bakıldığı zaman, katılımcıların cinsiyetlerine ilişkin spora katılım güdü düzeylerinin alt boyutlarında ve toplam puanlarının karşılaştırılmasında; yarışma, aktif olma, beceri gelişimi ve toplam puanda kadın katılımcılar lehine istatistiksel olarak anlamlı farka rastlanmıştır. Tekkurşun ve ark. (2018)'nin yapmış olduğu çalışmada cinsiyet değişkeni üzerinde, öğrencilerinin spora katılım güdüsünde anlamlı farklılığa rastlanmıştır. Bu alanda kaleme alınan eserler incelendiğinde ise elde edilen sonuçların birbiriyle örtüştüğü gözlemlenmektedir. Ancak bu sonuçların aksine sporculara yapılan başka bir çalışmada ise cinsiyet değişkeninin spora katılım güdüsünün üzerinde etkili olmadığı sonucuna rastlanmıştır (Temel, 2018). Ayrıca öğrencilerin cinsiyetleri ile spora katılım güdüsü karşılaştırıldığında anlamlı bir fark bulunamamıştır (Karaç, 2019). Yanık ve Çamlıyer (2016)'in yapmış olduğu çalışmada ise cinsiyet değişkenlerinde kadın ve erkek öğrenciler arasında herhangi bir farklılık tespit edilememiştir. Literatür araştırmalarına bakıldığı zaman çalışmayla paralellik gösteren ve göstermeyen çalışmalar olduğu görülmüştür. Literatürde yer alan bazı çalışmaların yapılan çalışmayla paralellik göstermemesi örneklem grubu, çevre faktörleri vb. nedenlerden kaynaklanabilir.

Yapılan çalışmada "Spor yapıyor musunuz?" değişkenine bakıldığı zaman katılımcıların spor yapıyor musunuz değişkenine ilişkin spora katılım güdü düzeylerinin alt boyutlarında ve toplam puanlarının karşılaştırılmasında; alt boyutların tamamında ve toplam puanda istatistiksel olarak anlamlı farklılığa rastlanılmamıştır. Bu durum örneklem grubunun aktif spor yapma zorunluluğunun olmamasından kaynaklanabilir. Literatür incelendiğinde spor yapanlar ve spor yapmayanlar üzerine yapılan çalışmalarda, Doğan ve Morali (1999) spor yapanlar, yaşam ve iş güdü düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ifade

etmişlerdir. Bu alanda yapılan başka bir çalışmada ise, sporcuların herhangi bir sportif etkinlikte bulunmayanlara oranla, çok daha güvenli hissettikleri ve duygusal güdü anlamında daha dengeli oldukları saptanmıştır (Wilson & Rhodes, 2021). İngiltere'de 57 öğrencinin dahil olduğu bir araştırma sonucuna göre öğrencilerin spor yapmayanlara oranla daha dışa dönük olduğu tespit edilmiştir (Kuru, 2003).

Yapılan çalışmada katılımcıların yaptığı spor türüne ilişkin spora katılım güdü düzeylerinin alt boyutlarında ve toplam puanlarının karşılaştırılmasında; başarı, takım üyeliği, fiziksel uygunluk, eğlence, arkadaş, yarışma, aktif olma, beceri gelişimi alt boyutların tamamında ve toplam puanda bireysel spor yapan katılımcılar lehine anlamlı farklılığa rastlanmıştır. Takım sporu yapan katılımcıların "Yarışma ve Arkadaşlık" alt boyutunu ele alan Şirin ve ark. (2008) göre, bireysel spor yapan bireylere oranla elde edilen puanların daha yüksek seviyede olduğu tespit edilmiştir. Takım ve bireysel spor dalları üzerine yapılan başka bir araştırmada ise sporcuların genel olarak süreklilik gösteren ve kendi spor dalına özgü başarı gösterme yönündeki motivasyon ile başarısızlıktan kaçınma güdüsü, güç gösterme güdüsü ve başarıya yaklaşma güdüsü arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığı belirtilmiştir (Aktop & Erman, 2002). Literatür incelendiğinde sporda güdülenme düzeyinin bireysel sporlarda daha fazla olabileceği ancak yarışma ve arkadaşlık anlayışının aynı amaç için birbirlerine destek vermeleri gerekli olduğu için takım sporlarında daha fazla olabileceği yorumlanabilir.

