



I. Ulusal İzmir Demokrasi Üniversitesi

Sağlık Bilimleri Enstitüsü Öğrenci

Kongresi

(IDU-SAGOK 2022)

Özet Bildiri Kitabı

8-9 Haziran 2022

I. National İzmir Demokrasi University

Health Sciences Institute Student Congress

Proceeding Book

8-9 June 2022

**I. Ulusal İzmir Demokrasi Üniversitesi
Sağlık Bilimleri Enstitüsü Öğrenci Kongresi Yayını**



EDİTÖR

Prof. Dr. Fatma ÇELİK KAYAPINAR

ISBN: 978-605-73774-3-2

14 EKİM 2022

“I. Ulusal İzmir Demokrasi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Öğrenci Kongresi” isimli kitabın tüm yayın hakları İzmir Demokrasi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü’ne ait olup her hakkı saklıdır. Bu yayının hiçbir kısmı, editörün önceden yazılı izni olmaksızın çoğaltılamaz, bir geri çağrı sisteminde saklanamaz veya herhangi bir biçimde elektronik veya mekanik, kopyalama, kayıt veya başka yollarla iletilemez.

All rights of publication of the book “I. National İzmir Demokrasi University Health Sciences Institute Student Congress ” belong to İzmir Democracy University Health Sciences Institute and all rights are reserved. No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system or transmitted in any form or by any means electronic, mechanical, photocopying, recording or otherwise, without the prior written permission of editor.



I. Ulusal İzmir Demokrasi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Öğrenci Kongresi

KONGRE BAŞKANI

Prof. Dr. Bedriye TUNÇSİPER
İzmir Demokrasi Üniversitesi Rektörü, İzmir/Türkiye

KONGRE DÜZENLEME KURULU

Prof. Dr. Fatma ÇELİK KAYAPINAR
(Düzenleme Kurulu Başkanı)

Prof. Dr. Reyhan İrkin (Üye)

Prof. Dr. Ayşe Gülden DİNİZ ÜNLÜ (Üye)

Prof. Dr. Kıvanç ERGEN (Üye)

Doç. Dr. Ferruh TAŞPINAR (Üye)

Doç. Dr. Özüm ERKİN GEYİKTEPE (Üye)

Dr. Öğr. Üyesi Osman Hasan Tahsin
KILIÇ (Üye)

Dr. Öğr. Üyesi Pınar ÇAVDAR (Üye)

BİLİM KURULU

Beslenme ve Diyetetik

Prof. Dr. Reyhan İRKİN (Anabilim Dalı
Başkanı)

Doç. Dr. Esen KARACA ÇELİK

Dr. Öğr. Üyesi Seda ÇİFTÇİ

Dr. Öğr. Üyesi Yasemin ÇAKIR
GÖKKURT

Fizyoterapi ve Rehabilitasyon

Doç. Dr. Ferruh TAŞPINAR (Anabilim
Dalı Başkanı)

Doç. Dr. Betül TAŞPINAR

Doç. Dr. Özlem ÇINAR ÖZDEMİR

Dr. Öğr. Üyesi Sevil ÜZER

Dr. Öğr. Üyesi Gülşah BARĞI

Dr. Öğr. Üyesi Yağmur TUĞRAL

Sağlık Fiziği

Prof. Dr. Kıvanç ERGEN (Anabilim
Dalı Başkanı)

Prof. Dr. Berna DİRİM METE

Dr. Öğr. Üyesi Orkun SARIOĞLU

Spor Bilimleri

Prof. Dr. Fatma ÇELİK KAYAPINAR (Anabilim Dalı Başkanı)
Doç. Dr. Güçlü ÖZEN

Doç. Dr. Nurgül ÖZEN
Doç. Dr. Neşe AKPINAR KOCAKULAK

Tıbbi Mikrobiyoloji

Prof. Dr. Ayşe Gülden DİNİZ ÜNLÜ (Anabilim Dalı Başkanı)
Prof. Dr. Zeynep Gülden SÖNMEZ

TAMER
Dr. Öğr. Üyesi Müge KARAKAYALI

Yaşlı Sağlığı

Prof. Dr. Fatma ÇELİK KAYAPINAR (Anabilim Dalı Başkanı)
Doç. Dr. Zeynep SOFUOĞLU

Doç. Dr. Songül DURAN
Doç. Dr. Kemal Uğur TÜFEKÇİ
Dr. Öğr. Üyesi Hale TURHAN DAMAR

Halk Sağlığı Hemşireliği

Prof. Dr. Fatma ÇELİK KAYAPINAR (Anabilim Dalı Başkanı)
Doç. Dr. Özüm ERKİN GEYİKTEPE

Doç. Dr. Elem KOCAÇAL
Dr. Öğr. Üyesi Gülbin KONAKÇI
Dr. Öğr. Üyesi Şadiye DUR

Psikiyatri Anabilim Dalı Bağımlılık Danışmanlığı ve Rehabilitasyonu Programı

Dr. Öğr. Üyesi Osman Hasan Tahsin KILIÇ (Anabilim Dalı Başkanı)
Prof. Dr. Murat ANIL

Doç. Dr. Umut VAROL
Doç. Dr. Burak Cem SONER

İş Sağlığı ve Güvenliği

Dr. Öğr. Üyesi Pınar ÇAVDAR (Anabilim Dalı Başkanı)
Prof. Dr. Reyhan İRKİN
Doç. Dr. Ferruh TAŞPINAR

Prof. Dr. Mustafa KOCAKULAK
Doç. Dr. Zeynep SOFUOĞLU
Doç. Dr. Uğur ÇAVDAR
Dr. Öğr. Üyesi Sibel MACİT İLAL

Organizasyon Görevlileri

Arş. Gör. Ayşe Sezgi KIZILIRMAK
Arş. Gör. Tuğba TUNA
Arş. Gör. Gülseren YÜREKLİ
Arş. Gör. Müge COŞĞUN

Kaan COMBUL
Ergün MUTLU (Öğretmen)
Yusuf Cemal GÜNDÜZ (Öğretmen)

Kongre Sekreteryası

Arş. Gör. Ayşe Sezgi KIZILIRMAK
Arş. Gör. Tuğba TUNA
Arş. Gör. Gülseren YÜREKLİ
Arş. Gör. Müge COŞĞUN

İletişim

idusagok@idu.edu.tr

**I. Ulusal İzmir Demokrasi Üniversitesi
Sağlık Bilimleri Enstitüsü Öğrenci Kongresi
(IDU-SAGOK 2022)**

**I. National Izmir Democracy University
Health Sciences Institute Student Congress**

Özet Bildiriler / Abstract Papers

8-9 Haziran 2022



İçindekiler

FONKSİYONEL SAĞLIKLI BİR ÜRÜN GELİŞTİRİLMESİ: LEBLEBİLİ- MEYVELİ ATIŞTIRMALIK.....	13
Sebahat ÖZHAN, Zeynep AY, Reyhan İRKİN.....	13
TİP 2 DİYABETTE METFORMİN KULLANIMI VE B12 VİTAMİNİ İLİŞKİSİ.....	15
Tuğba Tuna.....	15
SÜRDÜRÜLEBİLİR BESLENME VE AKDENİZ DİYETİ.....	17
Fatma ÇETİN, İrem EROĞLU, Esen KARACA.....	17
HÜNNAP MEYVESİ İLAVELİ FONKSİYONEL YOĞURDUN BAZI FİZİKSEL, KİMYASAL VE MİKROBİYOLOJİK ÖZELLİKLERİ.....	18
Canan ÖZKAN, Tuğba GÖK, Reyhan İRKİN.....	18
KARBONHİDRATLAR VE SPORCULARDA KULLANIMI.....	20
Elif OVACIK, Reyhan İRKİN.....	20
UZAMIŞ COVID-19 SÜRECİNDE ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE COVID-19 KORKUSU, FİZİKSEL AKTİVİTE VE FİZİKSEL AKTİVİTE YAPMAYA ENGEL OLAN BARIYERLER.....	22
Çağla Gizem TANIŞ, İlay OYMAK, Mizgin ERGÖZ, Berfin MANIŞ, Yasin AKBAŞ, Fatih KUZLAK.....	22
COVID-19 PANDEMİSİNDE YAŞLI HASTALARDA DÜŞME RİSKİ VE SIKLIĞININ DEĞERLENDİRİLMESİ.....	24
Damla Nur CEYLAN, Benaz DANEYOĞLU, Aslıhan GÜN, Sultan ŞAHİNBAŞ, Bilge KÖSEDAĞ, Merve GİRGİN, Nursel YAPI, Ayşe Beyza ÖZBUDAK, Özlem DEMİR, Rumeysa Adalet ŞENAY.....	24
COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE STAJER FİZYOTERAPİSTLERİN STAJ SIRASINDA YAŞADIKLARI KAS İSKELET SİSTEMİ PROBLEMLERİ.....	26
Melisa Ayhan SEVİNÇ, Amine Gamze ÇİÇEK, Rabia Işın İMREN, Eda EKİM, İrem TOSUN, Tuğçe ÇOBAN, Neslihan BAYKAL, Hatice KALKANLI, Berfin BAŞARANOĞLU, Sude Birsen GÜLMÜŞ.....	26
SAĞLIK BİLİMLERİ, SPOR BİLİMLERİ, DIŞ HEKİMLİĞİ VE TIP FAKÜLTELERİ ÖĞRENCİLERİNİN KİNEZYOTERAPİ HAKKINDA BİLGİ DÜZEYLERİNİN ARAŞTIRILMASI.....	28
Gökçe Melek ORHAN, Berfin AYGÜN, Emre Tarık YURTSEVEN, Özgür Deniz CELEP, Ali Mert BİLGİN, Tuna YENİCİ, Melike TAŞDEMİR, Hazal KUYUÇAY, Emine GÜRBÜZ, Aybüke Sena DEMİR.....	28
KALICI YAZ SAATİ UYGULAMASININ SAĞLIK BİLİMLERİ ALANINDAKİ ÖĞRENCİLERİN	



DEPRESYON, ANKSİYETE VE STRES DURUMLARI ÜZERİNE ETKİSİ	30
Hüseyin KIRAN, Ahmet Burak BAYIR, Eda ŞEN, Çağla ÇALIŞKAN, Hatice KAYALIER, ZahraShoeriori KHOSROSHAHİ, Berna DOĞAN, Zeynep BİRDAL, Tuğçe ATMACA, Şevval ARSLAN, Gülşah BARĞI ...	30
PANDEMİ SÜRECİNDE ERİŞKİN BİREYLERDE DÜZENLİ GÜNLÜK MASKE KULLANIMININ YOL AÇTIĞI SOLUNUM PROBLEMLERİ VE GÜNLÜK YAŞAM AKTİVİTELERİ ÜZERİNE ETKİSİ	32
Cahidenur KOÇAK, Ecenur EMİR, Ahmet Utku ÇİÇEK, Berna KOÇ, Betül Sude MİDİLLİ, Elif Nur KILIÇASLAN, Cansu ÖZDEMİR, Kübra YILMAZ, Mihriban HAZAR.....	32
LOMBER DİSK HERNİSİNDE FİZYOTERAPİ	34
İlayda KAYAPINAR, Ferruh TAŞPINAR.....	34
ATAKSİ VE REHABİLİTASYONU	36
Miray GÖBEKLİOĞLU, Özlem ÇİNAR ÖZDEMİR.....	36
YÜRÜYÜŞ PATOLOJİLERİ	38
Rojda KAYMAZ, Ferruh TAŞPINAR, Betül TAŞPINAR.....	38
MASKENİN EGZERSİZ SIRASINDA FİZİKSEL PARAMETRELERE ETKİSİ	40
Ayşe Sezgi KIZILIRMAK KARATAŞ, Ferruh TAŞPINAR, Betül TAŞPINAR.....	40
ÇİZGİ FİMLERİN BECHDEL TESTİ İLE DEĞERLENDİRİLMESİ	42
Kübra AYDIN, Behsat SAVAŞ.....	42
LİSE ÖĞRENCİLERİNİN FELSEFE DERSİNE YÖNELİK TUTUMLARI	44
Gültekin ŞEN, Behsat SAVAŞ.....	44
ÖĞRETMENLERİN ETKİLEŞİMLİ TAHTA KULLANIMINA GEÇİLMESİ İLE İLGİLİ OLUMLU VE OLUMSUZ GÖRÜŞLERİ	46
Murat TURAL, Behsat SAVAŞ.....	46
ÖĞRETMENLERİN SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ	48
Ali KIVCI, Behsat SAVAŞ.....	48
ÖZ-YETERLİLİK KAVRAMI VE HEMŞİRELİK EĞİTİMİ	50
Müge COŞĞUN.....	50
SPOR YÖNETİCİSİ ADAYLARININ DEĞİŞİME DİRENÇ EĞİLİMLERİ VE GİRİŞİMCİLİK DAVRANIŞLARI ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA	52
Buse BALCI, Kadir YILDIZ.....	52
COVID-19 DÖNEMİNDE EVDE VÜCUT AĞIRLIĞI İLE YAPILAN FONKSİYONEL EGZERSİZLERİN	



KADINLARDA FİZİKSEL UYGUNLUK PARAMETRELERİ VE YAŞAM KALİTESİ ÜZERİNE ETKİSİ...	54
Alp Aslan UYSAL, Selda BEREKET YÜCEL.....	54
15-17 YAŞ ARASI SPOR YAPAN VE YAPMAYAN BİREYLERİN FİZİKSEL UYGUNLUK DÜZEYLERİNİN LATERALİZASYON AÇISINDAN KARŞILAŞTIRILMASI.....	56
Muhammet ÖZBAY.....	56
LİSE ÖĞRENCİLERİNİN EGZERSİZ BAĞIMLILIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ.....	58
Yakup YILMAZ, Sibel GÜVEN.....	58
ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN SPORTİF FAALİYETLERE KATILIM VE İLETİŞİM BECERİLERİNİN İNCELENMESİ.....	60
Arif GÖRÜKEN, Sibel GÜVEN.....	60
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİNDE ÖĞRENİM GÖREN ÖĞRENCİLERİN PANDEMİ SÜRECİNDE ALGILANAN STRES DÜZEYİ NEDİR?.....	62
Nimet AKSOY, Sibel GÜVEN.....	62
GÖRME GEREKSİNİMLİ BİREYLERİN SPORA KATILIM MOTİVASYONLARININ İNCELENMESİ.....	64
Sefer ÇETİN, Sibel GÜVEN.....	64
KARATEDE KATA SPORCULARININ SPORA ÖZGÜ BAŞARI MOTİVASYON DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ.....	66
Aleyna ORHAN, Sibel GÜVEN.....	66
BUZ PATENİ SPORCULARININ FİZİKSEL AKTİVİTEYE KATILIM MOTİVASYONLARININ BELİRLENMESİ.....	68
Buse BAYRAMOĞLU, Fatma ÇELİK KAYAPINAR.....	68
GÜREŞÇİLERİN HAZIRLIK ANTRENMANLARI VE MÜSABAKA DÖNEMLERİNDEKİ OKUL MUTLULUKLARININ KARŞILAŞTIRILMASI.....	69
Fevzi TOPÇU, Fatma ÇELİK KAYAPINAR.....	69
DEMOKRATİK VE OTOKRATİK LİDERLİK STİLİ İLE ÇALIŞTIRILAN ORYANTİRİNG SPORCULARININ İLETİŞİM DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ.....	71
Güçlü ÖZEN, Fevzi TOPÇU.....	71
AKADEMİSYENLERİN BEDEN KÜTLE İNDEKSLERİNİN BELİRLENMESİ.....	73
Gülseren YÜREKLİ, Fatma ÇELİK KAYAPINAR.....	73
FİTNESS HİZMETİ ALAN BİREYLERİN TERCİH ETME VE MEMNUNİYET DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ.....	75
Diyar BELLİ, Fatma ÇELİK KAYAPINAR.....	75



İZMİR DEMOKRASİ ÜNİVERSİTESİ SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN SPORA YÖNELİK TUTUMLARININ İNCELENMESİ	76
Ahmet Tarık KAPLAN, Fatma ÇELİK KAYAPINAR.....	76
İZMİR DEMOKRASİ ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ ÖĞRENCİLERİNİN FARKLI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN SPORDA EMPATİ DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ	78
Ahmet Tarık KAPLAN, Güçlü ÖZEN.....	78
YÜZÜCÜLERİN BESLENMEYE YÖNELİK TUTUMLARI YERLİ VE YABANCI KAYNAKLAR LİTERATÜR DERLEMESİ	80
Ahmet Tarık KAPLAN, Fatma ÇELİK KAYAPINAR.....	80
BASKETBOL KLASMAN HAKEMLERİNİN İLETİŞİM BECERİLERİNİN FARKLI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ	82
Muhammed DOĞAR , Güçlü ÖZEN	82
ADOLESAN KADINLARIN DÖVÜŞ SPORLARINA KATILIMLARININ EBEVEYN GÖRÜŞLERİNE GÖRE DEĞERLENDİRİLMESİ	84
Serhat TOPÇU, Fatma ÇELİK KAYAPINAR.....	84
ELİT TAEKWANDO SPORCULARININ SPORDA YARALANMA KAYGILARININ İNCELENMESİ	85
Melis CANTÜRK, Fatma ÇELİK KAYAPINAR.....	85
BİREYLERİN FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYLERİNİN CİNSİYETE GÖRE KARŞILAŞTIRILMASI	86
Atakan KÖMÜRKOYAN, Fatma ÇELİK KAYAPINAR.....	86
FITNESS HİZMETİ TÜKETİCİLERİNİN FARKLI BAĞIMSIZ DEĞİŞKENLER AÇISINDAN SPOR TUTKUNLUKLARININ İNCELENMESİ	87
Yeşim Gök DİNDAROĞLU, Güçlü ÖZEN.....	87
KARATE SPORCULARININ BEDEN ALGILARININ İNCELENMESİ (İZMİR İLİ ÖRNEĞİ)	89
Mert Halil BAYRAMOĞLU, Fatma ÇELİK KAYAPINAR.....	89
FITNESS MERKEZLERİNDE HİZMET ALAN TÜKETİCİLERİN EGZERSİZ BAĞIMLILIĞI DÜZEYLERİ VE İLİŞKİLİ DEĞİŞKENLER	91
Gaye ŞEN, Güçlü ÖZEN.....	91
REFORMER EGZERSİZ YAPAN KADINLARIN BEDENSEL ALGILARININ İNCELENMESİ	93
Sedef KESEROĞLU, Fatma ÇELİK KAYAPINAR.....	93
FİTNESS SPORU İLE İLGİLENEN VE İLGİLENMEYEN ERKEKLERİN FİZİKSEL BEDEN ALGILARININ İNCELENMESİ	94
Ayşe İlayda YILDIRIM, Fatma ÇELİK KAYAPINAR.....	94



SPOR HAKEMLERİNİN GÖREV VE EGO YÖNELİMLERİNİN İNCELENMESİ	95
Hüseyin Furkan DİBEK, Yusuf KONAÇ, Mustafa Ertan TABUK.....	95
FİTNESS SPORCULARININ NARSİZM VE YAŞAM TATMİNİ DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ	97
Rafet Resul Doğan, Tülay Hakverdi, Ahmet Karadağ, Mustafa Ertan Tabuk.....	97
ÖZEL FİTNESS SPOR SALONLARININ İNCELENMESİ: KÜÇÜK ÖLÇEKLİ ŞEHİR ÖRNEĞİ	99
Abdullah ARAZ, Fatih KÜÇÜK, Mustafa Ertan TABUK.....	99
ANTRENÖRLÜK VE SPOR YÖNETİCİLİĞİ BÖLÜMLERİNİN DOPİNG BİLGİ ÖLÇÜMÜ	101
Aleyna Kılıçkaya, İsa Kaan Kocaer, Ahmet Karadağ, Mustafa Ertan Tabuk.....	101
EGZERSİZ VE SPOR BİLİMLERİ BÖLÜMÜ ÖĞRENCİLERİNİN LİDERLİK TARZLARININ İNCELENMESİ	103
Serhat EROĞLU, Güçlü ÖZEN.....	103
ÇORUM İLİNDE KAPALI ALANDA EGZERSİZ YAPAN BİREYLERİN EGZERSİZ İLGİLENİMİ VE MUTLULUK İLİŞKİSİ	105
Ahmet Karadağ, Elif Beyazoğlu, Okan Beyazoğlu, Mustafa Ertan Tabuk.....	105
REFORMER PİLATESİN STATİK DENGEE ETKİSİ	107
Meryem ÖZKAN, Fatma ÇELİK KAYAPINAR.....	107
TRİATLON SPORCULARININ BESLENMEYE YÖNELİK TUTUMLARI ÖLÇEĞİ (TSBYTÖ):	
GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI	109
Yusuf Cemal GÜNDÜZ, Fatma ÇELİK KAYAPINAR, Gülseren YÜREKLİ.....	109
TRİATLON SPORCULARININ BESLENMEYE YÖNELİK TUTUMLARI: SİSTEMATİK TARAMA	111
Yusuf Cemal GÜNDÜZ, Fatma ÇELİK KAYAPINAR, Gülseren YÜREKLİ.....	111
KADINLARDA MENSTRUASYON DÖNEMLERİNDEKİ FİZİKSEL AKTİVİTE ALIŞKANLIKLARININ İNCELENMESİ	113
Simge CANDAN, Fatma ÇELİK KAYAPINAR.....	113
ELİT TAEKWONDO SPORCULARININ SPORA OLAN BAĞLILIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ ...	114
İsmet BEGEÇ, Güçlü ÖZEN.....	114
ÖZEL BİR FİTNESS MERKEZİ TÜKETİCİLERİNİN MOTİVASYON DÜZEYLERİNİN ARAŞTIRILMASI	116
Özgür YILDIZ, Güçlü ÖZEN.....	116
DİJİTAL TEKNOLOJİLERİN YAŞLI SAĞLINA ETKİLERİ	118
Mehmet Ali Şener, Zeynep Sofuoğlu.....	118



YAŞLILARDA VENÖZ TROMBOEMBOLİ ÖNLENMESİ VE BAKIMI.....	120
Rabia ÇETİN, Hale TURHAN DAMAR.....	120
YAŞLILARDA ÜRİNER SİSTEM ENFEKSİYONLARI VE HEMŞİRELİK BAKIMI.....	121
Bengü CEBECİ, Gül BÜLBÜL MARAŞ.....	121
YAŞLI BİREYLERİN İLETİŞİM SORUNLARI.....	122
Fulya KANDEMİR DURHAN, Mehmet Ali ŞENER.....	122



BİLDİRİ ÖZET METİNLERİ



BD/S-1

FONKSİYONEL SAĞLIKLI BİR ÜRÜN GELİŞTİRİLMESİ: LEBLEBİLİ-MEYVELİ ATIŞTIRMALIK

Sebahat ÖZHAN¹, Zeynep AY¹, Reyhan İRKİN¹

¹ Beslenme ve Diyetetik Bölümü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

*İlgili yazar/Corresponding author: ozhansebahat64@gmail.com

ORCID: S.Ö; 0000-0002-5560-1730; Z.A; 0000-0003-0534-5318; R.İ; 0000-0002-6838-2215

Özet

Amaç: Son yıllarda tüm toplumlarda obeziteye bağlı sağlık sorunları artmış durumdadır. Ayrıca artan şehir hayatı ve yoğun iş temposuyla birlikte kişiler sağlıklarını koruyabilmek ve uygun ağırlığa sahip olmak adına fonksiyonel, uzun süreli tokluk veren atıştırmalıklara önem vermeye başlamışlardır. Bu çalışmada kullanımı artan paketli ürünlere alternatif fonksiyonel, uzun süreli tokluk veren aynı zamanda makro-mikro besin öğeleri içeriği bakımından dengeli ve lif bakımından zengin bir ürün geliştirilmeye çalışılmıştır.

Gereç-Yöntem: Geliştirilen atıştırmalık ürünün formülasyonunda yer alan elma püre şeklini alabildiği ve doğal meyve şekeri içerdiği için tercih edilmiştir. Lif içeriğini arttırmak için leblebi ve ananas tercih edilmiştir. Ayrıca leblebi bitkisel protein içeriği yüksek ve toplumda sevilerek tüketilen bir atıştırmalıktır. Ananas ise A ve C vitaminleri yönüyle zengin bir meyvedir. Kıvam arttırıcı olarak üründe nişasta kullanılmıştır. Geliştirilen ürünün her kesimden kişilerin tüketimine uygun olması amaçlandığı için buğday nişastası yerine glutensiz olan mısır nişastası tercih edilmiştir. Geliştirilen ürün doğal meyve şekeri içerdiği için fonksiyonel faydalarından ötürü ürüne lezzet vermesi açısından tarçın kullanılmıştır. Bitkisel yağ kaynağı olarak yer fıstığı ilave edilmiştir.

Bulgular: Bu çalışmada tümüyle doğal leblebi, elma, yer fıstığı, ananas, tarçın ve mısır nişastası gibi hammaddeler kullanılarak farklı formülasyonlarda atıştırmalık ürün elde edilmeye çalışılmış, ayrıca duyusal panel yapılarak panelistler tarafından en çok beğenilen formülasyon tespit edilmiştir.

Sonuçlar: Bu formülasyon sonucu sağlıklı bir kişi için bir ara öğünde tüketebileceği 124 kcal'lık ve 5 gr lif içeren glutensiz, vegan fonksiyonel yeni bir ürün sunulmuştur.

Anahtar kelimeler: sağlıklı atıştırmalık, fonksiyonel besin, leblebi



DEVELOPING A FUNCTIONAL HEALTHY PRODUCT: ROASTED CHICKPEA-FRUIT SNACK

Sebahat OZHAN¹, Zeynep AY¹, Reyhan IRKIN¹

¹ İzmir Demokrasi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Konak, İzmir.

*İlgili yazar/Corresponding author: ozhansebahat64@gmail.com

ORCID: S.Ö; 0000-0002-5560-1730; Z.A; 0000-0003-0534-5318; R.İ; 0000-0002-6838-2215

Abstract

Objectives: In recent years, obesity-related health problems have increased in all societies. In addition, with the increasing city life and intense work tempo, people have started to give importance to functional, long-term snacks in order to maintain their health and have the appropriate weight. In this study, it has been tried to develop a functional alternative to packaged products, a long-term satiating product that is balanced in terms of macro-micro nutrients and is rich in fiber.

Materials – Methods: The apple in the formulation of the developed snack product was preferred because it can take the form of puree and contains natural fruit sugar. Roasted chickpeas and pineapple were preferred to increase the fiber content. In addition, roasted chickpeas is a snack with high vegetable protein content and popularly consumed in the community. Pineapple is a fruit rich in vitamins A and C. Starch is used in the product as a thickener. Since the developed product is intended to be suitable for consumption by people from all walks of life, gluten-free corn starch was preferred instead of wheat starch. Since the developed product contains natural fruit sugar, cinnamon was used to add flavor to the product due to its functional benefits. Peanuts were added as a source of vegetable oil.

Results: In this study, snacks in different formulations were tried to be obtained by using raw materials such as completely natural chickpeas, apples, peanuts, pineapple, cinnamon and corn starch, and the most liked formulation by the panelists was determined by making a sensory panel.

Conclusion: As a result of this formulation, a gluten-free, vegan functional new product containing 124 kcal and 5 g fiber that a healthy person can consume in a snack is presented.

Keywords: healthy snack, functional food, roasted chickpeas



BD/S-2

TİP 2 DİYABETTE METFORMİN KULLANIMI VE B12 VİTAMİNİ İLİŞKİSİ

Tuğba TUNA¹

¹ Beslenme ve Diyetetik Bölümü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

*İlgili yazar: tuqba.tuna@outlook.com.tr

T.T; 0000-0001-6034-7768

Özet

Hem Avrupa hem de Amerikan kılavuz ilkeleri metforminin Tip 2 diyabetin birinci basamak farmakolojik tedavisinde kullanılmasını önermektedir. Kanıtlanmış etkinliği, nispi güvenliği ve diğer anti-diyabetik ilaçlarla kullanım potansiyeli nedeniyle metformin şu anda en çok reçete edilen oral anti-diyabetik ajan olmakla beraber dünya çapında 120 milyon diyabetli hastaya reçete edildiği tahmin edilmektedir. Metformin kullanımı ve düşük B12 vitamini seviyeleri arasındaki ilişki, farklı kanıt seviyeleri ile desteklenmiştir. Bununla birlikte, konunun çeşitli yönleri hala açıklama beklemektedir. Yapılan çalışmalarda metformin ile tedavi edilen hastalar arasında bildirilen B12 vitamini eksikliği prevalansı büyük değişiklik göstermiştir. B12 vitamini durumu için altın standart bir tanı testinin olmaması, metformine bağlı B12 vitamini eksikliğinin değerlendirilmesi konusunda tartışmalar yaratmıştır. Hala hangi biyobelirteçlerin eksikliğin en iyi göstergesi olduğu konusunda fikir birliği yoktur ancak sadece serum B12 vitamini seviyelerinin ölçümünün, vitaminin metabolik durumunu yansıtmak için yeterli olmadığı bildirilmiştir. Metformin ve B12 vitamini ilişkisini anlayabilmek için metforminin B12 vitamini emilimine nasıl müdahale ettiğini açıklayan birçok mekanizma önerilmiştir. Şu anda en çok kabul edilen mekanizma; metforminin kalsiyum katyonunu antagonize ettiğini ve ileal kübilin reseptörüne bağlanan kalsiyum bağımlı intrinsik faktör-vitamin B12 kompleksine müdahale ettiğini göstermektedir. Metforminle ilişkili B12 vitamini malabsorpsiyonunun kalsiyum takviyesi ile ters çevrilmesi, ikinci mekanizmayı büyük ölçüde desteklemiştir. Protonlanmış metformin molekülünün kendisini ileal hücre zarının hidrokarbon çekirdeğine doğru yönlendirdiği ve membran yüzeyini pozitif olarak yükleyerek iki değerlikli kalsiyum katyonlarını itme kuvvetleriyle yer değiştirdiği bildirilmiştir. Bu tür bir yer değiştirme, intrinsik faktör- B12 vitamini kompleksinin ileal kübilin reseptörüne kalsiyumun bağlanmasını bozmakta ve vitaminin malabsorpsiyonuna neden olmaktadır. Klinik ve biyokimyasal B12 vitamini eksikliği, diyabetli hastalar arasında oldukça yaygındır. Diyabetli bireyler arasında B12 vitamini eksikliği, B12 vitamini takviyesi ve optimal takviye dozu için tarama konusunda gelecekteki büyük ve iyi tasarlanmış çalışmalar, kılavuzların oluşturulmasına rehberlik etmek için önemlidir. Serum homosistein ve metilmalonik asit konsantrasyonları gibi daha hassas yöntemler kullanılarak B12 vitamini eksikliği için yıllık tarama yapılmalıdır.

Anahtar Kelimeler: Tip 2 Diyabet, Metformin, B12 vitamini



THE RELATIONSHIP OF METFORMIN USE AND VITAMIN B12 IN TYPE 2 DIABETES

Tuğba TUNA¹

¹ Department of Nutrition and Dietetics, Izmir Demokrasi University, Izmir

*İlgili yazar: tugba.tuna@outlook.com.tr

T.T; 0000-0001-6034-7768

Abstract

Both European and American guidelines recommend the use of metformin in the first-line pharmacological treatment of Type 2 diabetes. Because of its proven efficacy, relative safety, and potential for use with other anti-diabetic drugs, metformin is currently the most prescribed oral anti-diabetic agent and is estimated to be prescribed to 120 million diabetic patients worldwide. The association between metformin use and low vitamin B12 levels has been supported by varying levels of evidence. However, various aspects of the issue still await clarification. The reported prevalence of vitamin B12 deficiency among patients treated with metformin in studies has varied widely. The lack of a gold standard diagnostic test for vitamin B12 status has created controversy regarding the assessment of metformin-induced vitamin B12 deficiency. There is still no consensus on which biomarkers are the best indicator of deficiency, but it has been reported that measurement of serum vitamin B12 levels alone is not sufficient to reflect the metabolic status of the vitamin. In order to understand the relationship between metformin and vitamin B12, many mechanisms have been proposed to explain how metformin interferes with vitamin B12 absorption. Currently the most accepted mechanism; show that metformin antagonizes the calcium cation and interferes with the calcium-dependent intrinsic factor-vitamin B12 complex that binds to the ileal cubilin receptor. The reversal of metformin-associated vitamin B12 malabsorption with calcium supplementation greatly supported the latter mechanism. It has been reported that the protonated metformin molecule orients itself towards the hydrocarbon core of the ileal cell membrane and positively charges the membrane surface, displacing divalent calcium cations by repulsive forces. Such a displacement disrupts the binding of calcium to the ileal cubilin receptor of the intrinsic factor-vitamin B12 complex and causes malabsorption of the vitamin. Clinical and biochemical vitamin B12 deficiency is quite common among patients with diabetes. Future large and well-designed studies on screening for vitamin B12 deficiency, vitamin B12 supplementation, and optimal supplement dosage among individuals with diabetes are important to guide the creation of guidelines. Annual screening for vitamin B12 deficiency should be performed using more sensitive methods such as serum homocysteine and methylmalonic acid concentrations.

Key Words: Type 2 Diabetes, Metformin, Vitamin B12



BD/S-3

SÜRDÜRÜLEBİLİR BESLENME VE AKDENİZ DİYETİ

Fatma Çetin¹, İrem Eroğlu², Esen Karaca²

1Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Özel Danışmanlık Merkezi, İzmir

2Beslenme ve Diyetetik Bölümü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

*İlgili yazar: iremeroglu1999@hotmail.com

Özet

Sürdürülebilirlik kavramı iklim değişikliği nedeniyle son zamanlarda sık sık karşımıza çıkmaktadır. Sürdürülebilirlik, gelecekteki nesillerin ihtiyaç duyacağı kaynakları ve kaynakların kalitesini koruyarak şimdiki nesillerin gereksinimlerinin karşılanmasıdır. Nüfus artışı, teknolojik gelişmeler, kentleşme ve sanayileşme sonucu beslenme sistemleri değişmiştir. Bu değişim pek çok sağlık sorununun yanı sıra sera gazı emisyonu, su ve arazi kullanımı, enerji tüketimi ve çevre kirliliği gibi çevresel sorunlara da yol açmıştır. Sürdürülebilirlik ile günlük hayatımızın en önemli parçalarından biri olan beslenme oldukça ilişkilidir. Sürdürülebilir beslenme; şimdiki ve gelecek nesillerde sağlıklı bir yaşantı için beslenme güvencesine katkıda bulunan, çevresel etkileri az olan bir diyeti ifade eder. Sağlıklı ve sürdürülebilir bir diyet daha az hayvansal besin, daha fazla bitkisel besin tüketimini destekler; yoğun enerji içeren, işlenmiş ve paketlenmiş gıdaların tüketimini en aza indirmeyi hedefler. Dünyanın en sağlıklı diyetlerinden biri olarak görülen Akdeniz Diyeti sebze, meyve, tahıl, baklagiller, sert kabuklu yemiş tüketiminin fazla; balık ve deniz ürünü tüketiminin orta düzeyde; beyaz et ve süt ürünü tüketiminin ılımlı düzeyde; kırmızı et, işlenmiş et ve şekerli besin tüketiminin az olduğu bir beslenme şeklidir. Özetle 2010 yılında UNESCO tarafından “İnsanlığın Somut Olmayan Kültürel Mirası” seçilen Akdeniz Diyeti bir diyetin ötesinde fiziksel aktivitenin de önemli rol oynadığı bir yaşam biçimi örüntüsüdür ve Birleşmiş Milletler Gıda ve Tarım Örgütü’nün de içinde bulunduğu çeşitli kuruluşlar tarafından sürdürülebilir bir diyet olarak kabul edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Sürdürülebilirlik, beslenme, Akdeniz diyeti



BD/S-4

HÜNNAP MEYVESİ İLAVELİ FONKSİYONEL YOĞURDUN BAZI FİZİKSEL, KİMYASAL VE MİKROBİYOLOJİK ÖZELLİKLERİ

Canan ÖZKAN¹, Tuğba GÖK¹, Reyhan İRKİN¹

¹ Beslenme ve Diyetetik Bölümü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

*İlgili yazar/ Corresponding author: cananozkan.127@gmail.com

ORCID: C.Ö; 0000-0002-3223-3891, T.G; 0000-0002-2560-8595, R.İ; 0000-0002-6838-2215

Özet

Amaç: Bu çalışmada, her zaman sevilerek tüketilen sağlıklı bir yiyecek olan yoğurda hünnap meyvesinin ilave edilmesiyle, antioksidan bakımından zenginleştirip, içeriğindeki laktik asit bakteri sayısını ve raf ömrünü arttırarak fonksiyonel bir ürün haline getirilmesi amaçlanmıştır.

Gereç-Yöntem: Protein kalitesi yüksek, esansiyel yağ asitleri içeren, ayrıca kalsiyum, fosfor, B2 (*riboflavin*), B6(*piridoksin*) ve B12 (*kobalamin*) mikro besin öğeleri bakımından zengin olan yoğurt, tercihen homojenize edilmiş sütlerin, starter kültür ile laktik asit fermentasyonu sonucu elde edilen bir süt ürünüdür. İnce kabuklu, hafif tatlımsı bir meyve olan hünnap (*Zizyphus jujuba*), C vitamini kaynağı olarak bilinen kivi, limon, çilek gibi meyvelere oranla daha fazla C vitamini içermektedir. Hünnap meyvesi fiziksel ve ısıt işlemlerden geçirilerek toz haline getirilmiş ve ısıt işlemler uygulanmış süte, %3 (w/v) ve %8 (w/v) oranlarında ilave edilmiştir. Üretilen yoğurtlar cam kavanozlarda +4°C' de depolanmış, bir haftalık periyotlarla, asitlik, pH, brix, toplam laktik asit bakteri sayıları ve küf-maya tespitleri yapılmıştır.

Bulgular: Numuneler kıyaslandığında laktik asit bakteri sayısının 7. ve 14. günlerde %3 hünnap ilaveli yoğurtlarda fazla çıkarken, küf- maya sayısının en az kontrol grubunda olduğu gözlenmiştir.

