



**KAZAKİSTAN VE TÜRKiYE’DEKİ ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN
HERKES İÇİN SPORLA İLGİLİ FARKINDALIK DÜZEYLERİ İLE
YAŞAM KALİTESİ DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN
ARAŞTIRILMASI**

Baglan YERMAKHANOV

**DOKTORA TEZİ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI**

**GAZİ ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

TEMMUZ 2021

ETİK BEYAN

Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Tez Yazım Kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmada;

- Tez içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- Tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu,
- Tez çalışmada yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi,
- Kullanılan verilerde herhangi bir değişiklik yapmadığımı,
- Bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu,

bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim.

Baglan YERMAKHOV

26/07/2021

KAZAKİSTAN VE TÜRKİYE’DEKİ ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN HERKES İÇİN SPORLA İLGİLİ FARKINDALIK DÜZEYERİ İLE YAŞAM KALİTESİ DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN ARAŞTIRILMASI

Doktora Tezi

Baglan YERMAKHANOV

GAZİ ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

Temmuz, 2021

ÖZET

Bu araştırmanın amacı Kazakistan ve Türkiye’de öğrenim gören Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri öğrencilerinin Herkes İçin Spor farkındalığı ile Yaşam Kalitesi düzeylerini belirlemektir. Bu amaçla üniversite öğrencilerinin herkes için spor kavramı hakkındaki görüşlerini ve yaşam kalitesi düzeylerinin nasıl olduğunu betimlemek amacıyla tarama modeli kullanılmıştır. Araştırma; tarama modelleri içinde yer alan, iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını belirlemeyi amaçlayan ilişkisel tarama modeline göre tasarlanmıştır. Araştırma örneklemini spor bilimleri fakülteleri ve yüksekokullarında öğrenim gören Kazakistan’dan 689, Türkiye’den 701 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Veri toplama amacıyla yaş, cinsiyet, medeni durum ve sınıf seviyesi değişkenlerinin yer aldığı demografik bilgi formu, “Yaşam Kalitesi ölçeği”, araştırmacı tarafından hazırlanmış olan “Herkes İçin Spor Farkındalığı Anketi” ve Doktora tezi kapsamında Kazak dilinde ilk olarak araştırmacı B. Yermakhanov ve ark. (2021), tarafından geliştirilen “Yaşam Kalitesi Ölçeği” (Kazakça versiyonu) kullanılmıştır. Verilerin analizinde hangi testlerin kullanılacağına karar verilebilmesi amacıyla normallik testi yapılmış ve verilerin normal dağılması sebebiyle veri analizinde parametrik olmayan testlerden Mann Whitney-U, Kruskal Wallis-H ve Spearman Rank Korelasyon katsayısı kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre Kazakistan ve Türkiye’de öğrenim gören Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri öğrencilerinin herkes için spor farkındalıklarının yüksek olduğu saptanmıştır. Araştırma sonuçları herkes için spor ile yaş değişkeni açısından Kazakistan’da öğrenim gören öğrenciler açısından anlamlı bir fark bulunmazken, Türkiye’de öğrenim gören öğrenciler için 18-20 yaş aralığında anlamlı fark tespit edilmiştir. Aynı şekilde herkes için spor ile cinsiyet değişkeni açısından değerlendirme yapıldığında Kazakistan’da öğrenim gören öğrenciler açısından anlamlı bir fark bulunmazken, Türkiye’de öğrenim gören öğrenciler için erkek öğrenciler açısından anlamlı bir fark bulunmuştur. Herkes için spor ile medeni durum değişkeni arasındaki ilişkiye bakıldığında her iki ülke öğrencileri içinde evli ya da ilişkisi olmanın herkes için spor farkındalığını artırdığı söylenebilir. Ayrıca araştırma sonuçlarına göre Kazakistan ve Türkiye’de öğrenim gören Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri öğrencilerinin yaşam kalitesi düzeylerinin yüksek olduğu görülmüştür. Yaşam kalitesi ile cinsiyet arasındaki ilişkiye bakıldığında iki ülke öğrencileri açısından farklı sonuçlar elde edilmiştir. Yaşam kalitesi ile yaş arasındaki ilişkide ise yaşın ilerlemesi ile birlikte yaşam kalitesi beklentisinin arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Yaşam kalitesi ile medeni durum değişkeni arasındaki ilişkiye bakıldığında her iki ülke öğrencileri içinde evli ya da ilişkisi olmasının yaşam kalitesi motivasyonunu arttırdığı sonuna ulaşılmıştır. Ayrıca genel olarak yaşam kalitesi düzeyinin artması ile herkes için spor farkındalığı arasında pozitif ilişki görülmüştür. Kazakistan ve Türkiye’de öğrenim gören öğrencilerin yaşam kalite düzeyleri karşılaştırıldığında Türkiye’de öğrenim gören öğrencilerin yaşam kalitesi düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Bilim Kodu : 1301
Anahtar Kelimeler : Herkes için spor, yaşam kalitesi, spor.
Sayfa Adedi : 93
Danışman : Prof. Dr. Erdal ZORBA
İkinci Danışman : Prof. Dr. Mutlu TÜRKMEN

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN SPORT FOR ALL AWARENESS LEVEL AND LIFE QUALITY LEVEL OF UNIVERSITY STUDENTS IN KAZAKHSTAN AND TURKEY

Ph.D. Thesis

Baglan YERMAKHANOV

GAZİ UNIVERSITY

GRADUATE SCHOOL OF HEALTH SCIENCES

July, 2021

ABSTRACT

The aim of this study is to determine the Sport for All awareness and Quality of Life levels of Physical Education and Sport Sciences students studying in Kazakhstan and Turkey. For this purpose, survey model was used to describe the views of university students about the concept of sports for everyone and their level of quality of life. This study was designed according to the relational survey model, which is included in the survey model to determine whether there is covariance between two or more variables. The study sample included 689 university students from Kazakhstan and 701 university students from Turkey who are studying at faculties of sports sciences and colleges. Demographic information forms including age, gender, marital status and class level variables, Quality of Life scale, Sports for All questionnaire that was developed within the scope of the thesis and the Kazakh version of the Quality of Life scale that was first developed by B. Yermakhanov et al. (2021) were used for data collection. In order to determine which tests to use in the data analysis, normality tests were performed, and since the data were not normally distributed, non-parametric tests Mann Whitney-U, Kruskal Wallis-H and Spearman rank correlation coefficients were used in the data analysis. Based on the results of the study, it was determined that physical education and sports science students studying in Kazakhstan and Turkey had a high awareness of sports for everyone. The results showed that there were no significant differences in the variables of sports for everyone and age for each individual among students studying in Kazakhstan, while there were significant differences among students studying in Turkey between the ages of 18-20. Similarly, when assessed in terms of sports for everyone and gender, there were no significant differences found among students studying in Kazakhstan, but there were significant differences found among male students studying in Turkey. Considering the relationship between sports for everyone and variables of marital status, it can be said that getting married or having a relationship between students in the two countries increased everyone's awareness of sports. In addition, according to the results of the study, the quality of life of Physical Education and Sports Science students studying in Kazakhstan and Turkey were high. Considering the relationship between quality of life and gender, students in the two countries got different results. In the relationship between quality of life and age, it was concluded that people's expectations of quality of life increased with age. When examining the relationship between quality of life and marital status variables, it was concluded that being married or in a relationship increased students' motivation to pursue quality of life in both countries. In addition, a positive correlation was observed between the improvement of the quality of life levels and the awareness of sports for everyone. When the quality of life of students studying in Kazakhstan and Turkey was compared, it was determined that the quality of life of students studying in Turkey was higher than Kazakhstan than Kazakhstan.

Science Code : 1301
Key Words : Sport for all, quality of life, sports.
Page Number : 93
Supervisor : Prof. Dr. Erdal ZORBA
Co-Supervisor : Prof. Dr. Mutlu TÜRKMEN

TEŞEKKÜR

Doktora aşamasında her türlü desteği ve akademik katkıyı sağlayan değerli hocam ve tez danışmanım Prof. Dr. Erdal ZORBA'ya... Sadece danışman demek yapılacak en büyük haksızlık ve saygısızlık olur sanırım, nasıl teşekkür ederim ki! Teşekkürler... Bilgilerinizin, tecrübelerinizin kapılarını sonuna kadar açtınız, paylaştınız.

Doktora sürecimde sürekli benden bilgi ve deneyimini esirgemeyen değerli hocam ve eş danışmanım Prof. Dr. Mutlu TÜRKMEN'e, Doktora sürecimde ve daha öncesinde sürekli benden yardımını esirgemeyen kıymetli hocam Prof. Dr. Musa YILDIZ'a müteşekkirim.

Tezimin düzenlenmesinde yardımcı olan kardeşim Araş. Gör. Onur AKMAN'a, Tezimin istatistik kısmına yardımcı olan hocam Araş. Gör. Elif Büşra UZUN'a, bilimsel çalışmalarda yardımını esirgemeyen meslektaşım Araş. Gör. Yunus Emre YARAYAN'a teşekkür ederim.

Ders dönemi ve tez dönemi boyunca bu çalışmaya katkı sağlayan değerli hocalarım Prof. Dr. Muhittin ŞİMŞEK'e, Prof. Dr. Bekir BULUÇ'a, Prof. Dr. Yücel GELİŞLİ'ye, Prof. Dr. Halil İbrahim BÜLBÜL'e, Ahmet Şevki ZENGİN'e, Prof. Dr. Yasemin DÜNDAR'a, Doç. Dr. Mustafa KALE'ye, Prof. Dr. Latif AYDOS'a, Prof. Dr. Metin YAMAN'a, Prof. Dr. Mehmet GÜÇLÜ'ye, Prof. Dr. Metin KAYA'ya, Doç. Dr. Velittin BALCI'ya, Doç. Dr. İlyas OKAN'a, Doç. Dr. Ümit Doğan ÜSTÜN'e, Öğr. Gör. Ragıp AKYÜREK'e, Doç. Dr. Akan BAYRAKTAR'a, Cengiz ÇATAL'a, İmran SARIKAYA'ya, Devrim TOPUZ'a, Gültaze SAKAT'a, Araş. Gör. Gizem AKARSU'ya, teşekkürü bir borç bilirim.

Doktora eğitimini Türkiye'de okumamızı sağlayan Ahmet Yesevi Üniversitesi Mütevelli Heyet Başkanlığı'na, kardeş ülkedeki ailemiz gibi yanımızda olan, her türlü yardımını esirgemeyen Rıza Mahmut KOÇOĞLU ve ailesine sonsuz teşekkür ederim.

Hep uzak kaldık, zor zamanlar oldu, gidemedim, göremedim, özledim. Hakkınızı asla ödeyemem. Bizim gelişimizi dört gözle bekleyen babam, annem, kardeşlerim, akrabalarım sizlere ne kadar teşekkür etsem de azdır, iyi ki varsınız.

Akademik yaşantım boyunca her zaman yanımda olan, bu uzun süreçte sonsuz destek verip hiçbir fedakârlıktan kaçınmayan, sabır gösteren, canım, biricik eşim, Yerkessulu'yum, altın kızlarım, Bagim'ım ve Balerke'm, ömrümün neşe kaynakları, iyi ki hayatımdasınız, teşekkürler.

Baglan YERMAKHANOV

İÇİNDEKİLER

	Sayfa
ÖZET	iv
ABSTRACT.....	v
TEŞEKKÜR.....	vi
İÇİNDEKİLER	vi
ÇİZELGELERİN LİSTESİ.....	xi
ŞEKİLLERİN LİSTESİ.....	xiv
SİMGELER ve KISALTMALAR	xv
1. GİRİŞ.....	1
2. GENEL BİLGİLER.....	7
2.1. Yaşam Kalitesi	7
2.1.1. Yaşam kalitesinin tanımı ve tarihçesi.....	7
2.1.2. Yaşam kalitesi göstergeleri.....	11
2.1.3. Çevresel göstergeler	13
2.1.4. Psikolojik göstergeler	13
2.1.5. Sağlık göstergeleri	13
2.1.6. Yaşam kalitesine etki eden faktörler	14
2.1.7. Yaşam kalitesini artıran ve azaltan durumlar	16
2.1.8. Yaşam kalitesi ile ilgili kavramlar.....	17
2.1.9. Yaşam kalitesinin değerlendirilmesi	18
2.1.10. Yaşam kalitesinin ölçümü	20
2.2. Herkes İçin Spor	21
2.2.1. Herkes için sporun tanımı, kapsamı ve amaçları.....	21
2.2.2. Herkes için sağlıklı spor	21
2.2.3. Fiziksel sağlık ve spor	22