Yapılan çalışmada katılımcıların "Milli sporcu musunuz?" değişkenine ilişkin spora katılım güdü düzeylerinin alt boyutlarında ve toplam puanlarının karşılaştırılmasında; arkadaş ve yarışma alt boyutları hariç diğer alt boyutların tamamında ve toplam puanda milli sporcular lehine istatistiksel olarak anlamlı farklılığa rastlanılmamıştır. Bu alanda yapılan çalışmalardan birinde elit sporcuların daha fazla yaşam doyumuna sahip oldukları, elit olmayanlarda ise belirgin bir farklılık gözlemlenmediği belirtilmiştir (Toros, 2018). Soykan ve Tazegül (2015)'ün yapmış oldukları çalışmada ise milli olmuş sporcular ile milli olmayan sporcular karşılaştırılmıştır. Milli sporcuların başarıya ulaşma ve güç gösterme güdüsünün daha yüksek düzeyde

olduğunu belirtmişlerdir. Yapılan çalışmalarında çalışmayla örtüştüğü görülmektedir. Milli sporcular buldukları konum itibarıyla başarılı, elit sporculardır. Elit sporcular zirveye ulaşmak için sporda güdülenmeyi daha verimli kullandıkları görülebilir.

Yapılan çalışmada katılımcıların yaş durumlarına ilişkin spora katılım güdü düzeylerinin toplam puanlarının karşılaştırılmasında; alt boyutların tamamında ve toplam puanda herhangi bir anlamlı farklılığa rastlanılmamıştır. Baysal (2019)'ın ortaöğretim öğrencilerinin katılımıyla gerçekleştirdiği bir çalışmada spora katılım güdüsü incelediğinde yaş değişkeninin spora katılım güdüsünü ve alt boyutlarını etkilediğine dair anlamlı farka rastlanmamıştır. Bartın Üniversitesi öğrencilerinin katılımıyla yapılan bir çalışmada ise öğrencilerin yaş ile spora karşı tutumları arasında herhangi bir bağlantı görülememiştir (Türkmen ve ark., 2016). Yapılan çeşitli araştırma ve çalışmalarda çalışmamızla ortak sonuçlar göstererek yaş durumu değişkeninin, katılımcıların spora katılım güdüsüne yönelimi açısından ayırt edici bir değişken olmadığı sonucuna varılabileceği şeklinde yorumlanabilir.

Katılımcıların bu çalışmada sınıf değişkeni durumlarına ilişkin spora katılım güdü düzeylerinin toplam puanlarının karşılaştırılmasında; aktif olma alt boyutu hariç diğer alt boyutların tamamında ve toplam puanda 3. Sınıf katılımcıları aleyhine anlamlı farklılık olduğu görülmüştür. Temel (2018), spora katılım güdülerini üzerine yaptığı çalışmada sporcuların sınıf değişkeni açısından incelemiş ve anlamlı bir fark bulamamıştır. Şirin (2008) yaptığı bir çalışmada, yaş değişkeni ile takım ruhu ve başarı alt boyutu arasında anlamlı bir fark olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Literatür incelendiğinde çalışmayla örtüşmediği görülmüştür. Bu durum örneklem grubundaki 3. Sınıf öğrencilerinin çalışmaya katılımının diğer sınıflara oranla daha düşük olması ile açıklanabilir. Genel olarak sınıf düzeyinin katılımcıların spora katılımını olumlu veya olumsuz yönde etkilemediği incelenen çalışmalarda görülmüştür.

5. SONUÇ

Bu çalışmada, bireylerin spora katılım güdüsü üzerinde demografik ve sportif değişkenlerin etkisi incelenmiştir. Bulgular, spora katılım güdüsünün bireylerin çeşitli özelliklerine göre farklılaşabileceğini göstermiştir. Ancak, bu değişkenlerin etkisi bazı durumlarda belirgin bir farklılık ortaya koymamakta, bu da spora katılım güdüsünün çok boyutlu ve karmaşık bir yapıya sahip olduğunu düşündürmektedir. Literatürdeki

benzer çalışmalarla karşılaştırıldığında, güdülenme düzeylerini etkileyen faktörlerin örneklem grubu, çevresel koşullar ve bireysel farklılıklarla ilişkilendirilebileceği anlaşılmaktadır.

