



Issn :1302-2040

ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULU
ATATURK UNIVERSITY DEPARTMENT OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT SCIENCES

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ

Journal of Physical Education and Sport Sciences

Editör
Editor Chief

Prof.Dr. M.Sait KELEŞ

Editör Yardımcısı
Editor Associate

Yrd.Doç.Dr. Ahmet ŞİRİNKAN

Yayın Koordinatörü
Publishing Coordinator

Yrd.Doç.Dr. Yunus ÖZTAŞYONAR

ARAŞTIRMA YAZILARI / ORIGINAL ARTICLES

- ◆ Güreş Sporü ve Kilo Düşme Yöntemleri.
Recep GÜRSOY ve Ark.
- ◆ Çalışma etiğı kapsamında Beden Eğitim ve Sspor Yüksekokulu öğrencilerinin püritanist ve hedonist değerklerinin incelenmesi.
Süleyman ŞAHİN
- ◆ Türkiye'deki Buz Hokeyi sporcularının bu branşa yönelme nedenleri ve beklentilerinin belirlenmesi.
Atilla PULUR ve Ark.
- ◆ 7 - 10 Yaş grubu zihinsel engelli öğrenci velilerinin sosyo-ekonomik ve kültürel durumlarının incelenmesi.
Öner GÜLBAHÇE ve Ark.
- ◆ Sporun sağlıklı yaşam biçimi davranışları üzerindeki etkisinin incelenmesi
Aykut İMER ve Ark.

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ

Journal of Physical Education and Sport Sciences

CİLT / VOLUME: 14

SAYI NUMBER: 3

YIL / YEAR:2012

ISSN:1302-2040

EDİTÖR/EDITOR

Dr. M.Sait KELEŞ, Erzurum

EDİTÖR YARDIMCISI/ASSOCIATE EDITOR

Dr. Ahmet ŞİRİNKAN, Erzurum

YAYIN KOORDİNATÖRÜ/PUBLISHING COORDINATOR

Dr. Yunus ÖZTAŞYONAR, Erzurum

Dr. Nurcan DEMİREL, Erzurum

İNGİLİZCE DANIŞMANLARI/ENGLISH CONSULTANTS

Dr. Mustafa GÜL, Erzurum

Dr. Sedat AKAR, Erzurum

Dr. Bülent GÜRBÜZ, Kırıkkale

İSTATİSTİK DANIŞMANLARI/STATISTICAL CONSULTANTS

Dr.Başaran GENÇDOĞAN, Erzurum

Dr. Meltem Alkan MELİKOĞLU, Erzurum

BİLİMSEL DANIŞMA KURULU/ EDITORIAL BOARD

Dr. Caner AÇIKADA, Ankara
Dr. Fatih AKÇAY, Erzurum
Dr. Gül BALTACI, Ankara
Dr. Şenol DANE, Ankara
Dr. Gazanfer DOĞU, Bolu
Dr. Güner EKENCİ, Ankara
Dr. Mehmet GÜNAY, Ankara
Dr. Özbay GÜVEN, Ankara
Dr. Arslan KALKAVAN, Kütahya
Dr. Suat KARAKÜÇÜK, Ankara
Dr. Ahmet KIZILTUNÇ, Erzurum
Dr. Osman İMAMOĞLU, Samsun
Dr. Feza KORKUSUZ, Ankara
Dr. Kazım ŞENEL, Erzurum
Dr. Ömer ŞENEL, Ankara
Dr. Kemal TAMER, Ankara
Dr. Azmi YETİM, Ankara
Dr. İbrahim YILDIRAN, Ankara
Dr. Mehmet Akif ZİYAGİL, Amasya
Dr. Erdal ZORBA, Ankara
Dr. Hülya AŞÇI, Ankara
Dr. Akın ERDAL, Erzurum
Dr. İlhami GÜLÇİN, Erzurum
Dr. Recep GÜRSOY, Erzurum
Dr. Nevin Atalay GÜZEL, Ankara
Dr. Ayşe Kin İŞLER, Ankara
Dr. Saliha KARATAY, Erzurum
Dr. Kadir YILDIRIM, Erzurum
Dr. Sema ALAY, Ankara
Dr. Velittin BALCI, Ankara

Dr. Şebnem CENGİZ, Şanlıurfa
Dr. İbrahim CİCİOĞLU, Ankara
Dr. Zafer ÇİMEN, Ankara
Dr. Erkan ÇALIŞKAN, Erzurum
Dr. Hüseyin EROĞLU, Erzurum
Dr. Zinnur GEREK, Erzurum
Dr. Murat KALDIRIMCI, Erzurum
Dr. Dursun KATKAT, Erzurum
Dr. Necip Fazıl KİŞHALI, Erzurum
Dr. Hakan SUNAY, Ankara
Dr. İlhan ŞEN, Erzurum
Dr. Mehmet TUNÇKOL, Tokat
Dr. Fatih YENEL, Ankara
Dr. Ümit KARLI, Bolu
Dr. H.Alper GÜNGÖRMÜŞ, Ağrı
Dr. Önder ŞEMŞEK, Bolu
Dr. Sümmani EKİCİ, Muğla
Dr. Latif AYDOS, Ankara
Dr. Yunus ÖZTAŞYONAR, Erzurum
Dr. Fatih KIYICI, Erzurum
Dr. Arzu GÜLBAHÇE, Erzurum
Dr. A.Haktan SIVRİKAYA, Balıkesir
Dr. Murat TAŞ, Ağrı
Dr. Nurcan DEMİREL, Erzurum
Dr. Murat AKYÜZ, Ağrı
Dr. S. Erim ERHAN, Erzurum
Dr. Deniz EKİNCİ, Samsun
Dr. Orcan MIZRAK, Erzurum
Dr. Mustafa Yaşar ŞAHİN, Ankara
Dr. Recep CENGİZ, Şanlıurfa

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ

Journal of Physical Education and Sport Sciences

Amaç ve Kapsam

Beden eğitimi ve spor bilimleri dergisinin temel hedefi uluslar arası düzeyde nitelikli, sürekli ve beden eğitimi ve spor alanında periyodik olarak bilimsel açıdan en üst düzeyde orijinal araştırmaları yayınlamaktır. Bununla beraber spor bilimleri ile ilgili temel yenilikleri kapsayan derleme yazıları, olgu sunumları, beden eğitimi ve spor camiasının konular hakkındaki deneyimlerini ve eleştirilerini içeren mektuplar ile güncel mesleki konular da yayınlanır.

Yayın Periyodu

Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nun süreli yayın organı olup, bağımsız ve önyargısız hakemlik ilkesine dayanan bilimsel içerikli, yayın dili Türkçe olan, ulusal, periyodik bir dergidir. Mart, Haziran, Eylül ve Aralık aylarında olmak üzere yılda 4 kez yayınlanır.

Abone işlemleri

Dergiye abone olmak isteyen kişiler Beden eğitimi ve spor bilimleri dergisi iletişim adresine başvurmalıdır.

Reklam işlemleri

Dergiye reklam vermek isteyen tüm kişi ve kurumların dergi iletişim adresine başvurmaları gerekmektedir

Yazarlara bilgi

Yazarlara bilgi, dergi sayfalarında ve www.atabesbd@atauni.edu.tr web sayfasında yayınlanmaktadır.

Yayın hakkı

Atatürk beden eğitimi ve spor bilimler 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.

Yazışma Adresi / Correspondence Address

Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi (atabesbd)

Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

25240 ERZURUM/ TÜRKİYE

Tel:(0442) 2312234 • Faks:(0442) 2360985

e-posta: atabesbd@atauni.edu.tr

Dizgi, Baskı

Mega ofset, Erzurum

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ

Journal of Physical Education and Sport Sciences

YAZARLARA BİLGİ

Yayın Kuralları

Atatürk Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisine gönderilen yazılar, yayın ve bilim kurulu üyeleri tarafından kapsam ve düzen açısından uygun görülmelidir. Yayın kurulu yayın koşullarına uymayan yazıları yayınlamamak, düzeltmek üzere yazarına geri göndermek ve biçimce düzenlemek yetkisine sahiptir. Yazının özüne dokunmadan her türlü düzeltme ve kısaltmalar yapılabilir. Yayınlanmak üzere dergiye gönderildikten sonra yazarlardan hiçbiri, tüm yazarların yazılı izni olmadan yazar listesinden silinemez ve hiçbir isim yazar olarak eklenemez veya yazar sırası değiştirilemez. Tüm yazılar editör ve ilgili editör yardımcısı ile en az iki danışman hakem tarafından incelenir. Editör ofisi gerek gördüğünde makaleyi üçüncü bir hakeme gönderebilir.

Dergide basılacak yazılar başka herhangi bir yerde yayınlanmamış olmalıdır. Bilimsel toplantılarda tebliğ edilen çalışmalarda bilimsel toplantının yeri ve tarihi belirtilmelidir. Yazıların bilimsel sorumluluğu yazara ait olup yazıların içeriğinden ve kaynakların doğruluğundan yazarlar sorumludur. Eğer makalede daha önce yayınlamış; alıntı yazı, tablo, resim vb. varsa makale sahibi yayın hakkı sahibi ve yazarlardan yazılı izin almak ve bunu belirtmek durumundadır. Yayına kabul edilmeyen makale, resim ve fotoğraflar eğer özel olarak yazarlar tarafından geri istendiği belirtilmemiş ise yazarlara geri gönderilmez.

Yazım Kuralları

1. Yazım PC uyumlu bilgisayarda Microsoft Word Windows programı ile Arial veya Times New Roman karakteriyle yazılmalı, A4 sayfa büyüklüğünde beyaz kağıda ve kâğıdın tek yüzüne kâğıdın sol kenarında 2,5, sağ kenarında 2,5, üst ve alt kenarlarında 2,5'er cm. boşluk bırakılacak şekilde yazılmalıdır. Tümünde harf büyüklüğü 12 punto olmalıdır. Ancak, çalışmanın adı 14 punto ve boldlanmış olmalı, metinde yer alan tablolarda tek sayfaya sığdırılması istendiğinde 8 veya 9 punto harfler kullanılabilir.
2. Ana yazımda 1.5 tam satır aralığı kullanılmalıdır. Şekillerin ve çizelgelerin açıklamaları ile alıntılar ve dip notların yazımında ise 1 satır aralık kullanılmalıdır. Özet, Abstract, Şekiller, Tablolar, Kısaltmalar Dizini ve Kaynaklar gibi, ana başlıklar, bölüm başlıkları ve alt bölüm başlıkları ile bunları izleyen ilk paragraf arasında kullanılan aralığa göre bir aralık; bir alt bölümün son satırı ile bir sonraki alt bölüm başlığı arasında da kullanılan aralığa göre bir aralık boşluk bırakılmalıdır. Metin içerisinde yer alan paragraflar arasında ilave aralık bırakılmamalıdır.
3. Makale kolay anlaşılır bir Türkçe ve yazım kurallarına uygun bir dille yazılmalıdır. Yazım kurallarında imla bakımından Türk Dil Kurumu'nun çıkardığı imla Kılavuzuna uyulması gerekmektedir. Anlatım üçüncü şahıs ağzından yapılmalı, kısa ve öz cümleler kullanılmalıdır. Yazımda virgül ve noktadan sonra, bir karakter boşluk bırakılmalıdır.
4. Araştırma yazıları sıra ile şu bölümlerden oluşmalıdır: Kapak başlığı, Türkçe başlık, Türkçe özet, anahtar kelimeler, İngilizce özet (konunun başlığı ile birlikte), key words, giriş, materyal ve metod, bulgular, tartışma, sonuç ve kaynaklar. Derleme ve olgu sunumları ise; kapak başlığı, Türkçe özet, anahtar kelimeler, İngilizce özet (İngilizce konu başlığı ile) ve key words sırası ile başlamalıdır. Kapak başlığı dışında isim ve kurum belirtilmemelidir. Türkçe özet bölümü azami 200 kelimeden oluşmalıdır. İngilizce özet ise Türkçe özete denk olmalıdır.
5. **Kapak Başlığı:** Makalenin başlığı (Türkçe ve İngilizce), tüm yazarların ad ve soyadları, akademik ünvanları, bağlı bulundukları kurumları, iş telefonu-GSM, e-posta ve yazışma adresleri, belirtilmelidir. Makale daha önce tebliğ edilmişse tebliğ yeri ve tarihi belirtilmelidir.

6. Araştırma yazıları ve derlemeler 10 sayfayı, olgu sunumları ise 5 sayfayı geçmemelidir.
7. Tüm tablolar grafikler veya şekiller yazının içinde yerleştirilmiş halde gönderilmemeli, her biri ayrı sayfaya basılmış şekilde gönderilmelidir. Her birine metinde geçiş sırasına göre numara verilmeli ve kısa birer başlık yazılmalıdır. Tablo, şekil ve grafiklerin yazıda nerede geçtiği belirtilmelidir. Kullanılan kısaltmalar alt kısımda mutlaka açıklanmalıdır. Özellikle tablolar metni açıklayıcı ve kolay anlaşılır hale getirme amacı ile hazırlanmalı ve metnin tekrarı olmamalıdır. Başka bir yayından alıntı yapılıyorsa yazılı baskı izni birlikte gönderilmelidir.
8. Kaynaklar listesi makale metninin sonunda ayrı bir sayfaya yazılmalı, alfabetik sıraya göre düzenlenmelidir. Kaynaklar metinde, soy isim ve tarih belirterek parantez içerisinde olmalıdır. (Örnek, (Siktar, 2012), (Baldwin ve Caldwell, 2003), (Martin ve ark., 1995).. Henüz yayınlanmamış veriler ve çalışmalar kaynaklar bölümünde yer almamalıdır. Bunlara metin içerisinde (isim(ler), yayınlanmamış veri, tarih) şeklinde yer verilmelidir. Kaynaklarda yazar sayısının 6 veya daha az olması durumunda tüm yazarların isimleri yazılmalıdır. Yazar sayısının altıdan fazla olması durumunda ise ilk altı yazarın ismi yazılmalı, sonrasında Türkçe makalelerde “ve ark.”, İngilizce makalelerde ise “et al.” ilave edilmelidir. Yazar isimlerinden sonra kaynak gösterilen yazının tam başlığı, dergi adı, yıl, cilt ve sayfa numaraları yazılmalıdır. Kaynaklar şu şekilde düzenlenmelidir:
 - a. Dergiler için;
Brocq O, Breuil V, Agopian V, Grisot C, Flory P, Bernard-Pomier G et al. Reactive arthritis induced by strongyloides stercoralis. Rev Rhum Engl Ed,1996;63:217-19.
 - b. Kitaplar için;
Ergen E. Egzersiz Fizyolojisi. Ankara: Nobel yayınevi, 2002:35-46.
 - c. Kitap bölümü için;
Zvaifler NJ, Antimalarials. In: Mc Carty DJ, ed(s). Arthritis and Allied Conditions. Philadelphia: Lea and Febiger, 1985: 497-501.
 - d. Tez için;
Kaplan SI. Post-hospital home health care: the elderly access and utilization (thesis). St. Louis (MO): Washington Univ; 1995.
9. Çalışma; 3 bilgisayar çıktısı (biri isimli, diğer ikisi isimsiz olacak şekilde) ve 8 gönderimlik posta ederi kadar pul ile birlikte gönderilmelidir.
10. Hakemlerden gelmiş, düzeltme için geri gönderilen ve kabul edilen makaleler düzeltmeleri yapıldıktan ve CD ye kopyalandıktan sonra dergimize gönderilmelidir.

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ

TELİF HAKKI DEVİR FORMU

FORM FOR COPYRIGHT

...../...../20

MakaleBaşlığı:

.....

.....

.....

Sayın Editör,

Yayınlanması dileğiyle Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi'ne gönderdiğimiz yukarıdaki başlığı verilen makalenin yazarları olarak;

Bu çalışmanın:

1. Bilimsel ve etik sorumluluğunun bize ait olduğunu,
2. Daha önce yurtiçinde ve yurtdışında Türkçe veya yabancı bir dilde yayınlanmadığını,
3. Başka bir yayın organına yayınlanmak üzere gönderilmediğini,
4. Yayının kabulü halinde tüm yayın haklarının Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi'ne ait olduğunu kabul ve beyan ederiz.

Yazar(lar)

İmza

[illegible]

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ

CİLT / VOLUME: 14

SAYI / NUMBER: 3

YIL / YEAR:2012

İÇİNDEKİLER /CONTENTS

Sayfa no

Orijinal Makaleler / Original Articles

-
- | | |
|-------|--|
| 9-14 | GÜREŞ SPORU VE KİLO DÜŞME YÖNTEMLERİ
THE SPORT OF WRESTLING AND WEIGHT LOSS METHODS
Recep GÜRSOY Süleyman ŞAHİN Yusuf ARIKAN Mir Hamid SALEHIAN Adnan ERSOY |
| 15-29 | ÇALIŞMA ETİĞİ KAPSAMINDA BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR
YÜKSEKOKULU ÖĞRENCİLERİNİN PURİTANİST VE
HEDONİST DEĞERLERİNİN İNCELENMESİ
INVESTIGATING THE PURITANIST AND HEDONIST VALUES
IN STUDENTS OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS
SCHOOL OF HIGHER EDUCATION WITHIN THE WORK
ETHICS FRAMEWORK
Süleyman ŞAHİN |
| 31-41 | TÜRKİYE'DEKİ BUZ HOKEYİ SPORCULARININ
BU BRANŞA YÖNELME NEDENLERİ VE BEKLENTİLERİNİN
BELİRLENMESİ
THE REASONS OF ICE HOKEY PLAYERS IN TURKEY FOR
SELECTING THIS FIELD AND THEIR EXPECTATIONS
Atilla PULUR Ebru Olcay KARABULUT |
| 43-51 | 7-10 YAŞ GRUBU ZİHİNSEL ENGELLİ ÖĞRENCİ
VELİLERİNİN SOSYO-EKONOMİK VE KÜLTÜREL
DURUMLARININ İNCELENMESİ
AN INVESTIGATION INTO THE SOCIO-ECONOMIC
LEVELS OF PARENTS WHOSE CHILDREN ARE WITH
MENTAL DISABILITIES IN 7-10 AGE GROUP
Öner GÜLBAHÇE, Ahmet ŞİRİNKAN |
| 53-61 | SPORUN SAĞLIKLI YAŞAM BİÇİMİ DAVRANIŞLARI ÜZERİNDEKİ
ETKİSİNİN İNCELENMESİ
THE EFFECT OF SPORT ON HEALTHY LIFESTYLE BEHAVIORS
TO INVESTIGATION
Aykut İMER1 Uğur ABAKAY2 |

GÜREŞ SPORU VE KILO DÜŞME YÖNTEMLERİ

Recep GÜRSOY¹ Süleyman ŞAHİN² Yusuf ARIKAN³ Mir Hamid SALEHIAN⁴

Adnan ERSOY⁵

¹ Atatürk Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Erzurum

² Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğü, Bursa

³ Polis Akademisi, Güvenlik Bilimleri Fakültesi, Gölbaşı, Ankara

⁴ Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, İslam Azad Üniversitesi, Tabriz, İran

⁵ Dumlupınar Üniversitesi, Beden Eğitim ve Spor Yüksekokulu, Kütahya

ÖZET

Lise ve Üniversiteli genç güreşçilerin yaklaşık olarak % 20' sinin müsabaka öncesi haftada 2-2,5 kg veya 3-3,5 kg düştükleri, yine aynı güreşçilerin üçte bir'inin bir sezon içerisinde on defadan daha fazla kilo verdiği belirlenmiştir. Ancak bu tür kilo düşme yöntemleri güreşçilerin hem sağlık hem de performanslarının bozulmasına neden olabilmektedir. Antrenörler, aileler, antrenman bilimcileri, hekimler, diyetisyenler okul ve kulüp yöneticileri tarafından güreşçilerin ihtiyaç duydukları günlük kalori miktarı yakından takip edilmelidir. Yine bu kişiler arasında bir iş birliği yapılarak bir güreşçinin hangi kiloda güreşmesi gerektiği de belirlenmelidir.