2.2.4. Zihinsel sağlık ve spor.....	23
2.2.5. Ruhsal sağlık ve spor.....	23
2.2.6. Dünya’da herkes için spor anlayışı.....	24
3. YÖNTEM.....	31
3.1. Araştırmanın Modeli	31
3.2. Evren ve Örneklem	31
3.3. Veri Toplama Araçları	34
3.3.1. Herkes için spor farkındalığı anketi	34
3.3.2. Yaşam kalitesi ölçeği (Türkçe versiyonu).....	37
3.3.3. Yaşam kalitesi ölçeği (Kazakça versiyonu)	38
3.4. Verilerin Analizi	39
4. BULGULAR	41
4.1. Kazakistan’daki Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Öğrencilerin Herkes için Spor Farkındalığına İlişkin Bulgular	41
4.1.1. Kazakistan’da öğrenim gören öğrencilerin herkes için spor farkındalığı nasıldır?	41
4.1.2. Kazakistan’da öğrenim gören öğrencilerin herkes için spora ilişkin farkındalığı cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?.....	41
4.1.3. Kazakistan’da öğrenim gören öğrencilerin herkes için spora ilişkin farkındalığı yaşlarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?.....	42
4.1.4. Kazakistan’da öğrenim gören öğrencilerin herkes için spora ilişkin farkındalığı medeni durumlarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?.....	43
4.1.5. Kazakistan’da öğrenim gören öğrencilerin herkes için spora ilişkin farkındalıkları sınıf seviyelerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?.....	44
4.2. Türkiye’deki Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Öğrencilerin Herkes İçin Sporla İlgili Farkındalık düzeylerine İlişkin Bulgular	44
4.2.1. Türkiye’de öğrenim gören öğrencilerin herkes için spora ilişkin farkındalık düzeyleri nasıldır?	44

4.2.2. Türkiye’de öğrenim gören öğrencilerin herkes için spora ilişkin farkındalığı cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?	45
4.2.3. Türkiye’de öğrenim gören öğrencilerin herkes için spora ilişkin farkındalığı yaşlarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?	45
4.2.4. Türkiye’de öğrenim gören öğrencilerin herkes için spora ilişkin farkındalığı medeni durumlarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?	46
4.2.5. Türkiye’de öğrenim gören öğrencilerin herkes için spora ilişkin farkındalığı sınıf seviyelerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?	47
4.3. Kazakistan’daki Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Öğrencilerin Yaşam Kalitesi Düzeylerine İlişkin Bulgular	48
4.3.1. Kazakistan’da öğrenim gören öğrencilerin yaşam kalitesi düzeyleri nasıldır?	48
4.3.2. Kazakistan’da öğrenim gören öğrencilerin yaşam kalitesi düzeyleri cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?	48
4.3.3. Kazakistan’da öğrenim gören öğrencilerin yaşam kalitesi düzeyleri yaşlarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?	49
4.3.4. Kazakistan’da öğrenim gören öğrencilerin yaşam kalitesi düzeyleri medeni durumlarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?	51
4.3.5. Kazakistan’da öğrenim gören öğrencilerin yaşam kalitesi düzeyleri sınıf seviyelerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?	53
4.4. Türkiye’deki Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Öğrencilerin Yaşam Kalitesi Düzeylerine İlişkin Bulgular	55
4.4.1. Türkiye’de öğrenim gören öğrencilerin yaşam kalitesi düzeyleri nasıldır?	55
4.4.2. Türkiye’de öğrenim gören öğrencilerin yaşam kalitesi düzeyleri cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?	56
4.4.3. Türkiye’de öğrenim gören öğrencilerin yaşam kalitesi düzeyleri yaşlarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?	57
4.4.4. Türkiye’de öğrenim gören öğrencilerin yaşam kalitesi düzeyleri medeni durumlarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?	59
4.4.5. Türkiye’de öğrenim gören öğrencilerin yaşam kalitesi düzeyleri sınıf seviyelerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?	61
4.5. Kazakistan’daki Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Öğrencilerin Herkes İçin Spor Farkındalığı Ve Yaşam Kalitesi Düzeyleri Arasında Anlamlı Bir İlişki Var Mdır?	62

4.6. Türkiye’deki Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Öğrencilerin Herkes İçin Spor Farkındalığı Ve Yaşam Kalitesi Düzeyleri Arasında Anlamlı Bir İlişki Var Mıdır?	63
4.7. Herkes İçin Spor Düzeyleri Açısından Kazakistan Ve Türkiye’de Öğrenim Gören Öğrenciler Arasında Anlamlı Bir Farklılık Var Mıdır?	64
4.8. Yaşam Kalitesi Düzeyleri Açısından Kazakistan Ve Türkiye’deki Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Öğrenciler Arasında Anlamlı Bir Farklılık Var Mıdır?	65
5. TARTIŞMA.....	67
6. SONUÇ VE ÖNERİLER	71
6.1. Öneriler	71
KAYNAKLAR	73
EKLER.....	77
EK-1. Herkes İçin Spor Farkındalığı Anketi	78
EK-2. Herkes İçin Spor Farkındalığı Anketi (Kazakça)	80
EK-3. Yaşam Kalitesi Ölçeği.....	82
EK-4. Yaşam Kalitesi Ölçeği (Kazakça)	86
EK-5. Etik Kurul Raporu	91
ÖZGEÇMİŞ	93

ÇİZELGELERİN LİSTESİ

Çizelge	Sayfa
Çizelge 2.1. İyi Olmanın Anlamı ve Ölçümündeki Gelişmeler: 1950-2000	12
Çizelge 2.2. Yaşam Kalitesini Tanımlayan Çeşitli Kavramlar	17
Çizelge 3.1.Örneklemede Yer Alan Spor Bilimleri Fakülteleri ve Yüksekokulları	32
Çizelge 3.2. Katılımcıların Demografik Bilgileri	33
Çizelge 3.3. Maddelerin Faktör Yük Değerleri ve Ortak Faktör Varyansı.....	35
Çizelge 3.4. Maddelere İlişkin Madde-Toplam Korelasyonları ve Cronbach Alpha Güvenirlilik Katsayıları.....	36
Çizelge 3.5. Yaşam Kalitesi Ölçeği Alt Alanları.....	37
Çizelge 3.6. Yaşam Kalitesi Ölçeği Güvenirlilik Analizleri.....	38
Çizelge 3.7. Normallik Testi.....	40
Çizelge 4.1. Kazakistan'daki Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Herkes İçin Spor Farkındalığı.....	41
Çizelge 4.2. Kazakistan'daki Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Herkes İçin Spor Farkındalığının Cinsiyet Değişkenine Göre Farklılığının Belirlenmesine İlişkin Mann Whitney - U Testi Sonuçları.....	42
Çizelge 4.3. Kazakistan'daki Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Herkes İçin Spor Farkındalığının Yaş Değişkenine Göre Farklılığının Belirlenmesine İlişkin Kruskal Wallis H-Testi Sonuçları.....	42
Çizelge 4.4. Kazakistan'daki Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Herkes İçin Spor Farkındalığının Medeni Durum Değişkenine Göre Farklılığının Belirlenmesine İlişkin Kruskal Wallis H-Testi Sonuçları	43
Çizelge 4.5. Kazakistan'daki Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Herkes İçin Spor Farkındalığının Sınıf Seviyesi Değişkenine Göre Farklılığının Belirlenmesine İlişkin Kruskal Wallis H-Testi Sonuçları	44
Çizelge 4.6. Türkiye'deki Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Herkes İçin Spor Farkındalığı.....	44
Çizelge 4.7. Türkiye'deki Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Herkes İçin Spor Farkındalığının Cinsiyet Değişkenine Göre Farklılığının Belirlenmesine İlişkin Mann Whitney - U Testi Sonuçları.....	45

Çizelge**Sayfa**

Çizelge 4.8. Türkiye’deki Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Herkes İçin Spor Farkındalığının Yaş Değişkenine Göre Farklılığının Belirlenmesine İlişkin Kruskal Wallis H-Testi Sonuçları.....	46
Çizelge 4.9. Türkiye’deki Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Herkes İçin Spor Farkındalığının Medeni Durum Değişkenine Göre Farklılığının Belirlenmesine İlişkin Kruskal Wallis H-Testi Sonuçları.....	47
Çizelge 4.10. Türkiye’deki Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Herkes İçin Spor Farkındalığının Sınıf Seviyesi Değişkenine Göre Farklılığının Belirlenmesine İlişkin Kruskal Wallis H-Testi Sonuçları.....	47
Çizelge 4.11. Kazakistan’daki Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Kalitesi Düzeyleri	48
Çizelge 4.12. Kazakistan’daki Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Farklılığının Belirlenmesine İlişkin Mann Whitney - U Testi Sonuçları.....	49
Çizelge 4.13. Kazakistan’daki Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre Farklılığının Belirlenmesine İlişkin Kruskal Wallis H-Testi Sonuçları.....	50
Çizelge 4.14. Kazakistan’daki Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Medeni Durum Değişkenine Göre Farklılığının Belirlenmesine İlişkin Kruskal Wallis H-Testi Sonuçları.....	51
Çizelge 4.15. Kazakistan’daki Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Sınıf Seviyesi Değişkenine Göre Farklılığının Belirlenmesine İlişkin Kruskal Wallis H-Testi Sonuçları.....	53
Çizelge 4.16. Türkiye’deki Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Kalitesi Düzeyleri	55
Çizelge 4.17. Türkiye’deki Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Farklılığının Belirlenmesine İlişkin Mann Whitney - U Testi Sonuçları.....	56
Çizelge 4.18. Türkiye’deki Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre Farklılığının Belirlenmesine İlişkin Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları.....	57
Çizelge 4.19. Türkiye’deki Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Medeni Durum Değişkenine Göre Farklılığının Belirlenmesine İlişkin Kruskal Wallis H-Testi Sonuçları.....	59
Çizelge 4.20. Türkiye’deki Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Sınıf Seviyesi Değişkenine Göre Farklılığının Belirlenmesine İlişkin Kruskal Wallis H-Testi Sonuçları.....	61

Çizelge**Sayfa**

Çizelge 4.21. Kazakistan'daki Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Herkes için Spor Farkındalığı ve Yaşam Kalitesi Düzeyleri Arasındaki Korelasyon Analizi	63
Çizelge 4.22. Türkiye'deki Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Herkes için Spor Farkındalığı ve Yaşam Kalitesi Düzeyleri Arasındaki Korelasyon Analizi	64
Çizelge 4.23. Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Herkes İçin Spor Farkındalığının Yaşadıkları Ülke Değişkenine Göre Mann Whitney-U Testi Sonuçları	64
Çizelge 4.24. Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Yaşadıkları Ülke Değişkenine Göre Mann Whitney-U Testi Bulguları.....	65

ŞEKİLLERİN LİSTESİ

Şekil	Sayfa
Şekil 2.1. Yaşam Kalitesi ve Sağlığa Bağlı Yaşam Kalitesini Etkileyen Faktörler.....	14



SİMGELER VE KISALTMALAR

Bu çalışmada kullanılmış bazı simgeler ve kısaltmalar, açıklamaları ile birlikte aşağıda sunulmuştur.

Kısaltmalar	Açıklama
ABD	Amerika Birleşik Devletleri
HADS	Hastane Anksiyete ve Depresyon Ölçeği
HDL	Yüksek yoğunluklu lipoprotein
HİS	Herkes için spor
KZ	Kazakça
LDL	Düşük yoğunluklu kolesterol
PAQLQ	Pediyatrik Astım Yaşam Kalitesi Anketi.
TR	Türkçe
UNESCO	United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization
WHO	World Health Organization
WHOQOL	World Health Organization Quality Of Life Instruments
WHOQOL-BREF	Dünya Sağlık Örgütü'nün Yaşam kalitesi Ölçeği - Kısa Form

1. GİRİŞ

Bu bölümde problem durumu, araştırmanın amacı, araştırmanın önemi, araştırma soruları ve sınırlılıklara yer verilmiştir.

Problem Durumu

İnsanlar tarih öncesi dönemlerde barınma, yeme içme, doğa koşullarında kendini savunma amacıyla hareket etmişlerdir. Yaşam koşullarının değişmesiyle birlikte temel ihtiyaçlarını karşılayabilen bireyler, hareket yeteneklerini beğenilme, takdir edilme, meslek sahibi olma ve meslekte ilerleyebilme üzerine kullanmışlardır (Ergül, 2017, s.1).

Teknolojik araçlar yardımıyla gelişen koşullar, bireylerin yaşam kalitesini arttırmakta ve pek çok işin daha zahmetsiz yapılmasına olanak sağlamaktadır (Vural, 2010, s.1). Teknolojinin gelişmesi ve endüstrileşmenin artmasıyla birlikte; ulaşımın çeşitlenmesi ve kolaylaşması, günlük yaşamda daha az enerji gerektiren birçok araç-gerecin kullanılması, bilgisayar-televizyon kullanımının yaygınlaşması, teknolojik araçlara ayrılan sürenin artması yaşam kalitesini olumlu etkilerken, fiziksel gücü ve hareket etmeyi olumsuz etkilemektedir (Aydanarığ, 2008, s.10). 100 yıl önce insanlar enerji ihtiyacının yüzde %90'ını karşılarken bu oran günümüzde %1'lere inmiştir (Zorba,2015, s.22).

Tıp biliminin ilerlemesiyle geçmişte yaşanan enfeksiyonel hastalıklardan ölümlerde ciddi bir azalma olmuş, hastalıkların bir çoğundan korunabilir hale gelinmiştir. Böylelikle insanlar daha uzun, kaliteli ve sağlıklı yaşama şansını elde etmişlerdir (Zorba, 2015, s.12). Sağlık; geçmişte hastalıklardan uzak olma diye ifade edilirken günümüzde gelişim boyutlarını kapsayacak şekilde tanımlanmaktadır (Zorba & Saygın, 2013, s.35).