Sonuçlar: Bu çalışmanın sonucunda hünnap meyve ilavesinin yoğurttaki faydalı mikroorganizmaları arttırdığı, bununla birlikte üründeki maya sayısının azaltılabilmesi için üretimde farklı uygulamalar gerektiği belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Yoğurt, Hünnap, Fonksiyonel Besin



SOME PHYSICAL, CHEMICAL AND MICROBIOLOGICAL PROPERTIES OF FUNCTIONAL YOGURT JUJUBE

Canan OZKAN¹, Tuğba GOK¹, Reyhan IRKIN¹

¹ Department of Nutrition and Dietetics, Izmir Demokrasi University, Izmir

*İlgili yazar/ Corresponding author: cananozkan.127@gmail.com

ORCID: C.Ö; 0000-0002-3223-3891, T.G; 0000-0002-2560-8595, R.İ; 0000-0002-6838-2215

Abstract

Objectives: In this study, it was aimed to make a functional product by adding jujube fruit to yoghurt, which is a healthy food that is always consumed with pleasure, enriching it in terms of antioxidants, increasing the number of lactic acid bacteria in it and increasing its shelf life.

Materials – Methods: Yogurt is a dairy product which produced by lactic acid fermentation preferably from homogenized milk, with starter culture and it contains high protein quality, essential fatty acids, and calcium, phosphorus, B2 (riboflavin), B6 (pyridoxine) and B12 (cobalamin). Jujuba (*Zizyphus jujuba*) is a thin-skinned, slightly sweet fruit, contains more vitamin C than fruits such as kiwi, lemon, and strawberry, which are known as the good sources of vitamin C. Jujube fruit was powdered by physical and heat treatment and added to heat treated milk at 3% (w/v) and 8% (w/v) ratios. Produced yoghurts were stored in glass jars at +4°C, and their acidity, pH, brix, total lactic acid bacteria and mold-yeast determinations were made at weekly intervals.

Results: When the samples were compared, it was observed that the number of lactic acid bacteria was higher in the yoghurts with 3% jujube added on the 7th and 14th days, while the number of yeasts was the lowest in the control group.

Conclusion: As a result of this study, it was determined that the addition of jujube fruit increased the beneficial microorganisms in yoghurt, however, some other treatments should be applied in order to reduce the number of yeasts in the product.

Keyword: Yogurt, Jujube, Functionel Food



BD/S-5

KARBONHİDRATLAR VE SPORCULARDA KULLANIMI

Elif OVACIK¹, Reyhan İRKİN¹

¹ Beslenme ve Diyetetik Bölümü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

*İlgili yazar/ Corresponding author: elif.ovacik@outlook.com

ORCID: E.O; 0000-0003-2468-8826; R.İ; 0000-0002-6838-2215

Özet

Son yıllarda çeşitli spor dallarında, yarışma öncesi ve sonrasında performansı maksimum düzeye getirmek amacıyla çeşitli besinlerin bilinçsizce tüketildiği dikkati çekmektedir. Günümüzde spor aktiviteleri öncesinde karbonhidrat tüketimiyle ilgili farklı görüşler ortaya konulmaktadır. Bireysel ya da takım sporu olması fark etmeksizin, sporcu beslenmesinde karbonhidratlı besinler büyük öneme sahiptir. Aynı zamanda karbonhidratlar sağlıklı bir bireyin günlük diyetinde en fazla enerji sağladığı (%55-60) besin ögesidir. Özellikle egzersiz öncesi tüketilen karbonhidrat içerikli besinlerin temel amacı, glikojen depolarında doygunluğu sağlayarak performansı en üst seviyeye çıkarmak, yorgunluğu ise minimum düzeye düşürmektir. Yeterli kas glikojen deposu olmayan durumlarda, yağ ve proteinlerin enerji için kullanıldığı bilinmektedir. Yağ ve proteinlerin enerji amacıyla kullanılması sonucunda artık maddeler bıraktıkları göz önüne alındığında vücutta istenmeyen etkilere yol açacakları belirlenmiştir. Karbonhidratların gerekli tüketim miktarından fazla alındığı durumlarda yağa dönüşüyor oldukları da unutulmaması gereken bir gerçektir. Aynı zamanda enerji kaynağı olarak karbonhidratın tüketilmesi oksijen kullanımında azalma sağlayabilmektedir. Dolayısıyla antrenman dönemlerinde karbonhidrat içeriği yüksek besinlerin tüketimi uygun bulunmuş ayrıca besin öğelerinin kesinlikle diyet kontrolü yapılarak dengeli bir şekilde alınması gerektiği önerilmiştir. Bu derlemenin amacı spor aktivitelerinde kullanılan karbonhidrat kaynakları ve klinik etkileri ile ilgili son yıllarda yapılan araştırmaların sonuçlarının sunulmasıdır.

Key Words: Karbonhidratlar, egzersiz, enerji



CARBOHYDRATES SOURCES USED IN SPORTS ACTIVITIES

Elif OVACIK¹, Reyhan IRKIN¹

¹ Department of Nutrition and Dietetics, Izmir Demokrasi University, Izmir

*İlgili yazar/ Corresponding author: elif.ovacik@outlook.com

ORCID: E.O; 0000-0003-2468-8826; R.İ; 0000-0002-6838-2215

Abstract

In recent years, it has been noted that in various sports, various nutrients are consumed unconsciously in order to maximize performance before and after the competition. In this context, different opinions about carbohydrate consumption are put forward before sports activities. Regardless of whether it is an individual or a team sport, carbohydrate foods are of great importance in the nutrition of athletes. At the same time, carbohydrates are the nutrients that provides the most energy (55-60%) in the daily diet of a healthy person. The main purpose of carbohydrate-containing foods consumed especially before exercise is to maximize performance by ensuring saturation in glycogen stores and to reduce fatigue to a minimum level. It is known that in situations where there is not enough glycogen storage, fats and proteins are used for energy. Considering that fats and proteins leave residual substances as a result of their use for energy purposes, it has been determined that they will lead to undesirable effects on the body. It should also be noted that in cases where carbohydrates are taken more than the required amount of consumption, they turn into fat. At the same time, consuming carbohydrates as an energy source can lead to a decrease in oxygen use. Therefore, it is recommended that the consumption of foods with a high carbohydrate content during training periods is appropriate and that the nutrients should be taken in a balanced way by strictly controlling the diet. The aim of this review is to present the results of recent studies on carbohydrate sources used in sports activities and their clinical effects on health.

Anahtar Kelimeler: Carbohydrates, exercise, energy



FTR/S-1

UZAMIŞ COVID-19 SÜRECİNDE ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE COVID-19 KORKUSU, FİZİKSEL AKTİVİTE VE FİZİKSEL AKTİVİTE YAPMAYA ENGEL OLAN BARIYERLER

Çağla Gizem Taniş¹, İlay Oymak¹, Mizgin Ergöz¹, Berfin Manış¹, Yasin Akbaş¹, Fatih Kuzlak¹

¹ Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

*İlgili yazar/ Corresponding author: caglagizemt@gmail.com

Özet

Amaç: COVID-19 pandemisi ve zorunlu kısıtlamalar göz önüne alındığında, günümüzde üniversite öğrencilerinin fiziksel aktiviteye katılmalarına engel olan daha fazla fiziksel aktivite bariyeri söz konusudur. Bu bariyerler arttıkça fiziksel inaktivite de artmaktadır. Fakat uzamış COVID-19 sürecinde üniversite öğrencilerinde egzersiz ve fiziksel aktivite engellerinin nasıl değiştiği henüz bilinmemektedir. Bu sebeple bu çalışmada üniversite öğrencilerinde uzamış COVID-19 sürecinde COVID-19 korkusu, fiziksel aktivite düzeyleri ve fiziksel aktiviteye engel bariyerleri araştırmayı amaçladık.

Gereç-Yöntem: Prospektif ve kesitsel olarak planlanan bu çalışmaya İzmir Demokrasi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi'nde aktif olarak lisans öğrenimi görmekte olan üniversite öğrencileri (n=18, 21,89±0,96 yıl, 171,78±8,62 cm, 63,06±9,75 kg, 11K (%61,1), 7E (%38,9)) dahil edildiler. Üniversite öğrencilerinde COVID-19 korkusu düzeyleri COVID-19 Korkusu Ölçeği, fiziksel aktivite düzeyleri Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi Kısa Form ve fiziksel aktiviteye engel bariyerler Fiziksel Aktivite Engelleri Ölçeği ile değerlendirildi.

Bulgular: Öğrencilerin COVID-19 korkusu puanı 14,39±4,80, şiddetli fiziksel aktivite puanı 342,22±834,79 MET-dk/hafta, orta şiddetli fiziksel aktivite puanı 544,44±913,49 MET-dk/hafta, yürüyüş puanı 1071,58±794,11 MET-dk/hafta ve fiziksel aktiviteye engel bariyerler puanı 48,39±13,40 idi. Son bir haftada öğrencilerin 4'ü (%22,2) şiddetli fiziksel aktivite, 7'si (%38,9) orta şiddetli fiziksel aktivite ve 16'sı (%88,9) yürüyüş yapmıştı. Üniversite öğrencilerinin 3'ü (%16,7) inaktif, 11'i (%61,1) minimal aktif ve 4'ü (%22,2) yeterince aktifti. Öğrencilerin COVID-19 korkusu, fiziksel aktivite düzeyleri ve fiziksel aktivite yapmaya engel bariyer puanları arasında herhangi bir korelasyon yoktu (p>0,05).

Sonuçlar: Uzamış COVID-19 sürecinde üniversite öğrencilerinde orta düzeyde COVID-19 korkusu ve fiziksel aktivite yapmaya engel bariyerleri olduğu görülmektedir. Ayrıca öğrencilerin büyük çoğunluğu fiziksel olarak yeterince aktif değildir. Bu sebeple uzamış COVID-19 pandemi sürecinde öğrencilerin fiziksel aktivite bariyerlerinin tespit edilerek fiziksel aktivitelere yönlendirilmesi gerekmektedir.

Anahtar Kelimeler: COVID-19, fiziksel aktivite, korku, öğrenci, Sars-CoV-2



FEAR OF COVID-19, PHYSICAL ACTIVITY AND THE BARRIERS THAT PREVENT PHYSICAL ACTIVITY IN UNIVERSITY STUDENTS DURING PROLONGED COVID-19 PROCESS

Çağla Gizem Taniş¹, İlay Oymak¹, Mizgin Ergöz¹, Berfin Manış¹, Yasin Akbaş¹, Fatih Kuzlak¹

¹ Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

*İlgili yazar/ Corresponding author: caqlagizemt@gmail.com

Abstract

Objectives: Given COVID-19 pandemic and mandatory restrictions, there are more physical activity barriers that currently prevent college students from participating in physical activity. As these barriers increase, so does physical inactivity. However, it is not yet known how exercise and physical activity barriers have changed in university students during prolonged COVID-19 period. For this reason, in this study, we aimed to investigate fear of COVID-19, physical activity levels and barriers to physical activity during prolonged COVID-19 process in university students.

Materials-Methods: In this prospective and cross-sectional study, university students actively studying at Izmir Democracy University Faculty of Health Sciences (n=18, 21.89±0.96 years, 171.78±8.62 cm, 63.06± 9.75 kg, 11F (61.1%), 7M (38.9%)) were included. Levels of fear of COVID-19 in university students were evaluated with COVID-19 Fear Scale, physical activity levels were evaluated with International Physical Activity Questionnaire Short Form, and barriers to physical activity were evaluated with Physical Activity Barriers Scale.

Results: COVID-19 fear score of students was 14.39±4.80, vigorous physical activity score was 342.22±834.79 MET-min/week, moderate-intensity physical activity score was 544.44±913.49 MET-min/week, walking score was 1071.58±794.11 MET-min/week and barriers to physical activity score was 48.39±13.40. In the last week, 4 (22.2%) of students did vigorous physical activity, 7 (38.9%) did moderate physical activity and 16 (88.9%) did walking. Of university students, 3 (16.7%) were inactive, 11 (61.1%) were minimally active, and 4 (22.2%) were active enough. There was no correlation between students' fear of COVID-19, physical activity levels and barrier scores for physical activity (p>0.05).

Conclusions: During prolonged COVID-19 period, university students seem to have moderate fear of COVID-19 and barriers to physical activity. In addition, the majority of students are not physically active enough. For this reason, during prolonged COVID-19 pandemic process, as physical activity barriers of students should be determined, students should be directed to physical activities.

Key Words: COVID-19, physical activity, fear, student, Sars-CoV-2



FTR/S-2

COVID-19 PANDEMİSİNDE YAŞLI HASTALARDA DÜŞME RİSKİ VE SIKLIĞININ DEĞERLENDİRİLMESİ

Damla Nur Ceylan¹, Benaz Daneoğlu¹, Aslıhan Gün¹, Sultan Şahinbaş¹, Bilge Köseadağ¹, Merve Girgin¹, Nursel Yapı¹, Ayşe Beyza Özbudak¹, Özlem Demir¹, Rumeysa Adalet Şenay¹

¹ Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

*İlgili yazar/ Corresponding author: mervegirgin1203@gmail.com

Özet

Amaç: Düşmeler, bireylerde yaralanma ve fonksiyon kayıplarına, hastanede kalış süresinin uzamasına, tedavi maliyetinin artmasına, yaşam kalitesinin azalmasına, anksiyete ve korku gelişmesine neden olmaktadır. Yaşlılarda düşme ise yaygın görülen önemli bir sorundur. Diğer yandan COVID-19 pandemisi ve eşlik eden kısıtlamalarla yaşlılarda düşme riski ve sıklığının hangi yönde değiştiği belirsizdir. Bu sebeple çalışmamızda yaşlı hastalarda COVID-19 pandemisinde düşme riski ve sıklığını araştırmayı amaçladık.

Gereç- Yöntem: Kesitsel olarak planlanan bu çalışmaya yaşlı hastalar (n=30, 71,27±5,21 yıl, 163,97±7,42 cm, 83,63±17,40 kg, 31,13±5,89 kg/m², 21K (%70), 9E (%30)) dahil edildi. Yaşlı hastaların demografik özellikleri kaydedildi. Bu yaşlı hastalarda düşme riski ve sıklığı Uluslararası Düşme Etkinlik Ölçeği, FES-1 ile değerlendirildi. Toplam 16 sorudan oluşan bu ölçekte en az 16 ve en fazla 64 puan alınabilir. Bu ölçekten alınan toplam puanın 24 ve üzerinde olması bireyde düşme riski olduğunu gösterir.

Bulgular: Yaşlı hastaların 14'ü (%46,7) COVID-19 geçirmişti. Bu hastaların 9'u (%30) 2019 yılında, 14'ü (%46,6) 2020 yılında, 15'i (%50) 2021 yılında ve 11'i (%36,7) 2022 yılında en az bir defa düşmüştü. Yaşlı hastaların Uluslararası Düşme Etkinlik Ölçeği, FES-1 ortalama puanı ise 29,83±9,91 bulundu. Yaşlı hastaların 8'inde (%26,7) düşme riski yoktu, 22'sinde (%73,3) ise düşme riski vardı.

Sonuçlar: COVID-19 pandemi sürecinde önceki yıla göre yaşlı hastaların düşme sıklığı artmıştır. Günümüzde ise yaşlı hastaların düşme riski puanı orta düzeyde olup bu hastaların büyük çoğunluğunda düşme riski vardır. Pandemi sürecinde ev içerisinde kalmak ev içi risk faktörlerine bağlı olarak düşme riskini ve sıklığını artırmış olabilir. Bu sebeple yaşlı hastalara ev ziyaretleri yapılarak ev düzenlemelerinin yapılması ve düşme eğitimi verilmesi gerekmektedir.

Anahtar Kelimeler: COVID-19, yaşlı, FES-1, düşme



EVALUATION OF FALL RISK AND FREQUENCY IN ELDERLY PATIENTS DURING COVID-19 PANDEMIC

Damla Nur Ceylan¹, Benaz Daneoğlu¹, Aslıhan Gün¹, Sultan Şahinbaş¹, Bilge Köseadağ¹, Merve Girgin¹, Nursel Yapı¹, Ayşe Beyza Özbudak¹, Özlem Demir¹, Rumeysa Adalet Şenay¹

¹ Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

*İlgili yazar/ Corresponding author: mervegirgin1203@gmail.com

Abstract

Objectives: Falls cause injury and loss of function, prolongation of hospital stay, increase in treatment costs, decrease in quality of life, and development of anxiety and fear. Falling is a common problem in elderly. On the other hand, it is unclear in which direction the risk and frequency of falls have changed in the elderly due to COVID-19 pandemic and accompanying restrictions. For this reason, we aimed to investigate risk and frequency of falls in elderly patients during COVID-19 pandemic.

Materials - Methods: In this cross-sectional study, elderly patients (n=30, 71.27±5.21 years, 163.97±7.42 cm, 83.63±17.40 kg, 31.13±5.89 kg/m², 21F (70%), 9M (30%)) were included. Demographic characteristics of elderly patients were recorded. Fall risk and frequency in these elderly patients were assessed using International Fall Efficiency Scale, FES-1. In this scale, which consists of totally 16 questions, a minimum of 16 and a maximum of 64 points can be obtained. A total score of 24 or more from this scale indicates that individual has a fall risk.

Results: Fourteen (46.7%) elderly patients have had COVID-19. Of these patients, 9 (30%) fell at least once in 2019, 14 (46.6%) in 2020, 15 (50%) in 2021, and 11 (36.7%) in 2022. Mean score of International Fall Efficiency Scale, FES-1 was found as 29.83±9.91 in elderly patients. Eight (26.7%) elderly patients had no fall risk while 22 (73.3%) had fall risk.

Conclusions: During COVID-19 pandemic, fall frequency of elderly patients has increased compared to the previous year. Today, elderly patients have a moderate fall risk score, and most of these patients have a fall risk. Staying at home during pandemic may have increased risk and frequency of falls due to domestic risk factors. For this reason, home visits should be made to elderly patients, making home arrangements, and giving fall training should be needed.

Key Words: COVID-19, elderly, FES-1, fall



FTR/S-3

COVID-19 PANDEMİ SÜRECİNDE STAJER FİZYOTERAPİSTLERİN STAJ SIRASINDA YAŞADIKLARI KAS İSKELET SİSTEMİ PROBLEMLERİ

Melisa Ayhan Sevinç¹, Amine Gamze Çiçek¹, Rabia Işın İmren¹, Eda Ekim¹, İrem Tosun¹, Tuğçe Çoban¹, Neslihan Baykal¹, Hatice Kalkanlı¹, Berfin Başaranoğlu¹, Sude Birsen Gülmüş¹

¹ Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

*İlgili yazar/ Corresponding author: melisasevinc17@gmail.com

Özet

Amaç: Statik ve dinamik çalışma postürleri, ağır kaldırma, tekrarlı hareketler, kullanılan ekipmanlar, çalışma organizasyonu ve mental stres gibi sebeplere bağlı olarak fizyoterapistlerde işle ilgili kas iskelet sistemi hastalıkları oluşma riski yüksektir. Lisans eğitimi sırasında aktif olarak staj yapan fizyoterapistler de kas iskelet sistemi problemlerinden şikâyet edebilmektedirler. Ancak stajyer fizyoterapistlerde kas iskelet problemlerinin varlığı henüz bilinmemektedir. Bu sebeple, bu çalışmada COVID-19 pandemi sürecinde stajyer fizyoterapistlerin staj sırasında yaşadıkları kas iskelet problemlerini araştırdık.

Gereç - Yöntem: Kesitsel olarak planlanan bu çalışmaya stajyer fizyoterapistler (n=49, 22,02±0,78 yıl, 167,33±6,57 cm, 62,04±10,77 kg, 43K (%87,8), 6E (%12,2)) dahil edildi. Stajyer fizyoterapistlerin kas iskelet sistemi rahatsızlıkları Cornell Kas İskelet Rahatsızlığı Anketi ile değerlendirildi. Bu ankette son 7 gün içerisinde çalışılan süre boyunca 11 ayrı vücut bölgesindeki (boyun, omuz, sırt, üst kol, bel, ön kol, el bileği, kalça, üst bacak, diz ve alt bacak) kas-iskelet sistemindeki rahatsızlıklar/ağrı sıklığı, şiddeti ve iş yeteneğine engel olma durumu değerlendirilir. Her bir bölgeden en az 0 en fazla 90 puan alınabilir. Puanın yüksek olması ilgili bölgedeki kas iskelet sistemindeki rahatsızlığın fazla olduğunu gösterir.

Bulgular: Stajyerlerin 1'inde (%2) akut hastalık ve 7'sinde (%14,3) kronik rahatsızlık vardı. Stajyerlerin boyun (15,36±25,41), sırt (15,07±24,25), bel (12,39±14,94), kalça (6,60±20,13), sağ omuz (8,39±14,59), sol omuz (4,27±8,99), sağ üst kol (1,63±5,23), sol üst kol (1,12±3,55), sağ önkol (1,42±4,41), sol önkol (0,89±3,46), sağ el bileği (3,04±6,41), sol el bileği (2,28±5,38), sağ üst bacak (4,27±9,10), sol üst bacak (6,01±18,88), sağ diz (8,69±24,65), sol diz (6,50±15,02), sağ alt bacak (3,83±13,28), sol alt bacak (3,84±13,31), sağ ayak (5,89±14,94) ve sol ayak (5,93±14,94) bölgelerinde ağrıları vardı.

Sonuçlar: Stajyer fizyoterapistler staj yaptıkları süre içerisinde tüm vücut bölümlerinde hafif düzeyde rahatsızlık/ağrı bildirmektedirler. Özellikle boyun, sırt ve bel bölgelerinde hissedilen rahatsızlık hissi diğer vücut bölümlerine göre daha fazladır. Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü lisans programlarının içerisine işle ilgili kas-iskelet rahatsızlıklarına karşı bilgilendirme ve korunmaya yönelik yaklaşımlarla ilgili eğitimler konulmalıdır.

Anahtar Kelimeler: Klinik stajyerlik, fizyoterapistler, kas-iskelet ağrısı



MUSCULOSKELETAL PROBLEMS EXPERIENCED BY TRAINEE PHYSIOTHERAPISTS DURING THE INTERNSHIP IN THE PROCESS OF COVID-19

Melisa Ayhan Sevinç¹, Amine Gamze Çiçek¹, Rabia Işın İmren¹, Eda Ekim¹, İrem Tosun¹, Tuğçe Çoban¹, Neslihan Baykal¹, Hatice Kalkanlı¹, Berfin Başaranoğlu¹, Sude Birsen Gülmüş¹

¹ Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

*İlgili yazar/ Corresponding author: melisasevinc17@gmail.com

Abstract

Objectives: Depending on static and dynamic working postures, heavy lifting, repetitive movements, equipment used, work organization and mental stress, physiotherapists have a high risk of developing work-related musculoskeletal diseases. Physiotherapists who actively do internship during undergraduate education may also complain about musculoskeletal system problems. However, presence of musculoskeletal problems in trainee physiotherapists has not been known yet. For this reason, in this study, we investigated musculoskeletal problems experienced by trainee physiotherapists during their internship during COVID-19 pandemic.

Materials - Methods: Trainee physiotherapists (n=49, 22.02±0.78 years, 167.33±6.57 cm, 62.04±10.77 kg, 43F (87.8%), 6M (12.2%)) were included in this cross-sectional study. Musculoskeletal system disorders of trainee physiotherapists were evaluated with Cornell Musculoskeletal Disorder Scale. In this scale, frequency, severity, and hindrance to work ability of discomfort/pain in musculoskeletal system related to 11 different body regions (neck, shoulder, dorsal, upper arm, lumbal, forearm, wrist, hip, upper leg, knee, and lower leg) during the study period in the last 7 days are evaluated. A minimum of 0 and a maximum of 90 points can be obtained from each region. A high score indicates more discomfort in musculoskeletal system in relevant region.

Results: One (2%) of the trainees had acute illness and 7 (14.3%) had chronic disease. Trainees had pain in neck (15.36±25.41), dorsal (15.07±24.25), lumbal (12.39±14.94), hip (6.60±20.13), right shoulder (8.39±14.59), left shoulder (4.27±8.99), right upper arm (1.63±5.23), left upper arm (1.12±3.55), right forearm (1.42±4.41), left forearm (0.89±3.46), right wrist (3.04±6.41), left wrist (2.28±5.38), right upper leg (4.27±9.10), left upper leg (6.01±18.88), right knee (8.69±24.65), left knee (6.50±15.02), right lower leg (3.83±13.28), left lower leg (3.84±13.31), right foot (5.89±14.94) and left foot (5.93±14.94).

Conclusions: Trainee physiotherapists report mild level discomfort/pain in all body regions during their internship. Feeling of discomfort felt especially in neck, dorsal and lumbal regions, is more than other body regions. Educations about information and prevention against work related musculoskeletal disorders should be included in undergraduate programs of physiotherapy and rehabilitation department.

Key Words: Clinical Clerkship, Physical Therapists, Musculoskeletal Pain



FTR/S-4

SAĞLIK BİLİMLERİ, SPOR BİLİMLERİ, DIŞ HEKİMLİĞİ VE TIP FAKÜLTELERİ ÖĞRENCİLERİNİN KINEZYO BANTLAMA HAKKINDA BİLGİ DÜZEYLERİNİN ARAŞTIRILMASI

Gökçe Melek Orhan¹, Berfin Aygün¹, Emre Tarık Yurtseven¹, Özgür Deniz Celep¹, Ali Mert Bilgin¹, Tuna Yenici¹, Melike Taşdemir¹, Hazal Kuyuçay¹, Emine Gürbüz¹, Aybüke Sena Demir¹

¹ Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

*İlgili yazar: gokcemelekorhan@icloud.com

ORCID: 0000-0001-7373-621X

Özet

Amaç: Bu çalışmada üniversitelerin sağlık bilimleri, spor bilimleri, dış hekimliği ve tıp fakültelerinde aktif olarak öğrenim görmekte olan üniversite öğrencilerinin rehabilitasyon alanında yaygın olarak kullanılan kinezyo bantlama hakkındaki bilgi düzeylerini ölçmeyi amaçladık.

Gereç- Yöntem: Kesitsel olarak planlanan bu çalışmaya 18 yaş ve üzeri gönüllü üniversite öğrencileri (n=169, 109K (%64,5), 60E (%35,5)) dahil edildi. Üniversite öğrencilerinin kinezyo bantlama hakkındaki bilgi düzeylerini ölçmek için araştırmacılar tarafından 16 maddelik bir form oluşturuldu. Formdaki soruların hepsine doğru ve yanlış şeklinde iki düzeyde yanıt verilebilmektedir.

Bulgular: Form yanıtlanma oranı %100'dü. Öğrencilerin büyük çoğunluğu formun 13 maddesinde doğru sonuca ulaşmıştır. Öğrencilerin yarısından azı da formun diğer 3 maddesinde doğru sonuca ulaşmıştır.

Sonuçlar: Genel olarak ankete katılan sağlık ve spor bilim alanlarında öğrenim görmekte olan öğrencilerin kinezyo bantlama hakkındaki bilgi düzeyi yeterlidir. Ancak kinezyo bantlamanın hamile kadınlara uygulanabilirliği, bant fiyatlarının karşılanabilirliği ve renk seçiminde dikkat konularında bilgi düzeyi üniversite öğrencilerin az bir kısmında yeterli bulunmuştur. Fizyoterapi ve rehabilitasyon alanında hem bilimsel çalışmalarda hem de klinik ortamlarda kinezyo bantlama sık kullanılmaktadır. Günümüzde kinezyo bantlamanın etkinliğinin gösterilmiş olması ve yaygın olarak kullanıldığı dikkate alınacak olursa kinezyo bantlama hakkında öğrencilerinin daha fazla bilgilendirilmelerini önermekteyiz.

Anahtar Kelimeler: Öğrenci, kinezyo bant, bilgi



INVESTIGATING KNOWLEDGE LEVELS OF HEALTH SCIENCES, SPORTS SCIENCES, DENTISTRY AND MEDICAL FACULTIES STUDENTS ABOUT KINESIO TAPE

Gökçe Melek Orhan¹, Berfin Aygün¹, Emre Tarık Yurtseven¹, Özgür Deniz Celep¹, Ali Mert Bilgin¹, Tuna Yenici¹, Melike Taşdemir¹, Hazal Kuyuçay¹, Emine Gürbüz¹, Aybüke Sena Demir¹

¹ Physiotherapy and Rehabilitation Department, Izmir Democracy University, Izmir

* Corresponding author: gokcemelekorhan@icloud.com

ORCID: 0000-0001-7373-621X

Abstract

Objectives: In this study, we aimed to measure knowledge level about kinesio tape, which is widely used in the field of rehabilitation, of university students who are actively studying in health sciences, sports sciences, dentistry, and medicine faculties of universities.

Materials - Methods: Volunteer university students who were aged 18 and over (n=169, 109F (64.5%), 60M (35.5%)) were included in this cross-sectional study. A 16-item form was created by the researchers to measure knowledge level of university students about kinesio tape. All questions in the form can be answered at two levels as true and false.

Results: Form response rate was 100%. Majority of students reached correct result in 13 items of the form. Less than half of students reached correct result in other 3 items of the form.

Conclusions: In general, knowledge level of students studying in fields of health and sports sciences participating in survey is sufficient about kinesio tape. However, applicability of kinesio tape to pregnant women, affordability of tape prices, and knowledge level of attention in color selection were found to be sufficient in a small number of university students. In field of physiotherapy and rehabilitation, kinesio tape is frequently used in both scientific studies and clinical settings. Considering that effectiveness of kinesio taping has been demonstrated today and it is widely used, we recommend that students to be more informed about kinesio tape.

Key Words: Student, kinesio tape, knowledge



FTR/S-5

KALICI YAZ SAATİ UYGULAMASININ SAĞLIK BİLİMLERİ ALANINDAKİ ÖĞRENCİLERİN DEPRESYON, ANKSİYETE VE STRES DURUMLARI ÜZERİNE ETKİSİ

Hüseyin KIRAN¹, Ahmet Burak Bayır¹, Eda Şen¹, Çağla Çalışkan¹, Hatice Kayalier¹, ZahraShoeori Khosroshahi¹, Berna Doğan¹, Zeynep Birdal¹, Tuğçe Atmaca¹, Şevval Arslan¹, Gülşah Barğı¹

¹ Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

*İlgili yazar: huseyinulaskiran@gmail.com

ORCID: 0000-0002-0979-0083

Özet

Amaç: Günlük işlerin planlanabilmesi ve belirli bir zaman çerçevesinde yapılabilmesi için saat kullanılmaktadır. Güneşin doğuş ve batış saatleri mevsimlere göre değişiklik göstermektedir. Bu sebeple, dünyanın birçok ülkesinde yaz ve kış saati uygulaması yapılmaktadır. Yaz saati uygulaması mart ayında başlar ve ekim ayında sona erer. Ancak 2016 yılından itibaren Türkiye'de kalıcı olarak yaz saati uygulamasına geçilmiştir. Bu çalışmada, kalıcı yaz saati uygulamasının sağlık bilimleri alanındaki öğrencilerin depresyon, anksiyete ve stres düzeylerine etkisi hala bilinmediğinden araştırılması amaçlanmıştır.

Gereç- Yöntem: Kesitsel olarak planlanan bu çalışmada çevrimiçi anket ile değerlendirme yapıldı. İzmir Demokrasi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi'nde aktif olarak lisans programında öğrenim gören üniversite öğrencileri (n=54, 21,78±1,06 yıl, 45K (%83,3), 9E (%16,7)) dahil edildi. Öğrencilerin demografik bilgileri kaydedildi. Öğrencilerin kalıcı yaz saati uygulaması ile ilgili ruh halleri (depresyon, anksiyete ve stres) Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği-21 (DASS-21) ile değerlendirildi.

Bulgular: Öğrencilerin 32'sinde (%59,3) anksiyete, 37'sinde (%68,5) depresyon ve 29'unda (%53,7) stres vardı. Öğrencilerin anksiyete puanı 5,57±4,67, depresyon puanı 8,41±6,04 ve stres puanı 8,59±5,94'tü. Kadın ve erkek öğrenciler arasında anksiyete (U değeri: 179), depresyon (U değeri: 193) ve stres (U değeri:172,5) puanları açısından istatistiksel anlamlı fark yoktu (p>0,05).

Sonuçlar: Ülkemizde 2016 yılından itibaren uygulanmakta olan kalıcı yaz saati uygulamasının öğrencilerin çoğunluğunda depresyon, anksiyete ve stres oluşturduğu görülmüştür. Cinsiyete göre anksiyete, depresyon ve stres düzeyleri değişmemektedir. Öğrencilerin ruh hallerinin iyileştirilmesi için mevsimlere göre güneşin doğuş ve batış saatlerinde değişiklik yapılması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Anksiyete, depresyon, stres, öğrenci, yaz saati uygulaması



EFFECT OF PERMANENT DAYLIGHT-SAVING TIME ON DEPRESSION, ANXIETY AND STRESS CONDITIONS OF STUDENTS IN THE FIELD OF HEALTH SCIENCES

Hüseyin KIRAN¹, Ahmet Burak Bayır¹, Eda Şen¹, Çağla Çalışkan¹, Hatice Kayalier¹, ZahraShoeori Khosroshahi¹, Berna Doğan¹, Zeynep Birdal¹, Tuğçe Atmaca¹, Şevval Arslan¹, Gülşah Barğı¹

1 Physiotherapy and Rehabilitation Department, Izmir Democracy University, Izmir

*Corresponding author: huseyinulaskiran@gmail.com

ORCID: 0000-0002-0979-0083

Abstract

Objectives: Clock is used to plan daily tasks and perform them within a certain time frame. Sunrise and sunset times vary according to the seasons. Therefore, summer and winter time are applied in many countries of world. Daylight saving time starts in March and ends in October. However, as of 2016, daylight saving time has been applied permanently in Turkey. In this study, it was aimed to investigate effect of permanent daylight-saving time on depression, anxiety, and stress levels of students in the field of health sciences, as it is still unknown.

Materials - Methods: In this study planned as a cross-sectional study, an evaluation was made with an online questionnaire. University students (n=54, 21.78±1.06 years, 45F (83.3%), 9M (16.7%)) who were actively studying in the undergraduate program at Izmir Democracy University Faculty of Health Sciences were included. Demographic information of the students was recorded. The students' moods related to permanent daylight-saving time (depression, anxiety, and stress) were evaluated with the Depression Anxiety Stress Scale-21 (DASS-21).

Results: Of all students, 32 (59.3%) had anxiety, 37 (68.5%) had depression and 29 (53.7%) had stress. Anxiety score of the students was 5.57±4.67, depression score was 8.41±6.04, and stress score was 8.59±5.94. There was no statistically significant difference between male and female students in terms of anxiety (U value: 179), depression (U value: 193) and stress (U value: 172.5) scores (p>0.05).

Conclusions: It has been observed that the permanent daylight-saving time application, which has been applied in our country since 2016, causes depression, anxiety, and stress in the most of students. Anxiety, depression, and stress levels do not change according to gender. To improve mood of students, it is recommended to make changes in sunrise and sunset times according to seasons.

Key Words: Anxiety, depression, stress, student, daylight saving time application



FTR/S-6

PANDEMİ SÜRECİNDE ERİŞKİN BİREYLERDE DÜZENLİ GÜNLÜK MASKE KULLANIMININ YOL AÇTIĞI SOLUNUM PROBLEMLERİ VE GÜNLÜK YAŞAM AKTİVİTELERİ ÜZERİNE ETKİSİ

Cahidenur Koçak¹, Ecenur Emir¹, Ahmet Utku Çiçek¹, Berna Koç¹, Betül Sude Midilli¹, Elif nur Kılıçaslan¹, Cansu Özdemir¹, Kübra Yılmaz¹, Mihriban Hazar¹

¹ Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

*İlgili yazar: Cahidenur KOÇAK cahidekocak25@hotmail.com.

ORCID: 0000-0003-3362-2415.

Özet

Amaç: Pandemi ile hayatımıza girmiş olan günlük düzenli maske kullanımı bir süre sonra günlük yaşam aktivitelerini, ruh halini ve iş verimliliğini olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Maske takmak yetersiz ventilasyona neden olarak hiperkapniye yol açabilir. Hatta uzun süreli maske kullanan sağlık çalışanlarında göğüs rahatsızlığı ve takipne gibi hipoksemi belirtileri de görülebilmektedir. Bu sebeple bu çalışmada pandemi sürecinde erişkin bireylerde düzenli günlük maske kullanımının solunuma ve günlük yaşam aktivitelerine olan etkisini araştırmayı amaçladık.

Gereç- Yöntem: Gözlemsel ve kesitsel olarak planlanan bu çalışmaya düzenli günlük basit maske kullanan erişkin bireyler (n=30, 24,7±6,7 yıl 27K (%90), 3E (%10)) dahil edildi. Düzenli günlük maske kullanımının günlük yaşam aktiviteleri ve solunum üzerine etkisini değerlendirmek için araştırmacılar tarafından 15 soruluk bir form oluşturuldu. Bu formda tüm sorulara evet ve hayır şeklinde iki seviyeli olarak yanıt verilmektedir.

Bulgular: Form yanıtlanma oranı %100'dü. Bireylerin büyük çoğunluğu formun 13 sorusuna ve yarısından azı da formun diğer 2 sorusuna evet yanıtı vererek düzenli maske kullanımına bağlı solunum ve günlük yaşam aktivitelerinde problem yaşadığını belirtti.

Sonuçlar: Daha öncesinde herhangi solunum sıkıntısı olmayan bireylerin pandemi sürecinde düzenli günlük basit maske kullanımına bağlı olarak yaygın olarak solunum sıkıntısı ve günlük yaşam aktivitelerinde zorluk yaşadığı görülmektedir. Bu bireylere solunum egzersizleri verilmesini önermekteyiz.

Anahtar Kelimeler: COVID-19, solunum sıkıntısı, maske kullanımı, fiziksel aktivite



EFFECT OF REGULAR DAILY MASK USE ON RESPIRATORY PROBLEMS AND DAILY LIVING ACTIVITIES IN ADULT INDIVIDUALS DURING PANDEMIC PROCESS

Cahidenur Koçak¹, Ecenur Emir¹, Ahmet Utku Çiçek¹, Berna Koç¹, Betül Sude Midilli¹, Elif nur Kılıçaslan¹, Cansu Özdemir¹, Kübra Yılmaz¹, Mihriban Hazar¹

¹ Physiotherapy and Rehabilitation Department, Izmir Democracy University, Izmir

* Corresponding author: Cahidenur KOÇAK cahidekocak25@hotmail.com.

ORCID:0000-0003-3362-3362-2415

Abstract

Objectives: Regular daily use of masks, which entered our lives with the pandemic, can adversely affect daily living activities, mood and work efficiency after a while. Wearing a mask can cause insufficient ventilation, leading to hypercapnia. Even in health workers who use masks for a long time, symptoms of hypoxemia such as chest discomfort and tachypnea can also be observed. Therefore, in this study, we aimed to investigate effect of regular daily mask use on breathing and daily living activities in adult individuals during the pandemic process.