Anahtar Kelimeler: Güreş, Kilo Düşme, Antrenman.

SUMMARY

On a weekly basis, rapid weight loss in high school and collegiate wrestlers has been shown to average 2-2, 5 kg and may exceed 3-3, 5 kg among 20% of the wrestlers. One-third of high school and collegiate wrestlers have been reported repeating this practice more than 10 times in a season. Ironically, weight cutting may impair performance and endanger the wrestler's health. Cooperative efforts between coaches, exercise scientists, physicians, dietitians and wrestlers to use research and education to determine the best medically sound system for selecting a weight class.

Key Words: Wrestling, Weight Falling, Training.

GİRİŞ

Güreş sporu, popüler olmanın yanı sıra aynı zamanda mücadele gerektiren bir spor dalıdır. Bu durum çok sayıda genç erkek ve bayan sporcu için önemli fırsatlar sağlamaktadır. Güreşçiler kilo kategorilerine göre müsabakalara katılmaktadırlar. Ancak, bir çok genç güreşçi aşırı kilo kaybetme nedeniyle sağlık bakımından risk altında bulunmaktadır (Housh ve Johnson, 2003). Lise ve Üniversite güreşçilerinin kalori gereksinimi 1700-2500 kal/gün olmalıdır. Şiddetli ve yoğun antrenmalarda ekstrasdan 1000 kaloriye daha ihtiyaç duyulabilir. Dengeli bir beslenme için günlük kalori alımı karbonhidratlar % 55, yağlar % 30' dan daha az ve proteinler ise %15-20 oranında olmalıdır (Houck ve ark., 1991), (Berning ve Steen., 1991). Antrenörler, aileler, antrenman bilimcileri, hekimler, diyetisyenler okul ve kulüp yöneticileri tarafından güreşçilerin ihtiyaç duydukları günlük kalori miktarı yakından takip edilmelidir. Yine bu kişiler arasında bir iş birliği yapılarak bir güreşçinin hangi kiloda güreşmesi gerektiği de belirlenmelidir. Böyle bir çalışma ile güreşçinin çeşitli becerileri elde etmesi, antrenman zenginliği ve psikolojik hazırlığının daha iyi olacağına

inanılmaktadır (Food and Nutrition Board, 1989).

Kilo Düşme Yöntemleri

Elli yılı aşkın bir zamandır güreşçiler, antrenörler, aileler, yöneticiler, sağlık yetkilileri ve egzersiz bilimcileri, güreşte kilo düşme yöntemleri arasında bulunan şiddetli susuzluk, kalori sınırlandırması, diüretikler, diyet hapları, müshil ilaçları, suit türü egzersiz kıyafetleri, kusma ve diğer metodlar üzerinde farklı yorumlarda bulunmaktadır. “Güreşçilerde kilo düşme yöntemleri” isimli çalışma ilk kez 1976 yılında yayınladığından beri bu konu üzerinde çok sayıda çalışma yapılmıştır (Case ve ark., 1998). Bir araştırmaya göre, kilo düşme yöntemleri arasında yaygın olarak kullanılan metodlar % 90 uzun süreli koşma, % 55.6 sauna, suit türü kıyafet ile egzersiz yapma % 48.9, bisiklete binme % 33.3, yüzme % 24.4, diüretikler ise % 11.1 dir (Landers ve ark., 2004). Lise ve Üniversiteli genç güreşçiler arasında yapılan bir çalışmada güreşçilerin yaklaşık olarak % 20' sinin müsabaka öncesi haftada 2-2,5 kg veya 3-3,5 kg düştükleri, yine aynı güreşçilerin üçte bir'inin bir sezon içerisinde on defadan daha fazla kilo verdiği belirlenmiştir. Yine bu güreşçilerin sezon sonrası vücut yağ kitle oranlarının % 8-11

dolaylarında olmasına karşın, sezon içinde % 6-7 civarında olduğu bunun nedenin ise egzersiz, gıda azaltımı, aç ve susuz kalma gibi nedenlerden kaynakladığı rapor edilmiştir (Case ve ark., 1998).

Yine Michigan’ da Lise öğrencisi güreşçiler arasında yapılan bir çalışmada güreş sezonu içinde 10 güreşçiden 7’ sinin yukarıda belirtilen kilo kaybetme yöntemlerinden en az bir veya ikisini her hafta kullandıkları belirlenmiştir. Genç güreşçilerin yaklaşık dört te bir’ i bir müsabakadan 24 saat önce aç ve susuz kalmak yöntemiyle yaklaşık 4 kg kaybettikleri görülmüştür. Michigan Üniversitesinden Profesör Kiningham’ a göre bu sonuçlar daha önce elit güreşçiler arasında yapılan çalışmalar ile bir benzerlik göstermektedir. California, Manhattan Beach’ ten beslenme uzmanı ve spor danışmanı Doug Andersen’ e göre ise bir çok güreşçi realist olmayan yöntemlerle kilo kaybederek müsabakalarda avantajlı konumda olacaklarına inanmaktadırlar. Ancak, güreşçiler kendileri için olması gereken sikletin ne olduğuna karar vermelidirler. Eğer bir güreşçi müsabaka öncesi yaklaşık 1 kg vermesi gerekiyorsa bunu bir gün öcesinden günlük menüsünden bir öğün yemek kesmesiyle (çıkarması veya azaltması) kilo ayarlaması yapılabileceği,

ancak bunun üzerinde daha fazla kilo düşmesi gerekenler ise beslenme uzmanları ve spor bilimciler ile iletişim halinde olmalıdır (Vogin, 2001).

Karşılaşılan Riskler

Amerika Birleşik Devletlerinde 1997 yılında 3 genç güreşçinin aşırı kilo düşmesi ile sonuçlanan trajik ölümler sonrası bile genç güreşçiler, müsabakalar için sağlıksız bir şekilde kilo düşmeye devam etmektedirler. Bu üç Üniversite öğrencisinin yaygın bir şekilde kullanılan kilo düşme yöntemleri sonucunda ölümleri sonrasındaki üzüntü hala devam etmektedir. O zamana kadar kilo düşme yöntemi sonucunda hayatını kaybeden bir güreşçinin olduğu da bilinmemekteydi. Bu ölümler kilo düşme yöntemleri hakkında bir çok soruyu ve uygun kilo düşmenin nasıl olacağı konusunu da tekrar gündeme getirmiştir (Abdou, 2000). Güreşçiler, vücut sıvılarını, elektrolitleri ve kas glikojen depolarını tartı ve müsabaka zamanı arasında geçen sürede yerine koyduklarını sanmaktadırlar. Ancak, vücut sıvılarının yerine konması 24-48 saatlik bir süre içinde gerçekleşirken, kas glikojen depoları ise 72 saatlik bir zamanda yerine konabilmektedir (Case ve ark., 1998). Kısa süreli fazla miktarda kilo kaybı

güreşçilerde sağlıklı düşünememe, dayanıklılık ve kuvvetin azalması ve aynı zamanda ruhsal durumlarında olumsuz değişiklikler olduğu da belirlenmiştir. Ayrıca bu tür yöntemlerle kilo düşmenin uzun dönemde etkilerinin ne olduğuna ilişkin yapılmış olan çalışma bulunmamaktadır. Tecrübeli güreşçiler kilo düşmenin nasıl olduğu konusunda zamanla bilgi sahibi olurlar. Ancak, genç güreşçiler kilo düşme yöntemleri konusunda eğitilmelidirler (Vogin, 2001). Amerikan Spor Tıbbi yetkilileri ve Amerikan tıp birliği de güreşçilerde bu tür kilo kaybetme yöntemlerinin güreşçilerin gerek sağlık gerekse performanslarının olumsuz yönde etkilediğini spesifik olarak ise, elektrolitlerin yetersizliği, glikojen depolarında azalma, hormonal durumda değişme, protein azalması, psikolojik bozukluk, akademik performans yetersizliği, akciğer emboli gelişimi, pankreas enflamasyonu ve bağışıklık sisteminde azalma olduğunu bildirmektedirler. Buna ilavaten, güreşçilerde kilo kaybetme yöntemleri antropometrik büyüme ve gelişim sürecini de olumsuz yönde etkileyebilir. Yani, vücudun çeşitli bölümlerinin boyutlarında da değişikliğe sebep olabilir. (Housh ve Johnson, 2003). Kilo kaybının yan etkileri arasında % 46.7 baş ağrısı, % 44.4 baş

dönmesi ve % 42.2 ise mide bulantısı şikayetleri görülmüştür (Alderman, 2004).

ÖNERİLER

Amerikan Spor Tıbbi güreşçilerin antrenman becerilerini arttırmak ve sağlık açısından risklerin ortadan kaldırılması için güreşçiler ve antrenörlere beslenme yöntemleri, kontrollü bir şekilde kilo düşme davranışları kazandırma ve performans bozulmaksızın sınırlı oranda kilo düşme yöntemlerine ilişkin bazı önerilerde bulunmaktadır.

1. Antrenörler ve güreşçiler uzun süreli açlık ve susuzluğun fiziksel performans ve sağlık üzerine olumsuz etkileri hakkında eğitilmelidir.
2. Güreşçiler kilo düşmek için kullanılan süit türü terletici kıyafetler, buhar odaları, saunalar, sıcak localar ve diüretiklerden kaçınmalıdırlar.
3. Antrenman öncesi ve sonrası kilo ve su kaybı kontrol edilmeli. Antrenman süresince kaybedilmiş olan kilonun alınması için yeterli miktarda gıda ve sıvı alınmalıdır.
4. Güreşçiler için geçerli metodlar kullanarak sezon öncesi her bir güreşçinin vücut kompozisyonu

belirlenmelidir. 16 yaş ve daha genç güreşçiler vücut yağ oranının %7' nin altında olması gerekirken, 16 yaş ve yukarısı için bu oran % 5' in altında olmalıdır. Bayanlar için ise % 12-14 oranında olmalıdır (Oppliger ve Thorland, 1991).

Dengeli bir beslenme için günlük kalori alımının % 55'i karbonhidratlar, % 30 dan az yağ ve %15-20 oranında ise proteinlerden oluşmalıdır.

Özellikle genç güreşçilere, kendilerini dehidrate ederek veya farklı yöntemlerle kilo düşmenin yerine onlara nasıl güreşeceklerini, güreş tekniklerini nasıl geliştireceklerini, nasıl müsabaka yapacaklarını ve güreşten zevk almanın yolları öğretilmelidir.

Antrenörler, güreşçileri için uygun beslenme yöntemleri, vücut yağ yüzdeleri ve günlük kilo kontrolü konusunda tablolar oluşturmalarıdır.

Kısa sürede kilo kaybı güreşçinin hem performansının hemde sağlığının bozulmasına neden olabilir. Antrenörler, güreşçilerinin performansı bozulmadan en uygun kilo kategorisi hangisi ise ona karar vermelidir.

Güreşçiler ve antrenörler sürekli kontrol yöntemiyle son anlarda kilo düşmeye karar verme yöntemlerinden günlük

tutulmuş olunan raporlar sayesinde kaçınılmadırlar.

10. Kilo düşmenin en uygun yöntemi uzun süreli koşu yapmaktır. Güreşçiler, uygun kilo için kabul edilebilir vücut ağırlığında olmalarıdır.

11. Bir güreşçi müsabakadan iki gün önce 1 veya 2 kg düşecek şekilde kendi kilosunu ayarlamalı ve müsabaka tartı saatine kadar da dehidratasyonun hiç bir olumsuz etkisini hissetmemelidir (Case ve ark., 1998).

KAYNAKLAR

1. **Terry, J, Housh & Glen, O, Johnson.** Written for the American College of Sports Medicine. FACSM, 2003.
2. **Houck, J. and Slavin, J.** Protein nutrition in the athlete. In: Sports Nutrition for the 90s: The Health Profession's Handbook. J. R. Berning and S. N. Steen). Gaithersburg, MD: Aspen Publishers, 1991: 1–12.
3. **Steen, S. N.** Nutritional considerations for the low body-weight athlete. In: Sports Nutrition for the 90s: The Health Profession's Handbook, J. R. Berning and S. N. Steen (Eds.). Gaithersburg, MD: Aspen Publishers: 1991: 160–164.
4. Food and Nutrition Board. Recommended Dietary Allowances, 10th Ed. Washington, DC: National Academy of Sciences, **Weight Loss in Wrestlers: Conclusions and Recommendations**, 1989: 24-37, 65 - 66.
5. **H. Samuel Case, Craig A. Horswill, Gregory L. Landry, M.D., Robert A. Oppliger and, Ann C. Shetler, M.S., R.D.** Prepared for the American College of Sports Medicine by **Weight Loss in Wrestlers**, 1998.
6. **Alderman B.L. Landers, D.M, Carlson J, Scott, J.R** Med. Sci Sports Exerc, wrestlers weight Rapid weight loss in young wrestlers, 2004: 36: 2, 249-252.
7. **Gary, D. Vogin,** Young Wrestlers Fast, Sweat to Make Weight The study was published in the May issue of Medicine and Science in Sports and Exercise, 2001.
8. **Justin, A.** Weight Loss-An Athlete's Perspective. Canada and the Athlete's Representative for the Canadian Amateur Wrestling Association.
9. **Housh & Johnson,** Growth in Young Wrestlers. 2003
10. **Oppliger, R. A., D. H. Neilsen, and C. G. Thompson.** Minimal weight predicted by bioelectrical impedance and anthropometric equations. Med. Sci. Sports Exerc. 1991:23:247–253.
11. **Thorland, W. G., C. M. Tipton, R. W. Bowers,** et al. Midwest wrestling study: prediction of minimal weight for high school wrestlers. Med. Sci. Sports Exerc. 1991: 23,1102–1110.

ÇALIŞMA ETİĞİ KAPSAMINDA BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULU ÖĞRENCİLERİNİN PÜRİTANİST VE HEDONİST DEĞERLERİNİN İNCELENMESİ

Süleyman ŞAHİN

Bursa Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğü, Bursa,Türkiye, ssahin16@gmail.com

ÖZET

Endüstriyel uygarlığın gelişimine paralel olarak püritan çalışma etiğinin yükselişine tanık olunmaktadır. Püritan etik; çalışmayı yaşamın merkezine koyarak arzularını bastırmayı, çalışma disiplinini, çok üretip az tüketmeyi esas alarak çalışma kavramını yüceltir ve çalışmayı adeta tanrı buyruğu olarak görür (Bozkurt, 2000). Ancak günümüzde post endüstriyel dönüşüm süreci ile birlikte çalışmak ve başarmak gibi püritan değerlerin yerine, artık nasıl harcamalı, nasıl eğlenmeli tarzındaki hedonist / narsist özellikler taşıyan yeni bir yapı ortaya çıkmıştır. Bu bağlamda, iki üniversitenin BESYO (Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu) öğrenimine devam eden öğrencilerinde genel olarak baskın bir hedonist veya püritanist bir yaklaşım belirlenmemekle birlikte; çalışmamızdaki değerlendirmelerde Türkiye gibi köklü bir gelenekçi yapıdan gelen ülkede hedonist tutumların BESYO öğrencileri arasındaki kabul oranları önemsenecek derecede güçlü görülmektedir. Yine Türkiye'nin doğusu ve batısında yer alan iki üniversitenin (Atatürk Üniversitesi ve Celal Bayar Üniversitesi) BESYO öğrencilerinde; püritan ve hedonist değerler ile ilgili anlamlı farklılıklar görülmektedir.

Anahtar Kelime: Püritanizm, Hedonizm, Çalışma Etiği, Beden Eğitimi ve Spor

INVESTIGATING THE PURITANIST AND HEDONIST VALUES IN STUDENTS OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS SCHOOL OF HIGHER EDUCATION WITHIN THE WORK ETHICS FRAMEWORK

ABSTRACT

The rise of puritan work ethics is witnessed parallel to the development of industrial civilisation. Puritan ethics places business-life to the centre of life while glorifying to suppress our desires, to work in a disciplined way, to produce more and consume less. Through these principles it glorifies notion of working and views working as an order from God⁸. However, with the post-industrial transformation process of today, a new structure containing hedonist/ narcissist properties with how to spend and how to enjoy concerns emerged in place of puritan values such as how to work and how to succeed. Within this context, the existence of a dominant hedonist or puritanist approach is not stated among the students of department of physical education and sports in Celal Bayar and Atatürk universities. On the other hand, the results of this study reveal that the rate of accepting hedonist attitudes is overwhelmingly strong among the students in a country with a traditionalist and conservative background like Turkey. Meaningful differences are stated in terms of puritan and hedonist values between the physical education and sports students of two universities in eastern and western part of Turkey.

KeyWords: Puritanism, Hedonism, Work ethic, Physical Education and Sport

GİRİŞ

Post-endüstriyel çağ, farklı bir bireye ve ethos'a sahiptir. Bu toplumlarda vurgu artık akla değil, yaratıcılığa, çok çalışmaya değil boş zaman etkinliklerine yapılmaya başlanmıştır. Post-endüstriyel dönüşüm süreci yaşayan ülkelerde de, özellikle eğitilmiş guruplar arasında artık iş kendini gerçekleştirme yolu olarak görülmekte ve püritan iş etiği onaylanmamaktadır. Öte yandan post-endüstriyel toplumlarda mikro ekonomik devrim, finans piyasasındaki spekülasyonlar ve medyanın beraberinde taşıdığı kültür, daha fazla üretmek için daha sıkı çalışmanın gerekliliğine olan inancı zayıflatmaktadır. Bu doğrultuda püritan ve hedonist değerlerden hareketle Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu (BESYO) öğrencilerinin çalışma etiği yaklaşımlarını belirlenmesi amaçlanmıştır. Ayrıca çalışmada özellikle Türkiye'nin doğusunda yer alan Erzurum Atatürk Üniversitesi ve Türkiye'nin batısında yer alan Manisa Celal Bayar Üniversitesi tercih edilerek genel yaklaşımların tespitinde hem daha sağlıklı bir neticeye ulaşılabilmesi hem de iki üniversite öğrencileri arasındaki püritanist ve hedonist değerlerinin karşılaştırmalı olarak incelenerek, farklılıkların ve benzerliklerin ortaya konulabilmesi amaçlanmıştır.

Püritan Çalışma Etiği

Endüstriyel / kapitalist düzenin gelişimiyle doğru orantılı olarak fazla miktarda işgücü gereksinimi ortaya çıkmış ve çalışma disiplini bir zorunluluk haline getirmiştir. Weber modern kapitalizmin ortaya çıkışında asıl belirleyici unsurun Protestanlık olduğunu ifade etmiştir. Aslında Protestanizm ve kapitalizm arasındaki ilişkiye yönelik pek çok farklı görüş bulunmaktadır. Sombart (Sombart, 1993), 'kapitalizmin ruhu' kavramını geliştirerek, protestanizmden çok önceleri kapitalizmin varlığından söz ederek kapitalizmin ana kaynağını Yahudi etiğine dayandırmaktadır. Bir sosyolog olan Warner' da kapitalizmin gelişiminde Weber'in ifade ettiği gibi din faktörünün önemine değinmektedir. İş / çalışma alanındaki dönüşümler 18. yy da büyük bir ivme kazanmıştır. Bu dönemde Püritan iş etiği, iş ve aile sorumluluğu Calvin ve Luther'in dinsel yorumu ekseninde yeniden yapılanmıştır (Aytaç, 2002).