Yaşam süresinin uzaması ile yaşam kalitesi kavramının önemi artmış ve bu konuda birçok çalışma yapılmıştır. Yaşam kalitesi, sosyoekonomik durum, yaş, hastalık, meslek, sağlık gibi kavramların olumlu ya da olumsuz etkilediği, öznel bir kavramdır (Uğur & Eser, 2015, s.121). Dünya Sağlık Örgütü, yaşam kalitesini “hedefleri, beklentileri, standartları, ilgileri ile bağlantılı olarak, kişilerin yaşadıkları kültür ve değer yargılarının bütünü içinde durumlarını algılama biçimi” olarak tanımlamaktadır (Zorba, 2008, s.83).

Yaşam kalitesi, yaşamdan duyulan mutluluk, kişinin kendini algılayabilmesi, sorgulayabilmesi, hedeflerini belirleyebilmesi ve o hedefler doğrultusunda kendini geliştirebilmesi ile ilişkilidir (Gönülateş, 2016, s.22).

Yaşam kalitesini yüksek tutabilmek için; dengeli beslenmek, fiziksel aktiviteyi yaşam tarzı haline getirmek, sağlıklı yiyecek ve içecekler tüketmek, sigara ve alkolden uzak durmak, ideal vücut ağırlığına sahip olmak gerekmektedir (Demirtürk & Kaya, 2016, s.17).

Zorlayıcı yaşam koşulları, stresli iş hayatı, rekabetçi bir yaşam, zamanla yarışma gibi nedenler bireylerin yaşam kalitesini olumsuz etkilerken (Gönülateş, 2016, s.2), düzenli fiziksel aktivite ve sağlıklı beslenme yaşam kalitesini olumlu etkilemektedir (Ergün, 2005, s.137). Birçok ülkede, hareketliliği toplumda yaşam biçimi haline getirmek devlet politikası haline gelmiştir. Çünkü fiziksel aktiviteyle sağlığı korumanın ve yaşam kalitesini arttırmanın mümkün olduğu bilimsel bir gerçektir (Zorba, 2015, s.16).

Araştırmanın Amacı

Araştırmanın amacı, Kazakistan ve Türkiye’deki üniversite öğrencilerinin “Herkes İçin Spor Farkındalığı ve Yaşam Kalitesi Düzeyleri”ni inceleyip karşılaştırmak;

Araştırma sonucunda öğrencilerin, “Herkes İçin Spor ve Yaşam Kalitesi”ni eksik yönlerini belirleyip katkı olmak;

Dünyadaki bazı ülkelerin (Türkiye, Kazakistan, Japonya, Eski Sovyetler Birliği, Afrika ülkeleri, İsveç, Polonya, Macaristan, Fransa, Çek Cumhuriyeti, Singapur, Almanya) “Herkes İçin Spor” anlayışını incelemektir.

Problem Cümlesi

Problem cümlesi: Kazakistan ve Türkiye’deki üniversite öğrencilerinin herkes için spor farkındalığı ile yaşam kalitesine ilişkin düzeyleri nelerdir?

Alt Problemler

- Kazakistan'daki Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin,
 1. Herkes için spora ilişkin farkındalığı nasıldır?
 2. Herkes için spora ilişkin farkındalığı cinsiyetlerine göre;
 3. Yaşlarına göre;
 4. Medeni durumlarına göre;
 5. Sınıf seviyelerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Türkiye'deki Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin,
 1. Herkes için spora ilişkin farkındalığı nasıldır?
 2. Herkes için spora ilişkin farkındalığı cinsiyetlerine göre;
 3. Yaşlarına göre;
 4. Medeni durumlarına göre;
 5. Sınıf seviyelerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Kazakistan'daki Beden Eğitimi ve Spor alanında öğrenim gören öğrencilerin,
 1. Yaşam kalitesi düzeyleri nasıldır?
 2. Yaşam kalitesi düzeyleri cinsiyetlerine göre;
 3. Yaşlarına göre;
 4. Medeni durumlarına göre;
 5. Sınıf seviyelerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Türkiye'deki Beden Eğitimi ve Spor alanında öğrenim gören öğrencilerin,
 1. Yaşam kalitesi düzeyleri nasıldır?
 2. Yaşam kalitesi düzeyleri cinsiyetlerine göre;
 3. Yaşlarına göre;
 4. Medeni durumlarına göre;
 5. Sınıf seviyelerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Kazakistan'daki Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri alanındaki öğrenim gören öğrencilerin herkes için spor farkındalığı ve yaşam kalitesi düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Türkiye'de öğrenim gören öğrencilerin herkes için spor farkındalığı ve yaşam kalitesi düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Herkes için spor farkındalığı açısından Kazakistan ve Türkiye'de öğrenim gören öğrenciler arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

- Yaşam kalitesi düzeyleri açısından Kazakistan ve Türkiye’de öğrenim gören öğrenciler arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

Araştırmanın Önemi

Gerçekleştirilen bu araştırmanın önemi: Kazakistan ve Türkiye’deki Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri alanında öğrenim gören üniversite öğrencilerin, herkes için spora ilişkin farkındalığını belirlemek; herkes için spora ilişkin farkındalığının cinsiyetlerine, yaşlarına, medeni durumlarına, sınıf seviyelerine göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek ve yaşam kalitesi düzeylerinin nasıl olduğu, yaşam kalitesi düzeylerinin cinsiyetlerine, yaşlarına, medeni durumlarına ve sınıf seviyelerine göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemektir.

Bu çalışmanın bir diğer önemi de WHOQOL-BREF ölçeğinin Kazakça versiyonu ile ilgili yapılmış çalışma olmadığı için, bu araştırma gelecek çalışmalara kaynak oluşturması açısından önem taşımaktadır.

Bu çalışmanın, Kazakistan ve Türkiye’de bulunan araştırmacılara kaynak sağlaması açısından önemli bir değer taşıdığı ifade edilebilir.

Sınırlılıklar

Bu çalışma Kazakistan ve Türkiye’deki Beden Eğitimi ve Spor Alanındaki eğitim alan üniversite öğrencileri ile sınırlandırılmıştır.

Yapılan araştırmanın bulguları, kullanılmış olan “Yaşam Kalitesi Ölçeği Kısa Formu”, öğrencilerin “Herkes İçin Spor” farkındalığını öğrenmek için geliştirdiğimiz anket ve “Kişisel Bilgi Formu” ölçtüğü nitelikler ile sınırlandırılmıştır.

Tanımlar

Herkes İçin Spor: Her yaştan vatandaşın gönüllü olarak spor ve fiziksel aktivite programlarına katılmasını temin etmek ve bu yolla toplumların olumlu yönde değişimini ve gelişimini sağlamak amacıyla yürütülen her türlü proje, etkinlik, şenlik, eğitim, kampanya, vb. sistemli ve toplu yapılan spor ve fiziksel aktiviteler bütününe ifade eden yaklaşımı tanımlamak için kullanılan bir üst kavramdır.

Yaşam Kalitesi: Hedefleri, beklentileri, standartları, ilgileri ile bağlantılı olarak, kişilerin yaşadıkları kültür ve değer yargılarının bütünü içinde durumlarını algılama biçimidir (World Health Organization [WHO], 2013).



2. GENEL BİLGİLER

2.1. Yaşam Kalitesi

2.1.1. Yaşam kalitesinin tanımı ve tarihçesi

Yaşam kalitesi kavramı, yaşamı tüm yönleriyle değerlendirmeyi amaçlayan kapsamı geniş bir kavramdır. Bu nedenle hemen hemen her bilimsel disiplinin her yaşam pratiğinin, toplumdaki her faaliyetin ilgi alanına girmiştir. Bu nedenle üzerinde anlaşılan tek bir yaşam kalitesi kavramı yoktur (Tekeli, 2010,s. 84).

World Health Organization (WHO) Yaşam Kalitesi Grubu (WHOQOL) tarafından yaşam kalitesi kavramının bir tanımı yayınlanmıştır. Yaşam kalitesi; kültür ve değer sistemleri içerisindeki beklenti, amaç, standart ve kaygılara dayalı olarak oluşum gösteren kişinin hayat içerisindeki pozisyonuna dair algıyı ifade etmektedir (WHOQOL, 1998:5551).

Bir insanın, nesnenin ya da yaşantının nitelikçe nasıl olduğunu belirten, onun başka şeylerden ayırt edici üstünlüğünü ölçüp değerlendirebilen özelliğe kalite denir. Başka bir deyişle kalite, bir kimsenin entelektüel ve moral alandaki doğasını belirleyen bir nitelik özelliğidir (Zorba, 2009, s.21).

Yaşam kalitesi kavramı, genel olarak fizyolojik, psikolojik ve sosyolojik açıdan kişinin ya da toplumun refah seviyesi ile ilişkilidir. Bu açıdan sadece barınma, beslenme, giyecek gibi unsurlar değil kişinin gruba ait olma, başarı, sevme sevilme, kendini gerçekleştirme gibi boyutları da kapsamaktadır (Boylu ve Terzioğlu, 2007, s.26).

Yaşam kalitesi, bireyin yaşadığı hayatı kendi ölçmesi, kişinin yaşamından kaynaklı duyduğu duygu, doyum, idrak ve memnuniyet durumlarının değerlendirilmesi, genel anlamda bireyin yaşamında mutlu ve iyi olma durumudur. Diğer canlılardan farklı olarak insanlar sadece günlük işlerini yapmakla yetinmez, hayatını istediği yönde iyileştirebilmek için sürekli bir çaba içerisinde. Yaşam süresinin uzaması ve hayat kalitesinin yüksek olması için, kişinin temel ihtiyaçlarını karşılayabildiği, yaşamında eğlence ve dinlenmeye yer verebildiği, kendini sağlıklı ve iyi hissedebildiği şartlarda gerçekleşir (Çetin, 2018). Başka bir tanımla

yaşam kalitesi, toplum ya da bir grubun içindeki bireylerin çeşitli yaşam koşulları karşısında gösterdikleri öznel davranışlardır (Boylu ve Terzioğlu, 2007, s.26).

Yaşam kalitesi, kişilerin çeşitli yaşam koşullarına karşı gösterdikleri tepkidir. Günlük yaşamsal faaliyetler, psikolojik, toplumsal ve fiziksel açıdan iyi olma durumu, kişinin yaşamdan aldığı doyumunu ifade eder (Türkmen, 2017).

Teknolojinin gelişmesi, toplumların ve yaşamın modernleşmesi ile birlikte yaşam kalitesi, geçmişten günümüze gelen ve çoğu araştırmaya konu olan gelişime açık bir kavramdır (Şeker, 2011, s. 22).

Yaşam kalitesi kavramı bireylerin yaşam standardı ve ekonomik gücünü içinde barındıran geniş bir kavramdır. Ayrıca sağlıklı yaşam, kişisel huzur, mutluluk, beklentilerin karşılanması, kaliteli yaşam, doyum, memnuniyet, refah seviyesi, toplumsal huzur gibi kavramlarla iç içedir. Yaşam kalitesi, toplumdaki bireylerin alım gücü, aile ve aile gibi grupların yaşam standartları, geçim kaynakları ve koşulları değerlendirilerek, toplumun ve bireylerin doyum seviyesi, psikolojik durumu, günlük yaşam koşulları, kişilerin öznel değerlendirmeleri ile belirlenmesidir (Kara, 2015).

Çocuk ve adölesanlarda ise yaşam kalitesi kavramı sadece gelişim boyutları ile ele alınmayıp, büyüme ve gelişmeye bağlı olarak ortaya çıkan değişimler de dikkate alınmaktadır (Boylu ve Terzioğlu, 2007, s.28).

Yaşam kalitesi, yapılan çalışmalar ile önemi artan, basit bir kavram olarak algılansa da tartışmaya açık ve geniş bir kavramdır. Literatürde birçok boyuttan ele alınarak farklı tanımlar yapılmıştır. Patric ve Erickson'a göre yaşam kalitesi; ölüm ve yaşam süresi, özürllülük, fonksiyonel durum, sosyal, psikolojik veya fiziksel sağlığın algılanması ve sosyal-kültürel dezavantajları içeren temel bir kavramdır. Fayos yaşam kalitesini "kişilerin yaşamlarını değerli buldukları şekilde sürdürme yetileri" şeklinde tanımlamıştır. Maeland ise yaşam kalitesini 4 farklı kavramla tanımlamıştır. Bunlar; mutluluk, memnuniyet, gereksinim duyulan memnuniyet, kendini gerçekleştirmedir. Hoernquist ise yaşam kalitesi fiziksel, psikolojik, sosyal aktivite, maddi ve yapısal alanda tatmin olma ihtiyacının derecesi olarak tanımlamıştır. Cella; fiziksel, fonksiyonel, emosyonel ve sosyal faktörlerin kombinasyonundan oluşan bir iyilik hali üzerinde durmaktadır (Gönülateş, 2016).

Yaşam kalitesi, yarı özel yarı kamu malı olarak kavramlaştırılabilir. Bu, araç – neden – girdi olarak kullanılabileceği gibi hedef – sonuç – çıktı olarak yorumlanabilir. Yaşam kalitesinin iki boyutu olduğu söylenebilir. Bu boyutlar, bir yandan bireyin yaşamından tatmin duymasını sağlayan içsel psikolojik mekanizmalar öte yandan içsel mekanizmayı tetikleyen dışsal koşullardır (Tekeli, 2010, s.107).