Materials - Methods: Adult individuals (n=30, 24.7±6.7 years, 27F (90%), 3M (10%)) who regularly used simple masks were included in this study planned as observational and cross-sectional. A 15-question form was created by the researchers to evaluate effect of regular daily mask use on daily living activities and breathing. In this form, all questions are answered in two levels as yes and no.

Results: The form response rate was 100%. As most individuals answered yes to the 13 questions of the form and less than half answered yes to the other 2 questions of the form, the individuals stated that they had problems with breathing and daily living activities related to regular mask use.

Conclusions: It is observed that individuals who have not had any respiratory distress before experience widespread respiratory distress and difficulty in daily living activities due to regular daily use of simple masks during the pandemic process. We recommend these individuals to be given breathing exercises.

Key Words: COVID- 19, respiratory distress, mask use, physical activity



LOMBER DİSK HERNİSİNDE FİZYOTERAPİ

İlayda Kayapınar¹, Ferruh Taşpınar¹

¹ Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

*İlayda Kayapınar: 2129102008@idu.edu.tr

ORCID:İ.K.: 0000-0003-1589-3406, F.T.: 0000-0002-5084-2949

ÖZET

Amaç: Çalışma; lomber disk hernisinde uygulanan fizik tedavi modaliteleri ve değerlendirme yöntemleri hakkında bilgi sunmak amacı ile hazırlanmıştır.

Gereç-Yöntem: Bu amaç doğrultusunda Google scholar, YÖK tez tarama, PubMed tarama motorlarında lomber disk hernisi, fizyoterapi ve fizik tedavi ve rehabilitasyon, değerlendirme, tedavi anahtar kelimeleri ayrı ayrı ve birlikte taranmıştır. Ulaşılabilen yayınlardan makale, tez, kitap ve kitap bölümü olanlar değerlendirmeye alınmıştır.

Bulgular: İncelenen yayınlardan elde edilen sonuçlara göre; lomber disk hernisinin fizyoterapisinde, bel okulu programının kronik bel ağrılı hastalarda tedavinin bir parçası olması gerektiği, hastaların vücut mekanikleri hakkında bilgi düzeyleriyle ağrı düzeyleri arasında negatif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu, oluşabilecek komplikasyonları ve buna bağlı ağrıyı önlemek için rutin bakıma ek olarak postural, ergonomik tavsiye ve egzersizi içeren hasta eğitimi verilmesi ve bireylerin farkındalıklarının artırılması gerektiği, kassal kısalık ve eklem limitasyonlarına sahip hastalarda klasik tedaviye ek kinezyo bantlamanın daha etkili olduğu, klasik fizik tedaviye ek manuel terapi (MT) uygulamasında istirahat ağrı değerlerindeki azalmanın daha fazla olduğu, manuel terapi uygulamasının depresyon üzerinde daha etkili olduğu, günlük yaşam aktiviteleri ve özürülük düzeyi sonuçlarında klasik fizik tedaviye ek MT uygulanan grupta daha fazla iyileşme olduğu, NSDT'nin (Non-invasive Spinal Decompression Therapy) ağrıyı iyileştirmede, fonksiyonel restorasyonda ve fitik kalınlığında azalmada olumlu etkisi olduğu ve diğer fizyoterapi yöntemlerine yardımcı ajan olarak kullanılabileceği sonuçlarına ulaşılmıştır.

Sonuçlar:Kassal kısalık ve eklem limitasyonlarına sahip hastalarda klasik tedaviye ek kinezyo bantlamanın, klasik fizik tedaviye ek manuel terapi (MT) uygulamalarının istirahat ağrı değerlerinde, günlük yaşam aktiviteleri ve özürülük düzeyi ve depresyon üzerinde daha etkili olduğu, NSDT'nin (Non-invasive Spinal Decompression Therapy) ağrıyı iyileştirmede, fonksiyonel restorasyonda ve fitik kalınlığında azalmada olumlu etkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Bel fitiği, lomber disk hernisi, fizik tedavi, değerlendirme, bel ağrısı



PHYSIOTHERAPY IN LUMBAR DISC HERNIATION

İlayda Kayapınar¹, Ferruh Taşpınar¹

¹ Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

*İlayda Kayapınar: 2129102008@idu.edu.tr

ORCID:İ.K.: 0000-0003-1589-3406, F.T.: 0000-0002-5084-2949

ABSTRACT

Objectives:The study was prepared to provide information about physical therapy modalities and assessment methods applied in lumbar disc herniation.

Materials – Methods: For this purpose, the keywords lumbar disc herniation, physiotherapy and physical therapy and rehabilitation, assessment, treatment were searched separately and together in Google scholar, YÖK thesis search, PubMed search engines. Among the accessible publications, articles, theses, books and book chapters were taken into consideration.

Results: According to the results obtained from the reviewed publications; In the physiotherapy of lumbar disc herniation, the low back school program should be a part of the treatment in patients with chronic low back pain, there is a moderately significant negative correlation between the level of knowledge about the body mechanics of the patients and their pain levels. Patient education including ergonomic advice and exercise and awareness of individuals should be increased, kinesio taping is more effective in addition to the classical treatment in patients with muscle shortness and joint limitations, the decrease in resting pain values is higher in the application of manual therapy (MT) in addition to classical physical therapy, manual therapy Application of NSDT (Non-invasive Spinal Decompression Therapy) is more effective on depression, there is a greater improvement in the results of activities of daily living and disability level in the group that receives MT in addition to classical physical therapy. It has been concluded that it has a positive effect on hand restoration and reduction in hernia thickness and can be used as an auxiliary agent for other physiotherapy methods.

Conclusions: In patients with muscular shortness and joint limitations, kinesio taping in addition to classical treatment, and manual therapy (MT) applications in addition to classical physical therapy are more effective on resting pain values, activities of daily living, disability level, and depression, and NSDT (Non-invasive Spinal Decompression Therapy) have a positive effect on pain relief, functional restoration and reduction in hernia thickness.

Keywords: Herniated disc, lumbar disc herniation, physical therapy, assesment, low back pain



FTR/S-8

ATAKSİ VE REHABİLİTASYONU

Miray Göbeklioğlu¹, Özlem Çınar Özdemir¹

¹ Fizyoterapi ve Rehabilitasyon. Bölümü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

* ozlem.cinar@idu.edu.tr, miraygobeklioglu@hotmail.com

ORCID NO: 0000-0002-9205-5652

Özet

Amaç:

Bu çalışma günümüze kadar olan süreçte ataksi ve rehabilitasyonu üzerine yapılan ve literatüre geçen araştırmaları derleme amacıyla yapılmıştır.

Gereç- Yöntem: Çalışma alan tarama olarak planlanmıştır.

Bulgular: Ataksi, kişinin hareketlerinde görülen koordinasyon bozukluğu, kas tonusunda düzensizlik ve dengede kayıp sonucu ortaya çıkan bir semptomdur. Bu problemlerin beraberinde postüral kontrolde bozukluk ve yürümede zorluk da görülür. Ulusal tez merkezi başta olmak üzere literatür tarandığında ataksi hastalarının en çok yaşadığı problemlerden olan denge kaybı ve yürümede bozuklukla ilgili, uygulanan rehabilitasyon kapsamında denge ve yürüme egzersiz programlarının hastalara olumlu veya olumsuz etkisi araştırılmıştır. Amy Bastion ve ark. yaptığı çalışmada 14 ataksi hastasına 6 hafta boyunca uygulanmak üzere bireyselleştirilmiş denge ev egzersiz programı verilmiştir. Sonucunda zamanlı kalk yürü testi başta olmak üzere birçok modalitede hastanın uygulama süresinde azalma görülmüştür. Nardone ve ark. yaptığı çalışmada 27 ataksi hastasının hepsine standart 3 hafta boyunca haftada 5 gün, 90 dk olmak üzere denge-yürüme hastane egzersiz programı verilmiştir. Hastalara bireysel program verilmediği halde eğitim sonunda denge ve postüral kontrol önemli ölçüde iyileşmiştir. Ayrıca zamanlı kalk yürü testi süresinin de paralel olarak azaldığı görülmüştür. Miyai ve ark. yaptığı çalışmada ataksi hastalarına bir aylık rehabilitasyon programı uygulanmıştır. Sonucunda ataksi değerlendirme ve derecelendirme ölçeği toplam skoru 12.2'den 9.3'e gerilemiş olup etki büyüklüğü 0,59 olarak hesaplanmıştır. Genel olarak ataksi hastalarına uygulanan egzersiz programlarının hastalara olumlu etki ettiği ZKYT, ADDÖ vb. gibi ölçütlerle ölçülmüştür.

Sonuçlar:

Yapılan çalışmalarda olguların ZKYT ve ADDÖ bulguları başta olmak üzere tüm ölçütlerle denge ve yürüme içeren egzersiz programlarının ataksi hastalarına olumlu etkisi olduğu ölçülmüştür. Ataksi hastalarında uygun fizyoterapi ve rehabilitasyon programlarının uygulanması hastaların yaşam kalitesinin artırılmasında önemlidir.

Anahtar Kelimeler: Ataksi, denge, egzersiz programı



ATAXIA AND REHABILITATION

Miray Göbekliođlu¹, Özlem Çınar Özdemir¹

¹ Physical therapy and rehabilitation. Department, Izmir Demokrasi Univesity, Izmir

* Corresponding author: ozlem.cinar@idu.edu.tr

ORCID: 0000-0002-9205-5652

Abstract

Objectives: This study was carried out to compile the research on ataxia and its rehabilitation, which were published in the literature, in the process until today.

Materials – Methods: The study area is planned as review.

Results: Ataxia is a symptom that occurs because of incoordination in the movements of the person, irregularity in muscle tone and loss of balance. Disturbances in postural control and difficulty in walking are also seen along with these problems. When the literature, especially the national thesis center, was reviewed, the positive or negative effects of balance and walking exercise programs on the patients were investigated within the scope of the applied rehabilitation regarding loss of balance and gait disturbance, which are the most common problems experienced by ataxia patients. Amy Bastion et al. In his study, 14 ataxia patients were given an individualized balance home exercise program to be applied for 6 weeks. As a result, the application time of the patient decreased in many modalities, especially the timed up-and-go test. Nardone A et al. In his study, all 27 ataxia patients were given a standard 3-week balance-walking hospital exercise program, 5 days a week, 90 minutes. Although the patients were not given an individual program, balance and postural control improved significantly at the end of the training. In addition, it was observed that the timed up-and-go test time decreased in parallel. Miyai et al. In his study, a one-month rehabilitation program was applied to ataxia patients. As a result, the total score of the ataxia assessment and rating scale decreased from 12.2 to 9.3, and the effect size was calculated as 0.59. In general, the positive effects of exercise programs applied to patients with ataxia were measured by criteria such as TUG, ADS, etc. Appropriate physiotherapy and education programs in ataxia patients are important in being affected by life.

Conclusions: Studies have shown that exercise programs including balance and walking have a positive effect on ataxia patients, with all criteria, especially TUG and ADL findings.

Key Words: Ataxia, balance, exercise program



FTR/S-9

YÜRÜYÜŞ PATOLOJİLERİ

Rojda Kaymaz¹, Ferruh Taşpınar¹, Betül Taşpınar¹

1-İzmir Demokrasi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Anabilim Dalı, İzmir

*e-posta: 2129102009@std.idu.edu.tr

Özet

Amaç: Çalışmada yürüyüş patolojileri hakkında ilgili literatür ile farkındalık yaratmak amaçlanmıştır.

Gereç-Yöntem: Ulaşılan literatür ile yürüyüş patolojileri hakkında sistematik anlatı yapılmıştır.

Bulgular: Yürüme döngüsü, bireysel bir bacağın ilk temasından (normal yürüyüşte topuk vuruşu) aynı ayakla bir sonraki (topuk) temasına kadar geçtiği tam döngüden oluşur. Yürüyüş 2 ana gruba ayrılır; 1. Ayağın yüzeyle temas halinde olduğu duruş periyodu (yürüyüş döngüsünün %60'ı). 2. Genellikle yürüme yüzeyi ile temas halinde olmayan, ayağın ileriye doğru hareket ettiği sallanma periyodu (yürüyüş döngüsünün %40'ı). Patolojiler: Antaljik yürüyüş: Etkilenen tarafta duruş fazının kısaldığı, ağırlık taşımada ağrıdan kaynaklanan yürüyüştür. Disk lezyonlarında, postür asimetriktir, gövde genellikle öne ve sağlam tarafa doğru lateral fleksiyona yönelir. Bu durum lezyon olan taraftaki ağırlık taşıma intoleransından kaynaklanır. Gluteus Maksimus Paralitik Yürüyüşü: Topuk vuruşunu takiben gövde hiperekstansiyona alınır. Normalde topuk vuruşu sırasında eksternal kuvvet kalça eklemine önünden geçer. Normal yürüyüş sırasında eksternal kuvveti burada nötralize eden kalça ekstansörleridir. Gluteus Maksimusun paralitik olduğu durumda gövde hiperekstansiyona getirilerek, eksternal kuvvet kalça eklemine merkezine arkasına düşürülür. Gluteus Medius Paralitik Yürüyüşü: Duruş fazı ve özellikle orta duruş fazında yürüyüş bozukluğu ortaya çıkar. Ağırlık ekstremite üzerine bindiği zaman pelvis karşı tarafta yukarı kalkacağı yerde aşağı düşer (Trendelenburg belirtisi) ve kalça stabilizasyonu yapılamaz. Hasta her orta duruş fazında gövdeyi laterale eğerek, eksternal kuvveti kalça eklem merkezine lateraline düşürür ve eksternal kuvveti kasın yerine kullanır. Quadriseps Femoris Paralitik Yürüyüşü: Yürüyüş bozukluğu hem duruş hem sallanma fazında görülür. Topuk vuruşundan orta duruş fazına giderken kişi gövdesini öne eğmek suretiyle eksternal kuvveti diz eklemine önüne düşürerek, dizini kilitlemeye çalışır. Sallanma fazında quadriseps kasının iki fonksiyonu vardır. 1. Topuğun posteriorda fazla kalkmasına engel olmak (topuk kalkışının seviyesini ayarlamak) 2. Ekstremitenin öne aktarılmasını sağlamak. Quadriceps hasarında bu fonksiyonlarda yetersizlik oluşur. Ataksik yürüyüş: Sendeleme, lateral deviasyon, dengesizlik ve adımların düzensizliği ile karakterize geniş tabanlı yürüyüş biçimidir. Sıklıkla öne, arkaya veya bir yana düşme eğilimi gösterir.

Sonuçlar: Yürüyüşün normal özelliklerini göz önüne alarak bu patolojilere spesifik fizyoterapi programını oluşturmak gerekir. Bu bilgilerin bilinmesi fizyoterapistlerin hastalarının takip ve tedavisi için önem taşımaktadır.

Anahtar Kelimeler: Yürüyüş, patoloji



GAIT DISORDERS

Rojda Kaymaz¹, Ferruh Taşpınar¹, Betül Taşpınar¹

1-İzmir Democracy University, Institute of Health Sciences, Department of Physiotherapy and Rehabilitation, İzmir

*e-posta: 2129102009@std.idu.edu.tr

Abstract

Objectives: The aim of the study was to raise awareness about gait pathologies with the relevant literature.

Materials-Methods: A systematic narrative about gait pathologies was made with the literature reached.

Results: The gait cycle consists of a complete cycle in which an individual leg passes from the first contact (heel strike in normal walking) to the next (heel) contact with the same foot. Walking is divided into 2 main groups; 1. The stance period during which the foot is in contact with the surface (60% of the gait cycle). 2. Period of swaying (40% of the gait cycle) in which the foot moves forward, usually not in contact with the walking surface. Disorders: Antalgic gait: It is a gait in which the stance phase is shortened on the affected side and caused by pain on weight bearing. In disc lesions, the posture is asymmetrical, with the trunk usually oriented forward and lateral flexed to the intact side. This is due to weight bearing intolerance on the lesioned side. Gluteus Maximus Paralytic Gait: Following the heel strike, the trunk is taken into hyperextension. Normally, the external force passes in front of the hip joint during heel strike. It is the hip extensors that neutralize the external force here during normal walking. When the gluteus maximus is paralytic, the trunk is hyperextended, reducing external force behind the center of the hip joint. Gluteus Medius Paralytic Gait: Gait disturbance occurs in the stance phase and especially in the mid-stance phase. When the weight is on the extremity, the pelvis falls down instead of going up on the opposite side (Trendelenburg sign) and hip stabilization cannot be performed. In each midstance phase, the patient tilts the trunk laterally, reducing the external force to the lateral of the hip joint center and using the external force instead of the muscle. Quadriceps Femoris Paralytic Gait: Gait disturbance is seen in both stance and swing phases. While going from heel strike to mid stance phase, the person tries to lock the knee by lowering the external force in front of the knee joint by bending the trunk forward. During the swing phase, the quadriceps muscle has two functions. 1. To prevent the heel from rising too much in the posterior (adjusting the level of heel lift). 2. To ensure that the extremity is transferred to the front. In quadriceps damage, these functions are insufficient. Ataxic gait: Broad-based gait characterized by staggering, lateral deviation, instability, and irregularity of stride. It often tends to fall forward, backward, or to the side. It is seen in upper motor neuron lesions.

Conclusion: Considering the normal characteristics of gait, it is necessary to create a specific physiotherapy program for these pathologies. Knowing this information is important for the follow-up and treatment of patients by physiotherapists.2

Key Words: gait disorders



FTR/S-10

MASKENİN EGZERSİZ SIRASINDA FİZİKSEL PARAMETRELERE ETKİSİ

Ayşe Sezgi KIZILIRMAK KARATAŞ¹, Ferruh TAŞPINAR¹, Betül TAŞPINAR¹

¹İzmir Demokrasi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, İzmir

*İlgili yazar: aysesezgi.kizilirmak@idu.edu.tr

ORCID: A.S.K.K.:0000-0002-4582-9109, F.T.: 0000-0002-5084-2949, B.T.: 0000-0002-3106-2285

Özet

Amaç: Bu derlemenin amacı egzersiz sırasında maske takmanın egzersiz performansı ve fizyolojik değişkenler üzerindeki etkilerini incelemektir.

Gereç-Yöntem: Çalışma literatür tarama olarak planlanmıştır. Taramada kullanılan anahtar kelimeler; maske, COVID-19, egzersiz olarak belirlenmiş olup taramada ayrı ayrı literatür taranarak ulaşılan çalışmalar incelenmiştir.

Bulgular: Dünya Sağlık Örgütü (WHO) 11 Mart 2020'de SARS-COV-2 virüsü sonucunda ortaya çıkan COVID-19 salgını küresel bir pandemi ilan etmiştir. COVID-19 hastalığının doğrudan üst solunum yoluna solunan hava ve mukozal yüzeylere temas eden damlacıklar ve aerosol yoluyla bulaştığına ilişkin kanıtlar mevcuttur. Bunun sonucunda salgını kontrol altına almak ve bulaş riskini en aza indirmek için WHO özellikle fiziksel mesafenin mümkün olmadığı durumlarda, kapalı alanlarda ve halka açık yerlerde maske kullanımını önermektedir. Ülkemizde ise Sağlık Bakanlığı tarafından tüm kamuya açık alanlarda maske takma zorunluluğu 8 Eylül 2020 tarihinde açıklanmıştır. Cerrahi maskeler ve solunum koruyucu maskeler (FFP1, FFP2, FFP3) viral enfeksiyona karşı koruma sağlayan maskeler olarak.

Maskelerin egzersiz sırasında kullanımlarına ilişkin literatürde net bir görüş bulunmamaktadır. Bazı çalışmalarda maske kullanımının karbondioksitin yeniden solunmasını artıracığı, hiperkapnik hipoksiye ve doku oksijenizasyonunun azalmasına yol açabileceği iddia edilirken bazı çalışmalarda ise egzersize herhangi bir etkisinin olmadığı ileri sürülmüştür. Egzersiz COVID-19 komplikasyonları açısından risk faktörleri arasında da yer alan obezite, diyabet ve hipertansiyonun önlenmesinde etkilidir. Bu nedenle egzersiz sırasında maske kullanımının bireylerin egzersiz performansı üzerindeki fizyolojik etkilerinin net olarak bilinmesi egzersiz önerilerinde bulunabilmek için önemlidir.

Sonuçlar: Literatürdeki çalışmalar incelendiğinde egzersiz sırasında maske kullanımının bireyler üzerindeki sonuçları çelişkilidir. Bu alanda daha büyük popülasyonda yapılacak çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Maske, COVID-19, egzersiz



EFFECT OF MASK ON PHYSICAL PARAMETERS DURING EXERCISE

Ayşe Sezgi KIZILIRMAK KARATAŞ¹, Ferruh TAŞPINAR¹

¹İzmir Demokrasi Üniversitesi Sağlık Bilimler Fakültesi Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, İzmir

*İlgili yazar: aysesezgi.kizilirmak@idu.edu.tr

ORCID: A.S.K.K.:0000-0002-4582-9109, F.T.: 0000-0002-5084-2949, B.T.: 0000-0002-3106-2285

Abstract

Objectives: This review aims to examine the effects of wearing a mask during exercise on exercise performance and physiological variables.

Materials-Methods: The study was planned as a literature review. Keywords used in the search; mask, COVID-19, exercise, and the studies reached by scanning the literature separately were examined.

Results:The World Health Organization (WHO) declared the COVID-19 outbreak, which emerged from the SARS-COV-2 virus on March 11, 2020, a global pandemic. Evidence shows that COVID-19 disease is transmitted directly to the upper respiratory tract by respiratory droplets and aerosols that contact inhaled air and mucosal surfaces. As a result, to control the epidemic and minimize the risk of transmission, WHO recommends the use of masks in closed areas and public places, especially when physical distance is not possible. In our country, the Ministry of Health announced the obligation to wear masks in all public places on September 8, 2020. In addition, surgical masks and respiratory protective masks (FFP1, FFP2, FFP3) have been defined as masks that provide protection against viral infection. There is no clear opinion in the literature regarding masks during exercise. In some studies, it has been claimed that masks will increase the rebreathing of carbon dioxide, cause hypercapnic hypoxia and decrease tissue oxygenation, while in some studies it has been argued that it does not affect exercise. Exercise effectively prevents obesity, diabetes and hypertension, which are risk factors for COVID-19 complications. For this reason, it is important to know the physiological effects of mask use on the exercise performance of individuals to be able to make exercise recommendations.

Conclusion: As a result, when the studies in the literature are examined, the results of the use of masks during exercise on individuals are contradictory. Further studies are needed in this area with larger populations.

Key Words: Mask, COVID-19, exercise



GNL/S-1

ÇİZGİ FİMLERİN BECHDEL TESTİ İLE DEĞERLENDİRİLMESİ

Kübra Aydın¹, Behsat Savaş²

¹ Yüksek Lisans Öğrencisi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Okul Öncesi Eğitimi Anabilim Dalı, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

²Doc. Dr. Temel Eğitim Bölümü, Eğitim Fakültesi, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

*İgili yazar / Corresponding author: kubraa1@ogr.iu.edu.tr

ÖZET

Amaç: Çizgi filmler, günümüzde çocukların serbest zamanlarının önemli bölümünü harcadıkları ve informal öğrenmeler gerçekleştirdikleri medya unsurlarından biridir. Çizgi filmler tekrar tekrar yayınlandıkça informal öğrenmeler pekişmekte ve kalıcı hale gelmektedir. Çizgi film karakterleri tarafından verilen mesajlar, özellikle küçük yaştaki çocukların yaşam ile ilgili fikirlerini şekillendirmekle birlikte temellerini oluşturmaktadır. Toplumsal cinsiyet kalıp yargıları erken çocukluk döneminde oluşmaktadır. Kalıp yargılar, bireyin gelecekle ilgili fikirlerin silinmesi, değişmesi ve tekrar inşa edilmesi zor olan temel yapı taşları olarak ifade edilmektedir. Çizgi filmlerde tasarlanan karakterlerle belirli bir hikâyeye göre davranış sergilenmekte çocukların sempatisi kazanması amaçlanmaktadır. Çocuk kültürünü yansıtan ve toplumsal cinsiyet rollerini barındıran çizgi filmlerdeki karakterlerin davranışları ve tutumları, çocuklar tarafından bilinçsizce kabul edilmektedir. Popüler çocuk kültürünü yansıtan birçok çizgi film bulunmasında rağmen bazı çizgi filmler daha çok izlenip çok sayıda çocukla buluşmaktadır. Bu bağlamda Türkiye'nin en çok izlenen çizgi film kanalı olan, TRT Çocuk'ta en çok izlenen çizgi filmlerinden biri olan 'Keloğlan' çizgi filminin kalıplaşmış cinsiyet rollerinin baskınlığı ve cinsiyet eşitsizliğini belirlemek amacıyla 'Bechdel Testi' kapsamında, bölümlerin eleştirel bir bakış açısıyla incelenmesi önem teşkil etmektedir.

Gereç-Yöntem: Nitel içerik analiz yöntemi kullanılarak hazırlanan araştırma kapsamında, çizgi filmin incelenen bölümlerine 'Bechdel Testi'nde bulunan; '1) Filmde en az iki kadın var mı? 2) Bu kadınlar birbirleriyle konuşuyor mu? 3) Bu kadınlar birbirleriyle erkek dışında bir şey hakkında konuşuyorlar mı?' soruları yöneltilmiştir.

Bulgular: Bu inceleme doğrultusunda Keloğlan çizgi filmine ait 10 adet bölüm izlenmiştir. İnceleme sonucunda dört adet bölüm 'Bechdel Testi'ni geçebilmiştir. Diğer dört bölümde kadın karakterler bulunmaktadır fakat iletişim kurmamışlardır. Kalan iki bölümde ise kadın karaktere rastlanılmamıştır.

Sonuçlar: Sonuç olarak, çizgi filmlerde bulunan karakterler, toplumsal cinsiyet eşitliği açısından toplumun genelini yansıtan oranda temsil edilmelidir. Karakterler toplumsal cinsiyet kalıp yargılarına uygun özellikler ile sınırlandırılmamalıdır.

Anahtar Kelimeler: medya, çizgi film, toplumsal cinsiyet rolleri



EVALUATION OF CARTOON MOVIES BY THE 'BECHDEL TEST'

Kübra Aydın¹, Behsat Savaş²

¹ Yüksek Lisans Öğrencisi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Okul Öncesi Eğitimi Anabilim Dalı, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

²Doc. Dr. Temel Eğitim Bölümü, Eğitim Fakültesi, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

*İgili yazar / Corresponding author: kubraa1@ogr.iu.edu.tr

ABSTRACT

Objectives:Cartoons are one of the media elements that children spend most of their time with and learn informally. As cartoons are broadcasted over and over again, informal learning gets stronger and becomes permanent. The messages conveyed by the characters in the cartoon shape and form the basis of ideas about life, especially in young children. Gender stereotypes are also formed precisely in early childhood. Stereotypes are expressed as the basic building blocks of the individual's ideas about the future, which is difficult to erase, change and reconstruct. Therefore, the characters designed in the cartoons behave according to a certain story and aim to gain the sympathy of the children who are the audience. The behaviors and attitudes of the characters in cartoons that reflect children's culture and contain gender roles are unconsciously accepted by children. Although there are many cartoons that reflect popular children's culture, some cartoons are watched more and meet more children. In relation to this, the "Keloğlan" cartoon, one of the most-watched cartoons of TRT Children's Channel, which is the most-watched cartoon channel in Turkey, has been examined. In order to determine the dominance of stereotyped gender roles and gender inequality in the cartoon, it is crucial to examine the episodes from a critical perspective within the scope of the 'Bechdel Test'.

Materials – Methods: Within the scope of the research prepared using the qualitative content analysis method, in the examined parts of the cartoon, in the 'Bechdel Test'; '1) Are there at least two women in the movie? 2) Do these women talk to each other? 3) Do these women talk to each other about anything other than men?' were asked. In line with this analysis, 10 episodes of the Keloğlan cartoon were watched.

Results:As a result of the examination, 4 sections were able to pass the 'Bechdel Test'. There are female characters in the other 4 episodes, but they did not communicate. In the remaining 2 episodes, no female characters were found.

Conclusion:Consequently, the characters in cartoons should be equally represented in terms of gender equality. Characters should not be limited to features that conform to gender stereotypes.

Keywords: Media, cartoons, gender roles



GNL/S-2

LİSE ÖĞRENCİLERİNİN FELSEFE DERSİNE YÖNELİK TUTUMLARI

Gültekin Şen¹, Behsat Savaş²

¹Eğitim Yönetimi Tezsiz Yüksek Lisans Bölümü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

²Eğitim Yönetimi Tezsiz Yüksek Lisans Bölümü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

*İlgili yazar: 2118123051@idu.edu.tr

Özet

Amaç: Lise Öğrencilerinin felsefeye yönelik tutumlarının belirlenmesinin amaçlandığı bu çalışmada 331 öğrenciye ölçek uygulanmıştır. Bu öğrenciler 10, 11 ve 12. Sınıf öğrencilerinden seçilmiştir. Felsefe dersi 10 ve 11. sınıflarda zorunlu olan dersler arasında yer almaktadır. 12. sınıfların araştırmaya alınmasının sebebi de önceki yıllarda bu dersi görmeleridir. Felsefe dersinin çocukların düşünme becerilerinin geliştireceği ileri sürülmektedir.

Yöntem: Tarama türündeki bu çalışmada lise öğrencilerinin felsefeye karşı tutumları belirlenmeye çalışılmıştır. Bu amaçla 331 kişiye anket uygulanmış olup; sınıf seviyelerine, YKS'de girecekleri alana göre ve I. Dönem not ortalamalarına göre tutumlarında fark olup olmadığı belirlenmeye çalışılmıştır.

Bulgular: Verilerin dağılımına bakıldığında normal dağıldığı görülmektedir. Alt problemlerden olan öğrencilerin felsefeye karşı tutumlarının sınıf seviyelerine göre değişip değişmediğine belirlemek için anova uygulanmış; istatistiksel olarak 10. sınıflar ile 11. sınıflar, 11. sınıflar ile 12. sınıflar arasında bir fark olmadığı görülmüştür. Ancak 10 ve 12. sınıflar arasında bir fark görülmektedir. İkinci alt problemimiz olan öğrencilerin YKS'da girecekleri alana göre felsefeye karşı tutumlarının değişip değişmediğine baktığımızda; uygulanan anova testine göre alanlar arasında fark olmadığı gözlenmiştir. Üçüncü alt problemimiz olan tutumların not ortalamasına göre değişip değişmediğine bakıldığında t testi uygulanmış; not ortalamaları ile tutumlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı görülmüştür.

Sonuç: Tartışma ve öneriler kısmında ise öğrencilerin felsefe dersine karşı tutumlarının düşük çıkmasının sebepleri sıralanarak, bu sebepleri ortadan kaldırma ve tutumlarını arttırmaya yönelik çözüm önerilerinde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Felsefe, ortaöğretim, tutum



HIGH SCHOOL STUDENTS' ATTITUDES TO THE PHILOSOPHY COURSE

Gültekin Şen¹, Behsat Savas²

¹Educational Administration Non-Thesis Master's Department, Izmir Democracy University, Izmir

²Educational Administration Non-Thesis Master's Department, Izmir Democracy University, Izmir

*Related author: 2118123051@idu.edu.tr

ORCID:

Summary

Objectives: In this study, which aimed to determine the attitudes of high school students towards philosophy, the scale was applied to 331 students. These students were selected from 10th, 11th and 12th grade students. Philosophy is among the compulsory courses in 10th and 11th grades. The reason why 12th graders were included in the study is that they had taken this course in previous years. It is claimed that philosophy course will improve children's thinking skills.

Materials – Methods: In this survey type study, it was tried to determine the attitudes of high school students towards philosophy. For this purpose, a questionnaire was applied to 331 people; It has been tried to determine whether there is a difference in their attitudes according to their grade level, the field they will enter in yks, and their first semester grade point averages.

Results: When the distribution of the data is examined, it is seen that it is normally distributed. Anova was applied to determine whether the students' attitudes towards philosophy, one of the sub-problems, change according to their grade levels. statistically, there was no difference between 10th and 11th grades, 11th and 12th grades. However, there is a difference between the 10th and 12th grades. When we look at whether the attitudes of the students towards philosophy, which is our second sub-problem, have changed according to the field they will enter in yks; It was observed that there was no difference between the fields according to the anova test applied. When the attitudes, which is our third alpine problem, changed according to the grade point average, the test was applied; It was seen that there was no statistically significant difference between grade point averages and attitudes.

Conclusion: In the discussion and suggestions part, the reasons for the low attitudes of the students towards the philosophy course were listed, and solution suggestions were made to eliminate these reasons and to increase their attitudes.

Keywords: Philosophy, secondary education, attitude



GNL/S-3

ÖĞRETMENLERİN ETKİLEŞİMLİ TAHTA KULLANIMINA GEÇİLMESİ İLE İLGİLİ OLUMLU VE OLUMSUZ GÖRÜŞLERİ

Murat Tural¹, Behsat Savaş²

¹ Eğitim Yönetimi ve Denetimi Bölümü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

*Murat Tural: turalmurat@gmail.com

ORCID: 0000-0001-5489-3308

² Eğitim Yönetimi ve Denetimi Bölümü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

*Doç Dr Behsat Savaş: 1801103031@std.idu.edu.tr

ORCID: 0000-0003-3164-9745

Özet

Bu araştırmanın amacı okullarda etkileşimli tahta kullanımına geçilmesinin sonucu olarak ortaya çıkan olumlu, olumsuz, avantajlı, dezavantajlı ya da klasik tahta kullanımına nazaran değişim sağlayan, sağlamayan yönleri ile ilgili olarak farklı branşlardan öğretmenlerin görüşlerinin tespit edilerek analiz edilmesidir.

Gereç-Yöntem: Çalışmada nitel araştırma deseni kullanılmıştır. Nitel görüşme formu için 11 soru hazırlanmıştır. 6 açık uçlu soru bulunmaktadır. Benzeri çalışmalarda açık uçlu sorulara yeterli ve nitelikli cevap alınamadığı için sorular araştırmaya katılan grubun kolayca fikir yürütebileceği biçimde hazırlanmıştır. Nitel görüşme formu farklı okullardan, farklı branşlardan, farklı kıdem yılları olan 60 öğretmene uygulanmış ve soruların büyük çoğunluğuna yanıt alınmıştır. Toplanan veriler tablolar oluşturularak yüzde ve frekans olarak analiz edilmiştir. Veriler analiz edilirken bağımsız değişken olarak cinsiyet, etkileşimli tahta kullanım süresi ve branşlar bağımlı değişken olarak ise çeşitli açık uçlu sorulara verilen yanıtların sınıflandırılması ile oluşan veriler kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırmaya katılan öğretmenlerin teknik sorunlar altında bildirdiği en yüksek oranlı sorun dokunmatik sorunu olmuştur. Oranı yüzde 23,3 tür. İkinci sırada yazılımsal sorunlar ve sistemin yavaşlaması gelmektedir. Oran yüzde 20 dir. Öğretmenlerin Yüzde 51 i etkileşimli tahta kullanımına geçilmesini hijyen ve sağlık yönüyle olumlu bulduğunu bildirmiştir. Etkileşimli tahtaların iş yüküne etkisi, öğretmenin cinsiyeti bağımsız, iş yüküne etki bağımlı değişken olarak seçilerek analiz edilmiştir. Kadın öğretmenlerden tüm öğretmenlerin yüzde 18 erkek öğretmenlerden tüm öğretmenlerin yüzde 31 ini kapsayan kısım etkileşimli tahtaların iş yükünü azalttığını belirtmiştir.

Sonuç: Sınıflarda etkileşimli tahtaların kullanımında, öğretmen görüşleri incelendiğinde genel olarak araştırma yapılan tüm gruplarda olumlu görüşlerin oranının olumsuz görüşlerden daha fazla olduğu görülmüştür. Çalışmaya katılan öğretmenlerin %52 si kadın, %48 i erkek olup oranlar eşit kabul edilebilecek kadar birbirine yakındır. Etkileşimli tahta kullanımı ile ilgili olarak bildirilen sorunların önemli bir kısmının yazılımsal iyileştirmelerle veya tozların temizlenmesi ile yani okul içindeki imkanlarla çözülebilecek sorunlar olduğu görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Etkileşimli tahta, öğretmen, teknoloji



POSITIVE AND NEGATIVE OPINIONS OF TEACHERS ON THE USE OF INTERACTIVE BOARDS

Murat Tural¹, Doç. Dr. Behsat Savaş²

¹ Department of Education Management and Supervision, İzmir Demokrasi University, İzmir

² Department of Education Management and Supervision, İzmir Demokrasi University, İzmir

*Murat Tural: turalmurat@gmail.com

Abstract

Objectives: The aim of this research is to determine and analyze the opinions of teachers from different branches about the positive, negative, advantageous, disadvantageous, or the aspects that do not provide change compared to the use of interactive whiteboards in schools.

Materials – Methods: Qualitative research design was used in the study. 11 questions were prepared for the qualitative interview form. There are 6 open-ended questions. Since similar studies could not get sufficient and qualified answers to open-ended questions, the questions were prepared in such a way that the group participating in the research could easily form an opinion. The qualitative interview form was applied to 60 teachers from different schools, different branches, and different years of seniority, and the majority of the questions were answered. The collected data were analyzed as percentage and frequency by creating tables. While analyzing the data, gender, duration of interactive whiteboard use and branches were used as independent variables, and data formed by classifying the answers to various open-ended questions were used as dependent variables.

Results: The problem with the highest rate reported by the teachers participating in the research under technical problems was the touch problem. Its rate is 23.3 percent. Software problems and slowdown of the system come second. The rate is 20 percent. 51 percent of the teachers reported that they found the use of interactive whiteboards to be positive in terms of hygiene and health. The effect of interactive whiteboards on the workload was analyzed by choosing the gender of the teacher as the independent variable and the effect on the workload as the dependent variable. 18 percent of all female teachers and 31 percent of all male teachers stated that interactive whiteboards reduce their workload.

Conclusion: When the opinions of the teachers on the use of interactive whiteboards in the classrooms were examined, it was seen that the rate of positive opinions was higher than negative opinions in all groups in general. 52% of the teachers participating in the study are female and 48% are male, and the rates are close enough to be considered equal. It has been seen that a significant part of the problems reported regarding the use of interactive whiteboards are problems that can be solved by software improvements or by cleaning the dust, that is, by using the facilities in the school.