Reform hareketlerinin en önemlilerinden biri Martin Luther ve Jean Calvin'in öncülüğünü yaptığı dinsel devrimdir. Bu dinsel devrim; siyasal, iktisadi ve toplumsal etkilerle Hristiyanlığın üç temel kollarından biri olan Protestanlık'ın ortaya çıkmasına yol açmıştır. Luther, bu dünyada çalışmanın hayatın temel orijini olduğunu vurgulayarak, çalışmanın önemini ifade

etmiştir (Argyle, 1996). Aslında Katolikliğin büyük “öte dünyalığı”, asketik (çileci) özelliği gibi benzer yaklaşımlarını doğu dinlerinde de görmek mümkündür, Katoliklik bu mezhebin mensuplarına bu dünyaya karşı umursamazlık içinde olmayı öğretmiştir. Protestanlık’ta da bu dünya zevklerinden arınma temel olsa da, gerek doğu dinlerine göre gerekse Katolikliğe göre Protestanların daha fazla bu dünyalı olduklarını görmek mümkündür. Aslında Katoliklik ve Protestanlık mezheplerinin her ikisi de bireylere arzularını bastırmayı, kendilerini kontrol etmeyi, bu dünya zevklerinden arınmayı öğütlemektedir (Bozkurt, 2000).

Çalışmanın Yüceltilmesi

Bilindiği şekilde din, tarih boyunca insanları harekete geçirmede daima en güçlü faktörlerden birisi olmuştur (Bozkurt, 2000). Lafargue (Lafargue, 1999) dinin çalışma yaşamı üzerinde etkisinden bahsederken Anglikan Kilisesi rahibi Townshend’in sözlerine yer vermektedir.

Townshend: “Çalışın, gece gündüz demeden çalışın! Çalışarak yoksulluğunuzu arttırırsınız, sizin yoksulluğunuz da, yasa gücüyle sizleri zorla çalıştırmaktan kurtarır bizi. Yasa zoru ile çalışmak çok zahmet verir, çok zorlanma gerektirir, çok gürültü patırtıya

yol açar. Açlık ise, tam tersine, gürültüsüz, sessiz sedasız ve sürekli bir baskı değildir sadece, çalışma ve uğraşın en doğal dürtüsü olarak, en etkili çabalara da yol açar aynı zamanda.” demektedir.

Nigohosian’e göre bu dönemde kilise, kapitalist toplumun entelektüel ordu gibi hareket etmektedir (Nigohosian, 1980 akt Bozkurt, 2000). Weber’de (Weber, 2005) çalışmanın önemini ifade ederken; modern kapitalizmin ortaya çıkışında asıl belirleyici unsurun “protestanlık” olduğunu ifade etmektedir. Weber’den sonra çok sayıda tarihçi, modern kapitalizmin oluşumunu “sermaye birikimi”, “yahudi etiği”, “rönesans ve reform hareketleri” ve bu gelişmelere bağlı olarak “matematiğin, kantitatif / bilimsel düşüncenin” gelişimi gibi (Nef, 1980; See 1993; akt Bozkurt, 2000) bir çok farklı faktöre dayandırsa da, Max Weber “Protestan Etik ve Kapitalizmin Ruhu” adlı eserinde, diğer faktörleri reddetmemekle birlikte, bunlara ek olarak kapitalizmin gelişimindeki psikolojik koşulların etkisinden bahsetmekte ve bu koşullardan din faktörünü ortaya koymaktadır. Weber (Weber, 2005) ayrıca; sermaye sahipleri ve işverenlerin, hatta işçi sınıfının eğitim görmüş tabakasının, özellikle çağdaş işkollarında yüksek düzeyde teknik ya da ticari eğitim görmüş personelin ‘protestan

özellikler' taşıdığını ifade etmektedir. Bu bağlamda Weber'e göre Modern kapitalist gelişmeyi sağlayan şey; diğer faktörlerin de tamamlanmasıyla Protestanizm'dir (Bozkurt, 2000). Weber (Weber, 1993) modern kapitalist öz-ahlâkın ferdiyetçi ekonomik dürtülerinin, yalnızca asketik mezheplerinin metodik yaşam biçimi ile meşru kılınabileceğini belirtirken; modern ferdiyetçiliğin en önemli tarihsel temellerinden birini asketik tarikatların ve mezheplerin oluşturduğuna dikkat çekmiştir. Weber, Protestan Ahlakı ve kapitalist düzen arasındaki ilişkiyi açıklarken; bu tezinin ortaya çıkmasında etkilendiği ve en önde gelen püritan düşünür olarak kabul ettiği Benjamin Franklin' den şunları aktarmaktadır: "Unutma ki vakit nakittir... kredi paradır, paranın doğurgan tabiatı vardır... iyi bir ödeyici, herkesin cüzdanının efendisidir." Franklin'in bütün ahlâki yaklaşımları, *yararcılığa* dönüktür: Şerefli olmak yararlıdır, çünkü kredi sağlar; dakiklik, çalışkanlık, ölçülülük de aynı; bunlar bu yüzden erdemdir (Weber, 1961).

Napolyon, 5 Mayıs 1807'de, bir Alman kenti olan Osterode'da şunları ifade ediyordu (Lafargue, 1999):

"Halklarım ne kadar çok çalışırsa, kötülükler o kadar azalır. Ben bir buyurganım (...) ve Pazar günleri, dua saatinden sonra, dükkânların açık

tutulmasını ve işçilerin işlerine gitmelerini emretmeye hazırım".

Bu ve bunun gibi söylemlerin hepsinin temel nedeni aklın yönettiği bir toplum yapısının önündeki engelleri kaldırmaya yöneliktir. Amaç, tanrı ile kul arasındaki araçları aradan çıkarıp gelişmenin önündeki gelenekten kaynaklanabilecek engellerin tavsiye edilmesi için uygun bir ortam yaratmaktır (Bozkurt, 2000).

Yeni Çalışma Etiği ve Hedonizmin Yükselişi

Yenidünyadaki radikal kırılma ya da altüst oluşlar yalnız ekonomik bir daire ile sınırlı kalmayıp toplumun tüm öğelerini etkisi altına almıştır (Hall, 1995). Özellikle internet, uydu, telekomünikasyon alanındaki gelişmeler bu duruma örnek olarak gösterilebilmektedir. Bu yeni süreç, yerleşik ve düzenli toplumsal yapıların tekno-radikal değişimler sonucu yeni bir toplumsal biçime dönüşmesi, 'değişkenlik', 'hız', 'yapaylık' vb. şekillerde tanımlanması anlamlarına gelmektedir (Aytaç, 2002). Postmodern teorisyenler, bu yeni toplumsal dönemi çeşitli parametreler ile ifade etmektedir. Örneğin, bu yeni toplum yapısı Bauman'a (Bauman, 1999; Bauman, 2005; Bauman, 2006) göre üreticiler toplumundan tüketiciler toplumuna geçişi ve ağır ya da

katı moderniteden hafif ya da akışkan moderniteye geçişi ifade ederken, Boudrillard (Baudrillard, 1997) bu dönemi ‘hiper gerçeklikler çağı’ olarak açıklamaktadır. Featherstone’a (Featherstone, 2005) göre bu durum; sanat ve gündelik hayat (boş zamanı içinde barındıran hayat) arasındaki sınırın yok edilmesini, sanat ve kitle kültürü/popüler kültür arasındaki ayrımın çökmesini beraberinde getirmektedir. Günümüzün akışkan, dağılmış, saçılmış ve düzensizleşmiş modernite uyarlaması olan yeni dönemi ve buna paralel olarak modernite ayrımını ilginç bir örnekle ele alan Bauman (Bauman, 2005) ‘uzun vadeli’ zihniyetin yerini artık ‘kısa vadeli’ zihniyetin aldığını, ‘ölüm bizi ayırana kadar sürmesi beklenen evliliklere pek rastlanmadığını, eşlerin artık birbirine uzun süre eşlik etmeyi düşünmediğini’ belirtmiştir.

Bu yeni dönemde, Bozkurt’un (Bozkurt, 2000) ifade ettiği gibi üretimin nispeten sınırlı olduğu dönemde; gerek kilise gerekse eğitim kurumları çok çalışıp az tüketmeyi yüceltirken, 1950’lerden sonra refah toplum yapısı ile birlikte yerini kitle tüketimine ve global düzeyde bir tüketim kültürü oluşturmaya bırakmıştır. Raymond Williams (Featherstone, 2005) tüketme terimini ‘tahrip etme, harcama, israf etme, bitirme’ anlamlarına geldiğini

ifade etmektedir. İşte kapitalist toplum yapısı inşa edilirken vurgu yapılan üretimin yerini o dönem yedeği konumunda olan tüketim almıştır. Yeni dönemle birlikte yaratıcılık, aykırı düşünme, farklılıkların teşvik edilmesi ön plana çıkmıştır. Bu dönemde Hage ve Powers’a (Hage ve Powes, 1992 akt Bozkurt, 2000) göre 2000’li yıllar, Descartes’in ‘düşünüyorum öyleyse varım’ sözü yerini ‘hissediyorum öyleyse varım’ a bırakacaktır.

Tüketim, adeta yenedünya düzeninin bir ideolojisi haline gelmiştir ve buna bağlı olarak da Narsist olarak tanımlanan püritan karşıtı hedonist tüketim toplumunun temel özelliklerini taşıyan kişilik tipinde ciddi artış görülmektedir. Dolayısıyla sanayi toplumunun kişilik tipini temsil eden püritan, tüketim toplumunda yerini hedonist / narsist kişilik tipine bırakmıştır.

MATERYAL METOD

Araştırmanın evrenini 2010-2011 öğretim yılında Manisa Celal Bayar Üniversitesi, BESYO ve Erzurum Atatürk Üniversitesi, BESYO öğrencileri oluşturmaktadır.

Örneklemini ise Manisa Celal Bayar Üniversitesi, BESYO’da öğrenim gören 120’si kadın, 120’si erkek olmak üzere 240 öğrenci ile Erzurum Atatürk

Üniversitesi, BESYO’nda öğrenim gören 55’i kadın, 109’u erkek olmak üzere 164 öğrenci olmak üzere toplam 404 öğrenci oluşturmaktadır.

Örneklemin oluşturulmasında basit tesadüfi örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Basit tesadüfi örnekleme; evrendeki her elemanın “eşit” ve “bağımsız” seçilme şansına sahip olmasıdır¹.

Araştırmada veri toplama aracı olarak; Püritanizmden Hedonizme Yeni Çalışma Etiği Anketi (PHYÇEA) kullanılmıştır. Araştırmacıda veri toplama aracı olarak kullanılan *Püritanizmden Hedonizme Yeni Çalışma Etiği Anketi (PHYÇEA)*’indeki her bir ifade; ankete katılan öğrencilerin hayatlarında yönlendirici bir ilke olarak ne kadar önemli olduğunu ölçmeye yöneliktir. Soru formunun hazırlanmasında, Mirrels ve Garrett’ in 19 ifadeden oluşan Protestan Çalışma Etiği Skalası ve Veysel Bozkurt’un (Bozkurt, 2000) ‘Püritanizmden Hedonizme Yeni Çalışma Etiği’ adlı eserinde kullandığı ölçekten faydalanılmıştır. Anket formunun başında 5’li Likert tipi ölçek kullanılmıştır.

Çalışmada verilerin analizi için öncelikle toplam 404 anket SPSS (SPSS 10.0) ortamına aktarılmıştır. Öğrencilerin

püritanizm ve hedonizme yönelik algı ve tutumlarını ölçmek amacıyla Frekans Dağılımına yer verilmiştir. Son olarak da elde edilen amprik bulgular yorumlanmıştır.

BULGULAR

Tablo 1. Katılımcı Sayıları

	Kadın	Erkek	Toplam
Manisa CBÜ BESYO	120	120	240
Erzurum A.Ü. BESYO	55	109	164
GENEL TOPLAM	175	229	404

Çalışmaya Manisa Celal Bayar Üniversitesi, BESYO’da öğrenim gören 120’si kadın, 120’si erkek olmak üzere 240 öğrenci ile Erzurum Atatürk Üniversitesi, BESYO’da öğrenim gören 109’u erkek olmak üzere 164 öğrenci olmak ve toplamda 404 öğrenci katılmıştır.

Tablo 2. Püritanist Tutumlara Yönelik Frekans Dağılımı

Buradaki ifadeler çalışmanın önemine yönelik genel düşünceleri ölçmeye yöneliktir.		Hiç Katılmıyorum		Katılmıyorum		Kararsızım		Katılıyorum		Tamamen Katılıyorum	
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1	Çalışmak kadar insanı mutlu eden başka bir şey yoktur.	86	20,1	69	17,6	34	8,2	149	36,6	66	17,5
2	Düzenli dersleri takip eden ve derslerine çalışan bir öğrenciyim.	56	12,9	84	21,0	59	14,4	149	37,4	56	14,3
3	Eğer sıkıntı çekmeseydik, hayatın çok az anlamı olurdu.	34	8,7	80	19,4	92	22,0	111	26,8	87	23,2
4	Sıkı çalışırsanız başarılı olursunuz.	23	5,6	69	17,1	70	16,0	142	35,5	100	25,8
5	Çok çalışmak insanı daha iyi bir kişi yapar.	31	7,8	79	19,1	86	20,7	143	36,0	65	16,4
6	Ölümünden sonra da hayat olduğuna inanıyorum.	29	6,9	50	12,3	79	18,3	103	23,8	143	38,7
7	Piyangoda büyük ikramiye bile çıksa, yine sıkı çalışırdım.	87	21,9	90	22,3	89	21,6	99	22,7	42	11,5
8	Eğer diğer koşullar tümüyle aynı olsa bile, sorumluluğu fazla olan işi seçerdim.	32	8,8	85	21	101	24,1	118	29,3	68	16,8
9	Sıkı çalışmadan uzaklık genellikle, zayıf bir karakteri gösterir.	34	9,2	86	22,1	106	25,1	121	28,9	57	14,7
10	Çalışmak hayatta her şeyden önemlidir.	45	11,3	118	30,4	79	18,7	129	31,4	33	8,2

Tablo 2’deki verilere göre; BESYO öğrencilerinin % 54,1’inin çalışmak kadar insanı mutlu eden başka bir şey olmadığına, % 51,7’sinin düzenli olarak derslerini takip ettiklerine, % 50,0’sinin sıkıntı çekilmeseydi hayatın daha az anlamının olacağına, % 61,3’ünün sıkı çalışmanın başarıyı getireceğine, % 52,4’ünün çok çalışmanın insanı daha iyi bir kişi yapacağına ve % 62,5’inin ölümden sonra da hayat olduğuna

inandıklarına, % 34,2’sinin piyangodan büyük ikramiye çıkması bile sıkı çalışmaya devam edeceğine, % 46,1’i koşullar tümüyle aynı olsa bile, sorumluluğu fazla olan işi seçeceklerine, % 43,6’sının sıkı çalışmaktan uzak durmanın zayıf bir karakteri gösterdiğine ve % 39,6’sının çalışmanın hayatta her şeyden daha önemli olduğuna dair görüşlere sahip oldukları tespit edilmiştir.

Tablo 3. Hedonist Tutumlara Yönelik Frekans Dağılımı

Buradaki ifadeler hedonizme yönelik algı ve tutumlarını ölçmeye yöneliktir.		Hiç Katılmıyorum		Katılmıyorum		Kararsızım		Katılıyorum		Tamamen Katılıyorum	
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1	İnsan önce kendini düşünmeli, sonra başkalarını.	45	11,9	79	20,4	99	24,4	123	29,6	58	13,7
2	Kızların evlenmeden önce bekaretlerini korumaları eski moda bir laftır.	115	30,6	64	15,2	112	26,9	71	17,2	42	10,1
3	İnsan gelecek için bugünün keyfini kaçırmamalıdır.	70	17,8	90	23,1	97	23,0	100	25,0	47	11,1
4	Yüksek ücret, iyi bir kariyerden daha önemlidir.	55	14,8	114	27,3	92	22,8	89	22,1	54	13,0
5	İnsan çok çalışarak değil, kurnazlıkla aklını kullanarak zengin olabilir.	71	19,2	88	21,8	97	23,1	102	24,9	46	11,0
6	Eğer daha çok boş zamanımız olsaydı, hayatımız daha anlamlı olurdu.	40	11,4	101	26,5	111	26,1	113	26,9	39	9,1
7	Çalışmanın olmadığı hayat daha güzel olurdu.	68	17,3	119	30,5	89	21,5	73	16,9	55	13,6
8	Kolay yoldan “köşeyi dönmek” iyidir.	65	16,9	93	23,1	77	18,6	100	24,3	69	17,1
9	Kefenin cebi yok, dolayısıyla bu dünyada iyi yaşamaya bak.	34	9,2	79	20,2	89	21,8	120	28,9	82	19,9
10	İdealist olmak eski moda bir kavramdır.	68	17,6	83	21,6	129	31,2	87	20,7	37	8,9

Tablo 3'deki verilere göre; ankete katılanların % 43,3'ünün narsist / hedonist bir anlayış olan insan önce kendini düşünmesi, sonra başkalarını düşünmesi gerektiğini, % 27,3'ünün kızlarda evlilik öncesi bekaret korumanın eski moda bir anlayış olduğunu, % 36,1'inin insan gelecek için bugünün keyfini kaçırmamalıdır, % 35,1'inin yüksek ücretin iyi bir kariyerden daha iyi olacağını, % 35,9'unun ise insanın çok çalışarak değil kurnazlıkla aklını

kullanarak zengin olabileceğine, % 36,0'sının daha çok boş zamanımız olsaydı hayatımızın daha anlamlı olacağına, % 30,1'nin çalışmanın olmadığı hayatın daha güzel olacağına, % 41,4'ünün kolay yoldan köşeyi dönmenin iyi olacağına, % 48,8'nin bu dünyada iyi yaşamaya bakılması gerektiğine ve % 29,6'sının idealist olmanın eski moda bir karam olduğuna dair görüşlere sahip oldukları tespit edilmiştir.