- Yaşam kalitesi ortaya çıkan sonucun ya da hizmetin sonucudur.
- Yaşam kalitesi önceden belirlenmiş bulunan özelliklere uygun olmaktır.
- Yaşam ihtiyaçlara uygun olmaktır.
- Yaşam kalitesi eksiklik durumlarından kaçınmaktır.
- Yaşam kalitesi kullanıma uygun olmaktır.
- Yaşam kalitesi bir ortaya çıkan sonucun ya da hizmetin belirlenen veya olabilecek ihtiyaçları karşılama yeteneğine dayanan bileşenlerin toplamıdır.
- Yaşam kalitesi ortaya çıkan sonucun veya hizmeti ekonomik bir şekilde ortaya çıkaran ve tüketicilerin ihtiyaçlarına karşılık sağlayan bir üretim şeklidir (Çetin, 2018).

Yaşam kalitesi birçok bilim dalına konu olduğu gibi felsefenin de ilgi alanı olmuştur. Antik çağda yaşam kalitesi kavramı mükemmellik, erdem ve güzellik kavramlarıyla tanımlanmıştır (Togo, 2018).

Değişen yaşam koşulları ile birlikte antik çağdan günümüze kadar gelişen ve gelişmeye devam eden yaşam kalitesi kavramı koşullar ile şekillenmiştir ve şekillenmeye devam etmektedir. Aristo'ya göre, iyi bir enerjiyle yaşamak, iyi bir ruha sahip olmak kişinin hayatındaki en önemli amaçtır. Ardından gelen bir bilim insanı da yaşamın en temel amacının “en yüksek seviyeye ve en iyi yaşam standardına sahip olabilmek” olduğunu, bunları başarabilen kişinin iyi bir yaşam kalitesi olacağını vurgulamışlardır. Bununla birlikte, Hipokrat zamanında, hekimlere, hastaların iyileştirilmesi ve yakınmalarının giderilmesi sırasında olabildiğince iyilik halinin en yükseğe çıkarılması konusunda sorumluluk almaları öğretildiği bilinmektedir. Ancak terim olarak yaşam kalitesi, ilk olarak Prestley'in 1943'teki “Cumartesi Işıkları” (Daylight on Saturday) oyununda kullanılmıştır (Kara, 2015).

Bentham, 1800'lerde psikoloji alanında bir yazısında psikiyatride yaşam kalitesinin ölçümü konusunda ilk adımları atmıştır. Bunu izleyen yıllarda 1920 ve 1930' da Thurstone ve Likert,

günümüzde de kullanılmakta olan yaşam kalitesi ölçeklerini geliştirmişlerdir (Özüdoğru, 2013).

Literatüre bakıldığında yaşam kalitesi, ilk olarak ekonomi alanında, ardından toplumsal açıdan ele alınarak sosyal bilimler alanında, kişilerin psikolojik boyutları açısından incelendiğinde psikoloji alanında kullanılmıştır. Kavram, yıllarca tartışma konusu olmuş, filozoflar tarafından 2000 yıl öncelerine kadar mutluluk, sağlık, huzur ve doyum gibi kavramlarla tanımlanmıştır. Antik çağda mükemmellik ve erdem kavramları ile tanımlanan yaşam kalitesi, 1900’lü yıllarda muayene, 1930 ve 1950’de verimlilik kavramlarıyla tanımlanmıştır. Psikolog ve sosyologlar daha çok iyilik hali, kaliteli yaşam kavramları üzerinde durmuşlardır. Kavram, 1960’larda ABD’de politik alanda kullanılmaya başlayıp o yıllardan sonra artan çalışmalarla kullanımı artmıştır (Pekel, 2016).

Antik Çağda Platon’un “Devlet” ve Aristo’nun “Nikomakhos’a Etik” eserleri, günümüzdeki gibi yaşam kalitesi kavramının olduğunu ortaya koymaktadır. Fakat kavram olarak yaşam kalitesi, ilk olarak Long’un 1960 yılında yayınladığı “On the Quantity and Quality of Life” isimli makalesinde geçmektedir. İnsan haklarında ortaya çıkan gelişmeler ile birlikte politika alanda etkili olmuş, toplumların ulaşmak istediği hedef haline gelmiştir (Boylu ve Paçacıoğlu, 2016).

Medline veri tabanındaki “yaşam kalitesi” kavramı 1973 yılından 1990 yılına kadar sadece 5 kere listelenmiştir. 1996 yılına kadar son beş yıllık dönemde 195, 273, 490 ve 1252 adet olarak listelenmiştir. Bu çalışmaların artmasının nedeni olarak alan araştırmaları ve gelişen teknolojinin bir ürünü olarak değerlendirilmektedir (Özkara, 2017).

Sonraki yıllarda sosyal bilimler alanında ele alınan yaşam kalitesi kavramı, yaşam biçimi şeklinde incelenmiştir. Daha sonra, yaşam standartları kavramı incelenmeye başlanmıştır. Yaşam kalitesi kavramı öncelerde geri kalmış ülkelerin sorunu olarak görülmüştür. Bu konuda, gelir düzensizlikleri, ailelerin yaşamı ve işsizlik kavramları üzerinde çalışılmıştır. Tıp biliminde ise yaşam kalitesi kavramı ile ilgili çalışmalar 1960’lı yıllarda olmuştur. İnsanlar Maslow’un İhtiyaçlar Hiyerarşisi’ndeki temel ihtiyaçlarını, güvenlik ve sosyal ihtiyaçlarını karşılamışlardır. Temel ihtiyaçların ardından bir gruba ait olma, sevmeye, sevilme gibi sosyal ve psikolojik ihtiyaçlar gündeme geldiğinde yaşam doyumu kavramı ortaya çıkmıştır. 1970’li yıllarda psikologlar, bu ihtiyaçlardan doğan yaşam doyumu ile yaşam

kalitesi kavramının ilişkili olduğunu düşünerek, yaşam kalitesini kişinin yaşamına ilişkin beklentileri, mutluluğu ve doyumunu olarak tanımlamışlardır. Psikologlar gibi sağlık alanında çalışanlar da yaşam kalitesi ile kişinin sağlığının ilişkili olduğunu düşünmüşlerdir. Böylece yaşam kalitesi kavramı psikolojik, fizyolojik, sosyal ve toplumsal alanlarda çalışılmaya başlanmıştır (Pekel, 2016).

Yaşam kalitesi giderek önemi artan bir alan olmakla birlikte, uluslararası alanda dikkat çekilen bir nokta olarak karşımıza çıkmaktadır. Bunun önemli bir örneği, 3-14 Haziran 1996 tarihinde yapılan Birleşmiş Milletler İnsan Yerleşimleri Konferansı Habitat II, İstanbul Deklarasyon'un 30 ve 36. maddelerinde görülmektedir:

“(30) Tüm insanların yaşam kalitesi, diğer ekonomik, sosyal, çevresel ve kültürel faktörlerin yanı sıra, köy, kasaba ve kentlerimizin fizik koşullarına ve mekansal karakteristiklerine bağlıdır. Kentlerin Yerleşim düzeni ve estetiği, toprak kullanma biçimleri, nüfus ve yapı yoğunlukları, ulaşım, temel mal, hizmet ve kamu hizmetlerine erişim kolaylığı ve halka açık tesisler, yerleşmelerin yaşanabilirliği hayati biçimde etkileyen unsurlardır.”

“(36) İnsan sağlığı ve yaşam kalitesi, sürdürülebilir insan yerleşmeleri geliştirme çabalarının merkezindedir. Bu nedenle kendimizi, kaliteli eğitimden evrensel ve eşit yararlanmaya, beden, ruh ve çevre sağlığında erişilebilecek en yüksek standartları gerçekleştirmeye, temel sağlık hizmetlerine eşit erişme, ırk, ulusal köken, cinsiyet, yaş ve özrürlük ayırımı gözetmeksizin, ortak ve özel kültürlerimize saygı duyarak ve geliştirerek, konut dahil olmak üzere toplumsal ve ekonomik koşullara ilişkin eşitsizlikleri gidermek için özellikle gayret sarf etmeye adanıyoruz.” (Şeker, 2011: 22).

2.1.2. Yaşam kalitesi göstergeleri

Ekonomik göstergeler

Yaşam kalitesi kavramı, bir toplumun ekonomik gücü, refah seviyesi, kalkınma politikaları ile yakından ilişkilidir. Toplumun ekonomik durumu, toplumdaki bireylerin yaşam kalitesini doğrudan etkilemektedir. Ekonomi ile yaşam kalitesini ayrı düşünmek neredeyse olanaksızdır. Kalite, toplam kalite yönetimi gibi kavramlar da yaşam kalitesi ile ilişkilidir. Kavramın ekonomik göstergeleri; kişi başına düşen gelir, ailede çalışan kişi sayısı, istihdam olanakları, besin tüketimi ve beslenme kalitesi, ailenin sahip olduğu dayanıklı tüketim malları sayılabilir. (Özkara, 2017).

Sumner (2007) ise çalışmasında iyi olma kavramıyla ilgili tartışmanın İkinci Dünya Savaşı'ndan sonra 1950'li yıllardan günümüze doğru elli yıl boyunca ekonomik perspektiften multidisipliner bir yaklaşıma, bir ya da birkaç göstergeden birçok göstergeye, temel ihtiyaçlardan evrensel haklara doğru yol aldığını belirtmiştir. İyi olmanın dominant (baskın) anlamı ve ölçümü yıllara göre Çizelge 2.1'de yer almaktadır (Kangal, 2009).

Çizelge 2.1. İyi Olmanın Anlamı ve Ölçümündeki Gelişmeler: 1950-2000 (Sumner, 2007, s.56)

Dönem İyi Olmanın Anlamı Ölçümü
1950'ler Ekonomik iyi olma GSMH'deki büyüme
1960'lar Ekonomik iyi olma kişi başı GSMH'deki büyüme
1970'ler Temel ihtiyaçlar kişi başı GSMH'deki büyüme + temel mallar
1980'ler Ekonomik iyi olma kişi başı GSMH'deki büyüme ama parasal olmayan faktörlerdeki artış
1990'lar İnsani gelişme /İnsani gelişme ve sürdürülebilirlik kapasite
2000'ler Evrensel haklar, *MDG'ler ve 'yeni' alanlar: risk ve güçlendirme

Sosyal göstergeler

Yaşam kalitesi kavramının sosyal göstergeleri; bireyin kişisel ilişkileri, mahremiyet, sosyal destek (başkalarından destek görme), çevresine benimsenmesi, çalışma durumu bu alanda değerlendirilebilir (Güler, 2010).

Sosyal göstergeler hareketinin ilerlemesiyle, gelişim boyutlarından sosyal alanda çalışmalar önem kazanmış ve yapılan araştırmalarda artış görülmüştür. Bognar'a göre sosyal göstergeler hareketinin oluşumundan belli bir süre sonra bu araştırma alanı problem tanımlama, konu seçimi ve veri toplama konularında genel bir kriteri olmayan, kavramsal yaklaşım, yöntem ve hedeflerinde ciddi farklılıkları bünyesinde barındıran geniş bir alan halini almıştır (Pekel, 2016).

2.1.3. Çevresel göstergeler

Çevresel faktörler yaşam kalitesini doğrudan etkileyen bir diğer göstergedir. Yaşanılan çevre, yaşam kalitesini kişinin çevreye uyum düzeyine göre etkiler. Araştırmacılar, yaşam kalitesini birey ve çevre açısından incelemişlerdir. Birey açısından incelendiğinde, kişinin çevresel göstergelere olan beklentisi ve bunun karşılanma düzeyi yaşam kalitesini belirler. Çevre açısından incelendiğinde, bireylerin ihtiyaçlarını karşılayacak yeterli kaynak, yaşam kalitesini belirler (Eyili, 2017).

Özgürlük, parasal kaynaklar, sağlık durumu, güven, kişisel bakım, yaşanılan ev, bilgiye ulaşabilme, elde edebilme imkânları, eğlence ve boş zaman uğraşlarına katılım, fiziksel çevre (kirlilik, gürültü, trafik, iklim gibi) ulaşım, sağlık sigortası, iş güvencesi bu alanda değerlendirilir (Güler, 2010).