Keywords: Smartboard, teacher, technology



ÖĞRETMENLERİN SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Ali KIVCI¹, Behsat SAVAŞ²

¹ Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

² Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

*İlgili yazar: 2118123065@std.idu.edu.tr

ORCID: Doç.Dr.Behsat SAVAŞ: 0000-0003-3164-9745

Özet

Amaç: Bu araştırma ile öğretmenlerin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır.

Gereç- Yöntem: Tarama modelinde yürütülen bu çalışmanın araştırma evrenini 2021-2022 eğitim-öğretim yılında İzmir ili devlet okullarında görevli öğretmenler oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak öğretmenlerin sosyal medya bağımlılık düzeylerini belirlemek amacıyla Şahin ve Yağcı (2017) tarafından geliştirilen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği -Yetişkin Formu (SMBÖ-YF) ve kişisel bilgi formu kullanılmıştır. SMBÖ-YF 5'li Likert tipi bir ölçek olup, sanal tolerans ve sanal iletişim olmak üzere 2 alt boyutu bulunmaktadır. Veri toplama aracı internet ortamında 'Google Forms' üzerinde çevrimiçi olarak cevaplanabilecek şekilde hazırlanarak, katılımcılar bağlantı üzerinden ölçeği uygulamışlardır. Çalışmanın istatistiksel analizleri SPSS 24.0 ve lisrel programı kullanılarak yapılmıştır.

Bulgular: Araştırmanın bulguları gösteriyor ki, öğretmenler aktif olarak sosyal medya kullanmaktadırlar. Bağımlılık düzeyleri incelendiğinde, cinsiyete göre ölçeğin sanal iletişim alt boyutunda anlamlı farklılık belirlenerek erkek öğretmenlerde kadın öğretmenlere göre daha yüksek puan elde edilmiştir. Yaşa göre sosyal medya bağımlılığı, sanal tolerans, sanal iletişim olmak üzere tüm boyutlarda anlamlı fark var belirlenmiş olup, 35 yaş ve altı olan grubun puanları diğer yaş gruplarından daha yüksek bulunmuştur. Medeni duruma göre sosyal medya bağımlılığı, sanal tolerans, sanal iletişim olmak üzere tüm boyutlarda anlamlı fark var belirlenmiş olup, bekar öğretmenlerde evli öğretmenlere göre daha yüksek puan elde edilmiştir. Okul türü değişkenine göre ise anlamlı fark bulunmamıştır.

Sonuçlar: Eğitim sistemi içerisindeki unsurlardan olan biri olan öğretmen, eğitimin niteliğine etki eden en önemli değişkenlerden birisidir. Öğrenci seviyesinde ve kurumsal düzeyde başarının artırılması için Millî Eğitim Bakanlığınca ve İzmir İl Millî Eğitim Müdürlüğünce hizmetiçi eğitimler gerçekleştirilerek öğretmenlerin çevrimiçi eğitim ve web 2.0 araçlarını sosyal medya ile entegre etmelerine yönelik çalışmalar yararlı olabilecektir.

Anahtar Kelimeler: Bağımlılık, sosyal medya, sosyal medya bağımlılığı, öğretmen



EXAMINATION OF TEACHERS' SOCIAL MEDIA ADDICTION LEVELS

Ali KIVCI¹, Behsat SAVAŞ²

¹ Graduate School of Social Sciences, İzmir Demokrasi University, İzmir

² Graduate School Of Social Sciences, İzmir Demokrasi University, İzmir

* Corresponding author: 2118123065@std.idu.edu.tr

ORCID: Doç.Dr.Behsat SAVAŞ: 0000-0003-3164-9745

Abstract

Objectives: With this research, it is aimed to examine the social media addiction levels of teachers in terms of various variables.

Materials - Methods: The research population of this study, which was carried out in the screening model, consists of teachers working in public schools in İzmir in the 2021-2022 academic year. Social Media Addiction Scale-Adult Form (SMBÖ-YF) and personal information form developed by Şahin and Yağcı (2017) were used to determine teachers' social media addiction levels as data collection tools. SMDS-YF is a 5-point Likert-type scale and has 2 sub-dimensions: virtual tolerance and virtual communication. The data collection tool was prepared in a way that it could be answered online on 'Google Forms' on the internet, and the participants applied the scale over the link. Statistical analyzes of the study were made using the SPSS 24.0 and lisrel program.

Results: The findings of the study show that teachers actively use social media. When the addiction levels were examined, a significant difference was determined in the virtual communication sub-dimension of the scale according to gender, and male teachers scored higher than female teachers. It was determined that there was a significant difference in all dimensions, including social media addiction, virtual tolerance, and virtual communication, according to age, and the scores of the group aged 35 and under were higher than the other age groups. It was determined that there was a significant difference in all dimensions, including social media addiction, virtual tolerance, and virtual communication, according to marital status, and single teachers had higher scores than married teachers. No significant difference was found according to the school type variable.

Conclusions: The teacher, who is one of the elements in the education system, is one of the most important variables that affect the quality of education. In order to increase student and institutional success, in-service trainings can be carried out by the Ministry of National Education and İzmir Provincial Directorate of National Education, and it may be beneficial for teachers to integrate online education and web 2.0 tools with social media.

Key Words: Addiction, social media, social media addiction, teacher



GNL/S-5

ÖZ-YETERLİLİK KAVRAMI VE HEMŞİRELİK EĞİTİMİ

Müge Coşgun¹

¹ Psikiyatri Hemşireliği Bölümü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

*İlgili yazar: muge.cosgun@idu.edu.tr

ORCID:000000031673882X

Özet

Amaç: Hemşirelikte öz-yeterlik düzeylerinin önemi hakkında literatür oluşturarak farkındalık yaratmaktır.

Gereç-Yöntem: Öz-yeterlik ve hemşirelik gereklerinin çerçevesini oluşturmaya yönelik metin oluşturmaktır.

Bulgular: Öz-yeterlik kavramı, ilk olarak 1977 yılında Albert Bandura tarafından açıklanmıştır. Bandura, Sosyal Bilişsel Öğrenme Kuramı ile ilgili çalışmalar yaparken, öz yeterlik algısının bilişsel süreçlerdeki rolünü tespit etmiş ve bu kavramın etkisi üzerinde durmuştur. Bandura (1977), öz-yeterliliği “kişinin ileri dönük durumları yönetmek için ihtiyaç duyduğu hareket biçimlerini planlama ve gerçekleştirme konusunda kendi yeteneklerine olan inancı” olarak ifade eder. Öz-yeterlilik inançları, insanların motivasyon ve davranışlarının önemli bir parçasını oluşturur ve aynı zamanda kişilerin yaşamlarını değiştirebilecek eylemleri de etkiler. Öz yeterlilik kavramı, bir eylemin planlanması, gerekli becerilerin farkında olunması ve örgütlenmesi, zorluklarla birlikte elde edilecek kazançların gözden geçirilmesi sonucunda oluşan güdülenme düzeyi gibi öğeleri içerir. Güçlü bir öz yeterlilik başarı ve iyilik halinin oluşmasını ve en önemlisi kişisel gelişimi ve becerilerin çeşitlenmesini sağlar. Hemşirelik eğitimi teorik ve klinik alt yapısı olan kuramsal ve uygulamalı bir süreçtir. Klinik eğitim, öğrencinin hemşirelik mesleğini yapabilmesi için yeterli klinik deneyime sahip olması amacıyla uygulanmaktadır. Literatür incelendiğinde hemşirelik eğitim sürecinin ne derece öğrenme hedeflerine ulaştığını belirlemek için öğrencinin performansını etkileyen öz yeterlik düzeyinin anlaşılmasının önemli bir adım olacağı görülmektedir. Teorik eğitimin yanında klinik uygulama hemşirelik öğrencilerinin mesleki yeterliliğinin gelişiminin sağlanması ve çalışma hayatına girmeye hazır olmalarını desteklemesi açısından önemlidir.

Sonuçlar: Hemşirelik bakımını gerçekleştirme becerisinde öz-yeterlilik, hemşirelik öğrencilerinin klinik ortamda başarılı olmaları için önemli bir faktör olarak düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Öz-yeterlilik, hemşirelik eğitimi, hemşirelik öğrencileri



SELF – EFFICACY IN NURSING EDUCATION

Muge Cosgun¹

¹ Psychiatric Nursing Department, Izmir Demokrasi Univesity, Izmir

* Corresponding author: muge.cosgun@idu.edu.tr

ORCID:000000031673882X

Abstract

Objectives: To raise awareness by creating literature about the importance of self-efficacy levels in nursing.

Materials-Methods: To create a text to frame self-efficacy and nursing requirements.

Results: The concept of self-efficacy was first described by Albert Bandura in 1977. Bandura, while conducting studies on the Theory of Social Cognitive Learning, identified the role of self-efficacy perception in cognitive processes and focused on the impact of this concept. Bandura (1977) refers to self-efficacy as “the belief in one's own abilities to plan and carry out the forms of actions that one needs to manage forward-looking situations”. Beliefs about self-efficacy form an important part of people's motivation and behavior, and also affect actions that can change people's lives. The concept of self-efficacy includes such elements as planning an action, awareness and organization of the necessary skills, the level of motivation that occurs as a result of reviewing the earnings that will be obtained with difficulties. A strong self-efficacy ensures the formation of a state of success and well-being, and most importantly, personal development and diversification of skills. Nursing education is a theoretical and applied process with a theoretical and clinical infrastructure. Clinical education is applied in order for the student to have sufficient clinical experience to be able to make the nursing profession. When the literature is examined, it is seen that understanding the level of self-efficacy affecting the student's performance will be an important step in order to determine the degree to which the nursing education process has achieved its learning goals. In addition to theoretical education, clinical practice is important for ensuring the development of professional competence of nursing students and supporting their readiness to enter working life.

Conclusion: Self-efficacy in the ability to perform nursing care is considered to be an important factor for nursing students to succeed in a clinical setting.

Key Words: Self-efficacy, nursing education, nurse students



SB/S-1

SPOR YÖNETİCİSİ ADAYLARININ DEĞİŞİME DİRENÇ EĞİLİMLERİ VE GİRİŞİMCİLİK DAVRANIŞLARI ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA

Buse Balcı¹, Kadir Yıldız²

¹Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Manisa
<https://orcid.org/0000-0003-3609-7783>

²Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Manisa
<https://orcid.org/0000-0003-3347-0319>

İlgili Yazar: busebalci98@icloud.com

Özet

Amaç: Bu çalışmada, spor yöneticisi adaylarının değişime direnç eğilimleri ve bireysel girişimcilik davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Gereç- Yöntem: Çalışma nicel araştırma yöntemlerinden betimsel ve ilişkisel tarama modelinde tasarlanmıştır. Araştırmaya tesadüfi örnekleme yoluyla belirlenmiş 315 spor yöneticisi adayı katılmıştır. Araştırmada Oreg (2006) tarafından geliştirilen Çalışkan (2019) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Değişime Direnç Ölçeği ile İncik ve Uzun (2017) tarafından geliştirilen Bireysel Girişimcilik Algı Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde nonparametrik testlerden Mann-Whitney U test ve Spearman Korelasyon analizi kullanılmıştır.

Bulgular: Cinsiyet değişkeni açısından bireylerin Değişime direnç ölçeği ve Bireysel girişimcilik algı ortalamaları karşılaştırmalarında bilişsel tepki ve davranışsal tepki alt boyutlarında erkek katılımcılar lehine anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Bireysel Girişimcilik Algı ölçeği alt boyutlarından ise sadece motivasyon alt boyutunda kadın katılımcılar lehine farklılık gözlemlenmiştir. Korelasyon analiz sonuçlarında ise Değişime direnç ile bireysel girişimcilik alt boyutları arasında negatif yönde düşük düzeyde ilişkiler saptanmıştır.

Sonuçlar: Sonuç olarak; spor yöneticisi adaylarının değişime direnç düzeyi azaldıkça girişimci davranışlarının arttığı görülmektedir. Alan yazında planlanacak gelecek çalışmalar için spor örgütü çalışanlarının kişilik özellikleri, heyecan arayışı, risk algısı ve değişime direnç arasındaki ilişki ve yordayıcı değişkenler üzerine araştırma planlanabilir.

Anahtar Kelimeler: Spor yöneticiliği, bireysel girişimcilik, değişime direnç, yenilikçilik



AN INVESTIGATION INTO SPORTS MANAGER CANDIDATES' RESISTANCE TO CHANGE TENDENCIES AND ENTREPRENEURIAL BEHAVIORS

Buse Balci¹, Kadir Yildiz²

¹Manisa Celal Bayar University, Faculty of Sport Sciences, Manisa
<https://orcid.org/0000-0003-3609-7783>

² Manisa Celal Bayar University, Faculty of Sport Sciences, Manisa
<https://orcid.org/0000-0003-3347-0319>

Corresponding author: busebalci98@icloud.com

Abstract

Aim: This study aims to examine the relationship between the resistance to change tendencies of sports manager candidates and their individual entrepreneurial behaviors.

Materials - Methods: The study was designed in a descriptive and correlational survey model, one of the quantitative research methods. 315 sports manager candidates, determined by random sampling, participated in the research. The Resistance to Change Scale developed by Oreg (2006) and adapted into Turkish by Çalışkan (2019), and the Individual Entrepreneurship Perception Scale developed by Incik and Uzun (2017) were used in the study. In the analysis of the data, Mann-Whitney U test and Spearman Correlation analysis, which are nonparametric tests, were used.

Results: In the comparison of individuals' resistance to change scale and individual entrepreneurship perception averages in terms of gender variable, significant differences were found in favor of male participants in cognitive response and behavioral response sub-dimensions. Among the sub-dimensions of the Individual Entrepreneurship Perception Scale, a difference was observed in favor of female participants only in the sub-dimension of motivation. In the results of the correlation analysis, low negative correlations were found between resistance to change and individual entrepreneurship sub-dimensions.

Conclusions: As a result; as the resistance level of sports manager candidates to change decreases, their entrepreneurial behaviors increase. For future studies to be planned in the literature, research on the relationship between personality traits, excitement seeking, risk perception, and resistance to change and predictive variables of sports organization employees can be planned.

Keywords: Sport management, individual entrepreneurship, resistance to change scale, innovation



SB/S-2

COVID-19 DÖNEMİNDE EVDE VÜCUT AĞIRLIĞI İLE YAPILAN FONKSİYONEL EGZERSİZLERİN KADINLARDA FİZİKSEL UYGUNLUK PARAMETRELERİ VE YAŞAM KALİTESİ ÜZERİNE ETKİSİ

Alp Aslan Uysal¹, Selda Bereket Yücel¹

¹ Hareket ve Antrenman Bilimleri, Marmara Üniversitesi, İstanbul

*İlgili yazar: aslanuysal@marun.edu.tr

Özet

Amaç: Bu çalışmanın amacı, COVID-19 kapanma döneminde evde vücut ağırlığı ile yapılan yüksek şiddetli fonksiyonel antrenmanların kadınlarda sağlık ile ilişkili fiziksel uygunluk parametreleri ve yaşam kalitesi üzerindeki etkilerini incelemektir.

Gereç- Yöntem: Çalışmada 21 rekreatif spor yapan kadın katılımcı (26.3 ± 3.7 yıl, 57.7 ± 4.6 kg) yer almıştır. Katılımcılara ön test ve son test uygulamalarının her biri 2 farklı gün uygulanmıştır; her iki testte de ilk gün katılımcıların vücut kompozisyon ölçümleri yapılmış ve Dünya Sağlık Örgütü Yaşam Kalitesi Ölçeği katılımcılara doldurtulmuştur. İkinci gün katılımcılara kardiyovasküler dayanıklılık, kassal kuvvet, kassal dayanıklılık ve esneklik testleri uygulanmıştır. Ön test sonrasında katılımcılar 8 hafta boyunca haftada 3 gün vücut ağırlığında yapılan yüksek şiddetli fonksiyonel egzersizleri ev ortamında uygulamıştır. Ön test ve son test skorları arasındaki değişim eşleştirilmiş örneklem t-testi ile değerlendirilmiştir.

Bulgular: Katılımcıların vücut kompozisyonu ve yaşam kalitesi ölçeği ön test ve son test sonuçları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmemiştir ($p>0,05$) ancak yaşam kalitesi ölçeğinin dört alt parametresinden biri olan fiziksel yaşam kalitesi bölümünde ön test ve son test puanları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ($p=0.011$). Katılımcıların kardiyovasküler dayanıklılık, kassal kuvvet, kassal dayanıklılık, esneklik ön test ve son test sonuçları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark ($p<0,05$) bulunmuştur.

Sonuçlar: Pandemi döneminde ev ortamında vücut ağırlığında uygulanan yüksek şiddetli fonksiyonel antrenmanlar kadınlarda fiziksel uygunluk parametrelerinde ve yaşam kalitesi ölçeğinin fiziksel değerlendirme bölümünde iyileşmelere yol açmıştır.

Anahtar Kelimeler: Koronavirüs, yüksek şiddetli fonksiyonel antrenman, ev antrenmanı, vücut ağırlığı antrenman, yaşam kalitesi ölçeği.



THE EFFECT OF HOME-BASED FUNCTIONAL BODYWEIGHT EXERCISES ON PHYSICAL FITNESS COMPONENTS AND QUALITY OF LIFE IN WOMEN DURING COVID-19 LOCKDOWNS

Alp Aslan Uysal¹, Selda Bereket Yücel¹

¹ Physical Education and Sports Department, Marmara University, Istanbul

* Corresponding author: aslanuysal@marun.edu.tr

Abstract

Objectives: The aim of this study is to examine the effects of home-based high intensity functional bodyweight training on health-related physical fitness components and quality of life in women during COVID-19 lockdowns.

Materials - Methods: 21 recreationally active female participants were volunteer to participate in this study. Each of the pre-test and post-test applications were carried out on 2 different days; body composition analysis and World Health Organization Quality of Life Scale were applied to the participants on the first day and cardiovascular endurance, muscular strength, muscular endurance, flexibility tests were applied to the participants on the second day. After completing the pre-test, participants applied high intensity functional training at home environment using bodyweight exercises 3 days per week for 8 weeks. Pre-test and post-test scores were analyzed by using the paired samplet-test.

Results: No statistically significant difference was observed between the pre-test and post-test results of the participants' body composition analysis and quality of life scale ($p>0.05$), but there was a significant difference between the pre-test and post-test scores in the physical domain of quality of life scale ($p=0.011$), which is one of the four sub-parameters of World Health Organization Quality of Life Scale. Statistically significant differences ($p<0.05$) were observed between the participants' cardiovascular endurance, muscular strength, muscular endurance, flexibility pre test and post test results.

Conclusions: During the pandemic lockdowns, high-intensity functional training performed at home provided significant improvements in health-related physical fitness components and the physical domain of quality of life scale in women.

Key Words: Coronavirus, high intensity functional training, home training, bodyweight training, quality of life scale.



SB/S-4

15-17 YAŞ ARASI SPOR YAPAN VE YAPMAYAN BİREYLERİN FİZİKSEL UYGUNLUK DÜZEYLERİNİN LATERALİZASYON AÇISINDAN KARŞILAŞTIRILMASI

Muhammet ÖZBAY¹

¹ Beden Eğitimi Ve Spor Ana Bilim Dalı Bölümü, Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Nevşehir

*İlgili yazar / Corresponding author: 14210410023@nevsehir.edu.tr

ORCID: 0000-0002-5903-7161

Özet

Amaç: Bu araştırmanın amacı belli yıllar arası düzenli olarak spor yapmış kişiler ile hiç spor yapmamış (sedanter) bireylerin fiziksel uygunluk düzeylerinin lateralizasyon (sağ ve sol taraf farklılıkları) açısından karşılaştırılmasıdır.

Gereç-Yöntem: Bu araştırma amaçlı örnekleme yolu ile İstanbul ili Sultangazi ilçesinde ortaöğretim seviyesinde öğrenim görmekte olan kadın ve erkek sporcu ve sedanter bireylerin seçilmesiyle yapılmıştır. Araştırmanın katılımcıları Milli Eğitim Bakanlığına bağlı ortaöğretim seviyesindeki eğitim kurumlarında öğrenimlerine devam eden yaşları 15 ile 17 yıl arasında değişen 52 erkek ve 38 kadın oluşturmaktadır. Bu katılımcıların 30'u voleybolcu (18 kadın ,12 erkek), 30'u futbolcu (25 erkek, 5 kadın) ve 30'u ise sedanter (15 erkek,15 kadın) bireylerden oluşmaktadır. Fiziksel uygunluk düzeyleri ölçümünde, Winnick, Short (2014) tarafından geliştirilen Otur-Uzan Esneklik ölçümü, Stark (2000) tarafından geliştirilen Sağlık Topu Fırlatma testi, Moll, Seidel, ve Bös (2012) tarafından geliştirilen 3 Adım Sıçrama ölçümü ve son olarak Basit el Reaksiyon ölçümü olmak üzere 4 temel test uygulanmıştır. Verilerin analizi bilgisayar ortamında SPSS 25 paket programı ile yapılmıştır.

Bulgular: Sonuç olarak, futbol ve voleybol branşlarıyla uğraşmanın fiziksel uygunluk düzeylerini geliştirdiği ve değiştirdiği söylenebilir. Uygulanan testlerin sonuçlarına bakıldığında genel olarak spor yapan grubun sedanter gruba göre daha iyi olduğu gözlemlenmiştir.

Sonuçlar: Vücudun sağ ve sol taraf farklılıkları açısından değerlendirme yapıldığında ise, baskın olan ayak ve elin baskın olmayan tarafa göre daha fazla kuvvete sahip olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Fiziksel uygunluk, spor, lateralizasyon



COMPARISON OF THE PHYSICAL FITNESS LEVELS OF 15-17 YEARS OLD INDIVIDUALS WITH AND WITHOUT SPORTS IN TERMS OF LATERALIZATION

Muhammet ÖZBAY¹

¹ Beden Eğitimi Ve Spor Ana Bilim Dalı Bölümü, Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Nevşehir

*İlgili yazar / Corresponding author: 14210410023@nevsehir.edu.tr

ORCID: 0000-0002-5903-7161

Abstract

Objectives:The aim of this study is to compare the physical fitness levels of people who have done sports regularly between certain years and those who have never done sports (sedentary) in terms of lateralization (right and left side differences).

Materials – Methods: This research was carried out by selecting male and female athletes and sedentary individuals who are studying at secondary education level in the Sultangazi district of Istanbul province, by way of sampling purpose. The participants of the research consist of 52 men and 38 women, aged between 15 and 17, who continue their education in secondary education institutions affiliated to the Ministry of National Education. 30 of these participants are volleyball players (18 women, 12 men), 30 are football players (25 men, 5 women) and 30 are sedentary (15 men, 15 women). In the measurement of physical fitness levels, Sit-Reach Flexibility measurement developed by Winnick, Short (2014), Medicine Ball Throwing test developed by Stark (2000), 3-Step Leap measurement developed by Moll, Seidel, and Bös (2012) and finally Simple handheld measurement. Four basic tests, including reaction measurement, were applied. The analysis of the data was done in computer environment with SPSS 25 package program.

Results:As a result, it can be said that dealing with football and volleyball branches improves and changes physical fitness levels. Considering the results of the tests applied, it was observed that the group doing sports was better than the sedentary group in general.

Conclusion:When evaluating the differences in the right and left sides of the body, it can be said that the dominant foot and hand have more strength than the non-dominant side.

Keywords: Physical fitness, sport, lateralization



LİSE ÖĞRENCİLERİNİN EGZERSİZ BAĞIMLILIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Yakup YILMAZ¹, Sibel GÜVEN²

¹ Yakup YILMAZ Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Programı, Pamukkale Üniversitesi, Denizli

² Sibel Güven. Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Programı, Pamukkale Üniversitesi, Denizli

*: sguven@pau.edu.tr

Özet

Amaç: Çalışmanın amacı Hasan Tekin Ada Anadolu Lisesinde öğrenim gören lise öğrencilerin egzersiz bağımlılık düzeylerinin takım sporu, bireysel spor, cinsiyet ve sınıf düzeyleri açısından incelenmesidir.

Gereç- Yöntem: Araştırmanın örneklemi, Denizli Hasan Tekin Ada Anadolu lisesinde öğrenim gören 51 erkek 84 kadın toplam 135 öğrenciden oluşmaktadır. Veri toplama aracı olarak Heather A. Hausenblas ve Downs tarafından geliştirilmiş, Türkçe uyarlama ve geçerlilik güvenirlik çalışmaları Gürbüz ve Aşçı tarafından yapılmış bireylerin egzersiz bağımlılıklarını ölçmek için "Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği-21" 21 madde 5 alt faktörden oluşan, altılı likert ölçeği kullanılmıştır. Ölçek ile toplanan veriler SSPS istatistik programına yüklenmiş ve verilerin işlenmesinde Bağımsız Gruplarda T Testi ve Tek Yönlü Anova analizinden yararlanılmıştır.

Bulgular: Araştırmanın sonuçlarına bakıldığında takım sporu ile uğraşan ve bireysel spor ile uğraşan grupların egzersiz bağımlılıkları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu, farkın takım sporu ile uğraşan grubun lehine anlamlı düzeyde yüksek olduğu ($p>0.05$) bulunmuştur. Cinsiyetlere göre yapılan karşılaştırmada erkek sporcular ile kadın sporcuların egzersiz bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı fark olduğu, farkın erkek sporcuların lehine olduğu ($p>0.05$), sınıflara göre karşılaştırmada sınıf düzeyi arttıkça üst sınıflar lehine istatistiksel olarak anlamlı düzeyde fark olduğu tespit edilmiştir.

Sonuçlar: Egzersiz bağımlılığının diğer bağımlılıklar gibi olumsuz bir durum olduğu düşünüldüğünde, sporcuların daha iyi olabilmek için kendilerini zorlamaları, bağımlı olmaları sonucunda sakatlanmaları kaçınılmazdır. Sporcularımızın sağlığını korumak ve performanslarını olumlu yönde etkilemek için daha yoğun ve farklı yaş düzeylerinde bilimsel çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Takım sporu, bireysel spor, bağımlılık, egzersiz bağımlılığı



EXAMINATION OF EXERCISE ADDICTION LEVELS OF HIGH SCHOOL STUDENTS

Yakup YILMAZ¹, Sibel GÜVEN²

¹ Yakup YILMAZ Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Programı, Pamukkale Üniversitesi, Denizli

² Sibel Güven. Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Programı, Pamukkale Üniversitesi, Denizli

*: sguven@pau.edu.tr

Abstract

Objectives: The aim of this study is to examine the exercise addiction levels of high school students studying at Hasan Tekin Ada Anatolian High School in terms of team sports, individual sports, gender and class levels.

Materials - Methods: The sample of the research consists of 135 students, whose were 51 male and 84 female students of studying at Denizli Hasan Tekin Ada Anatolian High School. As a data collection tool, a six-point Likert scale consisting of 21 items and 5 sub-factors was used in the "Exercise Addiction Scale-21", which was developed by Heather A. Hausenblas and Downs and whose Turkish adaptation and validity and reliability studies were conducted by Gürbüz and Aşçı. The data related to the survey were loaded into the SPSS statistical program and T-Test in Independent Groups and One-Way Anova analysis were used in the analysis.

Results: Considering the results of the study, it was found that there was a statistically significant difference between the exercise addictions of the groups engaged in team sports and individual sports, and the difference was significantly higher in favor of the group engaged in team sports ($p>0.05$). In the comparison made according to genders, it was determined that there was a significant difference between the exercise addiction levels of male athletes and female athletes, the difference was in favor of male athletes ($p>0.05$).

Conclusions: Considering that exercise addiction is a negative situation like other addictions, it is inevitable for athletes to force themselves to be better and to get injured as a result of being dependent. In order to protect the health of our athletes and to positively affect their performance, more intensive and scientific studies at different age levels are needed.

Key Words: Team sport, individual sport, addiction, exercise addiction



SB/S-6

ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN SPORTİF FAALİYETLERE KATILIM VE İLETİŞİM BECERİLERİNİN İNCELENMESİ

Arif GÖRÜKEN¹, Sibel GÜVEN²

¹ Arif Görüken Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Programı, Pamukkale Üniversitesi, Denizli

² Sibel Güven. Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Programı, Pamukkale Üniversitesi, Denizli

*: sguven@pau.edu.tr

Özet

Amaç: Çalışmanın amacı ortaokul öğrencilerinin sportif faaliyetlere katılım ve iletişim beceri düzeylerinin incelenmesidir.

Gereç- Yöntem: Araştırma evreni Denizli Atatürk Ortaokulu'nda öğrenim gören 1256 bireyden oluşurken örnekleme; 136 kadın 115 erkek toplam 251 öğrenciden oluşmuştur. Veri toplama aracı olarak kullanılan anket formu üç bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde öğrencilere ait demografik özellikler, ikinci bölümde Sportif Faaliyetlere Katılım Ölçeği bulunurken üçüncü bölümde İletişim Becerileri Envanteri kullanılmıştır. Ankete ilişkin veriler SPSS istatistik programına yüklenmiş ve analizinde Bağımsız Gruplarda T Testi, Tek Yönlü Varyans Analizi, Mann Whitney U Testi ve Kruskal Wallis Varyans Analizinden yararlanılmıştır.

Bulgular: Araştırmanın sonuçlarına bakıldığında kadın ve erkek öğrencilerin sportif faaliyetlere katılım düzeyleri arasında anlamlı fark olduğu, erkek öğrencilerin sportif faaliyetlere katılımları kadın öğrencilerin sportif faaliyetlere katılımlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). Bunun yanı sıra sportif faaliyetlere katılımda sınıf düzeyleri arasında da anlamlı fark olduğu görülmüştür. 8. sınıf öğrencilerinin sportif faaliyetlere katılımının 5. ve 6. sınıf öğrencilerinin sportif faaliyetlere katılımından anlamlı düzeyde yüksek olduğu; 7. sınıf öğrencilerinin sportif faaliyetlere katılımının 6. sınıf öğrencilerinin sportif faaliyetlere katılımından anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). Korelasyon analizine göre ise sportif faaliyetlere katılım düzeyi ile iletişim beceri düzeyi arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Sonuçlar: Sonuç olarak öğrencilerin sportif faaliyetlere katılımları arttıkça iletişim becerileri de aynı oranda artmaktadır. Sporun bu ve benzeri birçok faydalarının açığa çıkarılması için bu alanda düzenlenecek bilimsel içerikli çalışmalara gereksinim duyulmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Sportif faaliyetlere katılım, iletişim becerileri



INVESTIGATION OF SECONDARY SCHOOL STUDENTS' PARTICIPATION IN SPORTS ACTIVITIES AND COMMUNICATION SKILLS

Arif GÖRÜKEN¹, Sibel GÜVEN²

¹ Arif Görüken Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Programı, Pamukkale Üniversitesi, Denizli

² Sibel Güven. Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Programı, Pamukkale Üniversitesi, Denizli

*: sguven@pau.edu.tr

Abstract

Objectives: The aim of this study is to examine the participation in sports activities and communication skill levels of secondary school students.

Materials - Methods: While the research universe consisted of 1256 students studying at Denizli Atatürk Secondary School; Study's sample consisted of 136 females and 115 males a total of 251 students. The questionnaire form used as a data collection tool consists of three parts. In the first part, the demographic characteristics of the students, in the second part, the Scale of Participation in Sportive Activities, the Communication Skills Inventory was used in the third part. Data related to the questionnaire were loaded into SPSS statistical program and T-Test in Independent Groups, One-Way Analysis of Variance, Mann Whitney U Test and Kruskal Wallis Analysis of Variance were used.

Results: Considering the results of the study, it was determined that there was a significant difference between the participation levels of female and male students in sports activities, and the participation of male students in sports activities was significantly higher than the participation of female students in sports activities ($p<0.05$). In addition, it was observed that there was a significant difference between grade levels in participation in sports activities. The participation of 8th grade students in sports activities is significantly higher than the participation of 5th and 6th grade students in sports activities; It was determined that the participation of 7th grade students in sports activities was significantly higher than the participation of 6th grade students in sports activities ($p<0.05$). According to the correlation analysis, it was determined that there was a positive and significant relationship between the level of participation in sports activities and the level of communication skills ($p<0.05$).

Conclusions: As a result, as students' participation in sports activities increases, their communication skills increase at the same rate. There is a need for scientific studies to be organized in this field in order to reveal these and many similar benefits of sports.

Key Words: Participation in sports activities, communication skills



SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİNDE ÖĞRENİM GÖREN ÖĞRENCİLERİN PANDEMİ SÜRECİNDE ALGILANAN STRES DÜZEYİ NEDİR?

Nimet AKSOY¹, Sibel GÜVEN²

¹ Nimet AKSOY, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Programı, Pamukkale Üniversitesi, Denizli

² Sibel GÜVEN, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Programı, Pamukkale Üniversitesi, Denizli

*: sguven@pau.edu.tr

Özet

Amaç: Araştırmanın amacı; Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerinin algılanan stres düzeylerinin araştırılarak, cinsiyete göre covid-19 olma durumlarının farklılık gösterip göstermediğinin incelenmesidir.

Gereç- Yöntem: Araştırmanın çalışma grubunu Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören 88' i kadın 52' si erkek olmak üzere toplamda 140 öğrenci oluşturmuştur. Veri toplama aracı olarak "Algılanan Stres Ölçeği (ASÖ)" uygulanmıştır. Verilerin analizi SPSS programında kodlanarak değerlendirilmiştir. Verilerin işlenmesinde gruplar arası karşılaştırmalarda bağımsız T Testi kullanılmıştır .

Bulgular: Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören erkekler ve kadınların pandemi sürecinde algılanan stres düzeyleri ile Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin pandemi sürecinde algılanan stres düzeyleri ile Covid 19 geçirme durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı bulunmuştur ($p>0,05$).

Sonuçlar: Pandemi sürecindeki Covid-19 geçirmiş bireylerin sayısı ile pandemi sürecindeki Covid-19 geçirmemiş birey sayıları birbirine yakın olduğu için daha fazla bireye erişim ile anket tekrarlanabilir.

Anahtar Kelimeler: Algılanan stres düzeyi, pandemi



WHAT IS THE STRESS LEVEL OF STUDENTS AT THE FACULTY OF SPORTS SCIENCES DURING THE PANDEMIC PROCESS?

Nimet AKSOY¹, Sibel GÜVEN²

¹ Nimet AKSOY, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Programı, Pamukkale Üniversitesi, Denizli

² Sibel GÜVEN, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Programı, Pamukkale Üniversitesi, Denizli

*: sguven@pau.edu.tr

Abstract

Objectives: The aim of this study is to investigate the perceived stress levels of the students studying at the Faculty of Sports Sciences, and to examine whether the status of being covid-19 differs according to gender.

Materials - Methods: Participated in the study group of the research, A total of 140 students, 88 women and 52 men, studying at the Faculty of Sport Sciences. The Perceived Stress Scale (PSS) was used as a data collection tool. The analysis of the data was evaluated in the SPSS program. In the analysis of the research, t was used in independent groups. Independent-Samples T test was used in the analysis of the data.

Results: It has been observed that there are no significant differences between the perceived stress levels of men and women studying at the Faculty of Sports Sciences during the pandemic process, and the perceived stress levels of students studying at the Faculty of Sports Sciences during the pandemic period, when they have covid 19. ($p>0.05$)

Conclusions: Since the number of individuals who have had covid-19 during the pandemic process and the number of individuals who have not had covid-19 during the pandemic process are close to each other, the survey can be repeated with the participation of more participants and a different result can be reached.

Key Words: Perceived stress level, pandemi



SB/S-8

GÖRME GEREKSİNİMLİ BİREYLERİN SPORA KATILIM MOTİVASYONLARININ İNCELENMESİ

Sefer ÇETİN¹, Sibel GÜVEN²

¹ Aleyna ORHAN. Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Programı , Pamukkale Üniversitesi, Denizli

² Sibel GÜVEN. Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Programı, Pamukkale Üniversitesi, Denizli

*: sguven@pau.edu.tr

Özet

Amaç: Bu çalışmanın amacı: Görme gereksinimli bireylerin spora katılım motivasyonlarını incelemektir.

Gereç- Yöntem: Çalışmaya, Görme Engelliler Spor Federasyonu'nda en az üç yıldır lisanslı olup, spor faaliyetlerine düzenli katılan 120 görme engelli sporcu katılacaktır. Çalışmaya katılan sporculara Engelli Bireylerin Spora Katılım Motivasyon Ölçeği uygulanmıştır. Araştırmanın analizinde bağımsız gruplarda t testi kullanıldı. Toplanan verilerin analizi SPSS programında değerlendirilmiştir.

Bulgular: Görme engelli bireylerin sporda motivasyon düzeylerinin incelenmesinin amaçlandığı bu çalışmada; Kadın ve erkek sporcuların içsel motivasyon düzeyleri arasında anlamlı fark olduğu, erkek sporcuların içsel motivasyon düzeylerinin kadın sporcuların içsel motivasyon düzeylerinden anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir. Kadın ve erkek sporcuların dışsal motivasyon düzeylerinde arasında anlamlı fark olduğu, erkek sporcuların dışsal motivasyon düzeylerinin kadın sporcuların dışsal motivasyon düzeylerinden anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir. Kadın ve erkek sporcuların motivasyonsuzluk düzeyleri arasında anlamlı fark olmadığı görülmüştür. Az gören ve hiç görmeyen sporcuların içsel motivasyon düzeylerinde arasında anlamlı fark olduğu, az gören sporcuların içsel motivasyon düzeylerinin hiç görmeyen sporcuların içsel motivasyon düzeylerinden anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir. Az gören ve hiç görmeyen sporcuların dışsal motivasyon düzeylerinde arasında anlamlı fark olduğu, az gören sporcuların dışsal motivasyon düzeylerinin hiç görmeyen sporcuların dışsal motivasyon düzeylerinden anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir. Az gören ve hiç görmeyen sporcuların motivasyonsuzluk düzeyleri arasında anlamlı fark olmadığı görülmüştür.

Sonuçlar: Literatüre bakıldığında; görme engelli sporcuların motivasyon düzeylerinin incelendiği diğer çalışmalarda, cinsiyet değişkeninde anlamlı fark tespit edilememiştir ve görme düzeyleri üzerinde çalışma yapılmamıştır. Çalışmamda cinsiyet ve görme düzeylerinde anlamlı fark bulunmuştur, daha fazla kişiye ulaşılarak alt problemler çeşitlendirilebilir.