Tablo 4. Grupların Püritanist Değerlerinin Karşılaştırılması

Buradaki ifadeler çalışmanın önemine yönelik genel düşünceleri ölçmeye yöneliktir.		Hiç Katılmıyorum		Katılmıyorum		Kararsızım		Katılıyorum		Tamamen Katılıyorum	
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Çalışmak kadar insanı mutlu eden başka bir şey yoktur.	CBÜ	63	26,3	36	15,0	23	9,6	91	37,9	27	11,3
	A.Ü.	23	14,0	33	20,1	11	6,7	58	35,4	39	23,8
Düzenli dersleri takip eden ve derslerine çalışan bir öğrenciyim.	CBÜ	43	17,9	48	20,0	37	15,4	83	34,6	29	12,1
	A.Ü.	13	7,9	36	22,0	22	13,4	66	40,2	27	16,5
Eğer sıkıntı çekmeseydik, hayatın çok az anlamı olurdu	CBÜ	17	7,1	52	21,7	63	26,3	73	30,4	35	14,6
	A.Ü.	17	10,4	28	17,1	29	17,7	38	23,2	52	31,7
Sıkı çalışırsanız başarılı olursunuz.	CBÜ	14	5,8	41	17,1	55	22,9	81	33,8	49	20,4
	A.Ü.	9	5,5	28	17,1	15	9,1	61	37,2	51	31,1
Çok çalışmak insanı daha iyi bir kişi yapar.	CBÜ	17	7,1	52	21,7	57	23,8	79	32,9	35	14,6
	A.Ü.	14	8,5	27	16,5	29	17,7	64	39,0	30	18,3
Ölümünden sonra da hayat olduğuna inanıyorum.	CBÜ	20	8,3	30	12,5	61	25,4	78	32,5	51	21,3
	A.Ü.	9	5,5	20	12,2	18	11,0	25	15,2	92	56,1
Piyangoda büyük ikramiye bile çıksa, yine sıkı çalışırdım.	CBÜ	48	20,0	53	22,1	55	22,9	66	27,5	18	7,5
	A.Ü.	39	23,8	37	22,6	34	20,7	30	18,3	24	14,6
Eğer diğer koşullar tümüyle aynı olsa bile, sorumluluğu fazla olan işi seçerdim.	CBÜ	10	4,2	51	21,3	69	28,8	69	28,8	41	17,1
	A.Ü.	22	13,4	34	20,7	32	19,5	49	29,9	27	16,5
Sıkı çalışmadan uzaklık genellikle, zayıf bir karakteri gösterir.	CBÜ	12	5,0	43	17,9	74	30,8	83	34,6	28	11,7
	A.Ü.	22	13,4	43	26,2	32	19,5	38	23,2	29	17,7
Çalışmak hayatta her şeyden önemlidir.	CBÜ	25	10,4	58	24,2	55	22,9	82	34,2	20	8,3
	A.Ü.	20	12,2	60	36,6	24	14,6	47	28,7	13	7,9

Tablo 4’den de anlaşılacağı üzere çalışmak kadar insanı mutlu eden başka bir şey yoktur ifadesine katılanların oranı CBÜ’nde % 49,2 iken AÜ’nde bu oran % 59,2’ye yükselmektedir. Yine püritan

kişilik tipinin en önemli göstergelerinden biri olan düzenli olmayı ölçmeye yönelik düzenli derslerin takip edilmesi ifadesine CBÜ’nden % 46,7 oranında öğrenci katılırken, bu oran AÜ’nde % 56,7’dir.

Sıkıntı çekmenin hayatı daha anlamlı kıldığına yönelik ifadeye katılanlar CBÜ'nde % 45'lerde iken, AÜ'nde bu oran % 54,9'dır. Püritan değerlerin en önemlilerinden biri olan sıkı çalışma ve başarı arasındaki ilişkiye katılanlar AÜ'nde % 68,3 iken, CBÜ'nde bu oran % 54,2'dir. Yine püritan değerlerden çok çalışmaya vurgu yapan çok çalışmanın insanı daha iyi bir kişi yapacağı ifadesine katılanlar AÜ'nde % 57,3, CBÜ'nde ise % 47,5'dir. Ölümünden sonra hayat olduğuna inanmaya yönelik yöneltilen soruya katılanlar AÜ'nde % 71,3, CBÜ'nde ise % 53,8'dir. Piyangodan büyük ikramiye

çıktığı takdirde dahi çalışacağını belirtenler AÜ'nde % 32,9, CBÜ'nde ise % 35,0'dir. Diğer koşulların aynı olması halinde sorumluluğu yüksek olan işi seçerdim diyen öğrencilerin oranı AÜ'nde % 46,4, CBÜ'nde ise % 45,9'dur. Sıkı çalışmadan uzaklığın, genellikle zayıf bir karakterin göstergesi olduğu şeklindeki püritan anlayışı ise AÜ'ndeki öğrencilerin % 40,9'u, CBÜ'ndeki öğrencilerin % 46,3'ü kabul etmektedir. Son olarak ise çalışmak hayatta her şeyden önemlidir görüşüne katılanların oranı AÜ'nde % 36,6 iken CBÜ'nde % 42,5'dir.

Tablo 5. Grupların Hedonist Değerlerinin Karşılaştırılması

Buradaki ifadeler çalışmanın önemine yönelik genel düşünceleri ölçmeye yöneliktir.		Hiç Katılmıyorum		Katılmıyorum		Kararsızım		Katlıyorum		Tamamen Katlıyorum	
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
İnsan önce kendini düşünmeli, sonra başkalarını.	CBÜ	19	7,9	39	16,3	60	25,0	81	33,8	41	17,1
	A.Ü.	26	15,9	40	24,4	39	23,8	42	25,6	17	10,4
Kızların evlenmeden önce bekaretlerini korumaları eski moda bir laftır.	CBÜ	46	19,2	45	18,8	75	31,3	46	19,2	28	11,7
	A.Ü.	69	42,1	19	11,6	37	22,6	25	15,2	14	8,5
İnsan gelecek için bugünün keyfini kaçırmamalıdır.	CBÜ	36	15,0	45	18,8	69	28,8	57	23,8	33	13,8
	A.Ü.	34	20,7	45	27,4	28	17,1	43	26,2	14	8,5
Yüksek ücret, iyi bir kariyerden daha önemlidir.	CBÜ	20	8,3	61	25,4	60	25,0	63	26,3	36	15,0
	A.Ü.	35	21,3	53	32,3	32	19,5	26	15,9	18	11,0
İnsan çok çalışarak değil, kurnazlıkla aklını kullanarak zengin olabilir.	CBÜ	25	10,4	51	21,3	67	27,9	65	27,1	32	13,3
	A.Ü.	46	28,0	37	22,6	30	18,3	37	22,6	14	8,5
Eğer daha çok boş zamanımız olsaydı, hayatımız daha anlamlı olurdu.	CBÜ	12	5,0	46	19,2	80	33,3	78	32,5	24	10,0
	A.Ü.	28	17,1	55	33,5	31	18,9	35	21,3	15	9,1
Çalışmanın olmadığı hayat	CBÜ	35	14,6	60	25,0	58	24,2	55	22,9	32	13,3

daha güzel olurdu.	A.Ü.	33	20,1	59	36,0	31	18,9	18	11,0	23	14,0
Kolay yoldan “köşeyi dönmek” iyidir.	CBÜ	30	12,5	54	22,5	50	20,8	64	26,7	42	17,5
	A.Ü.	35	21,3	39	23,8	27	16,5	36	22,0	27	16,5
Kefenin cebi yok, dolayısıyla bu dünyada iyi yaşamaya bak.	CBÜ	13	5,4	40	16,7	55	22,9	79	32,9	53	22,1
	A.Ü.	21	12,8	39	23,8	34	20,7	41	25,0	29	17,7
İdealist olmak eski moda bir kavramdır.	CBÜ	32	13,3	38	15,8	85	35,4	61	25,4	24	10,0
	A.Ü.	36	22,0	45	27,4	44	26,8	26	15,9	13	7,9

Tablo 5’de görüldüğü gibi; hedonist / narsist bir yaklaşımı temsil eden önce kendini düşünme anlayışına CBÜ’nden % 50,9 oranında öğrenci katılırken, bu oran AÜ’nde % 36’ya gerilemiştir. Yine kızların evlenmeden önce bekâretlerini korumalarının eski moda bir laf olduğuna katılanlar CBÜ’nde % 30,9 iken AÜ’nde % 23,7’dir. Sürekli tüketimi, anı yaşamayı öğütleyen yeni çalışma etiğinin temel ifadelerinden biri olan insanın gelecek için bugünün keyfini kaçırmaması durumuna CBÜ’nden % 37,6 oranında öğrenci katılırken; bu durum AÜ’nde % 34,7’dir.

Yine yüksek ücretin kariyerden daha iyi olacağı fikrine CBÜ’nden % 31,3 oranında kişi katılırken; AÜ’nde katılanlar ise % 26,9’dur. Son olarak kurnazlığa vurgu yapan ifadeye katılanlar CBÜ’nde %

30,4 iken AÜ’nde % 31,1’dir. Daha çok boş zamanımız olsaydı, hayatımız daha anlamlı olurdu ifadesine katılanların oranı CBÜ’nde % 42,5 iken AÜ’nde bu oran % 30,4’e gerilemektedir.

Yine çalışmanın olmadığı hayat daha güzel olurdu görüşüne CBÜ’nden % 42,2 oranında öğrenci katılır iken bu oran AÜ’nde sadece % 25,0’ dir. Bunun yanında kolay yoldan köşeyi dönmek iyidir diyenlerin oranı CBÜ’nde % 43,2 iken AÜ’nde % 38,5’dir. Kefenin cebi yok, bu dünyada iyi yaşamaya bak ifadesine de öğrenciler CBÜ’nde % 45,0 oranında, AÜ’nde ise % 42,7 oranında katılım göstermektedirler. Son olarak idealizmin eski moda bir kavram olduğu fikrine katılan öğrencilerin oranı CBÜ’nde % 35,4 iken AÜ’nde % 23,8’dir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Toplumların; ekonomik, kültürel, teknolojik unsurların karmaşık bir etkileşimi aracılığıyla dönüşüme uğradıkları söylenebilir. Özellikle mikro teknolojinin gelişmesi; modern/ endüstriyel dönemin egemen anlayışı olan püritan çalışma etiğinin en temel argümanlarından sıkı çalışma, yoğun çalışma, çalışmayı bir ibadet gibi görmeye duyulan gereksinimi bazı meslekler hariç azaltmıştır.

Günümüzde giderek yaygınlık kazanan narsist kültür; bireylerin kendileri dışındakileri önemsememelerini, sadece kendi çıkarlarını düşünmelerini ve kendi çıkarlarını her türlü toplumsal çıkarın önüne koyan bir anlayışı benimsemelerini beraberinde getirmiştir. Ancak bu durum gelişimini tamamlayamamış, saniyeleşmeye yeni geçen toplumlarda ya da bölgelerde tam tersi olarak işlemektedir. Bu bölgelerde çalışma disiplini, sıkı çalışma, çalışmayı ibadet gibi görme, akılcılık, düzen, vb. gibi değerler bir ihtiyaç arz etmektedir.

Türkiye’de de geçmişin tasarrufu, arzularını bastırmayı, toplum için gerektiğinde kendini feda etmeyi, dünya ya siyah ve beyaz şeklinde son derece katı kurallar içinde bakmayı vurgulayan kültürün yerine 1980’lerden itibaren “köşe

dönmek” olarak formüle edilen pragmatizmi, göreceliliği, kültürel melezleşmeyi ve bireyin ne vatan/millet ne de başka bir şey için feda edilmemesi gerektiğini savunan bir anlayış yükseliş trendine girmiştir. Günümüzün üniversite gençliği de büyük ölçüde hedonist kültürel atmosfer içinde şekillenmiştir. Erken yaşlardan itibaren, çok kanallı televizyonun karşısında, modern okulun üretim kültüründen daha çok post-modern medyanın tüketim kültürünü içselleştirmiştir (Bozkurt, 2000).

Bu bağlamda, iki üniversitenin BESYO öğrencilerinde genel olarak baskın bir hedonist veya püritanist bir yaklaşım belirlenmemekle birlikte; çalışmamızdaki değerlendirmelerde Türkiye gibi köklü bir gelenekçi yapıdan gelen ülkede hedonist tutumların BESYO öğrencileri arasındaki kabul oranları önemsenecek derecede güçlü görülmektedir. Yine Türkiye’nin doğusu ve batısında yer alan iki üniversitenin öğrencilerinde; püritan ve hedonist değerler ile ilgili anlamlı farklılıklar görülmektedir. Türkiye’nin doğusunda yer alan ve daha pre-endüstriyel bir özellik gösteren AÜ ve buna paralel olarak AÜ’nin öğrencileri Türkiye’nin

batısında yer alan CBÜ öğrencilerine oranla daha püritan özellikler taşımaktadır.

Konuyla ilgili olarak Bozkurt'un 2000 yılında Uludağ üniversitesi öğrencilerine (tıp, ilahiyat, mühendislik ve mimarlık ile İİB fakültesi) yaptığı başka bir çalışmada da üniversite öğrencilerinin tutumlarının, püritanizmden ziyade hedonizme yakın olduğu belirlenmiştir. Özellikle gelir seviyesi arttıkça püritan kültürün yerine, daha hedonist/narsist kültürün yükselişine tanık olunduğu görülmüştür (Bozkurt, 2000). Ayrıca Bozkurt ve arkadaşlarının 2008 yılında Kırgız, Türk ve Avusturalyalı üniversite öğrencileri arasında yaptıkları bir başka çalışmada da, Kırgız ve Türk gençlerinin Avusturalyalı gençlere oranla daha yüksek oranda püritanist değerlere sahip oldukları belirlenmiştir. Yine Kırgız gençlerinin yüksek oranda püritan değerlere sahip olduğu ve hedonist değerlere daha olumsuz yaklaştıkları belirlenirken. Avusturalya gibi gelişmiş ülkeler ve hızlı bir gelişme sürecinde olan Türkiyeli üniversite öğrencileri arasında püritanist ve hedonist değerlere yaklaşım arasında istatistiksel olarak önemli bir farklılık belirlenmemiştir (Bozkurt ve ark., 2008).

Ayrıca çalışmamızda iki farklı üniversite öğrenci grubunun yaşadıkları

sosyal çevre, gelenek görenekler, inanç değerleri ve coğrafi yapılarının hedonist veya püritanist değerlerin oluşmasında etkili olduğu düşünülmektedir. Bu oranların Türkiye'nin doğusunda yer alan AÜ'nde daha yüksek çıkmasının temel nedeni, Mc Clelland'ın Orta-Doğu kültürlerinde kurnazlık kavramına vurgu yapması ile açıklanabilir. Doğu toplumlarında kurnazlık oldukça sık kullanılan bir yöntemdir. Son olarak tüm bu verilerden de anlaşılacağı üzere Türkiye'nin doğusunda ve batısında yer alan iki üniversite karşılaştırıldığında, diğerine göre daha batıda yer alan CBÜ öğrencilerinin, AÜ öğrencilerine göre daha hedonist / narsist değerler taşıdıkları görülmektedir. Bu durumun temel nedeni olarak özellikle kapitalizmin 'altın çağı'ndan sonra klasik çalışma formlarının değişmesi ile birlikte nicel açıdan gittikçe artan 'beyaz yakalı' sektörlerin, yeni çalışma alanlarını temsil ettiği ve bu alanların ise klasik formlara kıyasla daha 'temiz, rahat ve esnek' imkânlar sunan alanlar olduğu ve bu alanların Türkiye'nin batısında daha etkili olması gösterilebilir.

KAYNAKLAR:

1. **Altunışık, R., Coşkun R., Bayraktaroğlu S., Yıldırım E., (2007).** Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri. Sakarya: Sakarya Yayıncılık 5. Baskı.
2. **Argyle, M., (1996).** The Social Psychology of Leisure. UK.:Penguin Books.
3. **Aytaç, Ö.,(2002).** Boş Zamanlar Üzerine Kuramsal Yaklaşımlar. Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, Elazığ. 12;1:231-260.
4. **Baudrillard, J.,(1997).** Tüketim Toplumu, Çev. Deliçaylı H.,- Keskin F., İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
5. **Bauman, Z., (1996).** Çalışma, Tüketicilik ve Yeni Yoksullar, Çev. Öktem Ü., İstanbul:Sarmal Yayınları.
6. **Bauman,Z.,(2005)** Bireyselleşmiş Toplum, Çev. Alogan Y., İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
7. **Bauman,Z.,(2006).** Küreselleşme, Çev. Yılmaz A., İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
8. **Bozkurt,V.,(2000).** Püritanizmden Hedonizme Yeni Çalışma Etiği, Bursa: Alesta.
9. **Bozkurt ve ark.(2008).** The protestant work ethic and hedonizm among kyrgyz, turkish and australian college students, Central And Eastern European Online Library, s. 749-769.
10. **Featherstone,M.,(2005).** Postmodernizm ve Tüketim Kültürü, Çev. Küçük M., İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
11. **Hage, J.H., Powes C.H.,(1992).** Post-Industrial Lives, Roles and Relationships in the 21 st Century, Sage Publications.
12. **Hall, S., Jacques M.,(1995).** Yeni Zamanlar: 1990'lerde Politikanın Değişen Çehresi, Çev. Yılmaz A., Ankara: Dost Kitabevi.
13. **İyem, C., Yeni Çalışma Etiği ve Boş Zaman Çalışanları: Türkiye'deki Profesyonel Futbolcular Örneği: Sakarya Üniversitesi, Basılmamış Doktora Tezi, 2002.**
14. **Lafargue, P.,(1999).** Tembellik Hakkı, Çev. Günyol, V., İstanbul: Cumhuriyet Gazetesi Yayınları.
15. **Nef, J.,(1980).** Sanayileşmenin Kültür Temelleri, Çev. Güngör, E., İstanbul: Kalem Yayınları.
16. **Nıgohosian, R.H.,(1980).** The Effect of the Protestant Work Ethic on Capitalism and Poor, Rodos.
17. **See,H.,(1972).** Modern Kapitalizmin Oluşumu, Edit. D.Oven, Sage Publications.
18. **Sombart, W.,(1993).** Kapitalizmin Manevi Kaynakları: Felsefe ve Din, Kapitalizm ve Din, İstanbul.
19. **Weber, M.,(1993).** Sosyoloji Yazıları, Çev. Parla T., İstanbul: Hürriyet Vakfı Yayınları.
20. **Weber, M.,(1961).** General Economic History, Hellman M. Palyi, eds. Frank H. Knight, London: Translato London: Collier Macmillian.
21. **Weber, M., (2002).**Protestant Ethic and The Spirit of Capitalism, Harmondsworth: Penguin.
22. **Weber, M.,(2005).** Protestan Ahlakı ve Kapitalizmin Ruhı, Çev. Gürata,Z., Ankara: Ayraç Yayınevi.

TÜRKİYE’DEKİ BUZ HOKEYİ SPORCULARININ BU BRANŞA YÖNELME NEDENLERİ VE BEKLENTİLERİNİN BELİRLENMESİ*

Atilla PULUR¹

Ebru Olcay KARABULUT²

¹Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Ankara, pulur@gazi.edu.tr

²Ahi Evran Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Kırşehir, eoyucel@ahievran.edu.tr

ÖZET

Araştırmanın amacı, Türkiye’deki Buz Hokeyi sporcularının kişisel değişkenleri, bu spor branşına yönelme nedenleri, bu branşla uğraşma nedenleri ve beklentilerinin belirlenmesidir.

Araştırmada buz hokeyi ile uğraşan sporculara anket uygulanmış ve elde edilen bulgular ile araştırmanın problemine çözüm aranmıştır. Araştırmanın evrenini 2010 yılında TUSF tarafından düzenlenen Türkiye Üniversiteler arası Buz Hokeyi Şampiyonasına katılan ve 16’sı milli olmak üzere 85 bayan 85 erkek toplam 170 buz hokeyi sporcusu oluşturmaktadır.

Verilerin analizinde, değişkenlerin yüzde ve frekans değerleri alınarak bu spor branşına yönelme nedenleri, uğraşma nedenleri ve bu spordan gelecek beklentileri belirlenmeye çalışılmıştır.