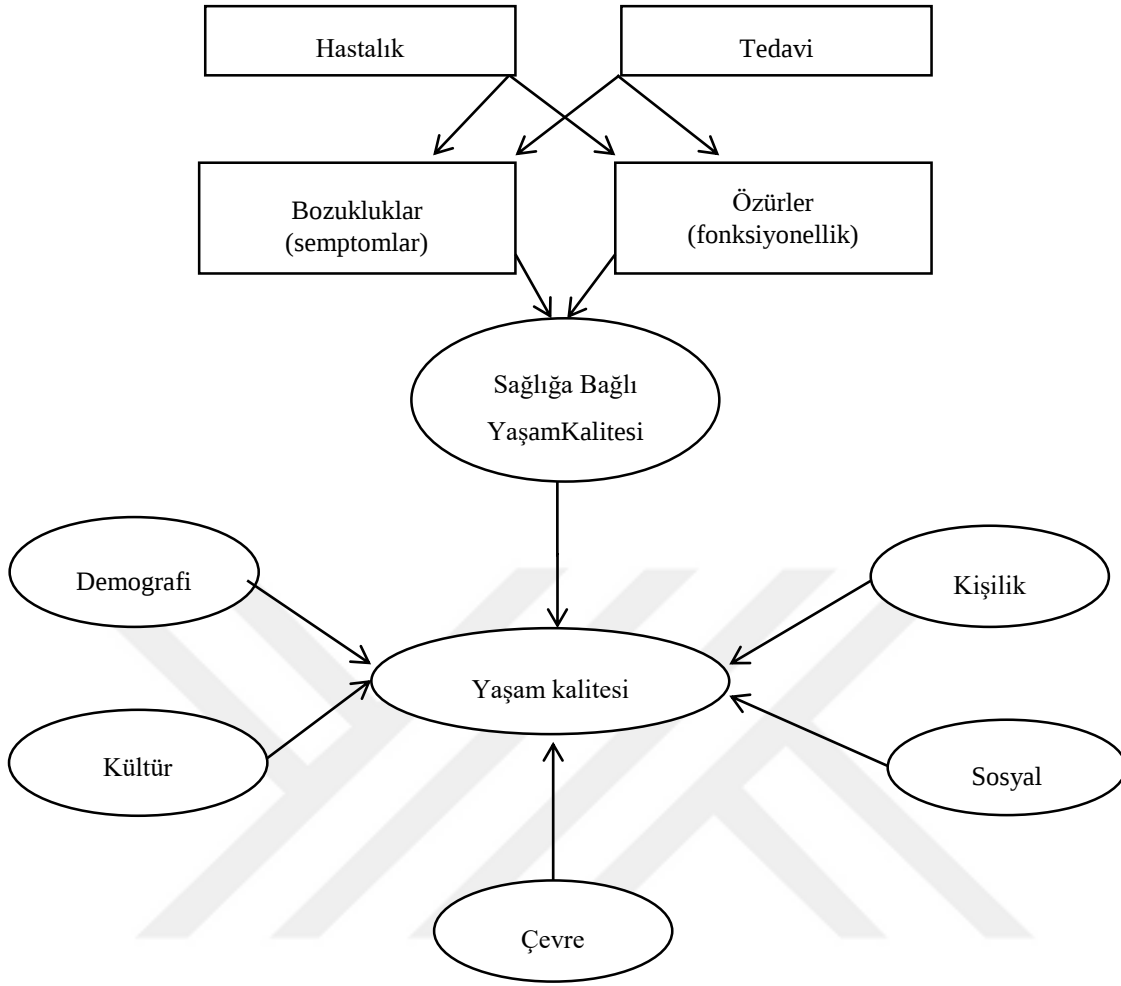
2.1.4. Psikolojik göstergeler

Psikoloji alanında yapılan çalışmalar, kişinin yaşam kalitesi ve yaşamdan elde ettiği doyumunu doğrudan etkilediğini göstermektedir. Sosyal ve psikolojik göstergeler, fizyolojik (temel) ihtiyaçlar karşılandıktan sonra ortaya çıkan, kişinin kendi başına karşılayamadığı ihtiyaçlardır. Yaşam kalitesinin psikolojik göstergeleri; sağlık, başarı, bir gruba ait olmak, sevmek ve sevilmek, iş yaşamı, kişinin beklentilerinin ne derece karşılandığı ve kendini ne derecede gerçekleştirebildiği, yaşamdan duyduğu memnuniyeti sayılabilir.

Avcı (2004) çalışmalarında, stres seviyesinin yaşam kalitesini etkilediğini belirtmiştir. Kişinin eğitim seviyesi, inançları, dünya görüşü ve hayat felsefesi, olayları nasıl değerlendirdiğini etkilemektedir. Daha az stres seviyesi, kişinin hayatından duyduğu mutluluk, olumlu düşünce yapısı, kişinin psikolojisini ve yaşam kalitesini etkileyen önemli etkenlerdir. (Togo, 2018).

2.1.5. Sağlık göstergeleri

Sağlık, kişinin yaşamını ve yaşam kalitesini etkileyen en önemli kavramlardandır. Kişinin günlük yaşamına devam edebilmesi, bedensel ve ruhsal sağlık seviyesine bağlıdır. Sağlıklı birey, sağlıklı yaşam kalitesine sahiptir (Pekel, 2016). Sağlık ve yaşam kalitesini etkileyen sebepler Şekil 2.1’de görülmektedir.



Şekil 2.1. Yaşam Kalitesi ve Sağlığa Bağlı Yaşam Kalitesini Etkileyen Faktörler (Oksuz ve Malhan, 2005, s. 30).

Sağlık, yaşam kalitesinin en önemli alt bileşenlerinden biridir. Sağlık ve yaşam kalitesi birbirini etkileyen, doğrudan etkileyen ve etkilenen iki kavramdır. Gerek fiziksel gerek ruhsal sağlık, sağlıklı yaşam kalitesini etkileyen faktörlerdir (Kangal, 2009).

2.1.6. Yaşam kalitesine etki eden faktörler

- Bireylerin gelecek endişesi duymadan, huzurlu ve güvenli yaşayabilmeleri için toplumun siyasi yapısının ve siyasi gücünün güçlü, istikrarlı olması önemlidir.
- Azınlık gruplarından çok çoğunluğun üyesi olmak, saygı görmek, önemli biri kabul edilmek insanın hayat kalitesi düşüncesini etkilemektedir.
- Toplumdaki sosyal yapının seviyesi, yaşam kalitesini etkilemektedir.

- Bireylerin aile yapısı, bulunduğu ailede iyi ilişkiler kurabilmesi, arkadaşlık ilişkileri, sosyal ve psikolojik yönden yaşam kalitesini etkilemektedir.
- Fiziksel ve psikolojik açıdan iyi olmak yaşam kalitesini etkileyen faktörlerdendir.
- Düşüncelerini açık ve net bir şekilde ortaya koyabilmek, hareketli bir yaşama sahip olmak, bireyin kendisini mutlu, sağlıklı ve huzurlu hissetmesi, stres seviyesinin azalmasını sağlar dolayısıyla yaşam kalitesini artırır.
- Kişinin maddi ve manevi yönden kendini güçlü hissetmesi, öz yeterliliği açısından önemlidir.
- Sosyal, politik ve maddi değerlere sahip olma konusunda çok hevesli olmak hayatı kaliteli yaşama düşüncesini etkiler (Çetin, 2018).

Yaşam kalitesi kavramı; kişiden kişiye farklı algılanan, çok yönlü, sürekli değişen, gelişen, yenilenen, bireyin yaşamdan beklentileri ve bu beklentilerin karşılanmasına bağlı olarak etkilenen, tüm gelişim boyutlarını (fiziksel, sosyal, toplumsal ve ruhsal) etkileyen, tanımlanması zor bir kavramdır (Yıldırım, 2015).

Çalışma koşulları ve iş hayatı da yaşam kalitesini etkileyen kavramlardır. Mesleki tatmin, çalışma koşulları, iş ortamında arkadaşlıklar, fazla iş yükü, kişilerin stres seviyesinin artmasına, tükenme, depresyon gibi durumlara sebep olabilir (Sukan, 2012).

Sosyo-demografik faktörlerin de yaşam kalitesini etkilediği bilinmektedir. Cinsiyet, yaş, ırk, medeni durum da yaşam kalitesini etkilemektedir. Yapılan araştırmalar, eğitim seviyesi yüksek bireylerin eğitim seviyesi düşük bireylere, şehirde yaşayan bireylerin köyde yaşayan bireylere oranla daha yüksek kalitesine sahip olduğunu göstermektedir (Sukan, 2012).

Campbell, Converse ve Rodgers çalışmalarında ömrün kalitesini “insanların genel psikolojik durumları ve en yükseğe ulaşabilme duygularını içeren farklı doyum ve doruk durumlarını içine alan bir gösterge” ortaya çıkarmak şeklinde açıklamışlardır. Ayrıca toplumdaki tüm bireylerin kaliteli yaşama sahip olmadığını, yaşam kalitesi düşük olan kesimlerin belirlenerek nedenlerinin araştırılmasını ve çözüm üretilmesini önermişlerdir (Çetin, 2018).

Rowan (1980), yaşam kalitesini etkileyen faktörleri, yaşanılan çevrenin kalitesi, kişisel gelişim ve güç, sağlık, yaşam doyumu ve psikolojik iyi oluş olarak sınıflandırılmıştır (aktaran Arslan ve Gökçe-Kutsal, 1999). (Kara, 2015).

Yapılan çalışmalar, yaşam kalitesini etkileyen sosyoekonomik durumların en önemli değişkenlerden biri olduğunu, sosyoekonomik değişkenleri düşük bulunan ailelerin çocuklarının yaşam kalitesinin düşük bulunduğunu ortaya koymuştur (Ergül, 2017).

2.1.7. Yaşam kalitesini artıran ve azaltan durumlar

Yaşam kalitesini artıran durumlar

Bunun olabilmesi için, bireyin;

- Güven kaygısının olmaması,
- Ekonomik ve sosyal anlamda garanti altında olması,
- Özerkliğe sahip olması,
- İhtiyacı olan rahata kavuşmuş olması,
- Başkalarından saygı görmesi,
- Anlamlı ve aktif bir yaşantıya sahip olması,
- Etrafındaki insanlarla pozitif ilişkiler kurması,
- Özel yaşamının gizliliğine özen gösterilmesi,
- Haz duyduğu şeyleri yapması,
- Birçok bakımdan yeterli olması,
- Kendisini açıklayabilmesi,
- Farklı ve yaratıcı bir kişilik olarak görülmesi,
- Huzurlu, inancını yaşayabilen ve kişisel değerlerine saygı duyulması gerekir (Balıkçı, 2017).

Sonuç olarak yaşam kalitesinin ne kadar geniş bir kavram olduğunu bütün bu yaklaşımlara baktığımızda görebiliriz.

Yaşam kalitesini azaltan durumlar

- Temel ihtiyaçların karşılanmaması
- Beden algısının değişmesi
- Yaşamda beklentilerin karşılanamaması
- Kişisel öz bakım davranışlarının karşılanamaması
- Günlük yaşamda hareket yetersizliği
- Akut ya da kronik yorgunluk
- Seksüel fonksiyonların yetersizliği ya da bozulması
- Geleceğe güven duymama, gelecek kaygısı
- Maddi açıdan yetersizlik
- Sağlık problemleri (Sağlam, 2015)

2.1.8. Yaşam kalitesi ile ilgili kavramlar

Çizelge 2.2. Yaşam Kalitesini Tanımlayan Çeşitli Kavramlar (Gönülateş, 2016)

Kavram	Alan
Yaşam kalitesi	- Bireyin yaşamına ait kişisel ve çevresel faktörler - Sağlık durumunu kapsayabilir veya kapsamaz
Sağlığa Bağlı Yaşam Kalitesi	- Bireyin sağlığının psikolojik ve sosyal yönleri
Sağlık Durumu	- Fiziksel ve semptomatik faktörler
İşlevsel Durumu	- Aktiviteler yapılırken ortaya çıkan semptomların seviyelerini de kapsayan istenen/arzulanan aktiviteleri yapabilme yeteneği (eksternal, izlenebilir)
İyilik Hali	- Yaşamdan duyulan memnuniyete ait his, psikolojik faktörler (internal, kendi-kendine değerlendirilir)
Memnuniyet	- Hastanın sağlık yönünde davranışı, durumun hasta tarafından kabul derecesi

Çizelge 2.2’te yaşam kalitesini tanımlayan çeşitli kavramlar görülmektedir. Kavramın birçok bilim dalında farklı açıdan tanımlanması ve çalışmaların yapılması, siyasal, fiziksel, toplumsal, çevresel ve psikolojik her alandan etkilenmesi; tanımın yapılması ve sınırlarının belirlenmesi açısından güçtür. (Tekkanat, 2008).

2.1.9. Yaşam kalitesinin değerlendirilmesi

Yaşam kalitesini değerlendirilmesinde kullanılacak ölçeklerin çok boyutlu, subjektif, kullanışlı, geçerli ve güvenilir olması gerekmektedir (Cella, 1995; 73-81). Yaşam kalitesinin değerlendirilmesinde çeşitli ölçekler kullanılmaktadır ve bu ölçekler genel olarak iki gruba ayrılmaktadır.

I. Genel (Jenerik) ölçekler

Genel popülasyonda kullanılan, çeşitli sağlık durumları ve hastalıklara uygulanabilen, geniş ilgi alanlarını değerlendiren ölçeklerdir (Eser, 2004, s.4). Genellikle herhangi bir hastalık veya sağlık duruma özgü olmayıp, kişilerin genel sağlık durumunu, fiziksel ve ruhsal açıdan iyilik halini, sosyal ve toplumsal görevlerini belirler. Genel ölçeklerin avantajı; hastalık grupları ile toplum arasında karşılaştırma yapılabilmesidir. Dezavantajı ise; hastalık gruplarına özgü olmadıklarından yaşam kalitesini değerlendirmede bazı değişkenleri saptamayabilmesidir (Fidan, 2003; 3-8; Aldinç, 2004). En yaygın kullanılanlar arasında aşağıdakiler sayılabilir (Eser, 1999, Bellamy, 2003;893-905).