Anahtar Kelimeler: Görme engelli, sporcu, spor, motivasyon, spor branşları



INVESTIGATION OF THE MOTIVATIONS OF SIGHTED INDIVIDUALS TO PARTICIPATE IN SPORTS

Sefer ÇETİN¹, Sibel GÜVEN²

¹ Aleyna ORHAN. Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Programı , Pamukkale Üniversitesi, Denizli

² Sibel GÜVEN. Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Programı, Pamukkale Üniversitesi, Denizli

*: sguven@pau.edu.tr

Abstract

Objectives: The purpose of this study: To examine the motivation of individuals with visual needs to participate in sports.

Materials - Methods: 120 visually impaired athletes who have been licensed by the Visually Impaired Sports Federation for at least three years and regularly participate in sports activities will participate in the study. The Sports Participation Motivation Scale of Disabled Individuals was applied to the athletes participating in the study. In the analysis of the research, t-test was used in independent groups. The analysis of the collected data was evaluated in the SPSS program.

Results: In this study, which aims to examine the motivation levels of visually impaired individuals in sports; It has been determined that there is a significant difference between the intrinsic motivation levels of female and male athletes, and the intrinsic motivation levels of male athletes are significantly higher than the intrinsic motivation levels of female athletes. It has been determined that there is a significant difference between the extrinsic motivation levels of female and male athletes, and the extrinsic motivation levels of male athletes are significantly higher than the extrinsic motivation levels of female athletes. It was observed that there was no significant difference between the amotivation levels of female and male athletes. It has been determined that there is a significant difference between the intrinsic motivation levels of the athletes with low vision and those with no vision, and the intrinsic motivation levels of the athletes with low vision are significantly higher than the intrinsic motivation levels of the athletes with no vision. It has been determined that there is a significant difference between the extrinsic motivation levels of the athletes with low vision and those with no vision, and the extrinsic motivation levels of the athletes with low vision are significantly higher than the extrinsic motivation levels of the athletes with no vision. It has been observed that there is no significant difference between the amotivation levels of the athletes with low vision and those with no vision.

Conclusions: Looking at the literature; In other studies examining the motivation levels of visually impaired athletes, no significant difference was found in the gender variable and no study was conducted on their vision levels. In my study, a significant difference was found in gender and vision levels, sub-problems can be diversified by reaching more people.

Key Words: Visually impaired, athlete, sports, motivation, sports branches



SB/S-9

KARATEDE KATA SPORCULARININ SPORA ÖZGÜ BAŞARI

MOTİVASYON DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Aleyna ORHAN¹, Sibel GÜVEN²

¹ Aleyna ORHAN. Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Programı , Pamukkale Üniversitesi, Denizli

² Sibel GÜVEN. Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Programı, Pamukkale Üniversitesi, Denizli

*: sguven@pau.edu.tr

Özet

Amaç: Bu çalışmanın amacı, karatede kata sporcularının spora özgü başarı motivasyon düzeylerini incelemektir.

Gereç- Yöntem: Araştırmaya Türkiye’de farklı illerde bulunan üniversite karate takımlarında ve kulüp takımlarında yer alan Türkiye Karate Federasyonu’na bağlı lisanslı 41 kadın, 30 erkek toplam 71 sporcu katılmıştır. Katılımcılara, Willis (1982) tarafından geliştirilen, Tiryaki ve Gödelek (1997) tarafından Türk sporcularına uyarlanan Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeği uygulanmıştır. Bu ölçek, yargıların 5 değerlendirme basamağına göre yapılmış, 40 maddeden oluşmakta ve 3 alt ölçeği içermektedir. Ölçekten elde edilen veriler SPSS paket programına yüklenmiş ve analizinde Bağımsız Gruplarda T Testi, Man Whitney U Testi ve Kruskal Wallis Varyans Analizinden yararlanılmıştır.

Bulgular: Araştırmanın sonuçlarına bakıldığında kadın ve erkek sporcuların Başarısızlıktan Kaçınma Güdüsü alt ölçeğinden aldıkları puanlar arasında anlamlı fark olduğu, kadın sporcuların puanları erkek sporcuların puanlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür ($p<0.05$). Bunun yanı sıra Güç Gösterme Güdüsü alt boyutunda kuşaklar arası anlamlı fark görülmüştür. Siyah kuşak, 1. Dan, 2. Dan ve 3. Dan gruplarının mavi ve kahverengi kuşaktan anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$).

Sonuçlar: Her sporcunun başarı motivasyonu aynı düzeyde değildir. Bu yüzden sporcuların başarı motivasyon düzeylerinin bilinmesi önemli olduğu ve başarı motivasyonunun sporcuların yarışmadaki başarıyı direkt etkileyeceği düşünülmektedir. Sonuç olarak sporcuların motivasyonları artarsa yarışmalardaki başarı oranları da aynı seviyede artacaktır.

Anahtar Kelimeler: Karate, başarı motivasyonu, cinsiyet



SPORTS SPECIFIC SUCCESS OF KATA ATHLETES IN KARATE EXAMINATION OF MOTIVATION LEVELS

Aleyna ORHAN¹, Sibel GÜVEN²

¹ Aleyna ORHAN. Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Programı , Pamukkale Üniversitesi, Denizli

² Sibel GÜVEN. Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Programı, Pamukkale Üniversitesi, Denizli

*: sguven@pau.edu.tr

Abstract

Objectives: The aim of this study is to examine the sport-specific success motivation levels of kata athletes in karate.

Materials - Methods: A total of 71 athletes, 41 women and 30 men, who are licensed by the Turkish Karate Federation, who take part in university karate teams and club teams in different cities in Turkey, participated in the research. The Sports-Specific Achievement Motivation Scale developed by Willis (1982) and adapted for Turkish athletes by Tiryaki and Gödelek (1997) was applied to the participants. This scale is made according to 5 evaluation steps of judgments, consists of 40 items and includes 3 subscales. The data obtained from the scale were loaded into the SPSS package program and T Test in Independent Groups, Man Whitney U Test and Kruskal Wallis Analysis of Variance were used in the analysis.

Results: Considering the results of the study, it was seen that there was a significant difference between the scores of the female and male athletes from the Failure Avoidance Motivation subscale, and the scores of the female athletes were significantly higher than the scores of the male athletes ($p<0.05$). In addition, there was a significant intergenerational difference in the sub-dimension of Showing Power. Black belt, 1st Dan, 2nd Dan and 3rd Dan groups were found to be significantly higher than blue and brown belts ($p<0.05$).

Conclusions: Not every athlete has the same level of success motivation. For this reason, it is thought that it is important to know the success motivation levels of the athletes and that the success motivation will directly affect the success of the athletes in the competition. As a result, if the motivation of the athletes increases, the success rates in the competitions will increase at the same level.

Key Words: Karate, achievement motivation, gender



SB/S-10

BUZ PATENİ SPORCULARININ FİZİKSEL AKTİVİTEYE KATILIM MOTİVASYONLARININ BELİRLENMESİ

Buse BAYRAMOĞLU¹, Fatma ÇELİK KAYAPINAR¹

¹ Spor Bilimleri Bölümü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir
ORCID:B.B:0000-0001-9439-7392,F.Ç.K.:0000-0002-2159

Özet

Amaç: Buz pateni sporcularının fiziksel aktiviteye katılım motivasyonlarının belirlenmesidir.

Gereç ve Yöntem: Araştırma nicel araştırma olarak planlanmış, var olan durumu betimlemeyi amaçlayan tarama çalışması olarak uygulanmıştır. Araştırmanın evreni İzmir’de yer alan 2021-2022 sezonunda lisanları vizeli, 18 yaş altı buz pateni sporcuları oluşturmaktadır. Örneklemi ise aileleri izin veren ve çalışmaya katılmayı gönüllülük esası ile kabul eden 150 sporcudur. İzmir ilinde buz pateni eğitimi alan 7-18 yaş aralığı çocuklara kişisel bilgiler formu ve Öğrencilerin fiziksel aktiviteye katılım motivasyonlarını ölçmek amacıyla Tekkurşun ve Cicioğlu (2018) tarafından geliştirilen “Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği (FAKMÖ)” kullanılmıştır. Ölçek 16 madde ve 3 alt boyuttan oluşmakta ve 5’li Likert tipinde puanlanmaktadır. Ölçeğin alt boyutları; Bireysel Nedenler (6 madde), Çevresel Nedenler (6 madde) ve Nedensizlik (4 madde) şeklindedir. Bireysel Nedenler; kişinin kendi isteği, arzusu ve keyif alacağını düşündüğü durumlar doğrultusunda harekete geçmesini sağlayan nedenler olarak ifade edilirken, Çevresel Nedenler; kişinin çevresel faktörlerden etkilenmesi ile yapacağı aktiviteyi veya amacı gerçekleştirmek için harekete geçmesini sağlayan nedenler olarak belirtilmektedir. Analiz için veriler spss paket programında kodlanarak, verilerin analizinde yüzde frekans ve t test kullanılmıştır.

Bulgular: Elde edilen veriler incelendiğinde; çalışmaya katılan grubun fiziksel aktiviteye katılım motivasyon puanlarının en düşük 41 puan, en yüksek 70 puan olduğu tespit edilmiştir. Grubun ortalama puanı 59 puan olup fiziksel aktiviteye katılım motivasyon düzeylerinin yüksek olduğu ifade edilebilir. Cinsiyetler arası yapılan karşılaştırılmada buz pateni sporcularının egzersiz motivasyonlarının farklı olmadığı bulunmuştur.

Sonuçlar: Çalışmaya katılan grubun fiziksel aktiviteye katılım motivasyonlarının yüksek olduğu, cinsiyetlere göre motivasyon düzeyleri arasında anlamlı bir fark olmadığı ifade edilebilir.

Anahtar Kelimeler: Buz pateni, fiziksel aktivite, motivasyon



GÜREŞÇİLERİN HAZIRLIK ANTRENMANLARI VE MÜSABAKA DÖNEMLERİNDEKİ OKUL MUTLULUKLARININ KARŞILAŞTIRILMASI

Fevzi TOPÇU¹, Fatma ÇELİK KAYAPINAR²

¹ Spor Bilimleri Anabilim Dalı, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

² Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

*Fevzi Topçu: topcufevzi58@gmail.com

ORCID: F.Ç.K.:0000-0002-2159

Özet

Amaç: Okulda olumlu duygular yaşama olarak tanımlanan okul mutluluğu günümüzde ergenlik dönemi içinde olan öğrenciler için oldukça önemli bir hale gelmiştir. Araştırmada güreşçilerin hazırlık antrenmanları ve müsabaka döneminde okul mutluluğu düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olup olmadığının incelenmesi amaçlanmıştır.

Gereç- Yöntem: İzmir ili Gaziemir Gençlik Spor İlçe Müdürlüğüne bağlı olarak lisanslı güreş yapmakta olan, 10-15 yaş grubu, gönüllü ve velilerinden onam belgesi alınan 34 erkek sporcudan ön-son testli kontrol grupsuz yarı deneysel desende planlanan araştırmada hazırlık antrenmanları döneminde ve müsabaka döneminde olmak üzere iki kez Okul Çocukları Mutluluk anketi doldurmaları istenmiştir. Anket içerisinde demografik bilgilerde katılımcılardan spor yaşı, güreş stili ve okul düzeyleri alınmıştır. Araştırmanın alt problemleri bu bağımsız değişkenler üzerinde şekillendirilmiştir. Elde edilen veriler SPSS 25.0 paket programı ile Tek Örneklem ve Bağımsız Örneklemeler T testi ile analiz edilmiştir.

Bulgular: Araştırma sonucunda ulaşılan bulgulara göre örneklem grubu güreşçiler için müsabaka dönemi okul mutluluğu düzeyleri, hazırlık antrenmanları dönemine göre daha düşük olduğu belirlenmiştir. Bu düşüşün güreş stili, spor yaşı ve okul düzeyi değişkenlerinden bağımsız olarak gerçekleştiği anlaşılmaktadır.

Sonuçlar: Katılımcıların ön test değerlerine göre son test değerlerinde okul mutluluk puanlarının düşüşün sebebi müsabaka döneminde elde edilen başarısızlıklar ve stres gibi faktörlerin olabileceği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Güreş, okul mutluluğu, hazırlık antrenmanları, müsabaka dönemi



COMPARISON OF SCHOOL HAPPINESS OF WRESTLERS DURING PREPARATION TRAINING AND COMPETITION PERIODS

Fevzi TOPÇU¹, Fatma ÇELİK KAYAPINAR²

¹ Sport Sciences, Izmir Demokrasi Univesity, Izmir

² Exercises and Sport Sciences Department, Izmir Demokrasi Univesity, Izmir

* Fevzi TOPÇU: topcufevzi58@gmail.com

ORCID: F.Ç.K.:0000-0002-2159

Abstract

Objectives: In our research, it was investigated whether there is a statistically significant difference in the level of school happiness of the wrestlers during the preparatory training and competition period.

Materials - Methods: In this context, a quasi-experimental research was planned for 34 volunteer male athletes aged 10-15 years, who are licensed under the Gaziemir Youth and Sports District Directorate of İzmir province, with pretest-posttest and no control group. The School Children's Happiness questionnaire was applied to the participants twice, at least one and a half months apart, during the preparatory training period and during the competition period. With the demographic information part added to the questionnaire, Sports Age, Wrestling Style and School Level information were obtained from the participants and the sub-dimensions of the research were shaped on these independent variables. The data obtained were analyzed with the Spss 25.0 package program and the Single Sample and Independent Samples T test.

Results: According to the findings obtained as a result of the research, it was seen that the school happiness of the sample group wrestlers during the competition period was lower than during the preparatory training period. It is understood that this decrease occurred independently of the variables of wrestling style, sports age and school level.

Conclusions: It is thought that the reason for the significant decrease in the repetitive test values for the sample group wrestlers may be the factors of the competition period.

Key Words: Güreş, okul mutluluğu, hazırlık antrenmanları, müsabaka dönemi



SB/S-12

DEMOKRATİK VE OTOKRATİK LİDERLİK STİLİ İLE ÇALIŞTIRILAN ORYANTİRİNG SPORCULARININ İLETİŞİM DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Güçlü ÖZEN¹, Fevzi TOPÇU²

¹ Spor Bilimleri Anabilim Dalı, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

² Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

*Fevzi Topçu: topcufevzi58@gmail.com

ORCID ID: F.T.:0000-0002-0236-7696 G.Ö.: 0000-0003-0360-5358

Özet

Amaç: Bu araştırma otokratik ve demokratik liderlik anlayışını benimseyen antrenörler tarafından çalıştırılan iki farklı oryantiring sporcusu ekibin 6 haftalık ilk antrenman dönemi içerisinde takım içi etkili iletişim seviyelerindeki değişimi incelemeyi ve anlamlı farklar bulmayı amaçlamıştır. Oryantiring sporunda, sporcuların takım içi bağlılıkları ve iletişim seviyelerinin yüksek olması, öğrenme ve sportif başarı için önemli rol oynamaktadır.

Gereç- Yöntem: Bu kapsamda Öğretmen Liderlik Stilleri Ölçeği (ÖLSE) aracılığıyla demokratik ve otokratik liderlik stillerine yakınlıkları belirlenen antrenörlerin her biri için kesitsel tasarım şeklinde atanan bağımsız antrenman grupları (Demokratik liderlik stili için 15, Otokratik liderlik stili için 14, toplamda 29 sporcu öğrenci) oluşturulmuştur. Altı haftalık antrenman döneminin başında ve sonunda uygulanan ve takım içi etkili iletişim düzeyini ölçen anket sonuçları tek örneklem t-testi ve Wilcoxon Testi ile analiz edilmiştir.

Bulgular: Elde edilen analiz sonuçlarına göre her iki liderlik stili ile çalıştırılan oryantiring takımında da etkili iletişim düzeyinde anlamlı farklılığın olduğu ve bu farklılığın pozitif yönde olduğu görülmüştür. Takımların etkili iletişim düzeylerindeki artış liderlik stili değişkenine göre karşılaştırıldığında; Demokratik liderlik stilini benimseyen antrenör tarafından çalıştırılan takım, Otokratik anlayıştaki antrenörün takımına göre anlamlı düzeyde farklılık göstererek daha yüksek seviyede gelişim kazandıği görülmüştür.

Sonuçlar: Sonuç olarak elde edilen bulgulardan yola çıkılarak; Demokratik tarzda liderlik anlayışının, spor takımlarında takım içi etkili iletişimi arttırmada Otokratik liderlik stiline göre daha destekleyici olduğu düşünülebilir.

Anahtar Kelimeler: Takım içi iletişim, oryantiring, demokratik, otokratik, liderlik



INVESTIGATION OF COMMUNICATION LEVELS OF ORIENTIRING ATHLETES WORKED WITH DEMOCRATIC AND AUTOCRATIC LEADERSHIP STYLE

Güçlü ÖZEN¹, Fevzi TOPÇU²

¹ Exercises and Sport Sciences Department, Izmir Demokrasi Univesity, Izmir

² Sport Sciences, Izmir Demokrasi Univesity, Izmir

*Fevzi Topçu: topcufevzi58@gmail.com

ORCID: F.T.:0000-0002-0236-7696 G.Ö.: : 0000-0003-0360-5358

Abstract

Objectives: This research aimed to examine the change in the effective communication levels within the team and to find significant differences within the 6-week first training period of two different orienteering athletes trained by coaches adopting Autocratic and Democratic leadership understanding. In orienteering sports, the high level of team commitment and communication of the athletes play an important role for learning and sportive success..

Materials - Methods: In this context, independent training groups (15 for Democratic leadership style, 14 for Autocratic leadership style, 29 athlete students in total) were created for each of the trainers whose affinity to Democratic and Autocratic leadership styles were determined through the Teacher Leadership Styles Scale (ÖLSE) in a cross-sectional design. The results of the questionnaire, which was applied at the beginning and end of the six-week training period and measuring the level of effective communication within the team, were analyzed with the single sample t-test and the Wilcoxon Test.

Results: According to the results of the analysis, it was seen that there was a significant difference in the level of effective communication in the orienteering team, which was employed with both leadership styles, and this difference was positive. When the increase in the effective communication levels of the teams is compared according to the leadership style variable; It has been seen that the team coached by the coach who adopts the democratic leadership style differs significantly from the team of the coach with the autocratic understanding and gains a higher level of development.

Conclusions: Based on the results obtained as a result; It can be thought that the understanding of leadership in a democratic style is more supportive than the Autocratic leadership style in increasing effective communication within the team in sports teams.

Keywords: Team communication, orienteering, democratic, autocratic, leadership



SB/S-13

AKADEMİSYENLERİN BEDEN KÜTLE İNDEKSLERİNİN BELİRLENMESİ

Gülseren YÜREKLİ¹, Fatma ÇELİK KAYAPINAR¹

¹ Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

*İlgili yazar: gulseren.yurekli@idu.edu.tr

ORCID: G.Y.: 0000-0002-5195-4766 , F.Ç.K.: 0000-0002-2159

Özet

Amaç: Günümüzde sedanter yaşam tarzı ve özellikle masa başı işlerin gerektirdiği hareketsiz çalışma koşulları nedeniyle obezite sıklığı her geçen gün artmaktadır. Çalışma; akademisyenlerin beden kütle indekslerini (BKİ) belirleyerek medeni durum, sigara içme ve kronik hastalığa sahip olma durumlarına göre incelemek amacıyla yapılmıştır.

Gereç- Yöntem: Araştırma var olan durumu sorgulayan betimsel tarama modeline göre gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın evrenini 2021 yılında, İzmir'deki devlet üniversitelerinde görev yapan 8781 akademisyen, örneklemini bu üniversitelerde görev yapıp çalışmaya katılmayı kabul eden 285 kadın, 128 erkek toplam 413 akademisyen oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formu kullanılmış, katılımcıların bildirdiği boy ve kilo değerlerine göre BKİ değerleri DSÖ standartlarına göre hesaplanarak normal (18.5–24,9 kg/m²), pre-obez (25–29,9 kg/m²) veya obez (>30 kg/m²) olarak sınıflandırılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 25.00 paket programı kullanılarak verilerin analizinde yüzde, frekans ve Ki-Kare analizleri yapılmıştır.

Bulgular: Çalışmaya katılan bireylerin BKİ'ye göre %59,8'inin zayıf/normal, %30,3'ünün pre-obez, %9,9'unun ise obez olduğu belirlenmiştir. BKİ ile medeni durum ve kronik hastalığa sahip olma değişkenleri arasında anlamlı ilişki bulunurken (p<,05), sigara içme durumu değişkeni ile anlamlı ilişki bulunmamıştır. Evli bireylerin bekarlara, kronik hastalığa sahip olan bireylerin kronik hastalığı olmayanlara göre obez ve pre-obez olma sıklığı daha yüksek bulunmuş olup zayıf/normal olma sıklığı ise daha düşüktür.

Sonuçlar: Obezite ve şişmanlık çağımızın en önemli sağlık problemlerinden biridir ve kronik hastalıklar için risk faktörü oluşturmaktadır. Akademisyenler meslekleri gereği günün büyük kısmını hareketsiz geçirebilmektedir. Bu nedenle evli ve kronik hastalıkları olan akademisyenlerin obezite ve şişmanlık riskini azaltabilmek için fiziksel aktivite ve sağlıklı beslenme konusunda bilgilendirici ve özendirici programlara ihtiyacı vardır.

Anahtar Kelimeler: Beden kütle indeksi, obezite, akademisyen



DETERMINATION OF ACADEMICIANS' BODY MASS INDEX

Gulseren YUREKLI¹, Fatma CELIK KAYAPINAR¹

¹ Exercise and Sport Science Department, Izmir Demokrasi Univesity, Izmir

* Corresponding author: gulseren.yurekli@idu.edu.tr

ORCID: G.Y.: 0000-0002-5195-4766 , F.Ç.K.: 0000-0002-2159

Abstract

Objectives: The prevalence of obesity is increasing day by day due to the sedentary lifestyle and especially the sedentary working conditions required by desk jobs. This study was carried out to determine the body mass indexes of academicians and to examine their relationship according to marital status, smoking and having a chronic disease.

Materials - Methods: The research was carried out according to the descriptive survey model questioning the existing situation. The population of the research consists of 8,781 academicians working at state universities in İzmir in 2021, and the sample consists of 413 academicians, 285 women and 128 men, who accepted to work in these universities and agreed to participate in the study. A personal information form was used as a data collection tool, BMI values were calculated according to the height and weight values reported by the participants, and BMI values were calculated according to WHO standards, with normal (18.5–24.9 kg/m²), pre-obese (25–29.9 kg/m²) or obese (>30 kg/m²). SPSS 25.00 package program was used in the analysis of the data and percentage, frequency and Chi-square analyzes were made.

Results: According to BMI, 59.8% of the individuals participating in the study were normal, 30.3% were pre-obese, and 9.9% were obese. While there was a significant relationship between BMI and the variables of marital status and having a chronic disease ($p < .05$), no significant relationship was found between the variable of smoking status. Married individuals have a higher frequency of being obese and pre-obese, and a lower frequency of being normal compared to singles and individuals with a chronic disease.

Conclusions: Obesity and overweight are one of the most important health problems of our age and constitute risk factors for chronic diseases. Academicians can spend most of the day inactive due to their work. For this reason, there is a need for informative and encouraging programs on physical activity and healthy nutrition in order to reduce the risk of obesity and obesity.

Key Words: Body mass index, obesity, academician



SB/S-14

FİTNESS HİZMETİ ALAN BİREYLERİN TERCİH ETME VE MEMNUNİYET DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Diyar BELLİ¹, Fatma ÇELİK KAYAPINAR²

¹ Spor Bilimleri Bölümü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir
ORCID: D.B.:0000-0002-8591-4068, F.Ç.K.:0000-0002-2159-1706

Özet:

Amaç: Araştırmada; spor salonuna üye bireylerin spor salonunu tercih etme ve memnuniyet düzeylerinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

Gereç ve Yöntem: Araştırmanın yöntemi; eylem araştırması olarak planlanmış olup, eylem araştırması var olan problemin belirlenmesi, çözüm bulma, çözümü gerçekleştirme, değerlendirme, eylemin uygulandığı kişinin fikirlerini değiştirme ve değerlendirmenin ışığındaki uygulama basamaklarını içerir. Eylem araştırması her basamağında kendini yansıtmaya, iş birliğine dayalı yansıtmaya ve diyaloga yer vermektedir. Araştırmada yapılandırılmış görüşme formu ile yüz yüze görüşme yapılmıştır. Görüşme soruları araştırmacı tarafından hazırlanarak katılımcılara yöneltilmiş, verilen cevaplar kayıt altına alınarak ifadelerin doğruluğu katılımcılara onaylatılmıştır. Elde edilen veriler yaş, cinsiyet, Beden Kütle İndeksi (BKİ), spor yaşı değişkenlerine göre tablolar haline getirilerek, istatistiksel işlemlerden yüzde, frekans kullanılarak yorumlanmıştır.

Bulgular: Çalışma verilerinden elde edilen bulgulara göre; katılımcıların %43,4'ü fiziksel sağlığını korumak ve %37,1'i ise kilo vermek için spor merkezlerini tercih etmişlerdir. Salondaki cihazlar yeterli ve kullanışlı mı sorusuna katılımcıların %81,8'i cihazlarını yeterli bulduklarını, %77,4'ü hizmet ücretini uygun bulduklarını ifade etmişlerdir. Katılımcılar antrenörlerin eğitim ve bilgi düzeylerini %32,1'i yeterli bulduklarını beyan etmişlerdir. Alınan hizmet sonrası vücut oranlarının beklentilerini karşılama durumuna %40,3'ü karşıldığını, kuvvet gelişimi konusundaki beklentilerinde %44'ünün beklentisi karşılanmıştır. Sosyalleşme konusunda %45,9'u amacına ulaştığını ifade ederken %48,4'ünün serbest zaman değerlendirme beklentisi karşılanmıştır. Son olarak katılımcıların %42,8'inin spor merkezinden alınan hizmetten memnun olduklarını belirtmişlerdir.

Sonuçlar: Spor salonundan hizmeti alan bireylerin; cihazların kullanışlılığı ve yeterliği ile salonun kullanım ücreti hakkında iyi düzeyde memnun oldukları, ancak antrenör yeterliği, sosyalleşme, beklenen vücut oranlarına sahip olma, kuvvet gelişiminin istenen oranda olması, serbest zaman değerlendirme, hizmetten memnuniyet düzeylerinde katılımcıların yarıya yakını memnun olduğu belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Fitness salonu, Tercih etme, Memnuniyet, Hizmet



SB/S-15

İZMİR DEMOKRASİ ÜNİVERSİTESİ SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN SPORA YÖNELİK TUTUMLARININ İNCELENMESİ

Ahmet Tarık Kaplan¹, Fatma Çelik Kayapınar¹

¹.Spor Bilimleri Ana Bilim Dalı, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

¹.2129103004@idu.edu.tr

Özet

Amaç: Araştırmanın amacı, İzmir Demokrasi üniversitesi öğrencilerinin spora yönelik tutumlarının belirlenmesidir.

Gereç-Yöntem: Tarama türünde planlanan çalışmaya Üniversitenin sağlık bilimleri fakültesinde öğrenim gören 268'i kadın, 155'i erkek toplam 423 lisans öğrencisi gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin 128'i hemşirelik, 92'si fizyoterapi, 97'si beslenme ve diyetetik, 106'sı spor bilimleri bölümlerinde öğrenim görmektedirler. Ayrıca araştırmaya katılan öğrencilerin 145'i spor yapmıyorken, 278'i spor yapmaktadır. Araştırmada sosyo-demografik değişkenler, araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu ile toplanmıştır. Araştırmanın ikinci kısmında ise Koçak (2104) tarafından geliştirilen 22 madde ve 3 faktörden oluşan "Spor Tutum Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmada iki grubu karşılaştırmak için, Mann Withney-U ve ikiden fazla grubu karşılaştırmak için de Kruskal Wallis analizi kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırma sonucunda, üniversite öğrencilerinin spora yönelik tutum puanlarının yüksek olduğu belirlenmiştir. Üniversite öğrencilerinin spora yönelik tutumlarının oluşmasında ise cinsiyete, yaşa, sınıf düzeyine ve spor yapma durumlarına göre farklılık göstermemektedir. Yapılan araştırmaya göre öğrencilerin öğrenim gördükleri bölümlere göre spora yönelik tutumları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur.

Sonuçlar: Literatür taramasına göre, Türkiye'de spora yönelik tutum araştırmalarının sınırlı sayıda olduğu görülmektedir. Bu nedenle, farklı yaş gruplarına ve farklı gruplara yönelik sporla ilgili tutum araştırmalarının yaygınlaştırılması, hem spora bakış açısını ortaya koyacak hem de bu alanda çalışmak isteyen bilim insanlarına ışık tutacaktır.

Anahtar Kelimeler: Üniversite, sağlık bilimleri, öğrenci, spor, tutum



INVESTIGATION OF ATTITUDES OF IZMIR DEMOCRACY UNIVERSITY FACULTY OF HEALTH SCIENCES STUDENTS TOWARDS SPORTS

Ahmet Tarık Kaplan¹, Fatma Çelik Kayapınar¹

¹. Department of Sports Sciences, Izmir Democracy University, Izmir

¹.2129103004@idu.edu.tr

Abstract

Objectives: The purpose of this research; The aim of this study is to determine the attitudes of Izmir democracy university students towards sports.

Materials - Methods: In this context, a total of 423 undergraduate students (268 women and 155 men) studying at the Faculty of Health Sciences of the University voluntarily participated in the study. Of the university students participating in the research, 128 are studying in nursing, 92 in physiotherapy, 97 in nutrition and dietetics, and 106 in sports sciences. In addition, while 145 of the students participating in the research do not do sports, 278 do sports. In the study, socio-demographic variables were collected with the Personal Information Form prepared by the researcher. In the second part of the study, the "Sport Attitude Scale" consisting of 22 items and 3 factors developed by Koçak (2104) was used. In the study, Mann Withney-U analysis was used to compare two groups, and Kruskal Wallis analysis was used to compare more than two groups.

Results: As a result of the research, it was determined that university students' attitude scores towards sports were high. In the formation of university students' attitudes towards sports, it does not differ according to gender, age, class level and sporting status. According to the research we have done, a significant difference has been found between the attitudes of the students towards sports according to the departments they are studying.

Conclusions: According to the literature review, it is seen that there are limited number of studies on attitude towards sports in Turkey. For this reason, dissemination of research on sports attitudes towards different age groups and groups will both reveal the perspective of sports and shed light on scientists who want to work in this field.

Keywords: University, health sciences, student, sport , attitude



İZMİR DEMOKRASİ ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ ÖĞRENCİLERİNİN FARKLI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN SPORDA EMPATİ DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Ahmet Tarık KAPLAN¹, Güçlü ÖZEN¹

1. Spor Bilimleri Ana Bilim Dalı, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir
*2129103004@idu.edu.tr

Özet

Amaç: İzmir demokrasi üniversitesi spor bilimleri öğrencilerinin farklı değişkenler açısından empati düzeylerinin belirlenmesidir.

Gereç-Yöntem: Çalışmaya İzmir Demokrasi Üniversitesi spor bilimleri öğrencileri arasından gönüllü olan 151 öğrenci katılmıştır. Araştırmada "Spor Ortamında Empati" ölçeği kullanılmış olup demografik bilgiler araştırmacılar tarafından hazırlanmıştır. Elde edilen bulgular SPSS 25 paket programında analiz edilmiştir.

Bulgular: Araştırmada elde edilen sonuçlara göre, takım sporu yapan öğrencilerin empati beceri puanlarının sırası ile e-spor, bireysel spor ve spor yapmayan öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların elde ettikleri puanlar cinsiyetler açısından kıyaslandığında kadın ve erkek katılımcılar arasında anlamlı bir fark bulunamamış ancak erkek katılımcıların empati beceri düzeylerinin kadın katılımcılara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Öğrencilerin spor deneyim süreleri kıyaslandığında 1-3 yıl spor yapan öğrenciler ile spor yapmayan öğrencilerin puanları birbirlerine yakın çıkarken, 4-10 yıl spor deneyimine sahip öğrencilerin puanları diğerlerine göre daha yüksek bulunmuştur. Araştırmaya katılan öğrencilerin puanları buldukları sınıflara göre karşılaştırıldığında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Elde edilen sonuçlar katılımcıların yaş gruplarına göre kıyaslandığında anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Sonuçlar: Elde edilen sonuçlara göre, Öğrencilere empati düzeylerini geliştirmeye yönelik eğitimler verilmelidir. Öğrenciler spora teşvik edilmelidir. 10 yıl ve üzeri tecrübeye sahip sporcuların empati beceri düzeylerinin daha az tecrübeye sahip olan sporculara göre neden daha düşük olduğunu anlamak için alanda ayrıntılı çalışmalar yapılabilir.

Anahtar Kelimeler: Sporcu, empati, sporda empati, öğrenci



INVESTIGATION OF EMPATHY LEVELS OF SPORTS SCIENCE STUDENTS AT İZMİR DEMOCRACY UNIVERSITY IN TERMS OF DIFFERENT VARIABLES

Ahmet Tarık KAPLAN¹, Güçlü ÖZEN¹

1. Spor Bilimleri Ana Bilim Dalı, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir
*2129103004@idu.edu.tr

Abstract

Objectives:The aim of this study is to determine the empathy levels of sports science students at Izmir Democracy University in terms of different variables.

Materials – Methods: 151 volunteer students from Izmir Democracy University sports science students participated in the study. “Empathy in Sports Environment” scale was used in the research and demographic information was added to the questionnaire by the researchers. The findings were analyzed in spss 22 package program.

Results:According to the results obtained in the research, it was determined that the empathy skill scores of the students who do team sports are higher than the students who do not do e-sports, individual sports and sports, respectively. When the scores obtained by the participants were compared in terms of gender, no significant difference was found between male and female participants, but it was seen that the empathy skill levels of male participants were higher than female participants. When the sports experience period of the students is compared, the scores of the students who do sports for 1-3 years and the students who do not do sports are close to each other, while the scores of the students with 4-10 years of sports experience are higher than the others. When the scores of the students participating in the study were compared according to the classes they were in, no significant difference was found. When the results were compared according to the age groups of the participants, no significant difference was found.

Conclusions: According to the results obtained, students should be given training to improve their empathy levels. Students should be encouraged to participate in sports. Detailed studies should be conducted in the field to understand why the empathy skill levels of athletes with 10 years or more experience are lower than those with less experience.

Keywords: Athlete, empathy, empathy in sports, student



SB/S-17

YÜZÜCÜLERİN BESLENMEYE YÖNELİK TUTUMLARI YERLİ VE YABANCI KAYNAKLAR LİTERATÜR DERLEMESİ

Ahmet Tarık Kaplan¹, Fatma Çelik Kayapınar¹

¹.Spor Bilimleri Ana Bilim Dalı, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

¹.2129103004@idu.edu.tr

Özet

Amaç: Çalışma kapsadığı tarihler aralığında literatürde bulunan yüzme sporunda beslenme ile ilgili çalışmalarını özetlemeyi amaçlamaktadır.

Gereç-Yöntem:Bu tarama çalışması ile ileride yapılacak olan bilimsel çalışmalara kolaylık sağlamak ve yol gösterici olmak amaçlanmıştır. Araştırma, nitel tarama yöntemlerinden belge tarama şeklinde gerçekleştirilmiştir. Çalışmada, beslenme ve yüzme başlıkları ayrı ayrı ve birlikte incelenmiş olup sistematik tarama yapılmıştır. Bu kapsamda uluslararası 2016-2021 ve yerel 2011-2021 yılları arasında yüzme ve beslenme ile alakalı çalışmalar kapsamlı olarak sistematik analize tabi tutulmuştur. Araştırma sürecinde yapılan sistematik derlemede kullanılan anahtar sözcükler; "Beslenme", "Yüzme", "nutrition", "swim" olarak belirlenmiştir. Bu kapsamda anahtar sözcükler birlikte ve ayrı ayrı kullanılarak Pubmed, Yöktez, Google Akademik ve Scholar veri tabanlarında elektronik tarama gerçekleştirilmiştir.

Bulgular:Google Akademi de yayımlanan yayınlar arasında yapılan taramalarda elde edilen çalışmalardan 11 tanesi konu ile ilintili bulunmuştur. YÖK Tez taramalarında elde edilen çalışmalardan 1 tanesi konu ile ilintili bulunmuştur. PubMed taramalarında elde edilen çalışmalardan 1 tanesi konu ile ilintili bulunmuştur. Scholar taramalarında elde edilen çalışmalardan 18 tanesi konu ile ilintili bulunmuştur. Dergi park taramalarında elde edilen çalışmalardan 1 tanesi konu ile ilintili bulunmuştur.

Sonuçlar:Yapılan çalışmada elde edilen sonuçlara göre yabancı kaynakların Türkiye'de yapılan çalışmalara oranla daha fazla olduğu görülmüş, yüzme ve beslenme ile ilgili daha fazla çalışma yapılması gerektiği araştırmacılar tarafından belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Yüzme, beslenme, yüzme ve beslenme



ATTITUDES OF SWIMMERS TOWARDS NUTRITION DOMESTIC AND FOREIGN RESOURCES LITERATURE REVIEW

Ahmet Tarık Kaplan, Fatma Çelik Kayapınar

¹. Department of Sports Sciences, Izmir Democracy University, Izmir

¹.2129103004@idu.edu.tr

Abstract

Objectives: The study aims to summarize the studies on nutrition in swimming sport in the literature between the dates it covers.

Materials – Methods: With this scanning study, it is aimed to facilitate and guide future scientific studies. The research was carried out in the form of document scanning, one of the qualitative scanning methods. In the study, feeding and swimming caps were examined separately and together, and a systematic review was made. In this context, studies related to swimming and nutrition between the years of international 2016-2021 and local 2011-2021 were subjected to comprehensive systematic analysis. Key words used in the systematic review made during the research process; “Nutrition”, “swimming”, “nutrition”, “swim” was determined. In this context, an electronic search was carried out in Pubmed, Yöktez, Google Scholar and Scholar databases by using keywords together and separately.

Results: Among the publications published in Google Academy, 11 of the studies obtained in the scans were related to the subject. One of the studies obtained in YÖK Thesis scans was found to be related to the subject. One of the studies obtained in PubMed searches was related to the subject. Eighteen of the studies obtained in the Scholar search were found to be related to the subject. One of the studies obtained in the journal parking surveys was found to be related to the subject.