Araştırmanın sonucunda, sporcuların yaş ort. $20,95 \pm 2,42$; spor yaşı ort. $4,50 \pm 4,59$ olduğu, sporcuların genelde maddi sıkıntı çekmedikleri, sporcuların bu branş ile sevdikleri için uğraştıkları, branşa yönelmelerindeki en önemli sebebin arkadaşları olduğu, basın-yayın organlarının sporcuların yönelmelerinde en az etkiye sahip olduğu bulunmuştur. Ayrıca sporcuların Buz hokeyi sporundan en çok sağlıklı bir yaşam sürme beklentisi içinde oldukları ve Antrenör, Hakem, Öğretmen veya Ünlü olma beklentilerinin de çok düşük olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar kelimeler: Sporcu, Buz Hokeyi, Spora Yönelme, Spordan Beklenti

THE REASONS OF ICE HOKEY PLAYERS IN TURKEY FOR SELECTİNG THIS FIELD AND THEIR EXPECTATIONS

ABSTRACT

Aim of this study is to determine the profile of ice hockey players, their reasons to join this sport branch and their expectations of it among Turkish ice hockey players.

The data was collected by a custom questionnaire. The study was carried out on 170 subjects, consisting of 85 female and 85 male ice hockey players who took part in Ice Hockey Championship in 2010 organized by Turkish University Sports Federation; 16 of those were national ice hockey players. By analyzing the data in terms of frequency and percentage the questions of the study were answered.

The mean age of the players were $20,95 \pm 2,42$; and their sporting age were $4,50 \pm 4,59$. The players generally had not have any financial difficulties, they were doing this sport since they liked it, most important factor for them to join this sport branch was they had a friend who had been doing playing ice hockey, while the media coverage of this sport had the least effect on them for choosing ice hockey. Players expectation from the sport was to carry on a healthy life through playing ice hockey, they did not have significant expectations for becoming a coach, referee, teacher or famous within this sport.

Key words: athlete, ice hockey, tendency, expectation in sport

* Bu çalışma Ocak 2011’de Erzurumda yapılan Universiade Kış Sempozyumunda sözel bildiri olarak sunulmuştur

GİRİŞ

Spor insanlığın var oluşundan günümüze kadar gelen bir olgudur. Çeşitli zamanlarda, çeşitli amaçlar için kullanılmıştır. İnsanlığın doğuşu, hareketin var olmasıyla birlikte ortaya çıkan spor, hareket etmek, eğlenmek, boş zamanları değerlendirmek, avlanmak, askeri eğitim, savaş için bir hazırlık, eğitim ve ülkelerin yönetilmesi için çeşitli amaçlarla çeşitli alanlarda hizmet etmiştir. Bu amaçlar için kullanılan spor olgusundan amaçlara yönelik olarak çok çeşitli tanımları bulunmaktadır (Nar ve Göral, 2011).

Spor, bireylerin fiziksel, zihinsel, duygusal ve sosyal yönden gelişimlerini sağlayan, bilgi, beceri ve liderlik yeteneklerini geliştiren bir araçtır. Spor, insanın kendi kendisini disipline etmesine karşılaştığı psikolojik ve fizyolojik sorunların üstesinden gelmesine yardım eder (Sunay ve Saracaloğlu, 2003). İnsan yaşamı ile birbirinden ayrılmaz bir bütün haline gelen spor, insanın tüm yaşamı boyunca sağlıklı, başarılı, mutlu olmasında ve moral gücü yüksek tutulmasında önemli bir rol oynamaktadır (Yalçınkaya ve Saracaloğlu, 1993).

Spor, ferde sabırlı ve enerjik olmayı, sosyal grup ve toplum ile bütünleşmeyi sağlarken, fert ile toplum arası ilişkileri daha ahlaki kılmaktadır ve aynı zamanda toplumdaki yalnızlığını ve tek başına

sorumsuzca hareketini önlemede de bir unsurdur (Erkal, 1993).

Sporun uluslararası dostluk ve barış ile ülke ekonomisine getirdiği olumlu katkılarda vardır. Ayrıca, günümüzde gerek basın yayın organlarının spora yaklaşımı, gerekse insanların stresten kurtulma, vücutlarını formda tutma çabaları ve hepsinin ötesinde sporda kazanılan uluslararası başarılar, toplumun günlük yaşamında ve moral düzeyinde oldukça önemli hale gelmiş, spora önemli bir boyutta kazandırmıştır (Açıkada, 1990; Başer, 1986).

Çok hızlı oynanan ve sert fiziki müdahalelerle vücut temasına izin veren buz hokeyi, tansiyonu oldukça yüksek bir oyundur (Tokel, 2010). Oyuncular hokey patenlerini giyip hokey sopalarıyla diski (pakı) kontrol etmeye çalışırlar ve diski (pakı) kaleye sokarak sayı bulurlar. Takımda biri kaleci olmak üzere altı oyuncu molasız oynar. Aslen bir takımda 20'den fazla oyuncu vardır. Bir oyuncu kuralları ihlal ederse hakem ceza olarak takımı bir süreliğine 5 kişiyle oynatır. 26x56 mt. genişlikte bir alanda oynanır. 15 ya da 20 dakikalık üç devreden oluşur (İnternet (a), 2010).

Dünyanın ilk hokey ligi 1885' de Kingston' da yapılmış olup, 1890' da ilk defa Ontario Hokey Federasyonu kurulmuştur. Kuzey Amerika' dan Avrupa' ya sıçrayan buz hokeyi, hızla gelişmesini göstermiştir. Özellikle soğuk

İskandinav ülkelerinde (Finlandiya, İsveç, Norveç) ve Rusya’ da bu spor çok sevilmiştir ve 1908 yılında IIHF- Uluslararası Buz Hokey Federasyonu kurulmuştur. İlk üyeler Fransa, İngiltere ve Belçika olmuş ve Buz hokeyi Kış olimpiyat oyunlarına 1920 yılında dahil edilmiştir (İnternet (b), 2010).

Buz hokeyi ülkemizde hala çok yeni bir spor branşıdır ancak yeni atılan adımlar önümüzdeki senelere daha güvenle bakmamızı sağlamaktadır. Türkiye’de şu anda, hali hazırda hizmet veren yalnızca 3 olimpiik buz hokeyi pisti bulunmaktadır.

Ancak bu da ülkemizdeki lisanslı ve aktif sporcu sayısının çok küçük bir dilimini temsil etmektedir ki bu oran çok azdır. Ülkemizde bu branşın yaygınlaştırılmasına ihtiyaç olduğu düşünülmektedir.

Bu çalışmanın amacı, Türkiye’de buz hokeyi branşında yarışan sporcularının kişisel değişkenleri, bu spor branşına yönelme nedenleri, bu branşla uğraşma nedenleri ve bu spordan gelecek beklentilerinin belirlenmesidir.

MATERYAL VE METOT

Araştırmada kapsamında buz hokeyi ile uğraşan sporculara bir anket uygulanmış ve anketten elde edilen bulgular ile araştırmanın problemine çözüm aranmıştır. Araştırmanın evrenini 2010 yılında TÜSF tarafından düzenlenen Türkiye

Bunlar Ankara’da 1989’da açılan Bahçelievler Buz Pisti, İzmit’teki buz pist ve Erzurum’da 2011 oyunları için bitirilen ilk tesis olan buz hokeyi salonudur.

Bu tesislerle birlikte, İstanbul, İzmir ve birkaç ilde yapılacak olan olimpiik buz hokeyi pisti ile özellikle alışveriş merkezlerinde açılan ve sayıları her geçen gün artan küçük boyutlardaki buz pistlerinde küçük yaş kategorilerinde çalışmalar sürdürülmektedir (Tokel, 2010). 2010 yılı itibari ile buz hokeyi lisanslı sporcu sayısı 3992, aktif sporcu sayısı ise 187 dir.(İnternet (c), 2010).

Türkiye Üniversiteler arası Buz Hokeyi Şampiyonasına katılan ve 16’sı milli olmak üzere 85 bayan 85 erkek toplam 170 buz hokeyi sporcusu oluşturmaktadır.

Veri toplama aracı olarak bir anket formu hazırlanmıştır. Araştırmada kullanılan anket formu önce Alibaz ve ark. (2006) $\alpha=0,73$, Bayraktar ve Sunay (2007) $\alpha=0,84$, Sunay ve Saracaloğlu (2003) $\alpha=0,84$,ve Şimşek ve Gökdemir (2006)’in $\alpha=0,80$ yaptıkları benzer araştırma örneklerinden yararlanılarak taslak anket formu haline getirilmiş, daha sonra uzman görüşleri alınarak forma son şekli verilmiştir. Çalışmada kullanılan anketin iç tutarlılık katsayısı ise $\alpha=0,74$ olarak tespit edilmiştir.

Araştırma iki bölümden oluşmuştur. Birinci bölümde buz hokeycilerin kişisel ve ailevi değişkenlerine, ikinci bölümde de bu spor branşıyla uğraşma sebeplerine, yönelme sebeplerine ve spor branşına

ilişkin gelecek beklentilerine yer verilmiştir.

Anketten elde edilen istatistikî veriler için SPSS 15.00 paket programında yüzde ve frekans değerleri alınmış ve yorumlanmıştır.

BULGULAR

Tablo 1. Araştırmaya katılan sporcuların takımlarına ilişkin frekans ve yüzde dağılımları

Değişkenler		f	%
Üniversite	Milli Takım	16	9,4
	Atatürk Ü.	31	18,2
	Polis Akd.	15	8,8
	Odtü	33	19,4
	Gazi Ü.	20	11,8
	Bilkent Ü.	13	7,6
	Kocaeli Ü.	20	11,8
	Ankara Ü.	22	12,9
	Toplam	170	100

Tablo 2. Araştırmaya katılan sporcuların demografik özellikleri

Değişkenler		Milli Takım		Diğer Takımlar		Toplam	
		f	%	f	%	f	%
Cinsiyet	Bayan	5	31,3	80	51,9	85	50
	Erkek	11	68,8	74	48,1	85	50
	Toplam	16	100	154	100	170	100
Yaş	18-20	6	37,5	64	41,6	70	41,2
	21-23	4	25,0	70	45,5	74	43,5
	24*	6	37,5	20	13,0	26	15,3
	Toplam	16	100	154	100	170	100
Spor Yılı	1-4	4	25,0	73	47,4	77	45,3
	4-6	1	6,3	34	22,1	35	20,6
	7*	11	68,8	47	30,5	58	34,1
	Toplam	16	100	154	100	170	100
Ekonomik Yaşam	Rahat	9	56,3	52	33,8	61	35,9
	Normal	7	43,8	82	53,2	89	52,4
	Sıkıntı İçinde	-	-	20	13,0	20	11,8
	Toplam	16	100	154	100	170	100
İkamet	Yurt	2	12,5	44	28,6	46	27,1
	Öğrenci Evi	3	18,8	35	22,7	38	22,4
	Aile ile	11	68,8	75	48,7	86	50,6
	Toplam	16	100	154	100,0	170	100,0

Tablo 3. Araştırmaya katılan sporcuların ailevi bilgilerine ilişkin frekans ve yüzde dağılımları

Değişkenler		Milli Takım		Diğer Takımlar		Toplam	
		F	%	f	%	f	%
Anne Eğitim	İlköğretim	2	12,5	37	24,0	39	22,9
	Lise	10	62,5	50	32,5	60	35,3
	Üniversite	4	25,0	67	43,5	71	41,8
	Toplam	16	100	154	100	170	100
Baba Eğitim	İlköğretim	3	18,8	23	14,9	26	15,3
	Lise	3	18,8	58	37,7	61	35,9
	Üniversite	10	62,5	73	47,4	83	48,8
	Toplam	16	100	154	100	170	100
Anne Meslek	Memur	-	-	21	13,6	21	12,4
	Serbest	3	18,8	18	11,7	21	12,4
	Emekli	-	-	26	16,9	26	15,3
	Askeri Personel	2	12,5	4	2,6	6	3,5
	İşçi	-	-	8	5,2	8	4,7
	Akademisyen	2	12,5	8	5,2	10	5,9
	Ev Hanımı	9	56,3	69	44,8	78	45,9
	Toplam	16	100	154	100	170	100
Baba Meslek	Memur	-	-	30	19,5	30	17,6
	Serbest	10	62,5	36	23,4	46	27,1
	Emekli	1	6,3	45	29,2	46	27,1
	Askeri Personel	-	-	5	3,2	5	2,9
	İşçi	-	-	13	8,4	13	7,6
	Akademisyen	2	12,5	5	3,2	7	4,1
	Diğer	3	18,8	20	13,0	23	13,5
	Toplam	16	100	154	100	170	100

Tablo 4. Sporcuların buz hokeyi sporuyla uğraşma sebepleri ile ilgili görüşlerini gösterir tablo

Anket Maddeleri	Milli Takım		Diğer Takımlar		Toplam	
	f	%	f	%	f	%
Sevdiğim İçim	11	68,8	110	71,4	121	71,2
Sıkıntı Atmak İçin	2	12,5	14	9,1	16	9,4
Boş Zaman Değerlendirmesi İçin	2	12,5	13	8,4	15	8,8
Arkadaş Edinmek İçin	1	6,3	10	6,5	11	6,5
Düzgün Fizik İçin	-	-	7	4,5	7	4,1
Toplam	16	100	154	100	170	100

Tablo 5. Sporcuların buz hokeyi sporuna yönelme sebepleri ile ilgili görüşlerini gösterir tablo

Anket Maddeleri	Milli Takım		Diğer Takımlar		Toplam	
	f	%	f	%	f	%
Ailemin Yönlendirmesi İle	5	31,3	37	24,0	93	54,7
Arkadaşlarının Yönlendirmesi İle	6	37,5	87	56,5	42	24,7
Bed. Eğt. Öğretmenimin Yönlendirmesi İle	4	25,0	21	13,6	25	14,7
Basın- Yayın Organlarının Yönlendirmesi İle	1	6,3	9	5,8	10	5,9
Toplam	16	100	154	100	170	100

Tablo 6. Sporcuların geleceğe yönelik beklentileri ile ilgili görüşlerini gösterir tablo

Anket Maddeleri	Milli Takım		Diğer Takımlar		Toplam	
	f	%	f	%	f	%
Sağlıklı Olmak	7	43,8	35	22,7	76	44,7
Maddi Kazanç Sağlamak	4	25,0	69	44,8	39	22,9
Milli olma- Ülkemi Temsil Etmek	5	31,3	5	3,2	28	16,5
Antrenör- Hakem Olmak	-	-	9	5,8	13	7,6
Beden Eğitimi Öğretmeni Olmak	-	-	13	8,4	9	5,3
Ünlü Olmak	-	-	23	14,9	5	2,9
Toplam	16	100	154	100	170	100

Araştırmaya katılan sporcuların %9,4'ü Milli takım sporcusu iken, %18,2'si Atatürk Ü., %8,8'i Polis Akademisi, %19,4 Odtü, %11,8 'i Gazi Ü., %7,6 Bilkent Ü., %11,8'i Kocaeli Ü., %12,9'u ise Ankara Ü. Buz hokeyi takımı sporcusudur.

Tablo 2' de milli takımın %31,3'ünü bayanların, %68,8'ini ise erkeklerin oluşturduğu, %37,5'inin 18-20 yaş aralığında, %25'inin 21-23 yaş aralığında ve %37,5'inin de 24 ve üzeri yaşta olduğu görülmektedir. Tablo da ayrıca %25'inin 1-4 yıldır, %6,3'ünün 4-6 yıldır ve %68,8'ini de 7 yıldan fazla süredir buz hokeyi sporu ile uğraştığı, %56,3'ünün rahat bir ekonomik yaşam sürdüğü, %43,8'inin de normal bir yaşam sürdüğü ve sporcuların ekonomik yönden sıkıntı çekmedikleri, %12,5'inin öğrenci yurdunda, %18,8'inin öğrenci evinde ve %68,8'inin de ailesi ile beraber ikamet ettikleri görülmektedir.

Tablodaki diğer takımlarla ilgili bilgilere bakıldığında ise, %51,9'unu bayan, %48,1'ini ise erkek

sporcuların oluşturduğu, %41,6'sının 18-20 yaş aralığında, %45,5'inin 21-23 yaş aralığında ve %13'ünün de 24 ve üzeri yaşta olduğu görülmektedir. Tablo da ayrıca %47,4'ünün 1-4 yıldır, %22,1'inin 4-6 yıldır ve %30,5'inin de 7 yıldan fazla süredir bu sporla uğraştığı, %33,8'inin rahat bir ekonomik yaşam sürdüğü, %53,2'sinin de normal bir yaşam sürdüğü ve sporcuların %13'ünün de ekonomik yönden sıkıntı çektikleri, %28,6'sının öğrenci yurdunda, %22,7'sinin öğrenci evinde ve %48,7'sinin de ailesi ile beraber ikamet ettikleri görülmektedir.

Tablo 3'de görüldüğü gibi Milli takım sporcularının %62,5'inin annesi lise mezunu, %25'inin annesi de üniversite mezunudur. %62,5'nin babası üniversite mezunu iken %18,8'inin de babası lise mezunudur.

Araştırmaya katılan sporcuların %56,3'ünün annesi ev hanımı, %18,8'inin annesi serbest meslek ile uğraşmakta, %12,5'inin de askeri

personel ve akademisyendir. Ayrıca babaların %62,5'inin serbest meslek erbabı olduğu, %18,8'inin araştırmada belirtilen mesleklerin dışında farklı bir meslekle uğraştıkları, %12,5'ininde akademisyen oldukları tespit edilmiştir.

Tablodaki diğer takımların bilgilerine bakıldığında ise %43,5'inin annesi üniversite mezunu, %32,5'inin annesi de lise mezunudur. %47,4'ünün babası üniversite mezunu iken %37,7' sinin de babası lise mezunudur.

Araştırmaya katılan sporcuların % annesi ev hanımı, %16,9'unun annesi emekli, %13,6'sınıda annesi memurdur. Ayrıca babaların % 29,2'sinin emekli, %23,4'ünün serbest meslek ile , %19,5'inin de memur oldukları tespit edilmiştir.

Tablo 4'de görüldüğü gibi, milli takım sporcularının %68,,8'i buz hokeyi sporu ile sevdiği için uğraştığını, % 12,5'i sıkıntı atmak için uğraştığını, %12,5'i boş zamanlarını değerlendirmek için uğraştığını, % 6,3'ü arkadaş edinmek için uğraştığını belirtirken, hiçbir milli takım sporcusu düzgün fizik için uğraşıyorum seçeneğini işaretlememiştir.

Diğer takım sporcularına baktığımızda % 71,4'i buz hokeyi sporu ile sevdiği için uğraştığını, % 9,1 'i sıkıntı atmak için uğraştığını, %8,4'ü boş zamanlarını değerlendirmek için uğraştığını, % 6,5' i arkadaş edinmek için uğraştığını belirtirken, %4,5'i de düzgün bir fizik sahibi olmak için uğraştıklarını belirtmişlerdir.

Tablo 5'de görüldüğü üzere, milli takım sporcuların % 31,3'ü buz hokeyi sporuna ailelerinin yönlendirmesinin etkisi olduğunu ifade ederken, sporcuların % 37,5'i arkadaşlarının yönlendirmesi ile başladığını ifade etmiştir. % 25'i beden eğitimi öğretmenin yönlendirmesi ile başladığını belirtirken, % 6,3'ü de basın yayın organları tarafından yönlendirildiğini belirtmişlerdir.

Diğer takım sporcularına baktığımızda % 24'ü buz hokeyi sporuna ailelerinin yönlendirmesinin etkisi olduğunu ifade ederken, sporcuların % 56,5'i arkadaşlarının yönlendirmesi ile başladığını ifade etmiştir. % 13,6'sı beden eğitimi öğretmenin yönlendirmesi ile başladığını belirtirken, % 5,8'i de basın yayın organları tarafından yönlendirildiğini belirtmişlerdir.