- Hastalık Etki Ölçeği (Sickness Impact Profile)
- Nottingham Sağlık Ölçeği (Nottingham Health Profile)
- McMaster Sağlık İndeks Anketi (McMaster Health Index Questionnaire)
- Tıbbi Sonuç Çalışması (Medical Outcome Study General Health Survey)
- Duke Sağlık Ölçeği (Duke Health Profile)
- Esenlik İndeksi (Index of Well-Being-IWB) (Şahin, 1997; 40-46, Şahin,2001).
- Spritzer Yaşam Kalitesi İndeksi (Spritzer Quality of Life Index-SQLI)
- Dartmouth COOP Function Charts
- WHOQOL (World Health Organization Quality of Life)
- Medical Outcome Study SF-36

II. Hastalığa özgü ölçekler

Belirli hastalık gruplarının, işlevsel bozuklukların veya bir bulgunun yaşam kalitesi üzerindeki etkilerini incelemek üzere tasarlanmışlardır. Bu ölçekler, değerlendirilen sağaltımın tanımlanan hastalık durumuna özgü sağlık etkilerine odaklandığından yaşam kalitesindeki küçük değişimleri saptayabilirler. Ancak her ölçeğin skorlama sistemi genellikle farklı olduğundan hem farklı skorlama sistemleri arasında hem de farklı hastalıklar arasında karşılaştırma yapılması olanaklı değildir. Bu ölçeklere örnek olarak aşağıdakiler sayılabilir (Sayal,2008; 14).

- Pediatrik Astım Yaşam Kalitesi Anketi (PAQLQ)
- McGill Ağrı Anketi
- Hastane Anksiyete ve Depresyon Ölçeği (HADS)
- Barthel Engellilik Endeksi

Ülkemizde de uluslararası düzeyde yaygın kullanılan bazı ölçekler Türkçeye çevrilip geçerlilik ve güvenilirlikleri değerlendirilmiştir. SF-36 ve WHOQOL BREF Türkçeye uyarlanmış, geçerlilik ve güvenilirlikleri sınanmıştır. (Eser,1999). SF-36 Koçyiğit ve ark. (1999) tarafından Türkçeye uyarlanmış, geçerlik ve güvenilirliği test edilmiştir (Özdemir, 2007; 55). Global Yaşam Kalitesi Ölçeği (WHOQOL) çalışması, 1992 yılında o zamana kadar geliştirilen genel amaçlı sağlıkla ilgili yaşam kalitesi ölçeklerinin batı kaynaklı olması ve ancak batılı kültürler arasında karşılaştırma yapmaya olanak tanımları gerekçeleri ile dünyadaki çeşitli kültürlerde yaşam kalitesini ölçmek ve aralarında karşılaştırma yapmayı olanaklı kılmak hedefleri ile başlatılmıştır (Aydemir ve Köroğlu, 2006;354-362). WHOQOL-100 ve WHOQOL-BREF' in Türkiye'deki geçerlik ve güvenilirlik çalışması Fidaner ve ark. (1999) tarafından yapılmıştır. Ölçek tıbbi alanlar, eğitim, siyaset gibi birçok alanda kullanılmaktadır. Dünya Sağlık Örgütü tarafından yaşam kalitesi kişinin beklentileri, hedefleri ve standartları ile ilişkili olarak kendi kültür ve değerler sistemi içerisinde yaşamı algılaması olarak tanımlanmıştır. Yaşam kalitesi kişinin fiziksel ve ruhsal durumu, kişisel inançları, kendi çevreleriyle ve sosyal ilişkileri gibi birçok faktörden etkilenmektedir (The Whoqol Group, 1998; 551-558).

Hastalık Etki Profili (Sicness Impact Profile), Nottingham Sağlık Profili (Nottingham Health Profile), SF-36, WHOQOL-100 ve WHOQOL-BREF vb. gibi çeşitli yaşam kalitesi ölçekleri

geliştirilmiştir (36). DSÖ tarafından geliştirilen bir yaşam kalitesi ölçeği olan, mortalite ve morbiditenin önemli bir belirleyicisi olduğu saptanan, ayrıca çok sayıda dile çevrilen WHOQOL-BREF, hastalıkların yaşam kalitesi etkilerinin saptanmasından, sağlık eşitsizliklerinin belirlenmesine kadar değişen, birçok amaca yönelik araştırmalarda sağlık ölçeği olarak kullanılmaktadır (Sucan, 2012).

2.1.10. Yaşam kalitesinin ölçümü

Yaşam kalitesinin değerlendirilmesi öncelerde hastalık gruplarına özel olarak düşünüldüğünden, ölçümü kliniklerde yapılmaktaydı. Günümüzde ise yaşam kalitesini ölçmede kullanılan çok sayıda ölçek geliştirilmiştir. Yaşam kalitesi ölçekleri, uygulandıkları topluluklara göre genel (tüm topluluklara uygulanabilen) ve özgün (belirli hastalık gruplarına uygulanan) ölçekler olarak gruplanmaktadır. Bu ölçekler genellikle yaşam kalitesini; fiziksel fonksiyon, sosyal fonksiyon, ruh sağlığı gibi farklı boyutlara ayırarak değerlendirmektedir. Mevcut ölçekler sağlıklı kişilerde, belirli sağlık sorunları olan kişilerde, belirli yaş gruplarına özel ya da toplumun genelinde yaşam kalitesini ölçebilmektedir. Bu ölçekler kullanılarak yaşam kalitesi; sosyal, fiziksel, ruhsal ve akli fonksiyonları içeren “fonksiyonellik” ve yaşamdan alınan tatmin ile sağlık durumunu içeren “algılar” olarak iki ana bileşen halinde değerlendirilebilir (Özkara, 2017).

Yaşam kalitesini değerlendirmek için çeşitli ölçekler vardır. Yaşam kalitesini değerlendirmek amacıyla kullanılacak ölçekler çok boyutlu, kullanışlı, geçerli ve güvenilir olmalıdır. Sağlıkla ilgili yaşam kalitesini değerlendirmede kullanılan ölçekler, genel yaşam kalitesi ölçekleri ve hastalığa özgü yaşam kalitesi ölçekleri olarak iki grupta toplanmaktadır. Dünya Sağlık Örgütü, standardizasyonu sağlamak amacıyla, yaşam kalitesini ölçme ve değerlendirme için ölçekler hazırlamaktadır. Dünya Sağlık Örgütünün çalışmaları sonucunda, kişinin iyilik halini ölçen ve kültürler arası karşılaştırmalara olanak veren geniş kapsamlı World Health Organization-Quality of Life (WHOQOL) geliştirilmiştir. Dünya çapında 15 merkezde yapılan pilot çalışmalar sonucu, 100 soruluk WHOQOL-100 ve arasından seçilen 26 sorudan oluşan WHOQOL-BREF oluşturulmuştur. Kullanım alanı, WHOQOL BREF için genellikle geriatri dönem olmuştur. WHOQOL-BREF ölçeği, biri genel algılanan yaşam kalitesi, diğeri algılanan sağlık durumunun sorgulandığı iki soruyla birlikte toplam 26 soru 4 alan (Alan I, II, III ve IV) olarak hazırlanmıştır. WHOQOL BREF Türkçe dahil 20’den fazla dile çevrilmiştir. Türkçe’ye uyarlanması Eser ve arkadaşları

tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe versiyonuna 27.soru, ulusal çevre alanı (Alan V) olarak eklenmiştir ve sadece ulusal çalışmalarda kullanılmaktadır. Farklı çalışma grupları için ek modül geliştirme çalışmaları da devam etmektedir (Gönülateş, 2016).

2.2. Herkes İçin Spor

2.2.1. Herkes için sporun tanımı, kapsamı ve amaçları

“Herkes İçin Spor” (HİS) kavramı, Avrupa Konseyi Spor Gelişim Komitesi tarafından sosyal durum, sınıf, ırk, özür ve engelliliklerine bağlı olmaksızın spor yapmayı arzu eden herkesin serbest zamanlarını spor ile değerlendirmesi ve katılımının mümkün kılınması şeklinde tanımlanmıştır. Bu tanım incelendiğinde HİS kavramı, toplumdaki tüm bireylerin spor hakkından faydalanması, sporun demokratikleştirilmesi, toplumun her grubunda sporun yaygınlaştırılması, mümkün olan en yüksek sayıda bireyin spora katılımının sağlanması ideallerine dayanır (Zorba ve ark., 2005, s.5).

Herkes için sporun amacı; eğlence ve sağlık kavramlarını aynı zamanda gerçekleştirmektir. Herkes için sporun amaçlarına paralel olarak sporun demokratikleşmesi ve yaygınlaştırılması, toplumda genel sağlığı olumlu yönde etkileyerek sağlıklı insan sayısını arttıracaktır (Zorba, 1999, s.2).

2.2.2. Herkes için sağlıklı spor

İnsanlığın varoluşundan bu yana üzerinde durulan ve yaşam kalitesini doğrudan etkileyen bir kavram olan sağlık, bireyin fiziksel, sosyal ve ruhsal açıdan iyi olması, bireyin ailesi, çevresi ve toplum ile birlikte bütün halinde sağlıklı olmasıdır (Murathan, 2013, s.35). Bireylerin sağlıklı olabilmesi için sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının benimsemesi ve yaşamında alışkanlık haline getirmesi gerekmektedir. Toplumun sağlık düzeyi; bireylerin yaşam kalitelerinin iyileştirilmesi, sağlığı korumak için gereken görev ve sorumlulukların bilincinde olarak davranılması, riskli davranışlardan kaçınarak sağlığı korumak, iyileştirmek ve geliştirmek amacıyla sağlıklı yaşam bilinci geliştirilmesi ile doğrudan ilişkilidir. Sağlıklı toplum, sağlıklı birey sayısının fazla olmasıyla mümkündür (Murathan, 2013, s.37).

Sağlık için egzersizin amacı, sedanter yaşam tarzının neden olduğu fiziksel ve organik bozuklukları önlemek, iyileştirmek veya yavaşlatmak, fizyolojik ve morfolojik kapasiteyi

yükseltmek, sağlık ve fiziksel uygunluğu koruyarak uzun yıllar muhafaza etmektir. Düzenli fiziksel aktivite yapmak kişilere fizyolojik, psikolojik ve sosyolojik açıdan fayda sağladığı bilimsel çalışmalarla ortaya çıkan bir gerçektir. Bu nedenle dünyada ve ülkemizde fiziksel aktivite ve egzersizin önemi ve duyulan ilgi gün geçtikçe artmaktadır (Zorba&Saygın, 2017, s.41).

2.2.3. Fiziksel sağlık ve spor

Düzenli ve programlı bir şekilde fiziksel aktivite yapmak, bireylerin bedensel rahatsızlıklarının olumlu yönde değişmesini ve fiziksel açıdan daha iyi ve sağlıklı hissetmesini sağlar. Yapılan araştırmalar, düzenli fiziksel aktivite ve egzersiz yapmanın fiziksel sağlığa olumlu etkilerini ortaya çıkarmaktadır. Haftada en az 3 gün, günde 30-60 dakika arası, maksimal kalp atım sayısının %60-70'i kadar bir yüklenme ile büyük kas gruplarıyla yapılan dinamik egzersizler ile fiziksel sağlık olumlu yönde etkilenmektedir (Zorba ve ark., 2005, s.120).

Düzenli yapılan egzersizin fiziksel sağlığa faydaları aşağıda verilmiştir.

- Vücut postürü düzgünleşir.
- Harcanan kaloriler dengeli beslenme ile birlikte fiziksel görünümün olumlu yönde etkiler.
- Metabolizma daha düzenli çalışır.
- Denge, koordinasyon, kuvvet, dayanıklılık ve sürat gibi temel motorik özellikler gelişir.
- Solunum kasları kuvvetlenir, istirahat solunumu düşer.
- Osteoaritis, kanser, kardiyovasküler hastalıklar, obezite ve hipertansiyon gibi hastalıkların oluşma riski azalır.
- Bel, sırt ve boyun ağrılarında azalma görülür.
- Kandaki HDL lipoproteinlerde artış görülürken, LDL lipoproteinlerde azalma görülür.
- Sakatlıklara karşı direnç artar.
- Genel sağlık olumlu yönde etkilenir.
- Kas kuvveti ve dayanıklılığında artış görülür.
- Maksimal O₂ tüketimi artar.

- Bağıışıklık sistemi güçlenir.
- Kemiklerin yoğunluğunda artış olur (Zorba&Saygın, 2017, s.42).

2.2.4. Zihinsel sağılık ve spor

Fiziksel aktivite, bireyin yalnızca fiziksel açıdan değıil zihinsel, sosyal ve toplumsal açıdan da gelişmesi için iyi bir araçtır. Düzenli fiziksel aktivite, kişinin fiziksel sağılık ve görünümüne etkilerinin yanında zihinsel sağılığa, psikolojik dinamizmine, sosyal ve toplumsal yaşantısına da faydalıdır (Özdenk, 2018, s.82). Düzenli yapılan egzersizin zihinsel sağılığa faydalarından bazıları aşağıdaki gibidir.

- Düzenli egzersiz stres seviyesini ve baskıları azaltır. Zihin daha zinde olur.
- Konsantrasyon yeteneğı artar.
- Dikkat, algılama ve anlama gibi zihinsel beceriler gelişir.
- Hafıza güçlenir (Zorba&Saygın, 2017, s.41).