Conclusions: According to the results obtained in the study, it was seen that foreign resources were more than the studies conducted in Turkey, and it was determined by the researchers that more studies should be done on swimming and nutrition.

Keywords: Swimming, feeding, swimming and feeding



BASKETBOL KLASMAN HAKEMLERİNİN İLETİŞİM BECERİLERİNİN FARKLI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

Muhammed DOĞAR¹, Güçlü ÖZEN¹

¹. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

¹. 2129103001@idu.edu.tr

ORCID: 0000-0002-2355-7771

Özet

Amaç: Bu çalışmada basketbol hakemlerinin iletişim becerilerinin farklı değişkenlerle ilişkisinin olup olmadığı incelenmiştir.

Gereç-Yöntem: Araştırma evrenini TBF İzmir ilinde farklı derecelerde görev yapan 101 basketbol hakemi oluşturmaktadır. Örneklemi ise yine TBF İzmir ilinde farklı derecelerde görev yapan ve bu çalışmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden 72 Basketbol hakemi oluşturmaktadır. Verilerin analizi nicel araştırma yöntemi ile ölçek kullanılarak elde edilmiştir. Veri toplama aracı iki farklı bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde katılımcıların demografik özelliklerini sorgulayan beş soru (cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim durumu, hakemlik düzeyi,) yer almaktadır. İkinci bölümde ise katılımcılarda var olan iletişim becerilerini ölçmek için (Korkut-Owen ve Bugay, 2014) tarafından geliştirilmiş olan İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği (İBDÖ) kullanılmıştır. İBDÖ 25 maddeden oluşmaktadır. İBDÖ 4 alt boyutlu ve 5'li likert tipli bir ölçektir. Kullanılan İBDÖ içerisinde ters ifadeler yoktur. İBDÖ'nin Cronbach Alpha güvenirlik kat sayısı 0, 90'dır.

Bulgular: Araştırmaya katılan basketbol hakemlerinin iletişim becerilerinin çıkan sonuçlar dâhilinde yüksek olduğu görülmektedir. Ayrıca basketbol hakemlerinin iletişim becerileri ile bakılan değişkenler arasında anlamlı ilişkiler olmadığı görülmüştür.

Sonuçlar: İzmir ili basketbol klasman hakemleri iletişim becerileri yüksek bireylerdir.

Anahtar Kelimeler: İletişim becerisi, basketbol klasman hakemleri, hakem



EXAMINATION OF THE COMMUNICATION SKILLS OF BASKETBALL REFEREES IN TERMS OF DIFFERENT

Muhammed DOĞAR¹, Güçlü ÖZEN¹

¹. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

¹. 2129103001@idu.edu.tr

ORCID: 0000-0002-2355-7771

Abstract

Objectives: This study, it was investigated whether the communication skills of basketball referees were related to different variables.

Materials – Methods: The population of the research consists of 101 basketball referees working in different degrees in the province of TBF İzmir. The sample consists of 72 basketball referees who work in different degrees in the province of TBF İzmir and agree to participate in this study voluntarily. The analysis of the data was obtained by using the scale with the quantitative research method. The data collection tool consists of two different parts. In the first part, there are five questions (gender, age, marital status, education level, level of refereeing,) that question the demographic characteristics of the participants. In the second part, the Communication Skills Assessment Scale (CIS) developed by (Korkut-Owen and Bugay, 2014) was used to measure the existing communication skills of the participants. İBDÖ consists of 25 items. It is a likert-type scale with 4 sub-dimensions and 5 points. There are no reverse expressions in the İBDÖ used.

Results: The Cronbach Alpha reliability coefficient of the ISS is 0.90. It is seen that the communication skills of the basketball referees participating in our research are high within the results. In addition, it was observed that there was no significant relationship between basketball referees' communication skills and some variables.

Conclusions: Basketball classification referees in İzmir are individuals with high communication skills.

Keywords: Communication skill, basketball classification referees, referee



SB/S-19

ADOLESAN KADINLARIN DÖVÜŞ SPORLARINA KATILIMLARININ EBEVEYN GÖRÜŞLERİNE GÖRE DEĞERLENDİRİLMESİ

Serhat TOPÇU¹, Fatma ÇELİK KAYAPINAR¹

¹ Spor Bilimleri Bölümü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

*Serhat TOPÇU: 1808104001@std.idu.edu.tr

ORCID: S.T.:0000-0002-5884-6135, F.Ç.K.:0000-0002-2159-1706

Özet

Amaç: Çalışmada adolesan kadınların dövüş sporlarına katılımlarının ebeveyn görüşlerine göre değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

Gereç- Yöntem: Araştırma modeli nitel olarak planlanmıştır. Yarı yapılandırılmış görüşme tekniği ile veriler elde edilmiştir. Görüşme formundaki sorular araştırmacılar tarafından hazırlanmıştır. Maddeler yazılırken dövüş sporu yapmış, halen antrenörlük yapan, aktif sporculuğu sonlanmış iki kadın antrenör ve alan uzmanından görüş alınmıştır. Hazırlanan görüşme soruları ilköğretim, lise ve üniversite mezunu ebeveynlere yöneltilerek anlaşılabilirliği test edilmiştir. On beş dövüş sporu yapan kız sporcu ebeveyni, 15 dövüş sporu yapmayan kız çocuğu ebeveyni ile dövüş sporları ile ilgili eğitim verilen spor salonlarından kartopu yöntemi ile ulaşılarak görüşülmüştür. Elde edilen veriler içerik analizine tabi tutulmuştur.

Bulgular: Katılımcıların görüşlerine göre; kadınların dövüş sporuna katılımı hakkında kendini korumaları için gerekli olduğunu belirtmiştir. Katılımcıların çocuklarının dövüş sporlarına katılma talebi hakkında genel görüşü olumlu, güvenliğini ve kişisel gelişimini sağlayacağı açısından destek gösterecekleri yönündedir. Ebeveynleri kız çocuklarının dövüş sporlarını yaparken yaşayacağı sağlık sorunlarına üzüleceklerini ama her spor branşın içerisinde bu tür problemler olabileceğinin farkında olduklarını bildirmişlerdir. Ebeveynler çocuklarının ilgilendikleri dövüş sporunu meslek olarak icra etmesi hakkındaki çocuklarını destekleyeceklerini, önemli olanın çocuklarının tercihlerinin ve sevdikleri işi yapmalarını olduğunu beyan etmişlerdir. Ebeveynler kızlarının evlilik hayatının yaptığı spordan ötürü olumsuz etkilenmeyeceğini, kız ve erkeklerin dövüş sporundaki başarı oranının her iki cinsiyet aynı olduğunu ve bu konuda cinsiyet ayrımı yapılmaması gerektiğini belirtmişlerdir. Katılımcılar dövüş sporu yapan kız çocuklarının aldıkları eğitimler ve fiziksel gelişimleri sayesinde kendilerini taciz, şiddet gibi olumsuz olaylardan koruyabileceklerini ama bu tür olayların yaşanmamasını dilediklerinde ifade etmişlerdir. Ebeveynler kız çocuklarının dövüş sporlarıyla ilgilenmesinin toplum tarafından olumlu algılanacağını ancak çocuklarının spor yaparken toplum görüşünün önemli olmadığını, kızlarının dövüş sporu yapmaması halinde onları dövüş sporlarına ağırlıklı olarak kendilerini korumaları için yönlendirmek isteyeceklerini belirtmişlerdir.

Sonuçlar: Adolesan kadınların dövüş sporlarına katılması yönünde ebeveynlerin genel görüşü; kız çocuklarının kendini korumaları için bu tür spor branşlarını tercih etmeleri yönündedir.

Anahtar Kelimeler: Adolesan kadınlar, dövüş sporları, katılım, ebeveyn görüşleri



ELİT TAEKWANDO SPORCULARININ SPORDA YARALANMA KAYGILARININ İNCELENMESİ

Melis CANTÜRK¹, Fatma ÇELİK KAYAPINAR¹

¹ Spor Bilimleri Bölümü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir
ORCID: M.C.:0000-0001-6746-2320, F.Ç.K.:0000-0002-2159-1706

Özet

Amaç: Çalışmanın amacı 2021-2022 sezonunda lisanlı İzmir ilinde lisanlı Taekwondocuların sporda yaralanma kaygı düzeylerini incelemektir.

Gereç ve Yöntem: Çalışmanın yöntemi tarama modelidir. Çalışma 2021-2022 yılında İzmir ilinde lisanlı yarışmacı olan Taekwondocuları kapsamaktadır. Çalışmanın örneklemini 2021 sezonunda lisans sahibi, aktif, yarışmalara katılan, siyah kuşak düzeyindeki ve çalışmamıza gönüllü katılacak olan elit taekwondo sporcularından oluşturmuştur. Çalışmaya katılan gönüllülere araştırmacılar tarafından hazırlanan "Demografik bilgi formu" ve Caz ve arkadaşları (2019) tarafından geliştirilen "Sporda Yaralanma Kaygı Ölçeği" kullanılmıştır. Ölçekle toplanan veriler spss 25 paket programına aktarılarak kontrolleri yapılmıştır. Uygun olan verilerin gruplar arasında homojenliği Kolmogorov- Simirmov testi ile kontrol edilerek cinsiyetlere ve sporda yaralanma durumuna göre verilerin karşılaştırılmasında bağımsız t-testi kullanılmıştır.

Bulgular: Cinsiyetlere göre taekwandocuların sporda yaralanma kaygı düzeyleri karşılaştırıldığında anlamlı fark kadınlar lehine bulunmuştur. Bu durumda kadınların erkeklere göre yaralanma kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu ifade edilebilir. Sakatlık yaşama durumuna göre karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır.

Sonuçlar: Kadın taekwandocuların erkeklere göre sporda yaralanma kaygı düzeyleri daha yüksektir.

Anahtar Kelimeler: Elit, spor, taekwando, kaygı, sporda yaralanma



SB/S-21

BİREYLERİN FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYLERİNİN CİNSİYETE GÖRE KARŞILAŞTIRILMASI

Atakan KÖMÜRKOYAN¹, Fatma ÇELİK KAYAPINAR¹

¹ Spor Bilimleri Bölümü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

*Atakan KÖMÜRKOYAN atakankomurkoyan@gmail.com

Özet

Amaç: İzmir Konak ilçesindeki 18 yaş üzerindeki bireylerin fiziksel aktivite düzeylerinin cinsiyete göre belirlenmesi amaçlanmıştır.

Gereç- Yöntem: Çalışmada, kesitsel tarama modeli kullanılmıştır. Çalışma grubu İzmir ili Konak ilçesinde yaşamını sürdüren 350 bireyden oluşmuştur. Veri toplamada, araştırmaya katılan bireylerin fiziksel aktivite düzeyinin saptanması için Öztürk tarafından Türkçe uyarlaması yapılan Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi'nin (UFAA) kısa formu kullanılmıştır. Elde edilen verilerin işlenmesinde fiziksel aktivite düzeyleri gruplandırılarak yüzde, frekans, cinsiyet ve yaş gruplarına göre bağımsız t-testi kullanılmıştır. Beden kütle indekslerine göre çarpıklık basıklık değerlerine göre normal çıktığından One Way Anova testi kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırmanın verilerinden elde edilen bulgulara göre çalışma grubunun fiziksel aktivite düzeyleri %81,5 minimal aktif, %10'u inaktif ve %8,5'i çok aktif olarak tespit edilmiştir. Cinsiyetlere ve yaş gruplarına göre yapılan karşılaştırmada fiziksel aktivite düzeylerine göre istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır. Fiziksel aktivite düzeyleri ve beden kütle indeksleri arasında anlamlı fark bulunmamıştır

Sonuçlar: Çalışmaya katılanlar fiziksel aktivite yönünden minimum aktiftir. Yaş düzeylerine göre fark bulunmamaktadır.

Anahtar Kelimeler: Fiziksel aktivite, yaş, cinsiyet



FITNESS HİZMETİ TÜKETİCİLERİNİN FARKLI BAĞIMSIZ DEĞİŞKENLER AÇISINDAN SPOR TUTKUNLUKLARININ İNCELENMESİ

Yeşim Gök Dindaroğlu¹, Güçlü Özen¹

¹ Spor Bilimleri Bölümü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

*ysmgok@hotmail.com.tr

ORCID: 0000-0001-6190-0334

Özet

Amaç: Teknolojinin hızlı devinimiyle günümüz dünyasında bireylerin kendilerine ayırdıkları zaman dilimi çoğalmaya başlamıştır. Bireylerin arta kalan zamanlarında hem zihinsel hem bedensel sağlık hali sebebiyle; kültür, sanat, spor vb. gibi rekreatif etkinliklere yöneldikleri görülmektedir. Spor, boş zaman etkinlikleri listesinin üst sıralarında yerini almaktadır. Rekreatif etkinlik içerisinde spor, spor faaliyetleri arasında da fitness merkezleri kullanımı oldukça rağbet görmektedir. Fitness merkezlerine olan bu yoğun talep sonucu sıcak bir rekabet ortamı ortaya çıkmaktadır. Fitness merkezleri de bu sıcak rekabette; müşteri memnuniyeti, müşterinin tüketim alışkanlıkları, bireysel farklılıklar gibi müşterinin tekrar satın alması ve tekrar satın almayı etkileyen nedenler n üzerine önem atfetmektedirler. Bu çalışmada, spor tüketicisinin spora olan tutkunluğunun (uyumlu/takıntılı) farklı bağımsız değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır.

Gereç- Yöntem: Fitness merkezlerinde üyelik satın alan; 452'si kadın, 561'i erkek, toplamda 1013 kişi araştırmamıza gönüllü olarak katılmıştır. Veriler anket yolu ile toplanmıştır. Sporda tutkunluk düzeylerinin belirlenmesi için Vallerand ve arkadaşları (2003) tarafından geliştirilen "Spor'da Tutkunluk Ölçeği" kullanılmıştır. Ölçek, uyumlu tutkunluk ve takıntılı tutkunluk olmak üzere iki alt boyut ve 16 maddeden (uyumlu tutkunluk 6 madde, takıntılı tutkunluk 6 madde ve tutkunluk kriteri 4 madde) oluşmakta ve 7'li Likert tipinde değerlendirilmektedir. Ölçeğin Türkçe örnekleme için geçerlik ve güvenirlik çalışması Kelecek ve Aşçı (2013) tarafından yapılmış ve iç tutarlık katsayıları uyumlu tutkunluk alt boyutu için 0.83, takıntılı tutkunluk için 0,78 olarak bulunmuştur.

Bulgular: Bağımsız T- testi cinsiyet bağımsız değişkeninin analiz sonucunda uyumlu tutkunluk için, kadın ve erkek üye gruplar arasında istatistiksel bir fark bulunamamıştır. Tesis kullanımı bağımsız değişkeninde uyumlu tutkunluk, takıntılı tutkunluk, tutkunluk, memnuniyet al boyutların da farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır. Haftada kullanım sıklığı bağımsız değişkeni için denekler arası etki testi tablosu incelendiğinde, uyumlu tutkunluk, takıntılı tutkunluk bağımlı değişkenlerinde farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur. Ulaşılan bulgularda, kullanım amacı bağımsız değişkeninin tutkunluk, uyumlu ve takıntılı tutkunluk, bağımlı değişkenler üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğunu göstermektedir.

Sonuçlar: Sonuç olarak, cinsiyet ve alınan hizmet şekli bağımsız değişkenlerinin spor tüketicilerinin tutkunluk düzeylerine istatistiksel olarak anlamlı bir etkisinin olmadığı ancak, haftalık kullanım kullanım sıklığı, tesis kullanım süresi ve kullanım amacı bağımsız değişkenlerinin; tesisi kullanım zamanı, haftada kullanım sıklığı, kullanım amacı bağımsız değişkenlerinin tutkunluk düzeylerine istatistiksel olarak anlamlı bir etkisinin olduğu belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Uyumlu tutkunluk, takıntılı tutkunluk, fitness kullanıcısı.



INVERTIGATION OF FITNESS SERVICE CONSUMERS IN TERMS OF DIFFERENT INDEPENDENT VARIABLES

Yeşim Gök Dindaroğlu¹, Güçlü Özen¹

¹ Sports Sciences Department, Izmir Demokrasi Univesity, Izmir

* ysmgok@hotmail.com.tr

ORCID: 0000-0001-6190-0334

Abstract

Objectives:With the rapid movement of technology, the time period that individuals have allocated to themselves has started to increase in today's world. The rest of the time is due to both mental health and physical health; they are seen to be turning to recreation activities such as culture, art, sports, etc. In leisure activities, sports are high on the list of recreational activities. Sports from the recreation event area, within the scope of sports; The use of fitness centers is very popular. A warm competitive environment arises in line with the demand for central use. Fitness centers are also in this hot competition; reasons that support customer satisfaction customer re-purchase are attributable to the customer's attitudes towards consumption and the findings on the effect of customer arguments on the intention to re-purchase. In the final reality, the findings of the hot market are always seen as quite valuable. In this study, it is aimed to examine the sports consumer's passion for sports (adaptive/obsessed) in terms of different independent variables.

Materials - Methods: A total of 1013 people, 452 women and 561 men, who purchased memberships in the Fitness Centers, participated in our research voluntarily. The data were collected by means of a questionnaire. The "Passion in Sports Scale" developed by Vallerand et al. (2003) was used to determine the levels of passion in sports. The scale consists of two sub-dimensions, compatible passion and obsessive passion, and 16 items (6 items for compatible passion, 6 items for obsessive passion, and 4 items for the criterion of passion) and is evaluated in a 7-point Likert type. The validity and reliability study for the Turkish sample of the scale was conducted by Kelecek and Aşçı (2013), and the internal consistency coefficients were found to be 0.83 for the congruent passion sub-dimension and 0.78 for the obsessive passion. It was developed by Parasuraman et al. (1988) and Bülbül et al. (2012), a 5-point Likert-type 6-item "Repurchase" scale with a Cronbach reliability coefficient of 0.87 was used.

Results: As a result of the analysis of the independent T-test gender independent variable, no statistical difference was found between the male and female member groups for compatible passion. It was determined that the difference in the dimensions of harmonious passion, obsessive passion, passion, and satisfaction in the independent variable of facility usage was statistically significant. When the effect test table between subjects was examined for the independent variable of frequency of use per week, the difference was found to be statistically significant in the dependent variables of adaptive passion and obsessive passion. The findings show that there is a statistically significant difference on the independent variable of use, passion, compatible and obsessive passion, and dependent variables.

Conclusions: As a result, the independent variables of gender and the type of service received did not have a statistically significant effect on the passion levels of sports consumers, but the independent variables of weekly frequency of use, duration of use of the facility and purpose of use; It was determined that the independent variables of time of use of the facility, frequency of use per week, purpose of use had a statistically significant effect on the levels of passion.

Key Words: Compatible passionate, obsessive passion, fitness user



KARATE SPORCULARININ BEDEN ALGILARININ İNCELENMESİ (İZMİR İLİ ÖRNEĞİ)

Mert Halil BAYRAMOĞLU¹, Fatma ÇELİK KAYAPINAR¹

¹ Spor Bilimleri Bölümü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

*Mert Halil BAYRAMOĞLU: merthalilbayramoglu@hotmail.com

ORCID: F.Ç.K:0000-0002-21591706

Özet

Amaç: Karate branşı sporcularının beden algılarının yaş, cinsiyet ve spor yaşı faktörleri açısından incelenmesidir.

Gereç - Yöntem: Araştırma İzmir ilinde ikamet eden 18 yaş üstü 133 lisanslı karate sporcusunun katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Çalışma grubundan veri toplamak için araştırmacıların düzenlemiş olduğu yaş, cinsiyet ve spor yaşı sorularını içeren kişisel bilgi formu ve Tatar ve Zekioğlu tarafından geliştirilen (2006) Sporcular için Beden Algısı Ölçeği kullanılmıştır. Örneklem için 200 kişilik evren kabul edildiğinde; örneklem için %95 güven düzeyinde ve %5 hata aralığında yeterli örneklem sayısı 133 birey araştırmaya dahil edilmiştir.

Bulgular: Elde edilen veriler ile benlik algısının cinsiyet, spor yaşı ve yaş grupları faktörlerine göre bağımsız örneklem t-testi analizleri yapılmıştır. Cinsiyete göre yapılan bağımsız örneklem t-testi sonuçlarına göre erkek katılımcıların kadın katılımcılara göre anlamlı şekilde daha yüksek ortalamaya sahip oldukları bulgulanmıştır. ($p=0.018$) Spor yaşı ve yaş grubu değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Sonuçlar: Elde edilen bulgular ışığında erkek karate sporcularının beden algılarının kadın karate sporcularının beden algılarından daha yüksek olduğu yorumu yapılabilir. Bu sonuç ışığında cinsiyetler arası farklılıkların sebeplerini araştırılması gelecek çalışmalar için bir araştırma konusu olabilecek niteliktedir.

Anahtar Kelimeler: Beden algısı, spor yaşı, cinsiyet, yaş, karate



INVESTIGATION OF BODY PERCEPTIONS OF KARATE ATHLETES (EXAMPLE OF İZMİR PROVINCE)

Mert Halil BAYRAMOĞLU¹, Fatma CELİK KAYAPINAR¹

¹ Department of Sports Sciences, İzmir Democracy University, İzmir

* *Mert Halil BAYRAMOĞLU: merthalilbayramoglu@hotmail.com

ORCID: X.X.:.....,F.Ç.K:0000-0002-21591706

Abstract

Objectives: To examine the body perceptions of adult karate athletes in terms of age, gender and sports age factors.

Materials - Methods: The research was carried out with the participation of 133 licensed karate athletes over the age of 18 residing in İzmir. In order to collect data from the study group, a personal information form containing age, gender and sports age questions prepared by the researchers and the Body Perception Scale for Athletes developed by Tatar and Zekioğlu (2006) were used. When the universe of 200 people is accepted for the sample; Adequate sample size of 133 individuals were included in the study at a 95% confidence level and an error range of 5% for the sample.

Results: Independent sample t-test analyzes were performed with the obtained data according to the factors of gender, sports age and age groups of self-perception. According to the results of the independent sample t-test performed according to gender, it was found that male participants had a significantly higher mean than female participants. ($p=0.018$) No significant difference was found according to sports age and age group variables.

Conclusions: In the light of the findings, it can be interpreted that the body perceptions of male karate athletes are higher than the body perceptions of female karate athletes. In the light of this result, investigating the reasons for the differences between the sexes can be a research topic for future studies.

Key Words: Body perception, sports age, gender, age



FITNESS MERKEZLERİNDE HİZMET ALAN TÜKETİCİLERİN EGZERSİZ BAĞIMLILIĞI DÜZEYLERİ VE İLİŞKİLİ DEĞİŞKENLER

Gaye ŞEN¹, Güçlü ÖZEN¹

¹Sağlık Bilimleri Fakültesi, Egzersiz ve Spor Bilimleri, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir.

Gaye ŞEN: 1808104032@idu.edu.tr

ORCID: 0000-0002-1373-2804

Özet

Amaç: Bu çalışmanın amacı özel bir fitness merkezinde hizmet alan bireylerin egzersiz bağımlılık düzeylerinin farklı değişkenler açısından ölçülmesi.

Gereç-yöntem: Araştırma 2022 Ocak- Şubat tarihleri arasında İzmir ilinde yürütülmüştür. Araştırmada veri toplama aracı olarak anket yöntemi kullanılmıştır. Anketin ilk bölümünde “Aydınlatılmış Onam Formu” ikinci bölümünde ise “ Demografik sorular ve Tekkurşun Demir ve ark., (2018) tarafından geliştirilen Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği” bulunmaktadır. Anket 2022 yılının ocak-şubat ayları arasında bir ay süre boyunca yapılmış ve toplamda 181 veri elde edilmiştir. Verilerin analizinde SPSS-26 istatistik paket programı kullanılmıştır.

Bulgular: Testlerde cinsiyet, eğitim düzeyi, haftalık egzersiz günü, egzersiz yılı ve spor yapma nedenleri ile egzersiz bağımlılığı düzey arasındaki farkı belirleyebilmek için t-testi ve Anova testi kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak belirlenmiştir. Katılımcıların cinsiyet, eğitim durumu, haftalık egzersiz günü, egzersiz yılı ve spor yapma nedenleri değişkenleri açısından egzersiz bağımlılığı ölçeği alt boyutlarında istatistiki olarak anlamlı fark tespit edilmemiştir. ($P < 0,05$)

Sonuçlar: Sonuç olarak; özel fitness merkezi katılımcılarının demografik bilgilerine göre 3 alt boyuttan oluşan egzersiz bağımlılığı ölçeğinin (aşırı odaklanma ve duygu değişimi, ihtiyaç erteleme ve çatışma, Tolerans gelişimi ve tutku) katılımcılar tarafından spora bağlılık seviyesinin yüksek olduğu belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Egzersiz, bağımlılık, egzersiz bağımlılığı.



EXERCISE ADDICTION LEVELS AND RELATED VARIABLES OF CONSUMERS SERVED IN PRIVATE FITNESS CENTERS

Gaye ŞEN¹, Güçlü ÖZEN¹

¹Sağlık Bilimleri Fakültesi, Egzersiz ve Spor Bilimleri, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir.

Gaye ŞEN: 1808104032@idu.edu.tr

ORCID: 0000-0002-1373-2804

Abstract

Objective: The aim of this study is to measure the exercise addiction levels of individuals receiving service in a private fitness center in terms of different variables.

Materials-methods: Questionnaire method was used as data collection tool in the research. In the first part of the questionnaire, there is an "Informed Consent Form" and in the second part, there are "Demographic questions and the Exercise Addiction Scale developed by Tekkurşun Demir et al., (2018). The survey was conducted for one month between January and February 2022 and a total of 181 data were obtained. SPSS-26 statistical package program was used in the analysis of the data.

Results: In the tests, t-test and Anova test were used to determine the difference between gender, education level, weekly exercise day, exercise year, reasons for doing sports and exercise addiction level. The significance level in the seas was determined as $p < 0.05$. No statistically significant difference was found in the sub-dimensions of the exercise addiction scale in terms of the participants' gender, educational status, weekly exercise day, exercise year and reasons for doing sports. ($P < 0.05$)

Conclusions: As a result; According to the demographic information of the private fitness center participants, it was determined that the exercise addiction scale consisting of 3 sub-dimensions (excessive focus and emotion change, need delay and conflict, tolerance development and passion) had a high level of commitment to sports by the participants.

Keywords: Exercise, addiction, exercise addiction



REFORMER EGZERSİZ YAPAN KADINLARIN BEDENSEL ALGILARININ İNCELENMESİ

Sedef KESEROĞLU¹ Fatma ÇELİK KAYAPINAR¹

¹Spor Bilimleri Bölümü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

Sedef KESEROĞLU sedefkeserogluu@gmail.com

ORCID: S.K: 0000-0002-9217-8951 F.Ç.K: 0000-0002-2159-1706

Özet

Amaç: Çalışmanın amacı reformer egzersiz yapan kadınların beden algılarını incelemektir.

Gereç ve Yöntem: Çalışma kesitsel tarama modelinde yapılmıştır. Araştırmanın evreni İzmir’de spor salonlarına düzenli olarak giden kadınlar, örneklemini ise bu kişiler arasından seçilen gönüllü 50 kadın oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak Beden Algısı Ölçeği kullanılmıştır. Veriler spss paket programına işlendikten sonra verilerin analizi için Mann Whitney U Testi kullanılmıştır.

Bulgular: Katılımcıların beden algısı ölçeğinden elde edilen ortalama puan 42,50’dir. Ölçekten elde edilebilecek en düşük puan 10 en yüksek puan 50 olduğu için katılımcıların beden algısının oldukça yüksek olduğu söylenebilir. Toplam beden algısı puanının yaş grubuna göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir.

Sonuçlar: Düzenli reformer egzersizi yapan kadınların beden algısı yüksek seviyededir.

Anahtar Kelimeler: Reformer, kadın, sağlık algısı, beden algısı



FİTNESS SPORU İLE İLGİLENEN VE İLGİLENMEYEN ERKEKLERİN FİZİKSEL BEDEN ALGILARININ İNCELENMESİ

Ayşe İlayda YILDIRIM¹ Fatma ÇELİK KAYAPINAR¹

¹Spor Bilimleri Bölümü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir
Ayşe İlayda YILDIRIM ilayda.yildirim_35@hotmail.com
ORCID: A.İ.Y: 0000-0003-0328-9519 F.Ç.K: 0000-0002-2159-1706

Özet

Amaç: Çalışmanın amacı fitness sporu ile ilgilenen ve ilgilenmeyen erkeklerin bedensel algılarının karşılaştırılıp incelenmesi amaçlanmıştır.

Gereç ve Yöntem: Araştırma nitel bir araştırma olarak planlanmıştır. Araştırmanın evreni İzmir ilçelerinde yaşamını sürdüren genç yetişkin (18-30) erkeklerdir. Örneklemi ise İzmir ilinin Buca ilçesinde yaşayan fitness sporu yapan ve yapmayan 100 gönüllü erkektir. Veri toplama aracı olarak Beden Algısı Ölçeği kullanılmıştır. Analiz için spss paket programı kullanılmıştır, verilerin analizi için Mann Whitney U Testi kullanılmıştır.

Bulgular: Elde edilen verilere incelendiğinde, katılımcıların beden algısı ölçeğinden elde ettikleri ortalama puan 20 yaşından küçükler 36,60, 20 yaş ve üstü ise 66,88'dir. Ölçekten elde edilebilecek en düşük ve en yüksek puanlar 20 yaşından küçükler 1976,50, 20 yaş ve üstü ise 3073,50 olduğu için beden algısının orta yüksek düzeyde olduğu söylenebilir. Fitness yapma durumuna göre toplam beden algısı puanındaki fark Mann Whitney U testi ile incelendiğinde fitness sporu yapanlar lehine anlamlı fark bulunmuştur ($p<0,05$).

Sonuçlar: Fitness sporu ile ilgilenen erkeklerin beden algıları ilgilenmeyenlerden daha yüksektir.

Anahtar Kelimeler: Fitness, beden algısı, erkek



SPOR HAKEMLERİNİN GÖREV VE EGO YÖNELİMLERİNİN İNCELENMESİ

Hüseyin Furkan Dibek¹, Yusuf Konaç¹, Mustafa Ertan Tabuk¹

¹ Spor Yöneticiliği Bölümü, Spor Bilimleri Fakültesi, Hitit Üniversitesi, Çorum

*Hüseyin Furkan Dibek / Corresponding author: furkandibek86@gmail.com

ORCID: Hüseyin Furkan Dibek:0000-0002-2485-2799 , Yusuf Konaç:0000-003-4068-4438 , Mustafa Ertan Tabuk:0000-0002-6192-5731 , Ahmet Karadağ: 0000-0001-5667-2947

Özet

Amaç: Bu çalışmanın amacı, hakemlerin görev ve ego yönelimlerinin demografik değişkenlere göre incelenmesidir.

Gereç-Yöntem: Araştırma; nicel araştırma modeline göre tasarlanmış olup, kolay örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Araştırmanın örneklemi, 6 farklı ilde görev yapan; il, bölgesel, klasman ve ulusal 114 hakemden oluşmaktadır. Verilerin elde edilmesinde araştırmacılar tarafından oluşturulan demografik bilgi formu ve Duda (1989), Duda ve Nicholls (1992) tarafından geliştirilen spor görevi ve ego yönelimi ölçeği kullanılmıştır. Ölçek, misyon temelli hedefler (n=7) ve ego odaklı hedefler (n=6) şeklinde ifade edilen iki alt boyutlu 5'li likert tipi olarak hazırlanmıştır (n=13). Ölçeğin cronbach's alpha güvenirlik katsayısı 0,88 olarak ölçülmüştür.

Bulgular: Araştırmaya katılan hakemlerin, %74,6'sı erkek (n=85), %25,4'ü kadındır (n=29). Katılımcıların %41,2'si 20-24 yaş aralığında (n=47), %27,2'si 25-30 yaş aralığında (n=31) ve %31,6'sı 31 yaş ve üzerindedir (n=36). Katılımcıların %51,8'i futbol (n=59), %35,1'i yüzme (n=40) ve %13,2'si voleybol (n=15) branşında hakemlik yapmaktadır. Katılımcıların %70,2'si 1-5 yıl (n=80), %19,3'ü 6-10 yıl (n=22) ve %10,5'i 11 yıldan fazla (n=12) süredir hakemlik yapmaktadırlar. Hakemlerin görev ve ego yönelimi düzeyleri ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır. Kadın hakemlerin ($\bar{x}=3,74$) görev ve ego yönelimi düzeyleri erkek hakemlere ($\bar{x}=3,63$) oranla daha yüksektir. Hakemlerin görev ve ego yönelimi düzeyleri ile yaş değişkeni arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. 20-24 yaş aralığındaki hakemlerin ($\bar{X}=3,89$) görev ve ego yönelimleri 25-30 yaş ($\bar{X}=3,61$) ile 31 ve üzeri ($\bar{X}=3,40$) yaşlardaki hakemlere oranla daha yüksektir.

Sonuç: Hakemler üzerine yapılan bu araştırmanın sonuçlarına göre görev ve ego yöneliminin cinsiyet açısından fark yaratmadığı, genç hakemlerin daha yaşlı hakemlere göre daha fazla görev ve ego yönelimi bulunduğu belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Ego yönelimi, görev yönelimi, hakemlik.



EXAMINATION OF EGO AND DUTY ORIENTATIONS OF SPORTS REFEREES

Hüseyin Furkan Dibek¹, Yusuf Konaç¹, Mustafa Ertan Tabuk¹

¹ Department of Sports Management, Sports Science Faculty, Hitit University, Çorum,

*Hüseyin Furkan Dibek / Corresponding author: furkandibek86@gmail.com

ORCID: Hüseyin Furkan Dibek:0000-0002-2485-2799 , Yusuf Konaç:0000-0003-4068-4438 , Mustafa Ertan Tabuk:0000-0002-6192-5731, Ahmet Karadağ: 0000-0001-5667-2947.

Abstract

Objectives: The aim of this study is to examine the task and ego orientations of referees according to demographic variables.

Materials-Methods: Research; It was designed according to the quantitative research model and convenience sampling method was used. The sample of the study, working in 6 different provinces; It consists of 114 provincial, regional, classification and national referees. The demographic information form created by the researchers and the sports task and ego orientation scale developed by Duda (1989), Duda and Nicholls (1992) were used to obtain the data. The scale was prepared as a 5-point Likert type with two sub-dimensions expressed as mission-based goals (n=7) and ego-oriented goals (n=6) (n=13). The Cronbach's alpha reliability coefficient of the scale was measured as 0.88.

Results: Of the referees participating in the research, 74.6% were male (n=85), 25.4% were female (n=29). 41.2% of the participants are between the ages of 20-24 (n=47), 27.2% are between the ages of 25-30 (n=31) and 31.6% are aged 31 and over (n=36). 51.8% of the participants are referees in football (n=59), 35.1% in swimming (n=40) and 13.2% in volleyball (n=15) branches. 70.2% of the participants have been referees for 1-5 years (n=80), 19.3% for 6-10 years (n=22) and 10.5% for more than 11 years (n=12). No significant difference was found between the task and ego orientation levels of the referees and the gender variable. The task and ego orientation levels of female referees (\bar{x} =3.74) are higher than male referees (\bar{x} =3.63). Significant differences were found between the task and ego orientation levels of the referees and the age variable. Referees aged 20-24 (\bar{X} =3.89) task and ego orientations are higher than referees aged 25-30 (\bar{X} =3.61) and 31 and over (\bar{X} =3.40).

Conclusion: According to the results of this research on referees, it was determined that task and ego orientation did not make a difference in terms of gender, and younger referees had more task and ego orientations than older referees.

Keywords: Ego orientation, task orientation, referee.



FİTNESS SPORCULARININ NARSİSİZM VE YAŞAM TATMİNİ DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Rafet Resul Doğan¹, Tülay Hakverdi², Ahmet Karadağ³ Mustafa Ertan Tabuk⁴

¹Spor Yöneticiliği Bölümü, Spor Bilimleri Fakültesi, Hitit Üniversitesi, Çorum

²Spor Yöneticiliği Bölümü, Spor Bilimleri Fakültesi, Hitit Üniversitesi, Çorum

³Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Hitit Üniversitesi, Çorum

⁴Spor Yöneticiliği Bölümü, Spor Bilimleri Fakültesi, Hitit Üniversitesi, Çorum

*Rafet Resul Doğan / Corresponding author: rafet.resul.dogan60gmail.com

ORCID: Rafet Resul Doğan: 0000-0002-7079-3072, Tülay Hakverdi: 0000-0003-3173-1079, Ahmet Karadağ: 0000-0001-5667-2947, Mustafa Ertan Tabuk: 0000-0002-6192-5731.

Özet

Amaç: Bu çalışmada, fitness sporu yapan narsisizm ve yaşam tatmini düzeylerinin arasındaki ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Gereç-Yöntem: Araştırma; nicel araştırma modeline göre tasarlanmış olup, tarama yöntemi kullanılmıştır. Araştırma örneklemini Çorum ilinde bulunan fitness salonlarında (n=15) spor yapan ve tesadüfi örnekleme yöntemi ile belirlenmiş 217 kişiden oluşmaktadır. Araştırmada bireylere yönelik demografik bilgi formu ile iki ölçek kullanılmıştır. Bireylerin narsistik kişilik özelliklerini belirlemek için Ames ve arkadaşları (2006) tarafından geliştirilip Atay (2009) tarafından Türkçeye uyarlanan "Narsistik kişilik envanteri" kullanılmıştır. Ölçek 16 ifadeden oluşmaktadır ($\alpha = ,627$). İfadelere verilen cevapların toplam puanları üzerinden yapılan değerlendirme ile bireyin narsistik düzeyi belirlenmektedir. İkinci ölçme aracı ise; bireylerin yaşam tatmini düzeylerini ölçmek için Emmons, Larsen, ve Griffin, (1985) tarafından geliştirilen Bekmezci ve Mert (2018) tarafından Türkçeye uyarlanan "Yaşam tatmini" ölçeğidir. Ölçek, 5'li likert tipi olup, 5 maddeden oluşmaktadır ($\alpha = ,876$).