6. ÖNERİLER

Spora katılımı artırmak amacıyla bireylerin motivasyon düzeylerini anlamaya yönelik bireyselleştirilmiş yaklaşımlar benimsenmelidir. Özellikle sporcuların ihtiyaçlarına uygun hedefler belirlemek, motivasyon kaynaklarını güçlendirebilir. Araştırmacılar için: Spora katılım güdüsünü etkileyen faktörlerin daha kapsamlı bir şekilde incelenmesi için daha geniş örneklem gruplarıyla ve farklı spor branşlarıyla çalışmalar yapılması önerilmektedir. Spor katılımını teşvik eden politikalar geliştirilirken, bireylerin spora katılım güdülerini etkileyen sosyo-kültürel faktörler göz önünde bulundurulmalıdır. Spor programlarının çeşitlendirilmesi, bireysel ve takım sporlarına eşit fırsatlar sunulmasını sağlayabilir. Eğitim kurumlarında spor faaliyetlerine katılımı destekleyen uygulamalar artırılmalı, öğrencilerin fiziksel aktivitelere katılımı hem sosyal hem de psikolojik faydaları ile teşvik edilmelidir.

Bu araştırmanın sonuçlarının, spora katılım güdüsü ile ilgili gelecekte yapılacak çalışmalara rehberlik edeceği düşünülmektedir. Ancak, daha kapsamlı çalışmalarla bu alandaki bilgiler genişletilerek mevcut literatür zenginleştirilmelidir.

7. ETİK BEYANI

Araştırma kapsamında Erzurum Teknik Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurulundan 3/1 sayılı ve 14.03.2024 tarihli izin alınmıştır.

8. YAZAR KATKILARI

Çalışmayı tasarımı M. T. aittir. Çalışmanın yürütülmesi, veri toplanması ve raporlaştırılması A. K. H tarafından yapılmıştır.

9. KAYNAKLAR

- Aktop, A., & Erman, K. A. (2002). Takım ve bireysel sporcuların başarı motivasyonu benlik saygısı ve sürekli kaygı düzeylerinin karşılaştırılması. *7. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Antalya*.
- Baysal, Ş. (2019). *Okul sporlarına katılan ortaöğretim öğrencilerinin spora katılım güdüsü ve başarı motivasyonlarının incelenmesi (Gaziantep ili örneği)* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi.
- Büyükoztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2024). *Eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri* (35).