2.2.5. Ruhsal sağılık ve spor

Egzersiz ile birlikte kişinin beden ve ruh sağılığı gelişir. Yapılan araştırmalar kişinin sadece fiziksel amaçlar için değıil; irade, motivasyon, stresle başa çıkma, özgüven, sosyalleşme, dayanışma gibi sosyal ve duygusal amaçların da spor yapma amaçlarının içerisinde olduğı belirtilmiştir.

Düzenli yapılan egzersizin ruhsal sağılığa faydaları aşağıda verirmiştir.

- Güçlü bağlar kurabilme yeteneğı gelişir.
- Özgüven duygusu artar.
- Takım ruhu, dayanışma ve iş birliğı içinde çalışma, grup etkileşimi gibi davranışlar gelişir.
- Kişilik ve karakter oluşumunda etkilidir.
- Kişinin kendini beğenme ve başkaları tarafından beğenilme duyguları tatmin olur.
- Birey günlük yaşantısında daha enerjik, daha verimli olur.

- Organizma beden ve ruhsal streslerle başa çıkar, yıpratıcı etkilerinden korunur.
- Asabi ve hiperaktif yapı sakinleşir.
- Çabuk arkadaşlık kurma, paylaşma, dayanışma, yardımlaşma duyguları gelişir.
- Mücadele ve dayanma gücü artar.
- Hoşgörü duygusu gelişir.
- Duygularını kontrol edebilmesi gelişir.
- Kişi kendi sınır ve sınırlılıklarını tanıyarak kendi aşma potansiyelini geliştirir (Özdenk, 2018, s. 84).

2.2.6. Dünya’da herkes için spor anlayışı

Spor herkes içindir. Bireyin yaşı, cinsiyeti ne olursa olsun fiziksel aktivite ve spor eğlenmek, sağlığı geliştirmek, insanlarla sosyalleşerek kendilerini daha iyi hissetmesi için en iyi yoldur.

Herkes için spor, herkesin faydalanacağı, eğleneceği, hoşlanacağı ve sağlığını koruyacağı derecede kolaylaştırmayı hedefleyen uluslararası bir programdır (Zorba, 1999, s.7).

1927’de Frederiko Gaelzer Brezilya’nın güneyinde, Porto Alegre kentinde “Halka Açık Rekreasyon” kurmuştur. Gaelzer, fiziki faaliyetleri normlara bağlamak ve yarışmak dışında katılmaya önem vererek, sokaklarda ve meydanlarda oyunlar ve spor şenlikleri düzenlemiştir.

19. yüzyılda cimnastik, İskandinavya, Almanya ve Bohemya’da büyük ilgi görmüştür. 1920’li yıllarda Weimar hükümeti, Almanya halkını spor yapmaya teşvik etmiştir. 1931 yılında Rusya, “Çalışma ve Savunmaya Hazır Olmak” adında fiziksel eğitimi amaçlayarak program yayınlamıştır. Endonezya’da folkloru da ihtiva eden geleneğe dayanan kitle sporu yapılmıştır.

Türkiye’de “Herkes İçin Spor” fikrini 1923 ve 1937 yıllarında Atatürk ortaya atmıştır. “Her yaştaki Türk için beden eğitiminin sağlanması” düşüncesi, günümüzün “Herkes İçin Spor” anlayışı çok önceden Atatürk tarafından ifade edilmiştir.

Kazakistan Cumhuriyeti 1991 yılında bağımsızlık aldıktan sonra sporu geliştirmeye yönelik projeler yapılmıştır. Kazakistan'ın Kurucu Cumhurbaşkanı, Elbaşı Nursultan Nazarbayev döneminden itibaren Herkes İçin Spor'un gelişmesine adımlar atıldı.

Yıllardır spor, boş zaman aktivitesi olarak görülmüştür fakat yüzyılımızın başından itibaren gereken önem verilerek uzmanlar tarafından önemsenmeye başlanmıştır. 1975'ten itibaren UNESCO aktif rol oynayarak 1980'de "Bütün Dünya İçin Spor Programı" (Sport For All Programmes Throughout The World) adlı raporu hazırlamıştır. Bu programın amacı, bireylerin ilgisini spora çekerek yaşam kalitesini, sosyal etkinliklerin kalitesini yükseltmek ve kötü alışkanlıklar ve davranışlardan uzak tutmaktır (Zorba, 1999, s.9).

Eski sovyetler birliği

Sovyetler Birliği'nde doksan milyon kişi Kolkhoz ve Sovkhoz denilen çiftliklerde egzersiz ve spor yapmıştır. Voleybol, kros, kayak, basketbol, futbol gibi branşların yaygın olduğu ülkede yetmişden fazla spor dalı yapılmıştır. Tenis kortları, futbol sahaları, basketbol salonları, hokey alanları gibi sekiz yüz binden fazla spor tesisi 28-30 milyon kişiyi bir araya getirmiştir. Malzeme, giyim eşyaları ve antrenörlerin bulunduğu tesislerde, çoğu masraf devlet tarafından karşılanmıştır. 1985'te kısa adı 'GTO' olan spor programı ile, eğlenmek, sağlığı korumak, çocukların sağlık kurallarını öğrenmesi, egzersizin önemini anlamak hedeflenmiştir. Rus halkı için en önemlisi seksen milyon sporcunun yarıştığı hem yaz hem de kış sporlarını kapsayan "Sportakiade"dir. Yarışmalar, şenlikler ve festivaller, mümkün olan en fazla sayıda kişinin spor yapması ve spora ilgi duyması için düzenli bir şekilde yapılmıştır. Spor komitesi "Sağlık İçin Spor" temalı sağlığa uygun koşu, yürüyüş, yüzme, kayak, kros gibi yarışmalar düzenlemiştir (Zorba, 1999, s.11).

Japonya

Japonya'da spor 1887'lerde öncelikle erkek okullarında başlamıştır. On yıl sonrasında okul dışında da spor yapılmıştır. İlk Japon Olimpiyat Komitesi yani "Büyük Japon Beden Eğitimi Derneği (Great Japan Society of Physical Education)" kurulmuştur. 1924 yılında Japonya'da "Herkes İçin Spor" un ilk adımlarını oluşturan "Beden Eğitimi Milli Enstitüsü" kurulmuştur. Bu enstitünün amacı; kadın, erkek, yaşlı, genç her yaştan ve cinsiyetten bireyin egzersiz yapması, bunu ömür boyunca sürdürmesi sağlanması, haftanın belirli gün ve saatlerinde

bireylerin spor yapma alışkanlığı kazanmasını sağlamaktır. 1926'da Bayan Spor Federasyonu kurulmuştur. Bu dönemde yapılan sporsal faaliyetler hükümet tarafından desteklenerek, beden eğitiminin okul dışında da ilgi görmesi amaçlanmıştır. Savaşın sonra 1950'li yıllarda bedensel faaliyetlerin devam etmesi amacıyla daha çok askeri sporların etkisinde olan bir kurum kuruldu. 1972 yılında "Yüksek Sağlık ve Beden Eğitimi Kurulu" sportif etkinlikleri eğlenceli yönleriyle ele alarak yaygınlaştırılmanın gerektiğini vurgulayarak, "Herkes İçin Spor" programını ilk kez ortaya atan kurumdur. "Herkes İçin Spor" Japon toplumunda aşırı denebilecek derecede fakat sağlık bilinci unutulmadan popüler olmuştur (Zorba ve ark., 2005, s.52).

Singapur

Singapur'da açılan Bölgesel Spor ve Sağlık Merkezleri (RSFC), içerisinde aerobik, cimmastik, yüzme, koşu gibi fiziksel aktivitelerin yapılabileceği çok amaçlı salonlar barındıran spor ve sağlık merkezleridir. Gok Chak tarafından 1996'da ortaya atılan 'Yaşam İçin Spor' toplumdaki her bireyin spor, sağlık ve oyun faaliyetlerine katılmalarına fırsat sağlamıştır. Bu merkezlerde hem sağlık hem de vücut kompozisyonunu korumak amacıyla, voleybol, basketbol, hentbol, badminton, masa tenisi, jogging, yürüyüş, aerobik, dans, golf, kaya-duvar tırmanışı, squash netball gibi çeşitli sporlar yapılmaktadır (Zorba ve ark., 2005, s.54).

Çek Cumhuriyeti

Çek Cumhuriyeti'nde toplumdaki bireylerin sportif etkinliklere taleplerini karşılamak amacıyla devlet tarafından eğitimler takip edilmiştir, bütçeler verilerek talep karşılanmıştır. HİS komiteleri ve Milli Eğitim Bakanlığına bağlı Herkes İçin Spor Kurumları gereken ihtiyaçları karşılayarak, eğitimleri ücretsiz olarak yapmaktadır. HİS'in görevleri, sportif faaliyetleri geniş kitlelere yaymak ve yaygınlaştırılması konusunda çalışmalar yapmak, sporun çocukların zihinsel ve fiziksel gelişimlerini etkileyeceği düşünüldüğünden yaşam biçimi haline getirilmesi amaçlanmaktadır. H.İ.S. Federasyonu Avrupa'nın en eskisidir ve 135. kuruluşunu kutlamıştır (Zorba, 1999, s.18).

Fransa

Fransa'daki spor etkinliklerinin arasında Herkes İçin Spor faaliyetleri üst düzeyde yer almaktadır. Herkes İçin Spor faaliyetlerine Fransa halkının %44'ü katılmaktadır. Bu rakam dünya ülkeleri ile kıyaslamak olursak iyi bir göstereştir. Yaş olarak 15 yaş ve üstündekiler ayda en az bir veya iki defa sportif etkinliklere katılacaklardır. (Zorba, 1999, s.19).

Ayrıca halkın kalabalık olacağı yerlerde de herkes için spor faaliyetleri düzenlenmektedir. Fransa Cumhuriyeti'nin yöneticileri herkesin katılabileceği spor programlarına yüksek miktarda bütçe ayırmaktadır. Devletin ayırdığı bütçeden hariç iş adamları da halkın yaşam kalitesini artırmak amacıyla planlanan spor etkinliklerine destek veriyorlar.

Macaristan

1890'dan bu yana Macaristan'da Herkes İçin Spor adına yapılan faaliyetler gelişme göstermiştir. 10 milyon nüfuslu Macaristan'ın neredeyse yarısı herhangi bir sportif etkinliğe katılmaktadır. 1920-1990 yılları arasında 100 tane okulda spor salonları, 1996'ya kadar da 800 tane spor salonu inşa edilmiştir. 2800 tane spor salonu bulunan Macaristan, toplumun tamamının haftada dört gün spor yapmasına müsait alt yapıya sahiptir ve bu önemli bir başarıdır (Zorba, 1999, s.20).

Polonya

Polonya'da Herkes İçin Spor faaliyetleri aile boyutunda ele alınmış, ailenin yönlendirilmesi ve bilinçlenmesi amaçlanmış, çocuklar ile ebeveynleri arasındaki ilişkinin daha sağlıklı ve verimli olmasına katkı sağlayacağı düşünülmüştür (Zorba, 1999, s.21).

Polonya Cumhuriyeti'nin aile dışında kalan üyeleri ister iş yeri, ister kamplarda, ister ceza evlerinde olsa bile düzenli egzersiz yapıyorlar. Devlet olarak herkes için spor faaliyetlerini desteklemektedirler. Devlet kurumlarında ve özel iş yerlerinde çalışan her yaştaki insanların katılabileceği yarışmalar düzenleniyorlar.

İsveç

Eğlence ve sağlık için spor, İsveç toplumunun yaşam tarzı olmuş ve eğitimin bir parçası haline gelmiştir. İsveç Spor Konfederasyonu, çocuklar ve gençler için politika izlemiştir, gelecek planlarını da çocuk ve halk sağlığı üzerine yapmışlardır (Zorba,1999, s.21).

İsveç Hükümeti dünyadaki spor federasyonlarına ve uluslararası spor kuruluşlarına üye olan devletler arasında yer almaktadır. İsveç Cumhuriyeti'nin köylerinde yaşayan herkesin spora katılmasını devlet olarak desteklemektedir.

Afrika ülkeleri

Afrika'da büyük meydanlarda yapılan hafif tempolu koşular ve yürüyüşler dışında Herkes İçin Spor faaliyetlerinden bahsetmek mümkün değildir. Afrika'da Herkes İçin Spor çalışmaları, herkesin haftada iki defa otuz dakikalık günlük spor yapmasını hükümet kararı ile meşrulaştırmıştır.

Köklü bir gelişme gösterememesine rağmen 1896 yılında Tunus'da toplanan kurul ile "Herkes İçin Spor Afrika Konfederasyonu" kurulmuştur.

1988'de Danimarka Cimnastik ve Spor Birliği ve Danimarka Spor Konfederasyonu, Tanzanya ve Güney Afrika'da kültür ve spor projesi yürütmüştür. (Zorba, 1999, s.23).

Danimarka Cimnastik ve Spor Birliği, Zimbabwe Amatör Cimnastik Federasyonu ile 1993-1997 yılları arasında cimnastiği geliştirmek amacıyla uygulanan projeden sorumlu olmuştur.

Güney Afrika'da sporu geliştirmek amacıyla 1993 yılından itibaren Cape Town'ın merkezi ve kırsal bölgelerinde spor eğitimi başlatarak sosyal ve sportif yapıyı geliştirmeyi amaçlamıştır (Zorba, 1999, s.25).

Almanya

Almanya'da Oldenburg Üniversitesinden Jürgen Dickert'e göre "Herkes İçin Spor"un tarihi, bir yüzyıla dayanmaktadır.