Tablo 6'ya bakıldığında, milli takım sporcularının % 43,8'i sağlıklı olma, %25'i maddi kazanç sağlama, %31,3'ü milli olma-ülkemi temsil etme beklentisi içinde olduklarını ifade ettikleri görülmektedir. Tabloda ayrıca milli takım sporcularının antrenör-hakem olma, beden eğitimi öğretmeni olma ve ünlü olma beklentisi içinde olmadıkları görülmektedir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırmaya katılan sporcuların, %9,4'ü Milli takım sporcusu iken, % 18,2'si Atatürk Ü., %8,8'i Polis Akademisi, %19,4 Odtü, %11,8 'i Gazi Ü., % 7,6 Bilkent Ü., % 11,8'i Kocaeli Ü., % 12,9'u ise Ankara Ü. Buz hokeyi takımı sporcusudur

Milli takımın %31,3'ünü bayanların, %68,8'ini ise erkeklerin oluşturduğu, %37,5'inin 18–20 yaş aralığında olduğu, ayrıca %68,8'in 7 yıldan fazla süredir buz hokeyi sporu ile uğraştığı, %56,3'ünün rahat bir ekonomik yaşam sürdüğü, %68,8'inin de ailesi ile beraber ikamet ettikleri görülmektedir. Ayrıca %62,5' inin annesinin lise mezunu, %56,3'ünün'de ev hanımı olduğu, %62,5'nin babasının üniversite mezunu, %62,5'ininde serbest meslek erbabı olduğu belirlenmiştir.

Tablodaki diğer takımlarla ilgili bilgilere bakıldığında ise, % 51,9'unu

Diğer takım sporcularına baktığımızda; % 22,7'si sağlıklı olma, %44,8'i maddi kazanç sağlama, % 3,2'si milli olma-ülkemi temsil etme beklentisi içinde olduklarını ifade ettikleri, ayrıca sporcularının %5,8'inin antrenör-hakem olma, %8,4'ünün beden eğitimi öğretmeni olma ve %14,9'unun da ünlü olma beklentisi içinde oldukları görülmektedir.

bayan, %48,1'ini ise erkek sporcuların oluşturduğu, %45,5'inin 21–23 yaş aralığında olduğu, % 47,4'ünün 1–4 yıldır bu sporla uğraştığı, %53,2 'sinin de normal bir yaşam sürdüğü ve sporcuların % 48,7'sinin de ailesi ile beraber ikamet ettikleri görülmektedir.

Araştırma bulgularına göre, milli takım sporcuların Buz hokeyi ile uğraşma sebeplerinin başında (%68,,8) buz hokeyi sporu ile sevdiği için uğraştığı, (% 12,5) sıkıntı atmak için uğraştığı, (%12,5) boş zamanlarını değerlendirmek için uğraştığı ve (% 6,3) arkadaş edinmek için uğraştığı belirlenmiştir.

Diğer takım sporcularının bulgularına baktığımızda % 71,4'i buz hokeyi sporu ile sevdiği için uğraştığını, % 9,1 'i sıkıntı atmak için uğraştığını, %8,4'ü boş zamanlarını değerlendirmek için uğraştığını, % 6,5' i arkadaş edinmek için uğraştığını belirtirken, %4,5'i de

düzgün bir fizik sahibi olmak için uğraştıkların belirtmişlerdir.

Bulgularımıza göre buz hokeyi sporunun, sporcular tarafından sevilen, boş zamanın yararlı bir biçimde geçirilmesine yardımcı olan, sosyal bir aktivite olduğu, bireylerin düzgün fizik sahibi olmalarına yardımcı olduğu söylenebilir. Sunay ve Saracaloğlu (2003), Kara ve Pular (2003), Bayraktar ve Sunay (2007), Karabulut ve ark. (2010) yaptıkları çalışma bulguları da araştırma bulgularını destekler niteliktedir.

Araştırmada ortaya çıkan bir başka bulgu ise milli takım sporcularının bu spora yönelenmesindeki en etkili faktörün (%37,5) arkadaşları olduğu yönündedir. Bu faktörü sırayla (%31,3) buz hokeyi sporuna ailelerinin yönlendirmesinin etkisi olduğunu, (% 25) beden eğitimi öğretmenin yönlendirmesinin etkili olduğu, (% 6,3) basın yayın organlarının yönlendirmesinin etkisi olduğu yönündedir.

Diğer takım sporcularının bulgularında ise arkadaşlarının yönlendirmesi(% 56,5) ile bu spora başladığını ifadesinin ilk sırada yer aldığı görülmektedir. Daha sonra sırasıyla (% 24)buz hokeyi sporuna

ailelerinin yönlendirmesinin etkili olduğunu, (% 13,6) beden eğitimi öğretmenin yönlendirmesinin etkisi olduğu ve (% 5,8) basın yayın organları tarafından yönlendirildiğini belirlenmiştir.

Araştırma bulgularına göre buz hokeyine başlamada en çok arkadaşların ve ailelerin etkili olduğu, beden eğitimi öğretmenin ve basın organlarının etkisinin düşük olduğu görülmektedir. Ortaya çıkan bu sonuçlara, buz hokeyi sporunun ülkemizde yeni gelişen bir spor olmasının, öğretmenlerin ve basının da bu sporu yeterince tanımadıklarının ve buz hokeyine olan talebin düşüklüğünün de etkisi olduğu söylenebilir.

Milli takım sporcularının buz hokeyi sporundan gelecek beklentilerini incelediğimizde; %43,8'i sağlıklı bir yaşam sürme, %31,3'ü ülkesini temsil etme, %25'i de maddi kazanç elde etme beklentisi içerisinde olduklarını belirtmişlerdir. Sporcular, hakem, antrenör, Beden Eğitimi öğretmeni veya ünlü olmak gibi bir beklentisi olmadığını da belirtmişlerdir.

Diğer takım sporcularına gelecek beklentilerine baktığımızda, ilk sırada %44,8 oranında sağlıklı bir yaşam sürme beklentisinde oldukları; daha

sonra sırayla %22,7 maddi kazanç elde etme %14,9 milli olma-ülkemi temsil etme, %8,4 antrenör- hakem olma, %5,8 Beden Eğitimi öğretmeni olma ve %3,2 ünlü olma beklentisi içinde oldukları da tespit edilmiştir.

Elde edilen bulgular ışığında, Sporcuların (%44,7) sağlıklı bir yaşam sürme beklentisinin ön plana çıktığı söylenebilir. Ayrıca sporcuların maddi kazanç beklentileri de (%22,9) yüksektir. Milli takım sporcularının hakem, antrenör, öğretmen ve ünlü olma beklentilerinin olmadığı belirlenmişken, diğer takım oyuncularının bu beklentiler içinde olduklarını da belirlenmiştir.

Sonuç olarak, sporcuların yaş ortalaması $20,95 \pm 2,42$; spor yaşı ortalaması $4,50 \pm 4,59$ olduğu, sporcuların genelde maddi sıkıntı çekmedikleri ve aileleri ile beraber ikamet ettikleri, annelerin genelinin ev hanımı olduğu ve babalarının da serbest meslekle uğraştıkları, Sporcuların Buz Hokeyini sevdikleri için uğraştıkları, Sporcuların bu branşa yönelmelerindeki en önemli sebebin arkadaşları olduğu, Basın-yayın organlarının sporcuların yönelmelerinde en az etkiye sahip olduğu, Buz hokeyi sporundan en çok sağlıklı bir yaşam sürme beklentisi içinde oldukları, Antrenör, Hakem,

Öğretmen veya Ünlü olma beklentilerinin de çok düşük olduğu tespit edilmiştir.

Bu değerlendirmeler ışığında; Türkiye’de; Buz Hokeyi sporunun özel ilgi görmeye, sporcu kaynağının da özel çalışmalarla bu spora yönlendirilmeye ihtiyaçları olduğu düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

1. **Açıkada C, Ergen E**, Bilim ve spor. 1990. Büro tek ofset matbaacılık. Ankara.
2. **Alibaz A, Gündüz N, Şentuna M**, Türkiyede üst düzey taekwondo, karate ve kick-boks sporcularının bu spor branşına yönelmelerine teşvik eden unsurlar, yapma nedenleri ve geleceğe yönelik beklentileri. Spormetre, Beden eğitimi ve spor bilimleri dergisi, 2006; 4(3): 91-102
3. **Başer E**, Uygulamalı spor psikolojisi. 1986. MEGSB, Beden Terbiyesi Genel Müdürlüğü Yayın No:31, Ankara.
4. Bayraktar B, Sunay H, Türkiye’de elit bayan ve erkek voleybolcuların spora başlamasına etki eden unsurlar ve spordan beklentileri. Spormetre, Beden eğitimi ve spor bilimleri dergisi, 2007; 5 (2): 63-72.
5. Buz Hokeyi [internette], erişim tarihi; 10.11.2010. erişim adresi: <http://wowturkey.com/forum/viewtopic.php?p=873529>
6. Dünya’da ve Türkiye’de buz hokeyinin tarihçesi. [internette], erişim tarihi; 12.9.2010. erişim adresi: <http://www.sporakademisi.com/index.asp?menü=%20sayfa>
7. **Erkal M**, Sosyolojik açıdan spor. 1993. Türk Dünyası Araştırmaları Vakfı. Kutsun matbaa ve reklamcılık merkezi. İstanbul.
8. **Kara E, Pulur A**, Üniversite öğrencilerinin dağcılık sporuna yönelik nedenlerinin Araştırılması (100. Yıl Üniversitesi Örneği). 2003; 3(2). [İnternette] 10.04 2010 tarihinde <http://e-dergi.atauni.edu.tr/index.php/besbd/article/view/794/794> adresinden elde edilmiştir.
9. **Karabulut E.O., Pulur A., Karabulut A**, Türkiye’deki çim hokeyi sporcularının bu branşa yönelme nedenleri ve beklentilerinin belirlenmesi. Selçuk Üniversitesi Beden eğitimi ve spor bilim dergisi, 2010; 12(2):165-169
10. **Nar A, Göral M.**, Türkiye’deki spor liselerinde okuyan öğrencilerin eğitim-öğretim açısından okullarından beklentileri, [internette], erişim tarihi; 12.01.2011 erişim adresi: <http://oc.eab.org.tr/egtconf/pdfkitap/pdf/137.pdf>
11. Sporcu istatistikleri [internette], erişim tarihi; 10.10.2010. erişim adresi: <http://www.gsgm.gov.tr>
12. **Sunay H, Saracaloğlu A.S.**, Türk sporcusunun spordan beklentileri ile spora yönelten unsurlar. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi. 2003; 1 (1): 43-48.
13. **Şimşek D, Gökdemir K**, Ortaöğretimde atletizm sporu yapan öğrencilerin atletizm branşına yönelme nedenleri ve beklentileri. Spormetre, Beden eğitimi ve spor bilimleri dergisi. 2006; 4(3):83-90.
14. **Tokel H.A.**, A’dan Z’ye Buz hokeyi [internette], erişim tarihi; 09.12.2010 erişim adresi: http://www.icesports.metu.edu.tr/ak_mayis09.htm
15. **Yalçınkaya M, Saracaloğlu A, Varol R**, Üniversite öğrencilerinin spora ilişkin görüşleri ve beklentileri. Spor Bilimleri Dergisi. 1993; (4) :2,13.

7-10 YAŞ GRUBU ZİHİNSEL ENGELLİ ÖĞRENCİ VELİLERİNİN SOSYO-EKONOMİK VE KÜLTÜREL DURUMLARININ İNCELENMESİ

Öner GÜLBAHÇE¹, Ahmet ŞİRİNKAN²,

¹Atatürk Üniversitesi, K.K.Eğitim Fakültesi, B.E.S.Ö.B. Erzurum.

²Atatürk Üniversitesi, BESYO, Rekreasyon Bölümü, Erzurum.

ÖZET

Amaç: Bu araştırmanın amacı, özel eğitim kurumlarında eğitim alan öğrenci velilerinin sosyo-ekonomik ve kültürel durumlarının incelenmesidir.

Materyal ve Metot: Araştırmaya Erzurum il merkezindeki 5 özel eğitim ve rehabilitasyon merkezi ile 1 devlet okulunda eğitim gören 425 öğrenci velisi katıldı. (340 veli baba +85 veli anne) Araştırma için 4 soru demografik özellikler, 5 soru ekonomik özellikler ve 8 soru kültürel özellikler ve 1 soruda açık uçlu soru olarak 18 soruluk bir anket uygulandı. Anket, eğitim fakültesi özel eğitim bölümü ile sosyoloji bölümü öğretim üyeleri görüşleri doğrultusunda hazırlandı. Anketler uygulanmadan önce 30 kişilik bir gruba pilot uygulama sonucunda, bazı sorularda düzeltmeler yapıldı. Araştırma için 650 anket velilere ulaştırıldı. Bu anketlerden 425 anket cevaplanarak geri dönüşüm sağlandı. Araştırmada, Veriler SSPS 16.00 istatistik programında analiz edilerek yüzde, frekans, ve standart sapma verileri tablolatırıldı.

Bulgular ve Sonuç: Araştırma sonucunda özel eğitime gereksinim duyan zihinsel engelli öğrenci velilerinin ekonomik durumunun fakirlik sınırı altında olduğu, sosyal konum olarak çoğunluğunun herhangi bir konumda olmadığı ve kültürel olarak da televizyon izlemekten başka olanaklarının bulunmadığı verileri elde edildi.

Anahtar Kelimeler: Zihinsel Engelli, özel eğitim, sosyo-ekonomik, kültürel.

ABSTRACT

AN INVESTIGATION INTO THE SOCIO-ECONOMIC LEVELS OF PARENTS WHOSE CHILDREN ARE WITH MENTAL DISABILITIES IN 7-10 AGE GROUP

Purpose: The purpose of this study is to investigate the socio-economic status of the parents of the students who take special education.

Method: 425 parents whose children attend in 5 special education centres and rehabilitation centers and 1 state school participated in the study (340 parents father+ 85 parents mother). For the study, a 18-item questionnaire with 5-question demographic information, 5-question economic status and 8-question cultural status, and 1 open-ended question was used. The questionnaire was designed according to the faculty member views in special education department and sociology department. The questionnaire was piloted before the main study with 30 subjects and some item were revised and finally 650 questionnaires were reached to the parents. 425 questionnaires were returned. The data were analyzed and tabulated by means of SSPS 16.00 in terms of percentage, frequency and Standard deviation.

Findings and results: the findings show that the parents whose children with mental disabilities need special education are in low socio-economic level, and in terms of cultural activities they only watch television since they have no other options.

Key words: children with mental disabilities, special education, cultural, socio-economic.

GİRİŞ VE AMAÇ

Aile, içinde insan türünün belli bir şekilde üretildiği, cinsel ilişkilerin belli bir şekilde düzenlendiği, sosyalleşme sürecinin ilk ortaya çıktığı, karşılıklı ilişkilerin belirli kurallara bağlandığı, toplumdaki kültürel zenginliklerin kuşaktan kuşağa aktarıldığı, biyolojik, psikolojik, ekonomik, toplumsal, hukuksal vb. yönleri bulunan temel bir sosyal birimdir (Öztürk, F. ,1998).

Aile bir sosyal grup olarak küçülmüş fakat kurum olarak da güçlenmiştir. Toplumun sosyal yapısı değişirken ailenin de değişen sosyal yapısında sosyal ve kültürel rollerinin daha çok güçlendiği gözlenmiştir (Nirun, 1994. Akt. Yetim, 2005).

Aile her çocuğun gelişiminde ve eğitiminde en etkili olan çevrelerden biridir. Özellikle yaşamla ilgili bazı davranış kalıpları, sosyal etkileşimlerle ilgili bazı kurallar ve roller, temel alışkanlıklar günlük ilişkiler sırasında öğrenildiğine göre, aile çocuk için bütün bu becerilerin temelini atıldığı ilk yer olarak önem taşımaktadır. Bu nedenle normal ya da engelli olsun, her çocuğun içinde büyüüp gelişebileceği, bazı kural ve rolleri, yaşayarak öğrenebileceği aile çevresi içinde bulunma gereksinimi olduğu unutulmamalıdır (Yetim, 2005).

Ailenin yapısal durumu sergileyen aile içi iletişim, kültürel kökenler, ebeveynlerin mesleki statüleri, gelirleri, ebeveynlerin tutumları, aile içi görev ve sorumluluklar gibi özellikler ailenin engelli çocuğa sahip olmasına ilişkin yeni yapılanmalara yol açabilmektedir. Bu durumla ilgili bir çok araştırma yapılmıştır (Demarle ve Le Roux 2001, Bower, 2001, Dowling ve Dolan 2001. Akt. Burcu, E. 2011).

Engelli bir çocuğa sahip olan ailelerde, çocuğunun engeli ne olursa olsun bir takım özel güçlükleri de engelli çocuk ile beraberinde gelmektedir. Bu güçlükler, psikolojik durum, maddi durum, eğitim durumu, yaşam tarzı (sosyo-kültürel ve serbest zamanlarını değerlendirme v.b.) aile çevresi ve sosyal çevre ile ilişkiler, çocuğun engel durumu olarak gruplandırılabilir. Anne tüm bu güçlükleri çözmede daha aktif rol oynamakta ve daha çok çaba göstermektedir. Engelli çocuğu olan ailelerin tecrübelerinin ve beklentilerinin anne ve babaya göre değiştiği ifade edilmektedir (DİE, 2002).

Engelli çocuğu olduğunu öğrenen anne ve babaların yaşam amaçlarını gözden geçirdikleri, yapmak istedikleri birçok şeyi erteledikleri veya iptal ettikleri sık gözlenen davranışlar arasındadır. Çocuk doğmadan önce aile işlevlerinin sağlıklı olması aile üzerindeki etkiyi daha

da arttırabilmektedir (Kalkavan ve ark.2011).

Zihinsel veya bedensel bir engele sahip olmak, hem çocuk hem de ailesi için beraberinde birçok fiziksel, duygusal, toplumsal ve ekonomik sorunların yaşandığı stresli bir deneyimdir. Bu yüzden engelli çocukların aileleri, çocuklarının bakımı, gelişimi ve günlük yaşamlarını sürdürebilmeleri için çeşitli alanlarda yardıma ve desteğe gereksinim duyarlar. Bu noktada sosyal olarak destekleyici çevre, aile ve çocuklarının yeterliliklerini güçlendirerek, deneyimin olumsuz etkilerini önleyici ve eğitici işlev görür (Karadağ, 2009).

Normal bir çocuğu yetiştirmek aileye ekonomik olarak bir yük getirirken, özel gereksinimleri olan zihinsel engelli çocukların yetiştirilmesi ailede ekonomik açıdan daha büyük bir yük yaratmaktadır. Özel okullar, tıbbi bakım çocuğun optimal gelişimi için gereklidir, ancak bu pahalı olabilmektedir (Sarı, 2007).

Tüm bu durumlar göz önüne alındığında, hangi engel grubundan olursa olsun bir engelli çocuğa sahip olmak, ailenin sosyo-ekonomik ve kültürel durumunu etkileyecektir. Ekonomik olarak her ne kadar devletin ve sosyal kurumların desteği olsa da, farklı alanlarda ekonomik yük aileyi etkileyebilmektedir. Ayrıca özel eğitime ihtiyacı olan çocuğa daha fazla zaman ayırmak, ilgilenmek, aile

bireylerinin normal hayatını etkileyebilmektedir.

Bu araştırmayla, özel eğitime ihtiyacı olan bir çocuğun aile yapısı ile ilgili temel bilgiler elde edilerek bilimsel amaçlı tartışma oluşturmaktır.