- baskı). Pegem Akademi. <https://depo.pegem.net/9789944919289.pdf>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. Plenum. <https://doi.org/10.1007/978-1-4899-2271-7>
- Doğan, B., & Morali, S. (1999). Üniversite öğretim elemanlarının sporla ilgili tutumları ile yaşam ve iş doyum düzeylerinin spor yapma alışkanlıkları ile incelenmesi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 16-27. <https://dergipark.org.tr/en/pub/cbubesbd/issue/32220/357751>
- Doğan, O. (2005). *Spor psikolojisi* (3. baskı). Nobel Kitapevi.
- Gill, D. L., Gross, J. B., & Huddleston, S. (1983). Participation motivation in youth sports. *International Journal of Sport Psychology*, 14(1), 1-14. <https://psycnet.apa.org/record/1984-09240-001>
- Gökçe, B. (1988). *Toplumsal bilimlerde araştırma*. Savaş Yayınları.
- Gürbüz, S., & Şahin, F. (2014). *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri*. Seçkin Yayıncılık, ss. 271.
- İkizler, H. C., & Karagözoğlu, C. (1996). *Sporda başarının psikolojisi*. Alfa Basım Yayım Dağıtım.
- Karaç, Y. (2019). *Atletizm sporcularının başarı algıları ve spora katılım güdülerini*. Gazi Kitabevi, ss.1-45.
- Karasar, N. (2010). *Bilimsel araştırma yöntemi* (21. baskı). Nobel Yayın Dağıtım.
- Keser, A., & Kumbul Guler, B. (2009). *Çalışma psikolojisi*. Ekin Basım Yayın Dağıtım.
- Koçel, T. (2014). *İşletme yöneticiliği*. Beta Yayınları.
- Kuru, E. (2003). Farklı statüdeki beden eğitimi bölümü öğrencilerinin kişilik özellikleri. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23(1). <https://dergipark.org.tr/en/pub/gefad/issue/6763/90990>
- Malik, M. E., & Danish, R. Q. (2010). Impact of motivation to learn and job attitudes on organizational learning culture in a public service organization of Pakistan. *South Asian Studies*, 25(02), 217-235. <https://sasj.pu.edu.pk/9/article/view/672>
- Marées, H. de, & Heck, H. (1994). *Sportphysiologie*. Sport und Buch Strauß.
- Oyar, Z. B., Asci, F. H., Celebi, M., & Mulazimoglu, Ö. (2001). Validity and reliability of participation motivation questionnaire. *Hacettepe Journal of Sport Sciences*, 12(2), 21-32. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/sbd/issue/16421/171535>
- Soykan, A., & Tazegül, Ü. (2015). Comparison of the motivation levels of the national and non-national karate players. *Journal of Sports and Physical Education*, 112, 202-206. https://www.researchgate.net/publication/281906003_journal-of-sports-and-physical-education-Ph_ton_Comparison_of_the_Motivation_Levels_of_the_National_and-Non-National_Karate_Players
- Şirin, E. F. (2008). Futbolcu kızların (12-15 yaş) spora katılım motivasyonlarının belirlenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 6(1), 1-7. https://doi.org/10.1501/Sporm_0000000128
- Tabachnick, B.G., & Fidell, L.S. (2013). *Using multivariate statistics*. Pearson.
- Hazar, Z., Demir, G. T., & Can, B. (2018). Lise öğrencilerinin spora katılım güdülerinin farklı değişkenler açısından incelenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 16(4), 225-235. <https://dergipark.org.tr/en/pub/spormetre/issue/40788/456015>
- Temel, V. (2018). Masa tenisi ve wushu sporcularının spora katılım güdülerinin incelenmesi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 23(3), 143-152. <https://dergipark.org.tr/en/pub/gbesbd/issue/38050/394899>
- Thomas, J. R., Martin, P., Etnier, J. L., & Silverman, S. J. (2022). *Research methods in physical activity*. Human Kinetics.
- Tiryaki, Ş. (2000). *Spor psikolojisi: Kavramlar, kuramlar ve uygulama*. Eylül Kitabevi ve Yayınevi.
- Toros, T. (2018). *Elit ve elit olmayan erkek basketbolcularda hedef yönelimi, güdusel (motivasyonel) iklim ve hedeflerin özgünlük, güçlük derecesi özelliklerinin, yaşam doyumuna etkisi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Mersin Üniversitesi.
- Turan, M. (2021). *Giresun Gençlik Spor İl Müdürlüğü personellerinin spor etkinliklerine yönelim tutumlarının incelenmesi*. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 23(1), 29-41. <https://dergipark.org.tr/en/pub/ataunibesyo/issue/60856/841693>
- Türkmen, M., Abdurahimoğlu, Y., Varol, S., & Gökdağ, M. (2016). İslami İlimler Fakültesi öğrencilerinin spora yönelik tutumlarının incelenmesi (Bartın Üniversitesi Örneği). *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 2(1), 48-59. <https://dergipark.org.tr/en/pub/intjces/issue/25669/270727>
- Vallerand, R. J., Fortier, M. S., & Guay, F. (1997). Self-determination and persistence in a real-life setting: toward a motivational model of high school dropout. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72(5), 1161. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.72.5.1161>
- Wilson, K. E., & Rhodes, R. E. (2021). Personality and physical activity. In Z. Zenko & L. Jones (Eds.), *Essentials of exercise and sport psychology: An open access textbook* (pp. 114-149). Society for Transparency, Openness, and Replication in Kinesiology. <https://doi.org/10.51224/B1006>
- Yanık, M., & Çamlıyer, H. (2015). Ortaöğretim 9. sınıf öğrencilerinin beden eğitimi ve spora ilişkin tutumları ile okula yabancılaşma düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi. *International Journal of Sport Exercise and Training Sciences-IJSETS*, 1(1), 9-19. <https://doi.org/10.18826/ijsets.95709>
- Yiğit, A. Y. (2011). *Orta öğretimde okullar arası spor müsabakalarına katılan öğrencilerin güdülenmişlik düzeyleri* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Gazi Üniversitesi.