Bulgular: Araştırmaya katılan sporcularda kadınlara (%34,6) oranla erkeklerin (%65,4) daha fazla olduğu görülmektedir. Katılımcıların çoğunluğu 20-29 (%67,7) yaş aralığındadır. Haftalık antrenman sıklığına göre haftada 3 - 4 (%31,3, %28,1) gün antrenman yapanların sayısının diğerlerine oranla daha fazladır. Sporcuların büyük bir kısmı aylık geliri 4200 tl ve altında olan (%55,3) bireylerdir. Katılımcıların eğitim durumuna göre lisans (%53,5) mezunları ağırlıklıdır. Katılımcıların çoğunluğu 0-1(%39,6) yıl aralığında spor yapan bireylerden oluşmaktadır. Sporcuların %41,5'i kendisini narsist olarak görmektedirler. Narsisizmin alt boyutlarında sporcuların %9,2'si kendine yeterlilik (n=30) ile en düşük, %34,1 otorite (n=74) ile en yüksek düzeyde narsist olduklarını ifade etmişlerdir. Araştırmaya katılan sporcuların teşhircilik düzeyi yüksek olanların (Ort= 2,85, SS= 0,72) olmayanlara göre (Ort= 3,10, SS= 0,71) yaşam tatmini daha yüksektir (t[215]= -1,967; p<.05).

Sonuç: Sonuç olarak; fitness sporu yapan bireylerin yaş, cinsiyet, aylık gelir durumu, meslek, haftalık antrenman sıklığı, bireyin kaç yıldır antrenman yaptığı ve eğitim düzeyi ile narsisizm ve yaşam tatmini arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Yapılan analizler sonucunda katılımcıların genel narsisizm düzeyi ile yaşam tatminleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Yaşam tatmininin narsisizmin alt boyutları ile ilişkisi incelendiğinde; narsisizmin alt boyutlarından teşhircilik düzeyi yüksek olan katılımcıların olmayanlara göre yaşam tatmini düzeyleri daha yüksek olduğu saptanmıştır. Çalışmanın geniş ve farklı nitelikli bir örnekleme ile tekrarlanması daha somut sonuçların ortaya çıkmasını sağlayacaktır.

Anahtar Kelimeler: Fitness, narsisizm, sporcu, yaşam tatmini.



INVESTIGATION OF NARCISSISM AND LIFE SATISFACTION LEVELS OF FITNESS ATHLETES

Rafet Resul Doğan¹, Tülay Hakverdi², Ahmet Karadağ³ Mustafa Ertan Tabuk⁴

¹Department of Sports Management, Sports Science Faculty, Hitit University, Çorum

²Department of Sports Management, Sports Science Faculty, Hitit University, Çorum

³Graduate Education Institute, Hitit University, Çorum

⁴Department of Sports Management, Sports Science Faculty, Hitit University, Çorum

*Rafet Resul Doğan / Corresponding author: rafet.resul.dogan60gmail.com

ORCID: Rafet Resul Doğan: 0000-0002-7079-3072, Tülay Hakverdi: 0000-0003-3173-1079, Ahmet Karadağ: 0000-0001-5667-2947, Mustafa Ertan Tabuk: 0000-0002-6192-5731 .

Abstract

Objectives: In this study, it was aimed to examine the relationship between the levels of narcissism and life satisfaction who do fitness sports.

Materials - Methods: Research; It was designed according to the quantitative research model and the scanning method was used. The research sample consists of 217 people who do sports in the fitness centers (n=15) in Çorum and were determined by random sampling method. In the research, demographic information form and two scales for individuals were used. The "Narcissistic personality inventory" developed by Ames et al. (2006) and adapted into Turkish by Atay (2009) was used to determine the narcissistic personality traits of individuals. The scale consists of 16 statements ($\alpha = ,627$). The narcissistic level of the individual is determined by the evaluation made on the total scores of the answers given to the statements. The second measurement tool is; It is the "Life Satisfaction" scale developed by Emmons, Larsen, & Griffin, (1985) to measure the life satisfaction levels of individuals and adapted into Turkish by Bekmezci and Mert (2018). The scale is a 5-point Likert type and consists of 5 items ($\alpha = , 876$).

Results: It is seen that there are more men (65.4%) than women (34.6%) among the athletes participating in the research. The majority of the participants are between the ages of 20-29 (67.7%). According to the weekly training frequency, the number of those who train 3 - 4 (31.3%, 28.1%) days a week is higher than the others. Most of the athletes are individuals (55.3%) whose monthly income is 4200 TL or less. According to the education level of the participants, undergraduate (53.5%) graduates predominate. The majority of the participants consist of individuals who do sports between 0-1 (39.6%) years. 41.5% of the athletes see themselves as narcissists. In the sub-dimensions of narcissism, 9.2% of the athletes stated that they were narcissists with the lowest level of self-sufficiency (n=30) and the highest level with 34.1% authority (n=74). The athletes who participated in the study with high exhibitionism level (Ort= 2,85, SS= 0,72) have higher life satisfaction ($t[215]= -1,967$; $p<.05$) than those without (Ort= 3,10, SS= 0,71).

Conclusions: As a result; No significant relationship was found between age, gender, monthly income, occupation, weekly training frequency, how many years the individual has been training and education level, and narcissism and life satisfaction of individuals who do sports in fitness centers. As a result of the analysis, no significant relationship was found between the general narcissism level of the participants and their life satisfaction. When the relationship between life satisfaction and sub-dimensions of narcissism is examined; It was determined that the participants with a high level of exhibitionism, one of the sub-dimensions of narcissism, had higher levels of life satisfaction than those who did not. Repeating the study with a large and different sample will provide more concrete results.

Keywords: Athletes, fitness, narcissism, life satisfaction.



ÖZEL FİTNESS SPOR SALONLARININ İNCELENMESİ: KÜÇÜK ÖLÇEKLİ ŞEHİR ÖRNEĞİ

Abdullah Araz¹, Fatih Küçük¹, Mustafa Ertan Tabuk¹

¹Spor Yöneticiliği Bölümü, Spor Bilimleri Fakültesi, Hitit Üniversitesi, Çorum

*Abdullah Araz / kralaraz16@gmail.com

ORCID: Abdullah Araz: 0000-0003-1565-048X, Fatih Küçük:0000-0003-1908-2355, Mustafa Ertan Tabuk:0000-0002-6192-5731

Özet

Amaç: Türkiye Vücut Geliştirme ve Bilek Güreşi Federasyonun yayınladığı talimat doğrultusunda Küçük ölçekli bu ilde bulunan özel fitness salonlarının standartlara uygunluğunun incelenip belirlenmesidir.

Gereç- Yöntem: Araştırma; nicel araştırma modeline göre tasarlanmış olup, tarama yöntemi kullanılmıştır. Araştırmanın örneklemini küçük ölçekli bu ilde bulunan 15 fitness salonu oluşturmaktadır. Verilerin elde edilmesi tam sayım yöntemi ile fitness salonlarının fiziki alan ve ekipmanları tespit edilmiş ve ölçümler yapılmıştır. Elde edilen veriler ile yapılan frekans analizleri doğrultusunda spor salonlarının standartlara uygunluğu belirlenmiştir.

Bulgular: Araştırmadaki 15 fitness salonunun içerisinde 3'ünün tavan yüksekliği standartlarını, 1'inin bayan soyunma odası standartlarını karşılamadığı, 11 salonun ise tüm standart alan ölçülerini karşıladığı belirlenmiştir. 15 fitness salonunun 8'inde çiftli twister ekipmanının, 4'ünde sit ups sehpası, 1'inde koşu bandı, 11'inde Hack squat, 5'inde Total hip, 4'ünde Standing calf, 2'sinde ise Seated calf aletinin olmadığı ve sadece 3 salonun standartlarda belirtilen ekipmanlarının olduğu belirlenmiştir. Ayrıca aynı anda hem standart salon ölçülerini hem de standart salon ekipmanlarını karşılayan 3 tane salon bulunmaktadır.

Sonuçlar: Özel fitness salonları, bireylerin beklentilerini karşılamak amacıyla mevzuatta belirlenen kurallara göre kurulup işletilen ve Gençlik Spor İl Müdürlüğü tarafından tescil edilerek faaliyete geçen özel işletmelerdir. Özel spor salonlarının kuruluş, işletme ve denetimlerinin talimatlara uygun olarak yapılması zorunlu ve önemlidir. Küçük ölçekli bu ilde bulunan fitness salonlarının %80'inin (n=12) standartlara uymadığı belirlenmiştir. Kuruluş standartlarının 2008 yılında Türkiye Vücut Geliştirme ve Bilek Güreşi Federasyonu tarafından belirlenmiş olması ve bu spor salonlarının halen faaliyette bulunması talimatlara aykırı hareket edildiğini, ilgili denetim birimlerinin görev ve sorumluluklarını yerine getirmede yetersiz kaldığını göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Spor tesisi, fitness, özel fitness salonları



EXAMINATION OF FITNESS CENTERS: THE EXAMPLE OF A SMALL-SCALE CITY

Abdullah Araz¹, Fatih Küçük¹, Mustafa Ertan Tabuk¹

¹Department of Sports Management, Sports Science Faculty, Hitit University, Çorum

*Abdullah Araz/ kralaraz16@gmail.com

ORCID: Abdullah Araz: 0000-0003-1565-048X, Fatih Küçük:0000-0003-1908-2355 ,Mustafa Ertan Tabuk:0000-0002-6192-5731

Abstract

Objectives: It is the examination and determination of the compliance of the private fitness centers in a small-scale province with the standards in line with the standards of the fitness centers published by the Turkish Bodybuilding and Arm Wrestling Federation.

Materials - Methods: Research; It was designed according to the quantitative research model and the scanning method was used. The sample of the research consists of 15 fitness centers in Çorum. The physical areas and equipment of the fitness centers were determined and measurements were made with the full count method of obtaining the data. In accordance with the frequency analyzes made with the data obtained, the compliance of the gyms with the standards was determined.

Results: It was determined that 3 of the 15 fitness rooms in the research did not meet the ceiling height standards, 1 of them did not meet the standards for the women's locker room, and 11 gyms met all the standard area dimensions. Of the 15 fitness centers, 8 do not have double twister equipment, 4 do not have sit-ups bench, 1 treadmill, 11 hack squats, 5 total hips, 4 Standing calf equipment and 2 do not have Seated calf equipment and It has been determined that only 3 halls have the equipment specified in the standards. In addition, there are 3 halls that meet both standard hall dimensions and standard hall equipment at the same time.

Conclusions: Private fitness centers are private businesses that are established and operated in accordance with the rules determined in the legislation in order to meet the expectations of individuals and are registered by the Provincial Directorate of Youth and Sports. It is mandatory and important that the establishment, operation and inspection of private gyms are carried out in accordance with the instructions. It was determined that 80% (n=12) of the fitness centers in this city did not comply with the standards. The fact that the standards of the establishment were determined by the Turkish Bodybuilding and Arm Wrestling Federation in 2008 and that these gyms are still operating show that the instructions are violated and that the relevant inspection units are insufficient in fulfilling their duties and responsibilities.

Keywords: Sports facility, fitness, private fitness rooms.



ANTRENÖRLÜK VE SPOR YÖNETİCİLİĞİ BÖLÜMLERİNİN DOPİNG BİLGİ ÖLÇÜMÜ

Aleyna Kılıçkaya¹, İsa Kaan Kocaer², Ahmet Karadağ³, Mustafa Ertan Tabuk⁴

¹Spor Yöneticiliği, Hitit Üniversitesi, Çorum

²Spor Yöneticiliği, Hitit Üniversitesi, Çorum,

³Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Hitit Üniversitesi, Çorum

⁴Spor Yöneticiliği, Hitit Üniversitesi, Çorum,

*Aleyna Kılıçkaya / Sorumlu Yazar: alisklcky@gmail.com

ORCID: Aleyna Kılıçkaya: 0000-0003-4231-8343, İsa Kaan Kocaer: 0000-0001-8766-7307, Ahmet Karadağ: 0000-0001-5667-2947 Mustafa Ertan Tabuk: 0000-0002-6192-5731.

Özet

Amaç: Spor bilimleri fakültelerinde eğitim-öğretime devam eden, Antrenörlük eğitimi ve spor yöneticiliği bölümlerinde öğrenim görmekte olan öğrencilerin doping bilgi düzeylerinin ölçülmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırma; nicel araştırma modeline göre tasarlanmış olup, ilişkisel tarama yöntemi kullanılmıştır. Araştırmanın örneklemi, 16 farklı üniversitenin antrenörlük ve spor yöneticiliği bölümlerinde öğrenim gören 229 öğrencidir. Verilerin elde edilmesinde araştırmacılar tarafından oluşturulan demografik bilgi formu ve Dünya Anti Doping Ajansı (WADA) tarafından hazırlanan doping bilgi testi kullanılmıştır. Test, 15 sorudan oluşmakta ve testten alınan puanlara göre; 0-2 arası çok kötü, 3-5 arası kötü, 6-8 arası orta, 9-11 arası iyi, 12-15 arası çok iyi şeklinde değerlendirilmiştir.

Bulgular: Araştırmaya katılanların %64,2'si (n=147) erkek, %35,8'i (n=82) kadın, %76'sı (n=174) spor yöneticiliği bölümü öğrencisi, %24'ü (n=55) antrenörlük eğitimi bölümü öğrencisi, %55,9'u (n=128) doping ile ilgili ders almış, %44,1'i (n=101) ise almamıştır. Katılımcıların test puanlarına göre %55,5'i (n=127) orta, %20,5'i (n=47) iyi, %10'u (n=23) kötü, %8,7'si (n=20) çok kötü ve %5,2'si (n=12) çok iyi düzeydedir. Katılımcıların bilgi düzeylerine göre, %92,1'i (n=211) doping kontrolünü kimlerin gerçekleştirdiği, %90,8'i (n=208) dopingin ne olduğu, %89,5'i (n=205) doppingle mücadele bilgisine nereden ulaşabileceği, %79'u (n=181) dopingin etkileri, %76,8'i (n=176) pozitif doping halindeki sorumluluklar, %72,5'i (n=166) kontrolün nasıl yapıldığı, %67,7'si (n=155) doktorun ilaç reçetesi önerisi, %63,7'si (n=146) yasaklı maddeler, %45,4'ü (n=104) gıda katkı maddesi kullanımı, %45'i (n=103) teste tabi tutulma, %43,7'si (n=100) antrenör ve doktor cezalandırılması, %41,9'u (n=96) doping kullanımının yasaklanması, %26,7'si (n=61) doping testi ile ilgili haklar, %25,8'i (n=59) doping kontrol süreci, %11,3'ü (n=26) ise doppingle ilgili cezalar hakkında bilgi sahibidir.

Sonuç: Her ne kadar öğrencilerin bazı sorulara doğru cevap verme oranları yüksek olsa da konuya bütünsel bakıldığında öğrencilerin doping, doping kullanımı, dopingin zararları, testler ve test süreci, cezalar, yasal hak ve sorumluluklar, güncel yasaklı maddeler, doppingle mücadele gibi bölümleri içeren kapsamlı bilgi sahibi olmadıkları belirlenmiştir. Doping konusu eksik bilgiye yer verilemeyecek düzeyde hassas ve doğru işlemlerin gerçekleştirilmesinin zorunlu olduğu bir süreçtir. Antrenör, spor yöneticisi ve sporunun konuyu dikkatli bir şekilde takip etmeleri gereklidir. Sporunun performansından sorumlu olan tüm kişiler sporunun sağlığına yönelik tüm uygulamalarda doktorların bilgilendirilmesi gerekliliğini dikkatle takip etmelidirler. WADA bünyesinde sürdürülen ve uluslararası bir konu olan doping kullanımının kontrolü ve güncel tutulması spor kültürü ve bir çok unsur açısından önemlidir. Bu nedenle sıkı, sert ve güvenilir yöntemler kullanılarak alınan tüm tedbirler hakkında güncel ve geçerli bilgilendirmeler takip edilmelidir.

Anahtar Kelimeler: Doping, sporcu, antrenör, spor yöneticisi.



DOPING KNOWLEDGE MEASUREMENT OF COACH AND SPORT MANAGEMENT DEPARTMENTS

Aleyna Kılıçkaya¹, İsa Kaan Kocaer², Ahmet Karadağ³, Mustafa Ertan Tabuk⁴

¹Sports Management, Hitit University, Çorum

²Sports Management, Hitit University, Çorum

³Graduate Education Institute, Hitit University, Çorum

⁴Sports Management, Hitit University, Çorum

*Aleyna Kılıçkaya / Corresponding author: alisklcky@gmail.com

ORCID: Aleyna Kılıçkaya: 0000-0003-4231-8343, İsa Kaan Kocaer: 0000-0001-8766-7307, Ahmet Karadağ: 0000-0001-5667-2947 Mustafa Ertan Tabuk:0000-0002-6192-5731.

Abstract

Objectives: It is aimed to measure the doping knowledge level of the students who continue their education in the faculties of sports sciences. The sample are studying in the departments of coaching education and sports management.

Materials - Methods: Research; It was designed according to the quantitative research model and the relational screening method was used. The sample of the research is 229 students studying in coaching and sports management departments of 16 different universities. The demographic information form created by the researchers and the doping information test prepared by the World Anti-Doping Agency (WADA) were used to obtain the data. The test consists of 15 questions and according to the scores obtained from the test; A score of 0-2 is very bad, 3-5 is bad, 6-8 is moderate, 9-11 is good, 12-15 is very good.

Results: Of the participants, 64.2% (n=147) were male, 35.8% (n=82) were female, 76% (n=174) were sports management department students, 24% (n=55) of the coaching education department students, 55.9% (n=128) took a course on doping, and 44.1% (n=101) did not. According to the test scores of the participants, 55.5% (n=127) moderate, 20.5% (n=47) good, 10% (n=23) bad, 8.7% (n=n=) 20) very bad and 5.2% (n=12) very good. According to the level of knowledge of the participants, 92.1% (n=211) of who performs doping control, 90.8% (n=208) what doping is, 89.5% (n=205) anti-doping knowledge. where to reach, 79% (n=181) effects of doping, 76.8% (n=176) responsibilities in positive doping state, 72.5% (n=166) how control is done, 67.7% 63.7% (n=146) prohibited substances, 45.4% (n=104) use of food additives, 45% (n=103) physician's prescription recommendation) being tested, 43.7% (n=100) punishing the trainer and doctor, 41.9% (n=96) prohibiting doping, 26.7% (n=61) doping test related rights, 25.8% (n=59) have knowledge of doping control process and 11.3% (n=26) have knowledge of doping-related penalties.

Conclusions: Although the rate of correct answers to some questions of the students is high, when the subject is considered holistically, the students do not have comprehensive knowledge about doping, doping use, the harms of doping, tests and testing process, penalties, legal rights and responsibilities, current banned substances, and the fight against doping determined. The issue of doping is a process in which it is imperative to carry out sensitive and accurate transactions that cannot include incomplete information. It is necessary for the coach, sports manager and athlete to follow the subject carefully. All persons responsible for the performance of the athlete should carefully follow the necessity of informing the doctors in all practices regarding the health of the athlete. Controlling and keeping up-to-date on the use of doping, which is an international issue within WADA, is important in terms of sports culture and many other factors. For this reason, up-to-date and valid information on all measures taken using strict, rigid and reliable methods should be followed.

Keywords: Doping, athlete, trainer, sports manager.



EGZERSİZ VE SPOR BİLİMLERİ BÖLÜMÜ ÖĞRENCİLERİNİN LİDERLİK TARZLARININ İNCELENMESİ

Serhat EROĞLU¹, Güçlü ÖZEN¹

¹ Sağlık Bilimleri Fakültesi, Spor bilimleri, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir
Serhat Eroğlu: 1808104027@idu.edu.tr

Özet

Amaç: Bu çalışmanın amacı İzmir Demokrasi Üniversitesi Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü öğrencilerinin liderlik tarzlarının incelenmesidir.

Gereç- Yöntem: Bu çalışmada; nicel araştırma yaklaşımı içerisinde yer alan tarama metodu kullanılmıştır. Bu çalışmaya 41 kız (%33,1), 83 erkek (66,9) toplam 124 birey katılmıştır. Tarama; özünde araştırmacıların bulmayı istediği evrende üzerinde çalışılan kişilerin bir veya daha çok değişkene göre nasıl dağılım gösterdiğinin ortaya çıkarılmasıdır. Bu çalışmada deneklerin verilen ölçekle o anda ilgili düşünceleri belirlenmek istendiği için kesitsel tarama metodu kullanılmıştır. Kesitsel tarama; araştırmada verilerin anlık toplanmasıdır. Bu çalışmada veri toplama aracı olarak Dursun, Günay ve Yenel (2019) tarafından geliştirilen “Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri Ölçeği” kullanılmıştır. Ölçeğin birinci kısmında deneklerin kişisel bilgileri, ikinci kısmında ise ölçek maddeleri yer almaktadır. Çalışmada veriler; sosyal paylaşım ağları marifetiyle pandemi durumu göz önüne alınarak Google Form aracılığıyla online toplanmıştır. Bu şekilde hem pandemi sürecine dikkat edilmiş hem de veriler iki haftalık gibi kısa bir sürede toplanmıştır. Uzak yerlerde bulunan kişilerle internet aracılığıyla araştırma yapılabilir. Uzak yerlerde bulunan kişilerle internet aracılığıyla araştırma yapılabilir.

Bulgular: Karizmatik liderlik alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur. Sıra ortalamaları incelendiğinde erkek öğrencilerin kadın öğrencilerden karizmatik liderlik algılarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Sonuçlar: Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü Öğrencilerinin Liderlik Özelliklerinin ortalamasının üzerinde olduğu, erkek öğrencilerin kadın öğrencilere göre karizmatik liderlik puanlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Spor bilimleri, liderlik tarzı, spor



EXAMINATION OF LEADERSHIP STYLE OF EXERCISE AND SPORT SCIENCE STUDENDTS:IDU EXAMPLE

Serhat EROĞLU¹, Güçlü ÖZEN¹

¹ Sağlık Bilimleri Fakültesi, Spor bilimleri, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir
Serhat EROĞLU: 1808104027@idu.edu.tr

Abstract

Objectives: The aim of this study is to examine the leadership styles of the students of Izmir Democracy University, Department of Exercise and Sports Sciences.

Materials - Methods: In this study; The screening method, which is included in the quantitative research approach, was used. A total of 124 subjects, 41 female (33.1%) and 83 male (66.9) participated in this study. Review; In essence, what researchers want to find is to reveal how the people studied in the universe are distributed according to one or more variables. In this study, the cross-sectional survey method was used because it was desired to determine the opinions of the subjects about the given scale at that moment. Cross-sectional scanning; instantaneous collection of data in research. In this study, the "Multidimensional Leadership Orientations Scale" developed by Dursun, Günay and Yenel (2019) was used as a data collection tool. The first part of the scale contains the personal information of the subjects, and the second part contains the scale items. Data in the study; It was collected online via Google Form, taking into account the pandemic situation, by means of social networks. In this way, attention was paid to the pandemic process and the data were collected in a short period of two weeks. It is possible to conduct research via the internet with people in distant places.

Results: A statistically significant difference was found in the sub-dimension of charismatic leadership. When the mean rank is examined, it is seen that male students have higher charismatic leadership perceptions than female students.

Conclusions: As a result; In terms of the parameters of the study, we see that the Leadership Characteristics of the Exercise and Sport Sciences Department Students are above the average in terms of the responses given by the subjects to the scale items.

Key Words: Sports science, leadership style, sports



ÇORUM İLİNDE KAPALI ALANDA EGZERSİZ YAPAN BİREYLERİN EGZERSİZ İLGİLENİMİ VE MUTLULUK İLİŞKİSİ

Ahmet Karadağ¹, Elif Beyazoğlu², Okan Beyazoğlu³, Mustafa Ertan Tabuk⁴

¹Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Hitit Üniversitesi, Çorum

²Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Spor Bilimleri Fakültesi, Hitit Üniversitesi, Çorum

³Spor Yöneticiliği Bölümü, Spor Bilimleri Fakültesi, Hitit Üniversitesi, Çorum

⁴Spor Yöneticiliği Bölümü, Spor Bilimleri Fakültesi, Hitit Üniversitesi, Çorum

*Ahmet Karadağ / ahmetkaradag0@gmail.com

ORCID: Ahmet Karadağ: 0000-0001-5667-2947, Elif Beyazoğlu: 0000-0001-5128-4638, Okan Beyazoğlu: 0000-0002-1553-8693, Mustafa Ertan Tabuk: 0000-0002-6192-5731.

Özet

Amaç: Çorum ilinde yaşayan ve kapalı alanda spor yapan bireylerin egzersiz ilgilenimi ve mutluluk ilişkisinin bazı değişkenlere göre incelenmesidir.

Gereç-Yöntem: Araştırma; nicel araştırma modeline göre tasarlanmış olup, tarama yöntemi kullanılmıştır. Basit seçkisiz örnekleme yöntemiyle araştırmaya gönüllü olarak katılmak isteyen 183 kadın, 140 erkek olmak üzere toplam 323 kişi araştırmaya dahil edilmiştir. Verilerin elde edilmesinde araştırmacılar tarafından oluşturulan demografik bilgi formu, mutluluk ölçeği ve serbest zaman ilgilenimi ölçeği kullanılmıştır. Katılımcıların verdiği cevapların, yüzde (%) ve frekans (f) dağılımları incelenmiş, $p < ,05$ anlamlılık düzeyinde, t testleri yapılmıştır.

Bulgular: Araştırmaya katılanların %76,2'sinin (246 kişi) 18-25, %13,6'sının (44 kişi) 26-35, %8'inin (26 kişi) 36-45 ve %2,2'sinin (7 kişi) 46 yaş ve üzeri olduğu, %56,7'sinin (183 kişi) kadın, %43,3'inin (140 kişi) erkek olduğu, %20,1'inin (65 kişi) evli, %79,9'unun (258 kişi) bekar olduğu, %5,3'ünün (17 kişi) ilköğretim, %30'unun (97 kişi) lise, %64,7'sinin (209 kişi) Lisans eğitim düzeyinde olduğu, %5,9'unun (19 kişi) zayıf, %70,3'ünün (227 kişi) normal, %19,8'inin (64 kişi) kilolu, %4,0'ını (13 kişi) obez olduğu belirlenmiştir. Bireylerin serbest zaman ilgilenimi düzeyleri ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($t[269,142]=2,262$; $p < ,05$). Kadın bireylerin serbest zaman ilgilenimleri ($X=3,4459$), erkek bireylere ($X=3,2838$) oranla daha yüksektir. Bireylerin serbest zaman ilgilenimi düzeyleri ile medeni durum değişkeni arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($t[108,553]=2,262$; $p < ,05$). Bekar bireylerin serbest zaman ilgilenimleri ($X=3,4121$), evli bireylere ($X=3,2308$) oranla daha yüksektir. Analizlere göre katılımcıların mutluluk düzeyleri ve serbest zaman ilgilenimleri arasında zayıf ve pozitif yönde ($r = ,213$; $p < ,05$); anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür.

Sonuç: Sonuç olarak, Çorum ilinde egzersiz yapan bireylerde, erkeklere oranla kadınların serbest zamana karşı daha ilgili oldukları belirlenmiştir. Mutlu olma ile medeni durum arasında anlamlı bir ilişki belirlenmemiştir. Buna karşı bekarlar serbest zaman kullanımına daha fazla ilgi göstermektedirler. Bu durumda evli katılımcıların serbest zaman aktiviteleri için boş zamanlarının daha kısıtlı olduğu söylenebilir. Evli katılımcılar üzerindeki evli olmanın getirdiği sorumluluklar olan ev işleri ve çocuk bakımı gibi nedenlerden ötürü boş zamanlarının daha kısıtlı olduğu söylenebilir. Araştırma değişkenleri ile yapılan korelasyon analizine göre değişkenler arasında yüzde 21 pozitif ilişki görülmektedir. Mutluluk bir çok farklı değişkenden etkilenen bir olgudur. Regresyon analizi sonuçlarına göre mutluluğun ancak 0,045'inin serbest zaman ilgilenimi ile açıklanabileceği görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Fiziksel aktivite, mutluluk, serbest zaman ilgilenimi.



THE RELATIONSHIP WITH EXERCISE AND HAPPINESS OF WOMEN AND MEN DOING EXERCISE IN CLOSED AREA IN ÇORUM

Ahmet Karadağ¹, Elif Beyazoğlu², Okan Beyazoğlu³, Mustafa Ertan Tabuk⁴

¹Physical Education and Sports Department, Graduate School of Education, Hitit University, Çorum

²Department of Physical Education and Sports, Sports Science Faculty, Hitit University, Çorum

³Department of Sports Management, Sports Science Faculty, Hitit University, Çorum

⁴Department of Sports Management, Sports Science Faculty, Hitit University, Çorum

*Ahmet Karadağ / ahmettkaradagg0@gmail.com

ORCID: Ahmet Karadağ: 0000-0001-5667-2947, Elif Beyazoğlu: 0000-0001-5128-4638, Okan Beyazoğlu: 0000-0002-1553-8693, Mustafa Ertan Tabuk: 0000-0002-6192-5731.

Abstract

Objectives: The aim of this study is to examine the relationship between exercise interest and happiness of individuals living in Çorum and doing indoor sports according to some variables.

Materials - Methods: Research; It was designed according to the quantitative research model and the scanning method was used. A total of 323 people, 183 women and 140 men, who wanted to voluntarily participate in the research with the simple random sampling method, were included in the research. Demographic information form, happiness scale and leisure time involvement scale created by the researchers were used to obtain the data. Percentage (%) and frequency (f) distributions of the answers given by the participants were examined, and t-tests were performed at $p < .05$ significance level.

Results: Of the participants, 76.2% (246 people) were 18-25, 13.6% (44 people) 26-35, 8% (26 people) 36-45 and 2.2% (7 people) people aged 46 and over, 56.7% (183 people) women, 43.3% (140 people) men, 20.1% (65 people) married, 79.9% (258 people) were single, 5.3% (17 people) were at primary school, 30% (97 people) were high school, 64.7% (209 people) were undergraduate education, 5.9% (19 people) were underweight, 70.3% (227 people) were normal, 19.8% (64 people) were overweight, 4.0% (13 people) were obese. Significant differences were found between individuals' levels of leisure time involvement and gender ($t[269,142]=2.262$; $p < .05$). Leisure time involvement of female individuals ($X=3.4459$) is higher than male individuals ($X=3.2838$). Significant differences were found between individuals' leisure time involvement and marital status variable ($t[108,553]=2.262$; $p < .05$). Leisure time involvement of single individuals ($X=3,4121$) is higher than that of married individuals ($X=3,2308$). According to the analysis, there was a weak and positive relationship between the happiness levels and leisure time interests of the participants ($r=.213$; $p < .05$); A significant relationship was found.

Conclusions: As a result, it has been determined that women are more interested in leisure time than men in individuals exercising in Çorum province. No significant relationship was found between being happy and marital status. On the other hand, single people show more interest in the use of free time. In this case, it can be said that the leisure time of the married participants is more limited for leisure activities. It can be said that the free time of the married participants is more limited due to reasons such as housework and child care, which are the responsibilities of being married. According to the correlation analysis made with the research variables, there is a 21 percent positive relationship between the variables. Happiness is a phenomenon that is affected by many different variables. According to the results of the regression analysis, it is seen that only 0.045 of happiness can be explained by leisure time involvement.

Keywords: Happiness, leisure time involvement, physical activity.



REFORMER PİLATESİN STATİK DENGeye ETKİSİ

Meryem ÖZKAN¹, Fatma ÇELİK KAYAPINAR¹

¹ Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

*İlgili yazar: meryemgencer97@gmail.com

ORCID: M.O.: 0000 0001 8594 5959, F.Ç.K.: 0000-0002-2159

Özet

Amaç: Reformer pilates egzersizinin statik denge becerilerine etkisinin ortaya konması amaçlanmıştır.

Gereç- Yöntem: Araştırmanın evrenini İzmir'deki bir pilates stüdyosundaki 30 gönüllü birey oluşturmaktadır. Bireyler başlangıç ve ileri düzey olmak üzere iki çalışma grubuna ayrılmıştır. Flamingo denge testi ile statik dengeleri ölçülmüştür. Elde edilen verilerin analizinde t testi kullanılmıştır. Denge ölçümleri, çalışma öncesi, beşinci haftanın sonu ve dokuzuncu haftada uygulanmıştır.

Bulgular: Başlangıçta ileri seviye grubunun lehine olan fark, çalışma sonunda ortadan kalkmıştır. İleri düzey grupta dokuz hafta sonunda %30'luk bir gelişme görülürken, başlangıç grubunda %50 düzeyinde bir gelişme gözlenmiştir.

Sonuçlar: Reformer pilates hem başlangıç hem de ileri düzey bireylerin statik dengelerini olumlu yönde geliştirmektedir. Ancak başlangıç düzeyinde olan bireylerin statik denge becerileri ileri düzey bireylere göre daha hızlı gelişme göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Statik denge, flamingo denge testi, reformer pilates



EFFECT OF REFORMER PILATES ON STATIC BALANCE

Meryem OZKAN¹, Fatma CELIK KAYAPINAR¹

¹ Exercise and Sport Science Department, Izmir Demokrasi Univesity, Izmir

* Corresponding author: meryemgencer97@gmail.com

ORCID: M.O.: 0000 0001 8594 5959, F.Ç.K.: 0000-0002-2159

Abstract

Objectives: The determent effect of reformer pilates exercise on static balance skills.

Materials - Methods: The universe of the research consists of 30 volunteers in a pilates studio in Izmir. Individuals are divided into two groups as beginning and advanced. Flamingo balance test was applied. T test was used in the analysis. Balance measurements were applied before the study, at the end of fifth weeks and at the end of ninth weeks.

Results: The difference in favour of the advanced group at the beginning disappeared at the end of the study. While an improvement of 30% was observed in the advanced group at the end of nine weeks, an improvement of 50% was observed at the beginner group.

Conclusions: It has been found that reformer pilates has a positive effect on individuals' static balance skills both beginner and advanced individuals. However, static balance skills of beginner level individuals develop more faster than advanced individuals.

Key Words: Static balance, flamingo balance test, reformer pilates



SB/S-35

TRİATLON SPORCULARININ BESLENMEYE YÖNELİK TUTUMLARI ÖLÇEĞİ (TSBYTÖ): GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI

Yusuf Cemal GÜNDÜZ¹, Fatma ÇELİK KAYAPINAR², Gülseren YÜREKLİ²

¹ Milli Savunma Üniversitesi Kara Harp Okulu, Maltepe Yerleşkesi, İzmir

² Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

*İlgili yazar / Corresponding author: ypzgunduz@hotmail.com

ORCID: Y.C.G.; 0000-0002-2380-4197, F.Ç.K.; 0000-0002-2159-1706, G.Y.; 0000-0002-5195-4766

Özet

Amaç: Araştırmada Triatlon Sporcularının Beslenmeye Yönelik Tutum Ölçeği'nin (TSBYTÖ) geçerlik ve güvenilirlik testleri yaparak alana ölçek kazandırmaktır.

Gereç-Yöntem: Triatlon sporcularının beslenmeye yönelik tutumlarını belirlemek için ölçek geliştirme olarak planlanan araştırmanın evrenini, 2021 Triatlon liginde yarışan yaklaşık 250 triatlet, örneklemini ise çalışmaya katılmayı kabul eden 92 triatlet oluşturmuştur. Madde havuzu oluşturmak için açık uçlu sorular yöneltilen triatletlerin cevapları, 3 alan uzmanı ve bir dil alanında uzman tarafından gözden geçirilmiştir. Maddeler triatletlere belirlenen zaman aralıkları korunarak okutulmuş ve anlaşılabilirliği test edilerek uygulanmıştır.

Bulgular: Açıklayıcı Faktör Analizi sonucunda, toplam varyansın %54,365 açıklayan, 17 madde ve 3 alt boyuttan oluşan bir ölçek elde edilmiştir. Alt boyutlar; Fiziksel Etki Boyutu (7 madde), Beslenmenin Ara Öğün alımı Boyutu (5 madde) ve Beğeni Boyutu (5 madde) olarak adlandırılmıştır. Çalışmanın KMO değeri 0,764 olarak hesaplanmıştır ve değişkenlerin faktör analizi için uygunluğunun bir göstergesidir. Ölçekte yer alan faktör yük değerleri; 0,316 ile 0,782 arasında, faktör gücünü yeterince açıkladığı kabul edilmiştir. Ölçeğin güvenilirliği iç tutarlılık katsayısı ve test tekrar test yöntemiyle incelenmiş, hesaplanan güvenilirlik katsayı değeri 0,816 kabul edilebilir sınırlar içerisinde yer aldığı belirlenmiştir. Madde analizi sonucunda ölçekte yer alan maddelerin tamamının ayırt edici olduğu ortaya koyulmuştur.

Sonuç: TSBYTÖ'nün triatlon sporcularının beslenmeye yönelik tutumlarını ölçmek için geçerli ve güvenilir bir araç olduğu saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Triatlon, beslenme, tutum.



ADDITUDES TOWARDS NUTRITION SCALE OF TRIATHLON ATHLETES (ATNSTA): VALIDITY AND RELIABILITY STUDY

Yusuf Cemal GUNDUZ¹, Fatma CELIK KAYAPINAR², Gulseren YUREKLI²

¹ National Defense University Military Academy, Maltepe Campus, İzmir

² Exercise and Sport Sciences Department, İzmir Demokrasi University, İzmir

*İlgili yazar / Corresponding author: ypzgunduz@hotmail.com

ORCID: Y.C.G.; 0000-0002-2380-4197, F.Ç.K.; 0000-0002-2159-1706, G.Y.; 0000-0002-5195-4766

Abstract

Objectives: The aim of the study was to develop as valid and reliable and gain a scale in the field about Attitudes Towards Nutrition Scale of Triathlon Athletes (ATNSTA).

Materials-Methods: The universe of the study consisted of approximately 250 triathletes competing in the 2021 Triathlon league, and the sample consisted of 92 triathletes who agreed to participate in the study. The answers of the triathletes, who were asked open-ended questions to create an item pool, were reviewed by 3 field and a language experts. The items were read by the triathletes by preserving the determined time intervals, and their comprehensibility was tested and applied.

Results: As a result of Explanatory Factor Analysis, a scale consisting of 17 items and 3 sub-dimensions was obtained, which explained 54.35% of the total variance. Sub dimensions; It was named as Physical Effect Dimension (7 items), Snacking Dimension of Nutrition (5 items), and Taste Dimension (5 items). The KMO value of the study was calculated as 0.764 and is an indicator of the suitability of the variables for factor analysis. Factor loading values in the scale; Between 0.316 and 0.782, it was accepted that it adequately explained the factor power. The reliability of the scale was examined by internal consistency coefficient and test-retest method, and it was determined that the calculated reliability coefficient value was within acceptable limits of 0.816. As a result of the item analysis, it was revealed that all of the items in the scale were distinctive.