MATERYAL VE METOT

Araştırma için Erzurum il merkezindeki 5 özel eğitim ve rehabilitasyon merkezi ile 1 devlet okulunda eğitim gören 425 öğrenci velilerinden tesadüfi olarak seçilen 25 veliyle ön görüşme yapıldı. Velilere araştırma hakkında genel bilgi verildi. Bu bilgiler doğrultusunda projeler hazırlanacağı belirtildi.

Araştırma için 4 soru demografik özellikler, 5 soru ekonomik özellikler ve 8 soru kültürel özellikler ve 1 soruda açık uçlu soru olarak 18 soruluk bir anket hazırlandı.

İkinci aşamada çocukları özel eğitim kurumlarına devam eden velilere 650 anket formu gönderildi. Bu anketlerden 425 veli (344 veli baba +81 veli anne) anketimize cevap verdi.

Anket, özel eğitim uzmanları ile sosyoloji bölümü öğretim üyeleri görüşleri doğrultusunda hazırlandı. Anketler uygulanmadan önce 30 kişilik bir gruba pilot uygulama sonucunda, bazı sorularda düzeltmeler yapıldı.

Araştırmada, elde edilen veriler SSPS 16.00 istatistik programında analiz edilerek yüzde (%) ve frekans (N) verileri tablolaştırıldı.

BULGULAR

Tablo 1:Araştırmaya Katılan Deneklerin Demografik Özellikleri

Demografik Özellikler	Durum		N	%
	Öğrenci Velisi	Baba	344	80,9
		Anne	81	19,1
	Yaş	25-30 yaş	231	54,4
		31-35 yaş	102	24
		36-40 yaş	66	15,5
		41 yaş ve üzeri	26	6,1
	Cinsiyet	Erkek	344	80,9
		Bayan	81	19,1
	Eğitim	İlkokul	259	60,9
		Ortaokul	131	30,8
		Lise	31	7,3
		Yüksekokul	4	,9
	Barınma	Sobalı	280	68
		Kaloriferli	130	28
Lojman		15	4	

Tablo 1 incelendiğinde, araştırmaya katılan deneklerin çoğunluğunu babalar (% 80,9) oluştururken yaş ortalamaları da 25-30 (% 54,4) yaş arasında olduğu belirtilmektedir. Deneklerin çoğunluğunun erkek olması (% 80,9), eğitim seviyesi ise ilkokul (% 60,9)

düzeyinde olması velilerin düşük gelirli işlerde çalıştıklarının göstergesidir. Bu aynı zamanda barınma olanaklarını da etkilemektedir ki ailelerin büyük kısmı (% 68) sobalı evlerde yaşamaktadır

Tablo 2: Araştırmaya Katılan Deneklerin Ekonomik Özellikleri

Ekonomik Özellikler	Durum		N	%
	Baba gelir Düzeyi	Hiç yok	150	35,3
		750 tl ve aşağısı	230	54,1
		751-1000 tl	43	10,1
		1001 tl ve üzeri	2	,5
	Anne Gelir Düzeyi	Hiç yok	299	70,4
		750 tl ve aşağısı	107	25,2
		751-1000 tl	16	3,8
		1001 tl ve üzeri	3	,7
	Aile Bireyleri Gelir Düzeyi	Yok	356	83,3
		Var	69	16,2
	Devlet Katkısı	Var	425	100
		Yok	-	-
	Dernek ve sosyal kurum Katkısı	Var	69	16,2
		Yok	356	83,7

Tablo 2 incelendiğinde, ailelerin ekonomik durumlarının çok düşük olduğu (geliri olmayan, %35,3 ve geliri 750 tl' nin altında olan %5 4,1) bulgularına ulaşılmıştır. Aile bireylerinden ekonomik

katkısı olanların sayısının çok az olduğu (% 16,2), annelerin de aileye ekonomik katkısının az olduğu belirtilmektedir (% 25,2),

Tablo 3: Araştırmaya Katılan Deneklerin Kültürel Özellikleri

Kültürel Özellikler	Durum		N	%
	Televizyon İzleme	3 saatten az	38	8,9
		4-5 saat	188	44,2
		6-7 saat	160	37,6
		8 saat ve üzeri	39	9,2
	Gazete okuma	Okunuyor	60	14,1
		Okunmuyor	365	85,9
	Dergi okumu	Okunuyor	61	14,4
		Okunmuyor	364	85,6
	Kitap okuma	Okunuyor	5	1,2
		Okunmuyor	420	98,8

	İnternet	Var	147	34,6
		Yok	278	65,4
	Kültürel etkinliklere katılım	Katılıyor	68	16
		Katılmıyor	357	84
	Belediye Etkinliklerine Katılım	Katılıyor	195	45,9
		Katılmıyor	230	54,1
	Özel Gün Etkinliklerine Katılım	Katılıyor	88	20,7
		Katılmıyor	337	79,3

Tablo 3'te kültürel durumun ekonomik durumla paralel olarak olumsuz bir görünüm sergilediği, en büyük kültür

aracının televizyon olduğu (% 3-5 saat izleme % 44,2-5-8 saat izleme % 37,6), zamanın büyük kısmının televizyon seyredilerek geçirildiği bulgularına ulaşılmıştır.

Tablo 4: Araştırmaya Katılan Deneklerin Farklı Görüş ve Düşünceleri

Görüş ve Düşünceler	N	%
Ekonomik ve Eğitim İmkânlarının Artırılması	50	11,8
Çocukların Gelecekteki ekonomik özgürlükleri	63	14,8
Özel Eğitim Kurumlarının Olanaklarının İyileştirilmesi	92	21,6
Çocukların Gelecekte İş Olanaklarının Oluşturulması	140	32,9
Çocukların Sosyalleşmeleri için Daha Fazla Etkinliklere (spor, kültür, turizm vb.) Yer Verilmesi	80	18,8

Tablo 4'te deneklerin görüşleri doğrultusunda, ailelerin en çok kaygı duydukları çocuklarının gelecekte iş olanaklarının ne olacakları (% 32,9), eğitimleri ile ilgili olarak eğitim kurumlarının olanaklarının daha fazla iyileştirilmesi gerektiği (% 21,6) ve

çocuklarının fiziksel, sosyal, kültürel ve psikolojik olarak daha iyi gelişebilmeleri için etkinliklerin fazla planlanması gerektiği (%18,8) görüşlerini belirtmişlerdir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Yapılan araştırmada, özel eğitime gereksinim duyan bir çocuğa sahip ailelerin sosyo-ekonomik ve kültürel durumlarının hiçte iç açıcı olmadığı bulgularına ulaşılmıştır. Bu durum aile bireylerinin yaşam sürecini olumsuz yönde etkilerken özel eğitime gereksinimi olan çocuğu da etkilemektedir.

Ailenin ekonomik durumunun düşük olması (ortalama aylık gelirin 750 tl den daha az) yeme, içme, barınma, giyim, eğlence vb. yaşamın gereklerini yerine getirmede aileyi zor duruma düşürecektir. Bu durumda çocuk için ek olarak yapılması gereken zorunlulukların (eğitim desteği, eğlence, tatil imkânları vb.) yerine getirilmesi zorlaşacaktır.

Ayrıca ailenin sosyal yaşantısındaki kültürel ve sosyal etkinliklerin de (sinema, tiyatro, kitap, gazete, dergi vb.) yerine getirilmesi mümkün olmayacaktır. Bu durum ailenin ve çocuğun toplumsal soyutlanmasına, ötekileştirilmesine ve hatta olumsuz olarak etiketlenmesine (deli, salak, behlül, avare vb.) neden olacaktır. Yapılan araştırmada da ailenin çocuğun eğitiminde zorlandığı, kültürel olarak yetişmesi için olanakların yetersiz olduğu, bu durumunda çocuğun geleceği için kaygı uyandırdığı görüşleri belirtilmiştir.

Engelli çocuğun gelişme süreci içerisinde eğitim ile ilgili bilgileri

zamanında doğru ve basit olarak alabilmesi, aile içinde engelli bir çocuğa sahip olmanın getirdiği psiko--sosyal sorunların ilerlemeden çözülebilmesi için ailenin toplumsal ilişkiler, toplumun yapısı ve özörlölük hakkında bilgisinin yeterli olması gerekir. Engelli çocuğu olan ailelerin bu konuda neler yapabilecekleri ve bu konuda tutum ve davranışlarının ööğretilmesi gerekmektedir. Öncelikle bu gruba yönelik toplum eğitimi gerekmektedir. Engelli çocuğa sahip annelerin eğitim düzeyleri düşük olması nedeni ile çocukların engeli hakkında yeterli ve doğru bilgiye sahip değildirlir. Bu nedenle çocuğun engeli hakkında yanlış anlama ve değerdendirmeler sonucu çocukların engeli hakkında hata yapma riskleri taşımaktadırlar.

Engelli çocuk günlük yaşama, kent yaşamına ve toplum yaşamına çok sınırlı ölçüde katılabilmektedir. Eğitimden sağlığa, iş ve mesleki rehabilitasyondan, kültür ve sanata, spor ve kent standartlarının iyileştirilmesine, ulaşımdan psikolojik ve sosyal desteğe, bireysel ve aile danışmanlığı hizmetlerinden gerektiğinde sürekli bakıma kadar çok ciddi ve çözüm bekleyen sorunları bulunmaktadır. Ailelerin tüm beklentilerinin; engelli olmanın bir hastalık olmadığı, asıl amacın özörlölü çocuğun olabildiğince bağımsız olması için kendi kendine yeterli duruma gelmesi olduğu,

tarzında bir mantıkla karşılanmasına önem verilmeli, bu amaca uygun olarak aile psikolojik ve sosyolojik olarak hazırlanmalıdır (Kanbaş, 2012).

Zihinsel engelli çocukların aileleri ile yapılan çalışmaların birçoğunda ailenin ekonomik yükü nedeniyle ekonomik desteğe gereksiniminin olduğu bulunmuştur (Eisenhower ve Blacher 2004; Chen 2000; Evcimen 1996; Pearson ve Sternberg 1986). Ekonomik sorunların fazlalığı nedeniyle aile içi ilişkilerin olumsuz yönde etkilendiği ve stresin daha fazla arttığına Cunningham (1996) çalışmasında yer vermiştir. Floyd ve Saitzyk (1992) zihinsel engelli çocukların ailelerinin sosyoekonomik durumları yüksek olduğunda, olumlu ebeveynlik tutumları ve destekleyici aile yapısı görüldüğünü saptamışlardır. Farmer ve ark. (2004) sosyo ekonomik düzey düştükçe ve aile yükü arttıkça ailenin gereksinimlerinin arttığını belirtmişlerdir Zihinsel engelli çocuğu olan ailelerin ekonomik gereksinimleri fazla olup, ekonomik yetersizlikler ailelerin duygusal yüklenmelerinin artmasına neden olmaktadır (sarı,2007).

Zihinsel engelli çocuğu olan ailelerle yapılan birçok araştırmada ailelerin sosyal izolasyon yaşadıkları vurgulanmaktadır (Kearney ve Griffin 2001; Pearson ve Sternberg 1986). Cunningham ve arkadaşlar) (2000)

çalışmalarında, ebeveynlerin %44.ünün Down Sendromu hakkında konuşmaktan çekindiklerini, çevreleriyle bu konuyu konuşmak istemediklerini belirtirken ebeveynlerin çocukların etrafında koruyucu bir kapsül oluşturduğu görüşüne de yer vermektedirler. Zihinsel engelli çocuğu olan ailelerin sosyal izolasyon yaşamasının önemli bir nedeni sosyal etiketlenme (stigma)dir. (Emerson 2003).

Sonuç olarak, yapılan araştırmalar da göz önüne alındığında özel eğitime ihtiyacı olan ailelerin sosyal, psikolojik, ekonomik ve kültürel boyuttaki yaşantıları olumsuz olarak etkilenmektedir. Ailenin her ne kadar devlet ve kurumların desteğini aldığı söylene de ailedeki özel eğitime ihtiyacı olan çocuğun özel ihtiyaçları bu destekle karşılanamamaktadır. Ailenin bu özel ihtiyaçları karşılama çabaları ise ekonomik, sosyal, kültürel ve psikolojik bir yük getirmektedir. Bu da ailenin normal yaşamına olumsuz olarak yansımaktadır.

Bu olumsuzlukların giderilebilmesi için daha fazla devlet ve kurumların desteğine, eğitim kurumlarının iyileştirilmesine, özel eğitime ihtiyacı olan bireyler için özel uzman eğiticilere ihtiyaç vardır.

KAYNAKLAR

- 1- **DİE (Devlet İstatistik Enstitüsü, (2002).** Türkiye Özürlüler Araştırması, Ankara.
- 2- **Kalkavan, A. Demirel, M. Eynur, B. R. , Demirel, D.H. , Eynur, A. Tepe, Z. G. , (2011).** Engelli Çocuk Sahibi Ailelerin Sportif Faaliyetlere Katılımının Aile İşlevine Etkisinin İncelenmesi. Selçuk Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi, Cilt, 13. Sayı, Ek sayı, Konya.
- 3- **Öztürk, F. (1998).** Toplumsal Boyutlarıyla Spor, Bağırhan Yayın evi, Ankara.
- 4- **Nirun, N. (1986).** Sosyoloji. İstanbul.
- 5- **Yetim, A. (2005).** Sosyoloji ve Spor. Morpa Yayınları, İstanbul.
- 6- **Burcu, E.(2011).** Görme Özürlü Çocukların Geleceğe İlişkin Düşüncelerinde Ailelerin Soyo-ekonomik Düzeyinin Önemi (Ankara Örneği). Hacettepe Üniversitesi, Soyoloji Konferansları. Ankara.
- 7- **Demarle, D.J. ,Le Roux, P. (2001).** The Life Cycle and Disability: Experiences of Discontinuity in Child and Family Development, Journal of Loos & Trauma, akt. Burcu, E. .(2001). Görme Özürlü Çocukların Geleceğe İlişkin Düşüncelerinde Ailelerin Soyo-ekonomik Düzeyinin Önemi (Ankara Örneği). Hacettepe Üniversitesi, Soyoloji Konferansları. Ankara.
- 8- **Bower, B.(2001).** Disability Develop as Family Affar, Sciences, News, akt. Burcu, E. (2011). Görme Özürlü Çocukların Geleceğe İlişkin Düşüncelerinde Ailelerin Soyo-ekonomik Düzeyinin Önemi (Ankara Örneği). Hacettepe Üniversitesi, Soyoloji Konferansları. Ankara.
- 9- **Dowling, M. Dolan, L.(2001).** Families With Children With Disabilities the Qualities and Social Model. Disdability & Society.akt. Burcu, E. .(2001). Görme Özürlü Çocukların Geleceğe İlişkin Düşüncelerinde Ailelerin Soyo-ekonomik Düzeyinin Önemi (Ankara Örneği). Hacettepe Üniversitesi, Sosyoloji Konferansları. Ankara.
- 10- **Karadağ, G. (2009).** Engelli çocuğa sahip annelerin yaşadıkları güçlükler ilke aileden algıladıkları sosyal destek ve umutsuzluk düzeyleri. TAF Preventive Medicine Bulletin; 8(4) : 315-322.
- 11- **Sarı, H. Y.(2007).** Zihinsel Engelli Çocuğu Olan Ailelerde Aile Yüklenmesi, C.Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi.
- 12- **Kanbaş, E. (2012).** Dönüşüm Konağı, Engelli Çocuk ve Aile, www.donusumkunağı.net 9.11.2012 tarihinde alınmıştır.
- 13- **Cunningham CC, Glenn S, Fitzpatrick H (2000).** Parentstelling their offspring about Down Syndrome and disability, Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities, 13: 47-61. akt. Sarı, H. Y.(2007). Zihinsel Engelli Çocuğu Olan

Ailelerde Aile Yüklenmesi, C.Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi.

14-Emerson E (2003). Mothers of children and adolescents withint ellectual disability: Social and economic situation, mentalhealth status, and the self-assessed social and psychologicalimpact of the child.s difficulties, Journal of Intellectual Disability Research, 47 (4/5):385-399. akt. Sarı, H. Y.(2007). Zihinsel Engelli Çocuğu Olan Ailelerde Aile Yüklenmesi, C.Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi

15-Kearney PM, Griffin T (2001). Between joy and sorrow:Being a parent of a child with developmental disability, Journal of Advanced Nursing, 34 (5):582-592. akt. Sarı, H.Y.(2007). Zihinsel Engelli Çocuğu Olan Ailelerde Aile Yüklenmesi, C.Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi

SPORUN SAĞLIKLI YAŞAM BİÇİMİ DAVRANIŞLARI ÜZERİNDEKİ ETKİSİNİN İNCELENMESİ¹

Aykut İMER¹

Uğur ABAKAY²

¹Gaziantep Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Gaziantep

²Gaziantep Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Gaziantep

ÖZET

Bu araştırma, sporun sağlıklı yaşam biçimi davranışları üzerindeki etkisinin belirlenmesi amacıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırmada, “Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği II” kullanılarak nicel veriler toplanmıştır. İstatistiksel analizlerde Sosyal Bilimler İçin İstatistik Programından (SPSS 16.0) yararlanılmıştır. İkili gruplar için Independent t-testi, çoklu gruplar için One-Way Anova testi kullanılmıştır. Araştırma örneklemine 194 personel alınmıştır.

Sonuç olarak; kadın personellerin sağlık sorumluluklarının daha yüksek olduğu, erkeklerin fiziksel aktivitelerle daha çok önem verdiği, elde ettiğimiz bulgulara göre çalışmamıza katılan kadınların sigara kullanımı, yaş, çalışma süresi ve görev durumları bakımından sağlıklı yaşam biçimi davranışlarında farklılık olmadığı, spor yapan kadın ve erkeklerin sağlıklı yaşam alışkanlıklarının daha yüksek olduğu, çalışma süresi artan erkeklerin beslenmelerine daha çok dikkat ettiği belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Spor, Davranış, Sağlık, Yaşam

THE EFFECT OF SPORT ON HEALTHY LIFESTYLE BEHAVIORS TO INVESTIGATION

ABSTRACT

This search was carried out to determine the effect of sport on healthy lifestyle behaviors. In the search, quantitative data were collected by using Healthy Lifestyle Behaviors Scale II. In statistical analysis, Statistical Program for Social Sciences (SPSS 16.0) was used. For binary groups Independent t-test, for multi groups One-Way Anova test were used. In the research sample, 194 staff members were examined.

As a result; It was detected that female staff had higher health responsibility, and male staff attached much importance to physical activities. According to our findings, men and women engaged in sports had higher healthy life style habits. Men, who had increasing working hours, paid much more attention to nutrition.

Key Words: Sport, Behaviors, Healt, Life

¹ Bu çalışma Aykut İMER’in “Üniversitede Görev Yapan İdari Personelin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının İncelenmesi” Başlıklı tezinden Türetilmiştir.

GİRİŞ

İnsanların mutlu, başarılı ve kaliteli bir yaşam sürdürmelerinde sağlık önemli bir yer tutmaktadır. Geçmiş dönemlerde ve geleneksel anlayışta sağlık kavramı, yalnızca hastalık ve sakatlığın olmayışı şeklinde algılanmış ve tanımlanmıştır. Bu tanım hastalık kavramını öne çıkarmış, kişilerin sağlığı bu kavrama bağlı olarak değerlendirilmiş ve belirli semptomları ya da sakatlığı olmayan herkes sağlıklı olarak kabul edilmiştir (Çakırcalı 1996, Hayran ve Sur 1997).