Conclusion: It has been determined that ATNSTA is a valid and reliable measurement tool to measure the attitudes of triathletes towards nutrition.

Keywords: Triathlon, nutrition, attitude.



TRİATLON SPORCULARININ BESLENMEYE YÖNELİK TUTUMLARI: SİSTEMATİK TARAMA

Yusuf Cemal GÜNDÜZ¹, Fatma ÇELİK KAYAPINAR², Gülseren YÜREKLİ²

¹ Milli Savunma Üniversitesi Kara Harp Okulu, Maltepe Yerleşkesi, İzmir

² Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

*İlgili yazar / Corresponding author: ypzgunduz@hotmail.com

ORCID: Y.C.G.; 0000-0002-2380-4197, F.Ç.K.; 0000-0002-2159-1706, G.Y.; 0000-0002-5195-4766

Özet

Amaç: Çalışmanın amacı triatlon sporcularının beslenmeye yönelik tutumları ile ilgili ulaşılabilen literatürü incelemek ve bunun sonucunda elde edilen bilgileri yorumlamaktır.

Gereç-Yöntem: Türkiye’de ve Dünya’da 2016-2021 arasında Triatlon sporunda beslenme, beslenme ve tutum ile ilgili alan çalışmaları kapsamlı olarak sistematik analize tabi tutulmuştur. “Triatlon, beslenme ve tutum” kelimeleri ayrı ayrı kullanılarak YÖK Tez, YÖK Akademik, PubMed, Google Akademik, Research Gate ve Dergipark veri tabanlarında taranmıştır.

Bulgular: Tarama sonucunda tüm zamanlarda 11161236 son beş yıl içinde 271679 bilimsel yayına ulaşılmıştır. Bu bilimsel yayınlardan 15 tanesi, çalışmanın konusuyla ilişkili bulunmuş ve bu çalışmalar incelenmiştir. İncelenen 15 tez/makalenin içeriği dikkate alındığında triatlon sporcularının beslenmeye yönelik tutumları ile ilgili çalışmanın olmadığı, çalışmaların konu bazında triatlon, beslenme ve tutum ile ilgili oldukları ancak konunun bütünsel kavramda olmadığı, ilgili çalışmaların değerlendirilmesi sonrası triatlon, beslenme ve tutum konusunda ortak bir fikir birliği olmadığı görülmüştür.

Sonuç: Triatlon sporcularının beslenmeye yönelik tutumunu inceleyen çalışmaların yapılması literatüre katkı sağlayacaktır.

Anahtar Kelimeler: Triatlon, beslenme, tutum.



ADDITUDES TOWARDS NUTRITION OF TRIATHLON ATHLETES: SYSTEMATIC REVIEW

Yusuf Cemal GUNDUZ¹, Fatma CELIK KAYAPINAR², Gulseren YUREKLI²

¹ National Defense University Military Academy, Maltepe Campus, İzmir

² Exercise and Sport Sciences Department, İzmir Demokrasi University, İzmir

*İlgili yazar / Corresponding author: ypzgunduz@hotmail.com

ORCID: Y.C.G.; 0000-0002-2380-4197, F.Ç.K.; 0000-0002-2159-1706, G.Y.; 0000-0002-5195-4766

Abstract

Objectives: The aim of the study is to examine the literature on the attitudes of triathletes towards nutrition and to interpret the information obtained as a result.

Materials-Methods: Studies on nutrition, nutrition and attitude in Triathlon sport between 2016-2021 in Turkey and in the world were subjected to a comprehensive systematic analysis. Using the words "Triathlon, nutrition and attitude" separately, an electronic search was carried out in the databases of YOK Thesis, YOK Academic, PubMed, Google Scholar, Research Gate and Dergipark.

Results: As a result of the search, 11161236 and 271679 scientific publications in the last five years were reached at all times. 15 of these scientific publications were found to be related to the subject of the study and these studies were examined. Considering the content of the 15 theses/articles examined, there is no study on the attitudes of triathlon athletes towards nutrition, the studies are related to triathlon, nutrition and attitude on the basis of subject, but the subject is not in a holistic concept. seen.

Conclusion: Conducting studies examining the attitudes of triathlon athletes towards nutrition will contribute to the literature.

Keywords: Triathlon, nutrition, attitude.



KADINLARDA MENSTRUASYON DÖNEMLERİNDEKİ FİZİKSEL AKTİVİTE ALIŞKANLIKLARININ İNCELENMESİ

Simge CANDAN¹, Fatma ÇELİK KAYAPINAR¹

¹ Spor Bilimleri Bölümü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir
Simge CANDAN: 1808104044@std.idu.edu.tr
ORCID: S.C.: 0000-0002-8500-219X, F.Ç.K.:0000-0002-2159-1706

Özet

Amaç: Araştırmanın amacı genç yetişkin (20-35 yaş aralığı) kadınların menstruasyon dönemlerinde yaşadıkları fizyolojik ve psikolojik değişimlerin günlük hayatlarına yansımaları ve bu değişimlerden kaynaklanan fiziksel aktivite alışkanlıklarının incelenmesidir.

Gereç- Yöntem: Nitel araştırma yönteminde yapılacak çalışmada veriler görüşme tekniği ile elde edilmiştir. Araştırmanın evrenini İzmir’de yaşayan 20-35 yaş aralığında yaklaşık 500 bin kadın oluşturmaktadır. Kartopu örnekleme tekniği işe koşulmuş, üniversite çevresinde uygun koşulları taşıyan kadınlarla yüz yüze görüştüğünden sonra yakın çevrelerinde bulunan ve araştırmaya gönüllü katılabilecek kişi veya kişiler önermeleri istenerek uzaktan görüşmeler yapılmıştır. Katılımcılara yapılandırılmış görüşme formundaki sorulara yanıtlar yüz yüze, telefon ve internet üzerinden elde edilmiştir. Elde edilen verilere yönelik içerik analizi edilerek iki araştırmacının aynı veri setini okumaları sonucunda temalar, kodlar, tanımlar belirlenmiştir. Örnek ifadeler yer verilmesinin yanı sıra, kodlar sayı ve yüzde olarak sunulmuştur. Elde edilen veriler içerik analizine tabi tutularak benzer ve farklı ifadeler tablolar halinde sunulmuştur.

Bulgular: Katılımcıların görüşlerine göre, genç yetişkin (20-35 yaş aralığı) kadınların menstruasyon dönemlerinde yoğun tempolu fiziksel aktivitelerde bulunmanın, menstruasyon dönemlerini rahat geçirmesinde katkı sağladığını belirtmiştir. Katılımcıların menstruasyon dönemlerinde fiziksel aktiviteye karşı genel görüşü olumlu, yoğun fiziksel aktivitelerde bulunmanın menstruasyon dönemlerini rahat geçirmelerinde faydası olduğu yönündedir. Katılımcılar menstruasyon dönemlerinin ortalama veya bitiş günlerinde yoğun fiziksel aktivitelerde bulunmayı tercih ettiğini bildirmişlerdir. Araştırma grubu menstruasyon dönemlerinde hafif yürüyüş, bisiklete binme ve hafif egzersiz yaptıklarını bildirmişlerdir. Araştırma grubu beyanı düzenli olarak fiziksel aktivitelerde bulduklarını ve menstruasyon dönemlerinin fiziksel aktivite alışkanlıklarını etkilemediği yönündedir.

Sonuçlar: Katılımcılar menstruasyon dönemlerinde yoğun tempolu fiziksel aktivitelerde bulunmaya istekli olmadıklarını, yoğun tempolu fiziksel aktiviteler gerçekleştirdikten sonra menstruasyon dönemlerini rahat geçirdiklerini bildirmişlerdir.

Anahtar Kelimeler: Menstruasyon, 20-35 yaş, kadınlar, fiziksel aktivite alışkanlıkları



ELİT TAEKWONDO SPORCULARININ SPORA OLAN BAĞLILIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

İsmet BEGEÇ¹, Güçlü ÖZEN¹

¹ Sağlık Bilimleri Fakültesi, Spor bilimleri, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

İsmet BEGEÇ: 1808106016@idu.edu.tr

ORCID: ¹0000-0003-1892-8440

Özet

Amaç: Bu çalışmanın amacı müsabık Taekwondo sporcularının spora bağlılık düzeylerini incelemektir.

Gereç- Yöntem: Çalışmaya 2021-2022 sezonunda İzmir ilinde vizeli lisans sahibi 189 sporcu, gönüllü olarak katılmıştır. Veri toplama aracı olarak araştırmacı tarafında oluşturulan demografik sorular ve ve Gullien, F., Alvarado, J.R.M. (2014) tarafından geliştirilen ve Sırgancı, Ilgar ve Cihan (2019) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan "Spora Bağlılık Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS-26 istatistik paket programı kullanılmıştır.

Bulgular: Testlerde cinsiyet, -sakatlık geçmişi ve milli sporcu durumu ile egzersiz bağımlılığı düzeyi arasındaki farkı belirleyebilmek t-testi, spor yapma yılı, yaş, eğitim durumu ile egzersiz bağımlılığı düzeyi arasındaki farkı belirleyebilmek için Kruskal Wallis-H testi kullanılmıştır. Analizlerde anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak belirlenmiştir. Katılımcıların eğitim durumu bağımsız değişkeninin bağlılık alt boyutunda istatistiki olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. Cinsiyet, spor yapma yılı, milli sporcu durumu, yaş, sakatlık geçirme durum, değişkenleri açısından egzersiz bağımlılığı ölçeği alt boyutlarında istatistiki olarak anlamlı fark tespit edilmemiştir ($p > 0,05$).

Sonuçlar: Sonuç olarak; Taekwondo sporcularına yönlendirilen demografik bilgilerine göre üç alt boyuttan oluşan spor bağlılık ölçeğinin (adanma, içselleştirme, zinde olma) Taekwondo sporcularının spora bağlılık seviyesinin yüksek olduğu belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Taekwondo, spor, spor bağımlılığı



EXAMINING THE LEVEL OF COMMITMENT TO SPORTS OF ELITE TAEKWONDO PLAYERS

Güçlü ÖZEN¹, İsmet BEGEÇ¹

¹ Sağlık Bilimleri Fakültesi, Spor bilimleri, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir

İsmet BEGEÇ: 1808106016@idu.edu.tr

ORCID: ¹0000-0003-1892-8440

Abstract

Objectives: The aim of this study is to examine the sports commitment levels of the competing Taekwondo athletes.

Materials - Methods: In the 2021-2022 season, 189 athletes with visa licenses in İzmir participated voluntarily. Demographic questions created by the researcher as a data collection tool and and By Gullien, F., Alvarado, JRM (2014) "Sports" , which was developed and adapted into Turkish by Sirgancı, Ilgar, and Cihan (2019). Loyalty Scale" was used. SPSS-26 statistical package program was used in the analysis of the data.

Results: In the tests, the t -test was used to determine the difference between gender, injury history, national athlete status and the level of exercise addiction, and the Kruskal Wallis-H test was used to determine the difference between the year of doing sports, age, education status and the level of exercise addiction. The level of significance in the analyzes was determined as $p < 0.05$. A statistically significant difference was found in the commitment sub-dimension of the participants' educational status independent variable. No statistically significant difference was found in the sub-dimensions of the exercise addiction scale in terms of gender, year of doing sports, national athlete status, age, injury status, variables ($p > 0.05$).

Conclusions: As a result; According to the demographic information directed to Taekwondo athletes, it was determined that the sports commitment scale, which consists of three sub-dimensions (dedication, internalization, vitality), has a high level of commitment to sports of Taekwondo athletes.

Key Words: Taekwondo, sports, sports commitment



ÖZEL BİR FİTNESS MERKEZİ TÜKETİCİLERİNİN MOTİVASYON DÜZEYLERİNİN ARAŞTIRILMASI

Özgür YILDIZ¹, Güçlü ÖZEN¹

¹ Sağlık Bilimleri Fakültesi, Spor bilimleri, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir
Özgür Yıldız: 1808104028@idu.edu.tr

Özet

Amaç: çalışmanın amacı özel bir fitness merkezi tüketicilerinin motivasyon düzeylerinin araştırılması

Gereç- Yöntem: Bu çalışmada; nicel araştırma yaklaşımı içerisinde yer alan tarama metodu kullanılmıştır. Bu çalışmaya %54,5 erkek %45,5 kadın toplam 112 denek katılmıştır. Çalışmada veri toplama aracı olarak üyelerin motivasyon düzeylerini anlamak için Demir ve Cicioğlu, (2018) tarafından gerçekleştirilen fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu ölçeği (fakmö) kullanılmıştır. Açıklayıcı faktör analizi sonucunda, 16 madde ve 3 alt boyuttan oluştuğu tespit edilen form, toplam varyansın %54,69'unu açıklamaktadır. Yapılan DFA sonucunda da uyum indeks değerlerine bakılmış ve 16 maddeden oluşan ölçeğin 3 faktörlü yapısının bir model olarak doğrulandığı görülmüştür. Yapılan normallik testlerin de grup homojen dağılmadığından dolayı non-parametrik testlerin uygulanması kararlaştırılmıştır.

Bulgular: Cinsiyet bağımsız değişkeni için Mann Whitney-U testi yapılmış ve bireysel nedenler alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur. Sıra ortalamaları incelendiğinde erkeklerin daha yüksek bireysel katılım motivasyonuna sahip olduğu söylenebilir. Salon kullanım bağımsız değişkeni için Kruskal Wallis testi yapılmış ve bireysel nedenler, çevresel nedenler ve toplam puanlar açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur. Farkın kaynağı için yapılan post hoc analizine göre salonu genel kullananların grup derslerine katılanlara göre daha motive oldukları belirlenmiştir. Memnuniyet bağımsız değişkeni için Kruskal Wallis testi yapılmış ve bireysel nedenler, çevresel nedenler ve toplam puanlar açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur. Farkın kaynağı için yapılan Post Hoc analizine göre memnuniyet seviyesinin artması fiziksel aktiviteye katılım motivasyonunu arttırdığı belirlenmiştir.

Sonuçlar: Erkeklerin daha yüksek bireysel katılım motivasyonuna sahip olduğu, salonu genel kullananların grup derslerine katılanlara göre daha motive oldukları bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Fitness, memnuniyet, motivasyon



INVESTIGATION OF MOTIVATION LEVEL OF AN EXCLUSIVE FITNESS CENTER'S CONSUMER

Özgür YILDIZ¹, Güçlü ÖZEN¹

¹ Sağlık Bilimleri Fakültesi, Spor bilimleri, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir
Özgür Yıldız: 1808104028@idu.edu.tr

Abstract

Objectives: Investigation of motivation level of an exclusive fitness center's consumer

Materials - Methods: In this study; The screening method, which is included in the quantitative research approach, was used. A total of 112 subjects, 54.5% male and 45.5% female, participated in this study. In this study, as a data collection tool, the motivation scale to participate in physical activity (FAKÖ) performed by Demir and Cicioğlu, (2018) to understand the motivation level of the members. As a result of the exploratory factor analysis, the form, which was determined to consist of 16 items and 3 sub-dimensions, explains 54.69% of the total variance. As a result of CFA, fit index values were examined and it was seen that the 3-factor structure of the 16-item scale was confirmed as a model. Since the group was not homogeneously distributed in the normality tests, it was decided to apply non-parametric tests.

Results:The Mann Whitney-U test was performed for the gender independent variable and a statistically significant difference was found in the individual reasons sub-dimension. When the mean rank is examined, it can be said that men have higher individual participation motivation. Kruskal Wallis test was performed for the independent variable of living room use and statistically significant difference was found in terms of individual reasons, environmental reasons and total scores. According to the post Hoc analysis for the source of the difference, it was determined that those who use the hall in general are more motivated than those who attend group lessons. Kruskal Wallis test was performed for the independent variable of satisfaction and statistically significant difference was found in terms of individual reasons, environmental reasons and total scores. According to the Post Hoc analysis for the source of the difference, it was determined that the increase in the level of satisfaction increased the motivation to participate in physical activity.

Conclusions: It has been found that men have higher individual participation motivation, and those who use the hall in general are more motivated than those who attend group lessons.

Key Words: Fitness, satisfaction, motivation



YB/S-1

DİJİTAL TEKNOLOJİLERİN YAŞLI SAĞLIĞINA ETKİLERİ

Mehmet Ali Şener¹, Zeynep Sofuoğlu²

¹ Yüksek Lisans Öğrencisi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yaşlı Sağlığı Tezli YL. Bölümü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir, Türkiye, mehmetalisen627@gmail.com

² Doç.Dr., İzmir Demokrasi Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı Anabilim Dalı, İzmir, Türkiye,

*İlgili yazar / Corresponding author: mehmetalisen627@gmail.com

ORCID: 0000-0002-2491-905X

Özet

Amaç: Tüm dünyada olduğu gibi ülkemizde de yaşlı nüfus giderek artmakta, bir yandan dijital teknolojiler her yeri kuşatırken diğer taraftan nüfus hızla yaşlanmaktadır. Nüfus projeksiyonlarına göre yaşlı nüfus oranının 2025 yılında %11,0, 2030 yılında %12,9, 2040 yılında %16,3, 2060 yılında %22,6 ve 2080 yılında %25,6 olacağı öngörülmektedir. teknoloji ve onun hayatımıza kattığı yeni nesil iletişim araçları insanlıkla birlikte yaşayan paralel bir dünyanın aktörüdür. En az gençler kadar yaşlıların da bu teknolojileri kullanabilmeleri, yaşamlarını anlamlandırmaları bakımından önem arz etmektedir. Yeni iletişim teknolojilerinin toplumlar üzerindeki etkilerini açıklayan kavramların yanında birey temelli etkileri açıklamak için de öne sürülen yaşa bağlı bir kategorilendirme olan “dijital yerli” ve “dijital göçmen” kavramları ortaya çıkmıştır. Kişilerin bilinç ve bilgi düzeyinin artması ile birlikte sağlık durumlarını izleme isteği, acil durumlarda özellikle kırsal alanda veya yalnız yaşayan kişilere ulaşabilme gerekliliği, doktorların hastalarını hastane dışında da takip etme isteği ile birlikte bu ihtiyaç artmıştır. Dijital sağlık kavramı; sağlık uygulamalarının hizmet kalitesini geliştirerek, daha verimli hale getirilmesi sonucu toplumun yararına sunmak için kullanılmaktadır. Toplum 5.0 kavramı da dijitalleşen teknolojinin toplum yararına kullanılması mantığına dayanmaktadır. Toplum 5.0 ile birlikte Hasta+Doktor+Makinelerden (Patient-Doctor-Machine, PDM) oluşan yeni sağlık takımı ya da akıllı sağlık kavramı ortaya çıkmıştır. Bu kavram ile kişiler giyilebilir cihazlar ya da mobil uygulamaları kullanarak kendi sağlıklarını yönetmeyi hedeflemektedirler. Bireysel ölçüm ve giyilebilir teknoloji aracılığıyla hastalar ve hizmet sunucuları, bireyin kapsamlı bir resmini oluşturmak için birçok araçtan veri sağlayabilir hale gelecektir. Bu nedenle gelecekte giyilebilir teknolojinin gönüllü kullanımının artacağı ve sağlık hizmet sunucuları tarafından da tedavi ve takip amaçlı kullanımının teşvik edileceği öngörülmektedir. Gelişmiş farkındalık, kendini yönetme ve önleme stratejilerine dayanan bu yeni hekim-hasta ortaklığının eski paternalistik yaklaşımın yerini alması beklenmektedir. Bu çalışma dijital teknolojilerin sağlığın korunması ve sürdürülmesindeki etkilerini tespit etmek amacıyla yapılmıştır.

Gereç- Yöntem: Çalışmamız dijital teknolojilerin yaşlı sağlığına etkileri hakkında yapılan araştırmalar ve makaleler araştırılarak oluşturulmuştur.

Bulgular: Her geçen gün artan yaşlı nüfusunun sağlıklı bir yaşam sürdürebilmeleri için dijital teknolojilerin önemi her geçen gün artmaktadır. Özellikle pandemi sürecinde yalnızlaşan ve sosyal izolasyon ile toplumdan uzaklaşan yaşlıların bu dijital teknolojileri gençler kadar aktif şekilde kullanarak sağlıklarını kontrol edebileceklerini ve teknoloji yardımıyla sağlıklı bir yaşam sürdürebileceklerini öğrenmeleri ve onlara dijital teknolojiler ile ilgili eğitimlerin verilmesi önem kazanmıştır.

Sonuçlar: Dijital teknolojilerin kullanımı sadece hayati durumlarda önemli olmayıp, sağlıklı yaşam sürdürmede de oldukça önemli bir etkidir.

Anahtar Kelimeler: Teknoloji, yaşlı, dijital göçmen, dijital yerli, sağlık



EFFECTS OF DIGITAL TECHNOLOGIES ON ELDERLY HEALTH

Mehmet Ali Şener¹, Zeynep Sofuoğlu²

¹ Graduate Student, Health Sciences Institute, Elderly Health Izmir Demokrasi Univesity, Izmir

² Assoc. Prof. Dr. Faculty Of Medicine. Department Of Public Health Izmir Demokrasi Univesity, Izmir

* İlgili yazar / Corresponding author: mehmetalisen627@gmail.com

ORCID: 0000-0002-2491-905X

Abstract

Objectives: As in the whole world, the elderly population is increasing in our country. According to population projections, it is predicted that the proportion of elderly population will be 11.0% in 2025, 12.9% in 2030, 16.3% in 2040, 22.6% in 2060 and 25.6% in 2080. Technology and the new generation communication tools it adds to our lives are the actors of a parallel world living with humanity. It is important that at least the young as well as the old can use these technologies and make sense of their lives. In addition to the concepts that explain the effects of new communication technologies on societies, the concepts of "digital native" and "digital immigrant", which are an age-related categorization put forward to explain individual-based effects, have emerged. With the increase in people's awareness and knowledge, this need has increased with the desire to monitor their health status, the necessity of reaching people living in rural areas or alone in emergency situations, and the desire of doctors to follow their patients outside the hospital. The concept of digital health; It is used to improve the service quality of health applications and to provide them to the benefit of the society as a result of making them more efficient. The concept of Society 5.0 is based on the logic of using digitalized technology for the benefit of society. With Society 5.0, the concept of smart health or a new healthcare team consisting of Patient + Doctor + Machines (Patient-Doctor-Machine, PDM) has emerged. With this concept, people aim to manage their own health using wearable devices or mobile applications. Through individual measurement and wearable technology, patients and providers will be able to provide data from many tools to build a comprehensive picture of the individual. For this reason, it is foreseen that the voluntary use of wearable technology will increase in the future and its use for treatment and follow-up purposes will be encouraged by healthcare providers. Based on improved awareness, self-management and prevention strategies, this new physician-patient partnership is expected to replace the old paternalistic approach. This study was conducted to determine the effects of digital technologies on the protection and maintenance of health.

Materials - Methods: Our study was created by researching researches and articles about the effects of digital technologies on elderly health.

Results: The importance of digital technologies is increasing day by day so that the elderly population, which is increasing day by day, can lead a healthy life. In particular, it has become important for the elderly, who have become lonely during the pandemic process and distanced themselves from the society with social isolation, to learn that they can control their health and lead a healthy life with the help of technology by using these digital technologies as actively as young people, and to provide them with training on digital technologies.

Conclusions: The use of digital technologies is not only important in vital situations, but also a very important factor in maintaining a healthy life.

Key Words: Technology, elderly, digital native, digital immigrant, health



YB/S-2

YAŞLILARDA VENÖZ TROMBOEMBOLİ ÖNLENMESİ VE BAKIMI

Rabia Çetin¹, Hale Turhan Damar²

1 İzmir Demokrasi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yaşlı Sağlığı Yüksek Lisans Öğrencisi

2 İzmir Demokrasi Üniversitesi, Yaşlı Bakım Programı

Özet

Amaç: Yaşlılarda venöz tromboemboli önlenmesi ve bakımı hakkında yapılmış araştırmalar ile literatür oluşturmaktır.

Gereç-Yöntem: Yaşlı, Venöz Tromboemboli ve bakım kelimeleri ile ilgili yapılan taramada ulaşılan yayınlar taranmış ve sonuçlar özetlenmiştir.

Bulgular: Venöz tromboemboli, derin ven trombozu ve pulmoner emboli klinik tablonun farklı evreleri olarak değerlendirilmektedir. Dünyada vasküler hastalıklara bağlı ölümlerin en yaygın 3. nedenidir. Venöz tromboemboli insidansı yaşa göre incelendiğinde 40 yaşın altındaki bireylerde 10000'de 1 oranında iken, 60 yaşın üzerindeki bireylerde bu oran 100'de 1'e kadar yükselmektedir. Pulmoner emboli insidansı yaşla giderek artmaktadır. Yıllık pulmoner emboli sıklığı 65 ve 69 yaşları arasında %1.8, 85 ve 89 yaşları arasında %3.1 oranında bildirilmiştir. Pulmoner emboli genel popülasyonda ölüm nedenlerinin % 3-6 sini oluştururken bu oran yaşlılarda 4 kat artmakta ve % 12 ye ulaşmaktadır. Venöz tromboemboli değerlendirilmesinde Autar ve Caprini gibi ölçekler kullanılmaktadır. Ancak yaşlılara özgü risk değerlendirme ölçekleri bulunmamaktadır. Venöz tromboemboliyi önlemek en önemli girişimlerden biridir. Literatürde kanıta dayalı rehberler venöz tromboemboliyi önlemede yetişkinlerde kullanılan önerilerin yaşlılar için kullanılabileceği ve dikkat edilmesi vurgulanmaktadır. Yetişkinlerde kanıta dayalı rehberler; farmakolojik ve mekanik profilaksisi önerilmektedir. Venöz tromboemboli riski yüksek hastalarda en güçlü ve etkin önleme yöntemi antikoagülan ilaçlar ile yapılan farmakolojik profilaksidir. Düşük molekül ağırlıklı heparin, Standart heparin, Varfarin, Fondaparinux, yeni oral antikoagülanlar (YOAK) gibi farmakolojik profilaksi ajanları risk faktörleri dikkate alınarak kullanılabilir. Mekanik Profilaksi; antiembolik çorap ve pnömatik kompresyon cihazlarının kullanıldığı profilaksi yöntemidir. Bu cihazlar, kanı yüzeysel venlerden derin venlere yönlendirerek, derin venlerdeki kan hacmini ve akım hızını arttırmak yolu ile venöz stazı azaltır. Mekanik yöntemlerin, hastanın hareketlerini kısıtlamak, cilt sorunları oluşturmak gibi komplikasyonları da vardır.

Sonuçlar: Yöntem seçiminde hasta uyumu dikkate alınmalı ve kullanım konusunda hastalar eğitilmelidirler. Rehberler hastaların ameliyat durumuna, yaşına ve mevcut hastalıklarına yönelik önerilerde bulunmaktadır. Hemşirelerin venöz tromboemboli önleme ve tedavisinde oynadığı rol büyüktür. Venöz tromboemboli alınacak önlemlerle ve ekip çalışmasıyla büyük oranda engellenebilir.

Anahtar Kelimeler: Yaşlı, venöz tromboemboli, derin ven trombozu, pulmoner emboli



YB/S-3

YAŞLILARDA ÜRİNER SİSTEM ENFEKSİYONLARI VE HEMŞİRELİK BAKIMI

Bengü Cebeci¹, Gül Bülbül Maraş¹

Özet

Yaşlılık olağan ve kaçınılmaz bir süreç olup, herhangi bir hastalık olmaksızın ortaya çıkan anatomik yapı ve fiziksel işlev değişikliğidir. Türkiye’de özellikle son 20 yılda yaşlı nüfus oranında daha hızlı bir artış meydana gelmiştir. Tanı, tedavi yöntemlerindeki ilerlemelere karşın, yaşlılarda gelişen sağlık hizmeti ilişkili enfeksiyonlar hastaneye yatışın ve ölümlerin en sık sebepleri arasındadır. Üriner sistem enfeksiyonları (ÜSE), özellikle hastanede ve bakım evinde kalan yaşlılarda yaygın görülen sağlık hizmeti ilişkili enfeksiyonlarından biridir. Yaşlı bireylerde ÜSE’nin klinik belirti ve bulguları yaşa bağlı özellikler nedeniyle maskelenebilmektedir. Mental durum bozukluğu, mesane atonisi, perine kaslarında zayıflama, idrar inkontinansı, idrar kateteri kullanımı ve perine bakımının yanlış yapılması ÜSE için risk faktörleri arasındadır. Bu hasta grubunda gelişen ÜSE’leri; bakteriyemi, sistemik antimikrobiyal tedavi ihtiyacı, hastaneye yatış, azalmış fonksiyonel durum, ürosepsis ve hatta ölümün önde gelen nedenidir. Yaşlılarda ÜSE’lerinin tanı, tedavi ve takibi dikkat gerektiren karmaşık bir süreçtir. Akılcı antibiyotik tedavisinin yanında doğru endikasyonda, yeterli süre ve dozda tedavinin yaşlı bireylere en kısa sürede uygulanması gereklidir. Hemşirelerin yaşlılarda gelişebilecek ÜSE’nin belirti ve bulguların takibi, hastanın bakımı konusunda anahtar rolü oynarlar. Özellikle; idrar kateteri olan, inkontinansı olan, diabetes mellitusu olan, ilaç kullanan, bağışıklık sistemi baskılanmış bilişsel bozukluğu olan yaşlılarda dikkatli bir değerlendirme yapılmalıdır. Hasta bakımında asepsi ilkelerine ciddi bir şekilde uyulmasının yanı sıra, hastanın enfeksiyon belirtileri yönünden izlenmesi de önemlidir. Ayrıca hastanın yaşam bulguları yakından takip edilmedir. Hemşire, hasta ve yakınlarına hastanın bol su içmesi ve ilaçlarını zamanında ve uygun dozda kullanmasının önemi, perinenin önden arkaya temizlenmesi, idrarı geldiğinde tutmaması gerektiği konusunda eğitimler vermelidir.

Sonuçlar: Sonuç olarak, yaşlı bireylerde yaygın görülen ÜSE konusunda hemşirelerin farkındalıklarının yüksek olması hastalığın gelişiminin önlenmesi ve bakımda kaliteyi arttıracak düşünülmemektedir.

Anahtar Kelimeler: Yaşlılık, üriner sistem enfeksiyonları, hemşirelik bakımı



YAŞLI BİREYLERİN İLETİŞİM SORUNLARI

Fulya Kandemir Durhan¹, Mehmet Ali Şener²

¹ Yüksek Lisans Öğrencisi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sağlık Hizmetlerinde İletişim Tezsiz YL. Bölümü, Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Manisa, Türkiye, fulyakandemirdurhan@gmail.com

² Yüksek Lisans Öğrencisi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yaşlı Sağlığı Tezli YL. Bölümü, İzmir Demokrasi Üniversitesi, İzmir, Türkiye, mehmetalisener627@gmail.com

*İlgili yazar / Corresponding author: mehmetalisener627@gmail.com

ORCID: 0000-0002-2491-905X

Özet

Amaç: Birleşmiş Milletler'in yapmış olduğu araştırmalara göre 60 yaş ve üzeri 1 milyardan fazla insan yaşamakta ve bunların çoğu da düşük ve orta gelirli ülkelerde hayatlarını sürdürmeye çalışmaktadır. BM tahminlerine göre, küresel nüfus içinde yaşlı nüfus oranı iki kattan fazla artacak ve 2050'de 65 yaş üzerindeki nüfus 1,5 milyarı aşacaktır. Yaşlanan dünya nüfusunda yaşlılarda iletişim, biyolojik ve psikolojik rahatsızlıklara ve yetersizliğe bağlı olarak azalabilir. Bu sebeple yaşlılar ile iletişim kurarken daha dikkatli olunmalı ve rahatsızlıkları varsa göz ardı edilmemelidir. Yaşlılık döneminde, yaşlı bireylerin yalnızlık ve sosyal dışlanmaya maruz kalarak toplumsal sosyal uyum sorunları yaşadıkları görülmektedir. Bu da yaşlıların toplumsal yapıda meydana gelen hızlı değişimlere ayak uydurmakta zorluk çeken bir grup olduğunu göstermektedir. Yaşlıların maruz kaldığı en önemli toplumsal iletişim sorunlarından bir tanesi "kuşaklararası çatışma" sorunudur. Kuşaklararası çatışma, hızlı toplumsal değişim ve kentleşme sürecinin sonuçlarından biri olarak, "yaşlı-genç görüşleri ve değer yargıları" arasında ortaya çıkan farklılaşmadır. Uyum teorisine göre her yaş grubu kendi yaş grubundaki kişilerle iletişim kurmaya daha eğilimlidir. Genç yetişkinler, farklı yaş gruplarıyla kurdukları iletişimleri daha memnuniyetsiz ve kendi aralarındaki konuşmalara nazaran daha az tatmin edici bulmaktadırlar. Yaşlılarla ilgili önyargılar ve ölüm kaygısı gençleri yaşlılara yönelik olumsuz davranışlara yöneltebilir. Yani yaşlıları ölümle ilişkilendirme eğilimi nedeniyle gençler yaşlılardan uzaklaşarak, yaş ve yaşlı ayırıcı davranışlar sergileyebilir. Pandemi süreci ile birlikte yaşlı bireyler toplumdan daha da soyutlanmış, toplumla olan iletişimleri kapanma dönemleri ile birlikte iyice azalmış bu da yaşlı bireylerde kaygıya ve bazı psikolojik rahatsızlıklara sebep olmuştur. Ancak yaş grupları arasındaki etkileşim ve kuşaklar arası dayanışma sayesinde yaşlılık önyargıları ve yaşlı ayırıcılığı azalabilir bu da iletişimi olum etkileyecektir. Sosyal uyumu ve toplumsal iletişimi geliştirecek çalışmalar yapılarak bu çalışmalar toplumun her kademesinde yaygınlaştırılabilir. Yeni iletişim teknolojileri ile yaşlıların yaşamış oldukları toplumsal iletişim problemleri bir nebze olsun azalmış, tüm bu gelişmelerin yaşlı bireylerin sosyalleşmesi ve iletişimlerine olumlu yönden de etkileri olmuştur. Bu çalışma yaşlıların toplumsal iletişim sorunlarını tespit etmek ve çözüm yöntemlerini gösterebilmek amacıyla yapılmıştır.

Gereç- Yöntem: Çalışmamız yaşlıların toplumsal iletişim sorunları hakkında yapılan makaleler araştırılarak oluşturulmuştur.

Sonuçlar: Her geçen gün artan yaşlı nüfusunun sağlıklı bir yaşam sürdürebilmesi için fiziksel sağlık kadar ruhsal sağlıkta önemli bir yer tutmaktadır. Her geçen gün daha da artan toplum yalnızlığı özellikle yaşlı bireyleri daha fazla etkilemiş pandemi sürecinin de etkisiyle bu da toplumsal iletişimlerinde önemli bir sorun oluşturmuştur. Ancak sorunların tespit edilmesi ve bu sorunlara karşı alınabilecek önlemler bu konuda bir yol haritası oluşturacak. Özellikle iletişimin artması ve toplumsal yalnızlığın giderilmesi ile birlikte yaşlı bireylerin ruhsal sağlıkları da önemli ölçüde olumlu yönde etkilenecektir.

Anahtar Kelimeler: Toplum, yaşlı, iletişim, sorun, pandemi



COMMUNICATION PROBLEMS OF ELDERLY INDIVIDUALS

Fulya Kandemir Durhan¹, Mehmet Ali Şener²

¹ Graduate Student, Health Sciences Institute, Elderly Health İzmir Demokrasi University, İzmir

² Graduate Student, Health Sciences Institute, MA in Communication in Health Services, Celal Bayar University, Manisa

* İlgili yazar / Corresponding author: mehmetalisen627@gmail.com

ORCID: 0000-0002-2491-905X

Abstract

Objectives: According to research conducted by the United Nations, more than 1 billion people aged 60 and over live in low- and middle-income countries, most of whom are trying to survive in low- and middle-income countries. According to UN estimates, the proportion of the elderly population in the global population will more than double, and by 2050 the population over the age of 65 will exceed 1.5 billion. Communication in the elderly in the aging world population may decrease due to biological and psychological disorders and inadequacy. For this reason, more care should be taken when communicating with the elderly and if they have disorders, they should not be ignored. During old age, it is seen that elderly individuals experience social adaptation problems with society by being exposed to loneliness and social exclusion. This shows that the elderly are a group that has difficulty in keeping up with the rapid changes in the social structure. One of the most important social communication problems that the elderly are exposed to is the problem of "intergenerational conflict". Intergenerational conflict, as one of the results of the rapid social change and urbanization process, is the differentiation that emerges between "old-young views and value judgments". According to the theory of adaptation, each age group is more inclined to communicate with people in their age group. Young adults find their interactions with different age groups more dissatisfied and less satisfying than conversations among themselves. Prejudices about the elderly and anxiety about death can lead young people to negative behaviors towards the elderly. In other words, due to the tendency to associate the elderly with death, young people can move away from the elderly and exhibit discriminatory behaviors between the elderly and the elderly. With the pandemic process, elderly individuals have become more isolated from society, their communication with the society has decreased with the closure periods, which has caused anxiety and some psychological disorders in elderly individuals. However, thanks to the interaction between age groups and intergenerational solidarity, old age prejudices and elderly discrimination can be reduced, which will positively affect communication. By carrying out studies to improve social cohesion and social communication, these studies can be spread at all levels of society. With the new communication technologies, the social communication problems experienced by the elderly have decreased to a certain extent, and all these developments have had positive effects on the socialization and communication of elderly individuals. This study was conducted in order to identify the social communication problems of the elderly and to show the solution methods.

Materials - Methods: Our study was created by researching articles on social communication problems of the elderly.

Conclusions: It has an important place in mental health as well as physical health in order for the increasing elderly population to maintain a healthy life. The increasing social loneliness has affected especially the elderly individuals more and more, and this has created an important problem in their social communication with the effect of the pandemic process. However, identifying the problems and the measures that can be taken against these problems will create a road map in this regard. Especially with the increase in communication and the elimination of social loneliness, the mental health of elderly individuals will be significantly positively affected.

Key Words: Society, seniors, communication, problem, pandemic