Günümüzde bilim ve teknolojiye ileriye gidenler nedeniyle dünyada hızlı bir değişim süreci yaşanmakta, bireylerin daha kaliteli yaşam talebi artmaktadır. Sağlık alanındaki gelişmeler bazı hastalıkların nedenlerini açıklayıp tedavi etse de bunların yerine yeni “ölüm nedenleri” çıkmakta, dünyanın pek çok gelişmiş ülkesinde insanlar bulaşıcı hastalıklar nedeni ile değil örneğin; kalp damar hastalıklarından, kanser, yaşam biçimine bağlı sorunlardan (alkol, uyuşturucu alışkanlıkları, sigaraya bağlı hastalıklar, fazla yemeye bağlı obezite vb) ve çevre kirliliği gibi nedenlerden ölmektedirler (Hayran ve Sur 1997, Öztekin 2001).

Sağlık davranışı; sağlık, sağlığın korunması ve sağlığın geliştirilmesi ile ilgili davranışlar bütünü olarak

tanımlanmaktadır (Ünal ve ark. 2007). Sağlığın gelişimi, yalnızca hastalıkları önlemeye yönelik değil, aynı zamanda bireyin genel sağlık ve iyilik durumunu da iyileştirmeyi amaçlamaktadır (Dirican ve Bilgel 1993, Pasinlioğlu ve Gözüm 1998). Bu anlamda günümüz sağlık anlayışı; bireyi, aile ve toplumun sağlığını koruyan, sürdüren ve geliştiren sağlık merkezli bakım yaklaşımını içermektedir (Ayaz ve ark. 2005).

Sağlığın geliştirilmesi; bireylerin fiziksel ve mental sağlıklarını optimum düzeye yükseltmek, fiziksel ve sosyal çevresini geliştirebilmelerini sağlamak için bilinçli karar verme sürecine yardımcı olmaktır (Güngör ve Şahin 2006, Yalçınkaya ve Özer 2007). Aynı zamanda bireylerin yaşam biçimlerini değiştirmeleri ve sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını benimsemeleri gereklidir (Owens 2006).

Sağlıklı olmak her insanın temel hakkı olup, bunun sağlanması ve sürdürülmesi sağlık personelinin temel amacı olduğu kadar, kişinin de kendi sorumluluğudur. Kişinin sağlığı geliştirici davranışları kazanması için, kendini kontrol etmesi, bu davranışları kazanmak için istek duyması gerekir. Zira sağlığı geliştirmek için olumlu sağlık davranışının kazandırılması ve sürdürülmesi gerekir. Bu nedenle üniversitede çalışan idari personellerin

sağlık davranışlarının incelenmesi ve eksik oldukları konularda desteklenmesi toplum sağlığı açısından önemlidir. Bu araştırma, üniversitede görev yapan idari personellerin sağlıklı yaşam biçimi davranışları üzerine sporun etkisinin belirlenmesi amacıyla gerçekleştirilmiştir.

YÖNTEM

Araştırmanın Yöntemi

Bu araştırma, Üniversitede çalışan idari personelin sağlıklı yaşam biçimlerinin ele alındığı betimsel bir araştırmadır. Araştırmada, aşağıda tanıtılan veri toplama aracı ("Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği II") kullanılarak nicel veriler toplanmıştır. Gaziantep Üniversitesinde çalışan idari personellerden toplanan veriler, personelin demografik özelliklerine ve araştırmada ele alınan diğer değişkenlere göre analiz edilerek raporlaştırılmıştır. İstatistiksel analizlerde Sosyal Bilimler İçin İstatistik Programından (SPSS 16.0) yararlanılmıştır. İkili gruplar için Independent t-testi, çoklu gruplar için One-Way Anova testi kullanılmıştır.

Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın evreni, Gaziantep Üniversitesi idari personelidir. Gaziantep Üniversitesi personel daire başkanlığı verilerine göre 2012 yılı itibarı ile çalışan idari personel sayısı 399'dur. Bu araştırmada % 95

güvenirlilik ve ± 5 sapma miktarı kabul edilerek örneklem büyüklüğü hesaplanmıştır. Örneklem girecek personel sayısının (örneklem büyüklüğünün) belirlenmesinde aşağıdaki formül kullanılmıştır (Erkuş 2005).

$$n = N \cdot t^2 pq / d^2 (N-1) + t^2 pq$$

Yukarıda açıklanan yöntemle yapılan hesaplamalar sonucunda, örneklem girmesi gereken genel idari personel sayısı en az 194 olmalıdır. Bu araştırmanın örneklemine giren idari personel sayısı 194'tür ve dolayısı ile bu örneklem grubunun evreni temsil edeceği düşünülmüştür.

Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada, Walker et al. (1987) tarafından geliştirilen Bahar ve ark.(2008) tarafından Türkçeye uyarlama çalışması yapılan "Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği-II" kullanılmıştır. Ölçek 52 madde ve altı faktörden oluşmaktadır. Bunlar; manevi gelişim, kişilerarası ilişkiler, beslenme, fiziksel aktivite, sağlık sorumluluğu ve stres yönetimidir. Ölçeğin güvenirlik katsayısı olan Cronbach Alpha değeri, toplam ölçek için .94 olup, alt faktörler için .79-.87 arasında değişim göstermektedir.

BULGULAR

Tablo 1. Araştırma grubunun cinsiyet değişkeni açısından SYBDÖ II'nin alt boyutlarından elde ettikleri puanların karşılaştırılması

Alt boyutlar	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	Sd.	T	p
Sağlık Sorumluluğu	Kadın	95	20.72	4.72	2.627	.009
	Erkek	99	18.94	4.69		
Fiziksel Aktivite	Kadın	95	16.07	4.72	2.581	.003
	Erkek	99	18.34	5.12		
Beslenme	Kadın	95	20.72	4.43	1.073	.285
	Erkek	99	20.05	4.34		
Manevi Gelişim	Kadın	95	27.36	4.25	1.135	.258
	Erkek	99	26.60	5.04		
Kişiler Arası İlişkiler	Kadın	95	26.73	3.28	1.780	.077
	Erkek	99	25.70	4.63		
Stres Yönetimi	Kadın	95	19.42	3.96	.170	.865
	Erkek	99	19.32	4.06		

Tablo 1’de araştırma grubunun cinsiyet değişkeni açısından sağlıklı yaşam biçimi davranışları ölçeği alt boyutlarından elde ettikleri puanların karşılaştırması verilmektedir. Buna göre Sağlık sorumluluğu alt boyutunda

kadınlar lehine anlamlı farklılığa rastlanmıştır ($t=2.627$, $p<0.05$). Fiziksel aktivite alt boyutunda erkekler lehine anlamlı farklılığa rastlanmıştır ($t=2.581$, $p<0.05$). Ölçeğin diğer alt boyutlarında cinsiyet değişkeni açısından farklılığa rastlanamamıştır ($p>0.05$).

Tablo 2. Kadın personelin spor yapma değişkenine göre SYBDÖ II'nin alt boyutlarından elde ettikleri puanların karşılaştırılması

Alt boyutlar		KT	Sd	KO	F	P	Anlamlı Fark
Sağlık Sorumluluğu	Gruplar Arası	66.972	2	33.486	1.515	.225	
	Grup İçi	2033.913	92	22.108			
	Toplam	2100.884	94				
Fiziksel Aktivite	Gruplar Arası	648.603	2	324.302	20.606	.000	2-1
	Grup İçi	1447.881	92	15.738			3-1
	Toplam	2096.484	94				3-2
Beslenme	Gruplar Arası	181.795	2	90.897	5.022	.009	2-1
	Grup İçi	1665.089	92	18.099			3-1
	Toplam	1846.884	94				3-2
Manevi Gelişim	Gruplar Arası	60.802	2	30.401	1.704	.188	
	Grup İçi	1641.304	92	17.840			
	Toplam	1702.105	94				
Kişiler Arası İlişkiler	Gruplar Arası	53.784	2	26.892	2.581	.081	
	Grup İçi	958.637	92	10.420			
	Toplam	1012.421	94				
Stres Yönetimi	Gruplar Arası	93.658	2	46.829	3.110	.049	3-1
	Grup İçi	1385.500	92	15.060			3-2
	Toplam	1479.158	94				

Gruplar. 1-Hiçbir zaman. 2- Bazen. 3-Düzenli olarak

Tablo 2’de Çalışmamıza katılan kadın personelin spor yapma durumları açısından sağlıklı yaşam biçimi davranışları ölçeği alt boyutlarından elde ettikleri puanların karşılaştırması verilmektedir. Buna göre Sağlık Sorumluluğu, Manevi Gelişim, Kişiler Arası İlişkiler alt boyutlarından herhangi bir farklılığa rastlanmamıştır ($p>0.05$).

Fiziksel aktivite, Beslenme ve Stres yönetimi alt boyutlarında anlamlı farklılıklara rastlanmıştır. Anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla LSD testi uygulanmıştır. Fiziksel aktivite alt boyutunda bazen spor yapanların hiç yapmayanlara göre daha yüksek puanlar elde ettikleri, düzenli spor yapanların bazen yapanlara ve hiç yapmayanlara göre daha yüksek puanlar elde ettikleri tespit edilmiştir.

Tablo 3. Erkek personelin spor yapma değişkenine göre SYBDÖ II'nin alt boyutlarından elde ettikleri puanların karşılaştırılması

Alt boyutlar		KT	Sd	KO	F	P	Anlamlı Fark
Sağlık Sorumluluğu	Gruplar Arası	98.672	2	49.336	2.299	.106	
	Grup İçi	2060.075	96	21.459			
	Toplam	2158.747	98				
Fiziksel Aktivite	Gruplar Arası	753.526	2	376.763	19.865	.000	2-1
	Grup İçi	1820.797	96	18.967			3-1
	Toplam	2574.323	98				3-2
Beslenme	Gruplar Arası	32.992	2	16.496	.872	.421	
	Grup İçi	1815.756	96	18.914			
	Toplam	1848.747	98				
Manevi Gelişim	Gruplar Arası	166.203	2	83.102	3.425	.037	3-1
	Grup İçi	2329.433	96	24.265			3-2
	Toplam	2495.636	98				
Kişiler Arası İlişkiler	Gruplar Arası	104.099	2	52.050	2.498	.088	
	Grup İçi	2000.406	96	20.838			
	Toplam	2104.505	98				
Stres Yönetimi	Gruplar Arası	140.992	2	70.496	4.589	.012	3-1
	Grup İçi	1474.665	96	15.361			3-2
	Toplam	1615.657	98				

Gruplar: 1.grup: hiçbir zaman, 2.grup: bazen, 3.grup: düzenli olarak.

Tablo 3’de Çalışmamıza katılan erkek personelin spor yapma durumları açısından sağlıklı yaşam biçimi davranışları ölçeği alt boyutlarından elde ettikleri puanların karşılaştırması verilmektedir.

Buna göre Sağlık Sorumluluğu, Beslenme ve Kişiler Arası İlişkiler alt boyutlarından herhangi bir farklılığa rastlanmamıştır ($p>0.05$). Fiziksel aktivite, Manevi gelişim ve Stres yönetimi alt boyutlarında anlamlı farklılıklara rastlanmıştır. Anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla LSD testi uygulanmıştır. Fiziksel aktivite alt boyutunda bazen spor yapanların hiç yapmayanlara göre daha yüksek puanlar

elde ettikleri, düzenli spor yapanların bazen yapanlara ve hiç yapmayanlara göre daha yüksek puanlar elde ettikleri tespit edilmiştir. Stres yönetimi alt boyutunda düzenli olarak spor yapanların hiçbir zaman yapmayanlara ve bazen yapanlara oranla daha yüksek puanlar elde ettikleri tespit edilmiştir.

TARTIŞMA SONUÇ

Bu bölümde üniversitede çalışan idari personelin cinsiyet ve spor yapma durumlarına göre istatistiksel açıdan anlamlılık saptanan sonuçlara ilişkin bulgular tartışılmıştır.

Çalışma sonucunda sağlıklı yaşam biçimi davranışları ölçeğinin sağlık sorumluluğu alt boyutunda kadın

personel lehine anlamlı farklılığa rastlanmıştır. Bir başka deyişle kadın personelin, erkek personele göre sağlık sorumluluğu alt boyutunda elde ettikleri puanların daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Tablo 1).

Koçoğlu (1992) Konya kent merkezinde sağlık ocağına gelen kişiler üzerine yaptığı araştırmasında sağlıklı yaşam biçimi davranışlarında erkekler lehine sonuçlara ulaşmıştır.

Fiziksel aktivite alt boyutunda erkekler lehine anlamlı farklılığa rastlanmıştır. Yıldırım (2005) üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada egzersiz alt boyutunda erkek öğrenciler lehine anlamlılık bulmuştur.

Erkeklerin fiziksel aktivite alt boyutunda elde ettikleri yüksek puanlar, kadınların günlük yaşam içerisinde çalışma zamanlarının dışında yüklenmiş oldukları sorumlulukların (ev işleri, yemek, temizlik, çocuk bakımı vb.) erkekler göre daha fazla olması fiziksel aktivitelere zaman ayıramamasından kaynaklanabilir. Zira fiziksel aktivite hafif, orta ve ağır egzersizleri düzenli olarak uygulamayı kapsar ve günlük yaşamın bir parçası olarak planlı bir şekilde yürütülmesi anlamına gelir (Bahar ve ark. 2008).

Çalışmamıza katılan kadın personelin spor yapma durumları açısından sağlıklı yaşam biçimi davranışları ölçeği alt boyutlarından elde ettikleri puanların karşılaştırmasına bakıldığında fiziksel aktivite, beslenme ve stres yönetimi alt boyutlarında anlamlı farklılıklara rastlanmıştır. Anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla LSD testi uygulanmıştır. Fiziksel aktivite alt boyutunda bazen spor yapanların hiç yapmayanlara göre daha yüksek puanlar elde ettikleri, düzenli spor yapanların bazen yapanlara ve hiç yapmayanlara göre daha yüksek puanlar elde ettikleri tespit edilmiştir.

Elde edilen bulgulardan hareketle kadın personellerin spor yapma durumları arttıkça fiziksel aktivite, beslenme ve stres yönetimi tutumları olumlu yönde artmaktadır diyebiliriz. Zira spor yapan bireylerin beslenmelerine daha çok dikkat etmeleri ve stresle başa çıkma stratejilerinin daha iyi kullanabilmeleri beklenir.

Fiziksel egzersiz, kaygı, stres ve depresyonun azaltılması, zihinsel sağlığın sürdürülmesi, psikolojik zindeliğin sağlanmasında pozitif etkiler yaratırken, diğer yandan sigara

tüketiminde ve fazla kilolarda azalma sağlar (Ersoy 1995).

Erkek personelin spor yapma durumları açısından sağlıklı yaşam biçimi davranışları ölçeği alt boyutlarından elde ettikleri puanların karşılaştırmasına bakıldığında fiziksel aktivite, manevi gelişim ve stres yönetimi alt boyutlarında anlamlı farklılıklara rastlanmıştır. Anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla LSD testi uygulanmıştır.

Fiziksel aktivite alt boyutunda bazen spor yapanların hiç yapmayanlara göre daha yüksek puanlar elde ettikleri, düzenli spor yapanların bazen yapanlara ve hiç yapmayanlara göre daha yüksek puanlar elde ettikleri tespit edilmiştir.

Stres yönetimi alt boyutunda düzenli olarak spor yapanların hiçbir zaman yapmayanlara ve bazen yapanlara oranla daha yüksek puanlar elde ettikleri tespit edilmiştir.

Sonuç olarak; kadın personellerin sağlık sorumluluklarının daha yüksek olduğu, erkeklerin fiziksel aktivitelere daha çok önem verdiği, spor yapan kadın ve erkeklerin sağlıklı yaşam alışkanlıklarının daha yüksek

Çalışmamızda elde ettiğimiz veriler sonucunda, üniversitede çalışan idari personellerin sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını sürdürebilmeleri ve bu davranışları geliştirebilmeleri açısından aşağıdaki önerileri sunabiliriz:

İdari personellerin sağlıklarını geliştirmek ve korumak için, sağlıkla ilgili konularda eğitim arttırılmalıdır (konferans, toplantı, seminer vs.).

İşe yeni başlamış bir personele, sağlığı geliştirici davranışlarını değerlendiren tanımlayıcı araştırmalar yapılmalı ve bu periyodik olarak tekrarlanmalıdır.

İdari personelin rahatlıkla kullanabilecekleri spor tesisleri oluşturulmalı, varsa arttırılmalıdır.

Sosyal aktivitelere ağırlık verilmeli ve personeller teşvik edilmelidirler.

KAYNAKLAR

1-Çakırcalı, E.(1996). Hemşirelikte Temel İlke Ve Uygulamalar. İzmir: Ege Üniversitesi Basımevi. 99-106.

2-Hayran, O., Sur, H.(1997). Sağlık ve Hastalık Kavramları, Sağlık Hizmetleri El Kitabı. İstanbul: Yüce Yayınevi, :1-32.

3-Öztekin, Z.(2001). Sağlık Kavramı ve Sağlık Hizmetleri. Yeni Türkiye Dergisi. ;(39)7:204-205.

4-Ünalın, D., Şenol, V., Öztürk, A., Erkorkmaz, Ü., (2007). Meslek Yüksekokullarının Sağlık ve Sosyal Programlarında Öğrenim Gören Öğrencilerin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları ve Öz-Bakım Gücü Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi.14(2):101-109.

5-Dirican, R., Bilgel, N.,(1993). Halk Sağlığı. Bursa: Uludağ Üniversitesi Basımevi.

6-Pasinlioğlu, P., Gözüm, S.(1998). Birinci Basamak Sağlık Hizmetlerinde Çalışan Sağlık Personelinin Sağlık Davranışları. Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi. ;2(2):60-68.

7-Ayaz, S., Tezcan, S., Akıncı, F., (2005).Hemşirelik Yüksekokulu Öğrencilerinin Sağlığı Geliştirme Davranışları. Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi.; 9(2):26-34.

8-Güngör, İ., Şahin H.N.,(2006). Sağlığın Geliştirilmesinde Kullanılan Temel Davranış Değiştirme Kuram ve Modelleri. Hemşirelik Forumu Dergisi, 2006;3:6-13.

9-Yalçınkaya, M., Özer, G.F., Karamanoğlu, Y.A.,(2007). Sağlık Çalışanlarında Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının Değerlendirilmesi. TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni,;6(6):21-34.

10-Owens, L.(2006). The relationship of health locus of control, self efficacy, health literacy and health promoting behaviors in older adults. A dissertation presented for the doctor of philosophy degree The University of Memphis.

11-Yıldırım, N.,(2005). Üniversite Öğrencilerinin Bazı Sosyo-demografik Özelliklerinin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarına Etkisi. Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.

12-Erkuş, A.,(2005). Bilimsel Araştırma Sarmalı. Ankara: Seçkin Yayınları. 1.baskı,;27.

13-Walker, S.N., Sechrist, K.R., Pender, N.J.,(1987).The health-promoting lifestyle profile: development and psychometric characteristics. Nurs Res: 1987;36:76-81.

14-Bahar Z, Beşer A, Gördes N, Ersin F, Kısıl A.(2008). Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeğinin Geçerlik ve Güvenirlik

Çalışması. Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi.; 12(1):1-12.

15-Koçoğlu, D.,(2006). Konya Kent Merkezinde Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları ve Yaşam Kalitesinde Sağlıkta Sosyo Ekonomik Eşitsizlikler. Konya Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.

16-Ersoy, G.,(1995). Sağlıklı Yaşam, Spor ve Beslenme. Ankara: Gençlik ve Spor Müdürlüğü Yayını,; 121-123.

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULU



ISSN:1302 –2040