Endüstriyel ülkelerdeki bu değişiklik tarımsal alandaki değişiklikten çok daha fazladır. İnsan vücudu ve onun kapasitesinin gelişimi ve gerçek yaşamın şartları için “Herkes İçin spor” insanın geleceği için de çok önemlidir. Yani daha sağlıklı nesiller yetişmesi açısından ele alınmıştır (Zorba, 1999, s.8).

“Herkes İçin spor” artık günlük yaşantımızda çok önemli bir konuma gelmiş, bir dünya mesajı haline getirilmiştir ki, politikacılar, çevre planlamacılar, doktorlar, borsacılar bu H.İ.S. olgusunu baz alarak işlerini yürütmek zorundalar. (Zorba, 1999, s.20)

Kazakistan

Kazakistan Cumhuriyeti'nin ilk Cumhurbaşkanı olan Elbasy Nursultan Abişevîç Nazarbayev, «Kazakistan-2050 stratejisi»: devletin yeni siyasi yönü» adlı Kazakistan halkına açıklamasında: "Fiziksel kültür ve spor devletin odak noktası olmalıdır. Ulusun sağlığının anahtarı olan sağlıklı bir yaşam tarzıdır. Ancak, ülkemizdeki tüm spor tesisleri, spor ekipmanları için yeterli değildir. Bu bağlamda, hükümet ve yerel makamlar, fiziksel kültür, herkes için spor gelişmesi ile ilgili çalışmalar yapılması lâzım ve avlu da dahil olmak üzere fiziksel ve sağlık tesislerinin inşası için önlemler almalıdır" demişti (Nazabayev, 2012).

Ülke boyunca Herkes İçin Spor faaliyetlerini Kazakistan Cumhuriyeti Kültür ve Turizm Bakanlığı başta olmak üzere, valilikler, federasyonlar, yerel ve kamu yönetimi kuruluşları, üniversiteler, liseler ve orta okullar yürütmektedir. Herkes İçin Spor geliştirme amacıyla şehirlerdeki konut komplekslerinde, köylerde, yatılı çalışan iş yerlerinde spor tesisleri çoğalmaktadır. Üniversite ve kolejlerde çalışan öğretmenler arasında “Öğretmenler Sportakiadesi”, öğrenciler arasında ise “Öğrenciler Sportakiadesi” ve her sene üniversite öğrencileri arasında “Üniversiade” düzenlenmektedir. Nevruz bayramında tüm halkın katılabileceği Kazak güreşi, halat çekme, bilek güreşi, aşık oyunu gibi spor yarışmaları yapılmaktadır.

Gençler arasında Herkes İçin Spor geliştirme amacıyla üniversiteler ve kolejlerde tüm bölümlerde eğitim gören 1. ve 2. sınıftaki öğrencilere haftada 2 kere “Beden Eğitimi ve Spor” dersi zorunlu olarak yürütülmektedir.

Türkiye

Türkiye’de de “Herkes İçin Spor” düşüncesini Atatürk 1923 ve 1937 senelerinde yapmış olduğu konuşmalarında şöyle ifade etmiştir:

“Türk çocukları her kavmin çocukları gibi doğdukları andan itibaren tabiatın kendilerinde yarattığı hareket ve faaliyete, ellerini, kollarını, bacaklarını hareket ettirmekle başlarlar. Sonra çocuk büyüyünce bulunduğu muhitin şartlarına göre tarlalarda, bayırlarda, tepelerde, kayalıklar içinde, ormanlarda koşar, yürür hiç de yaptığığın ne olduğunu düşünmeksizin bugünkü ilim dünyasının spor dediğini kendiliğinden yapar. Güreşir, ata biner, atlar, cirit oynar ve daha bir çok milli sporları yapar. Türk çocuğunun bu yapmakta olduğu milli sporlar bugünkü medeni addedilen dekor içinde belki en az muvaffakiyeti gösteren bir haldir. Fakat Türk içtimai bünyesinde spor hareketlerini tanzime memur olanlar, Türk çocuklarının spor hayatını yükseltmeyi düşünürken sadece gösteriş için herhangi bir müsabakada kazanmak emeliyle bir spor yapmaları yerine, bütün her yaştaki Türk için beden eğitimi sağlamalıdır. ‘Sağlam kafa, sağlam vücutta bulunur’ sözünü atalarımız boşuna söylememişlerdir.” (Zorba, 1999, s.8)

1982 Anayasasının 59. Maddesinde “Devlet her yaştaki Türk vatandaşlarının beden ve ruh sağlığını geliştirecek tedbirler alır. Sporun kitlelere yayılmasını teşvik eder” denmektedir. Uzunca bir zamandır gerek bazı federasyonların gerekse bazı gönüllü kuruluşların çalışmaları şeklinde organize edilen herkes için spor faaliyetlerinin kurumlaştırılması gereği 8-11 Mayıs 1990 tarihinde yapılan Spor Şurasında tekrarlanmıştır ve 12 Haziran 1990 tarihinde Herkes İçin Spor Federasyonu resmen kurulmuştur.

Genel olarak Türkiye Cumhuriyeti’ndeki “Herkes İçin Spor” faaliyetlerini Gençlik ve Spor Bakanlığı, Türkiye Herkes İçin Spor Federasyonu, üniversiteler, kulüpler vb. yürütmektedir.” (Zorba, 1999, s.8)

3. YÖNTEM

Bu bölümde, araştırmanın modeli, araştırmada kullanılan veri toplama araçları, verilerin analizinde kullanılan istatistiksel tekniklerle ilgili açıklamalar yer almaktadır.

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma üniversite öğrencilerinin herkes için spor kavramı hakkındaki görüşlerini ve yaşam kalitesi düzeylerinin nasıl olduğunu betimlemeyi amaçladığından tarama modeline göre tasarlanmıştır. “Tarama modelleri geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımlarıdır. Araştırmaya konu olan birey ya da nesne kendi koşulları içinde ve olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır. Onları herhangi bir şekilde değiştirme, etkileme çabası gösterilmez. Bilinmek istenen şey vardır ve oradadır. Önemli olan ona uygun bir biçimde gözleyip belirleyebilmektir.” (Karasar, 2012, s.77). Üniversite öğrencilerinin herkes için spor kavramı hakkındaki görüşlerinin ve yaşam kalitesi düzeylerinin belirlenebilmesi amacıyla öğrencilerden hem bu değişkenler hem de cinsiyet, medeni durum, yaş, sınıf düzeyi gibi bağımsız demografik değişkenlere ait veri toplanmış ve bu grubun özellikleri betimlenmeye çalışılmıştır. Ayrıca herkes için spor ve yaşam kalitesi değişkenleri arası ilişkiler ve demografik değişkenlere göre herkes için spor ve yaşam kalitesi düzeylerinde bir farklılık olup olmadığı da incelenmiştir. Bu sebeple bu araştırma tarama modelleri içinde yer alan ilişkisel tarama modeline göre tasarlanmıştır. İlişkisel tarama modelleri iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını ve/veya değişim derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir (Karasar, 2012, s.81). İlişkisel çözümleme korelasyon türü ve karşılaştırma yolu olmak üzere iki türlü yapılabilir. “Korelasyon türü ilişki araştırmalarında değişkenlerin birlikte değişip değişmedikleri, birlikte bir değişme varsa bunun nasıl olduğu öğrenilmeye” (Karasar, 2012, s.82) çalışılırken “karşılaştırma yolu ile sınanmak istenen bağımsız değişkene gruplar oluşturulur ve bağımlı değişkene göre aralarında bir farklılaşma olup olmadığına bakılır.” (Karasar, 2012, s.84).

3.2. Evren ve Örneklem

Bu çalışmanın evrenini Türkiye ve Kazakistan Devlet Üniversitelerinde bulunan Spor Bilimleri Yüksekokulları ve Spor Bilimleri Fakülteleri oluşturmaktadır. Bu üniversiteler

içerisinden basit tesadüfî örnekleme yöntemine göre altışar üniversite seçilmiş ve bu üniversitelerdeki Spor Bilimleri Fakülteleri ile Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulları örnekleme dâhil edilmiştir. Örnekleme seçilen fakülte ve yüksekokullar Çizelge 3.1’de yer almaktadır.

Çizelge 3.1. Örneklemede Yer Alan Spor Bilimleri Fakülteleri ile Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulları

Türkiye’den Seçilen Fakülte ve Yüksekokullar	Kazakistan’dan Seçilen Spor Bilimleri Fakülteleri
Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi	Lev Gumilyev Avrasya Kazak Milli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi
Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi	Almatı Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi
Bartın Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi	Hoca Ahmet Yesevi Uluslararası Türk-Kazak Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi
Gümüşhane Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu	Abay Kazak Milli Pedagoji Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi
Hitit Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi	Kazak Kızlar Milli Pedagoji Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi
Kars Sarıkamış Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu	Muhtar Auezov Güney Kazakistan Devlet Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Ölçekler öğrencilere dağıtılmadan önce, ilk olarak kendilerine araştırmanın amacı konusunda bilgi verilmiştir. Bu fakülte ve yüksekokullarda yer alan tüm öğrencilere veri toplama araçları Google formda uygulanmış, gönüllülük esasına göre veri toplanmıştır. Verilerin toplanmasında herhangi bir süre kısıtlaması yapılmamıştır. Hem Türkiye hem de Kazakistan’dan 801 öğrenciden veri toplanmıştır. Ancak veri toplama araçları incelendiğinde eksik veri bulunan katılımcıların verileri çıkarılmış ve Türkiye’den 701 Kazakistan’dan ise 689 katılımcının verileri araştırma için kullanılmıştır. Çizelge 3.2’de katılımcıların demografik verilerine ait bilgiler yer almaktadır.

Çizelge 3.2. Katılımcıların Demografik Bilgileri

Demografik Özellikler		Ülke			
		Türkiye		Kazakistan	
		Frekans	%	Frekans	%
Yaş	18 yaş altı	62	8,8	185	26,9
	18-19 yaş	176	25,1	291	42,2
	20-21 Yaş	226	32,2	128	18,6
	22-23 Yaş	144	20,5	51	7,4
	23 Yaş üstü	93	13,3	34	4,9
	Toplam	701	100	689	100
Cinsiyet	Kadın	255	36,4	430	62,4
	Erkek	446	63,6	259	37,6
	Toplam	701	100	689	100
Medeni Durum	Bekâr	549	78,3	619	89,8
	Evli gibi yaşıyor	37	5,3	11	1,6
	Evli	91	13,0	47	6,8
	Ayrılmış	24	3,4	12	1,7
	Toplam	701	100	689	100
Sınıf Seviyesi	1. Sınıf	122	17,4	309	44,8
	2. Sınıf	207	29,5	177	25,7
	3. Sınıf	202	28,8	140	20,3
	4. Sınıf	170	24,3	63	9,1
	Toplam	701	100	689	100

Çizelge 3.2. incelendiğinde Türkiye'deki öğrencilerin % 36,4'ünün kadın, % 63,6'sının erkek; Kazakistan'daki öğrencilerin ise % 62,4'ünün kadın, % 37,6'sının erkek olduğu görülmektedir. Katılımcılar yaşları açısından incelendiğinde 18 yaş altı öğrencilerin Türkiye'de % 8,8; Kazakistan'da % 26,9; 18-19 yaş grubundaki öğrencilerin Türkiye'de % 25,1; Kazakistan'da % 42,2; 20-21 yaş grubundakilerin Türkiye'de % 32,2; Kazakistan'da

% 18,6; 22-23 yaş grubundakilerin Türkiye’de % 20,5; Kazakistan’da % 7,4; 23 yaş üstü öğrencilerin ise Türkiye’de % 13,3; Kazakistan’da % 4,9 oranında olduğu görülmüştür. Öğrencilerin medeni durumlarına bakıldığında büyük çoğunluğunun bekâr olduğu ortaya çıkmaktadır. Türkiye’deki öğrencilerin % 78,3’ü; Kazakistan’daki öğrencilerin ise 89,8’i bekâr olduklarını ifade etmişlerdir. Ayrıca Türkiye’deki öğrencilerin %5,3’ü; Kazakistan’daki öğrencilerin ise % 1,6’sı evli gibi yaşadığını; Türkiye’deki öğrencilerin % 13’ü; Kazakistan’daki öğrencilerin ise % 6,8’i evli olduğunu belirtmiştir. Bununla birlikte Türkiye’deki öğrencilerin % 3,4’ü; Kazakistan’daki öğrencilerin ise % 1,7’si ayrılmış olduklarını ifade etmişlerdir. Katılımcıların sınıf düzeylerine bakıldığında 1. Sınıf öğrencilerinin Türkiye’de %17,4; Kazakistan’da % 44,8; 2. sınıf öğrencilerinin Türkiye’de % 29,5; Kazakistan’da % 25,7; 3. Sınıf öğrencilerinin Türkiye’de % 28,8; Kazakistan’da % 20,3; 4. sınıf öğrencilerinin ise Türkiye’de % 24,3; Kazakistan’da % 9,1 oranında olduğu görülmüştür.

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama amacıyla “Demografik Bilgi Formu”, “Yaşam Kalitesi Ölçeği”, araştırmacı tarafından hazırlanmış olan “Herkes İçin Spor Farkındalığı Anketi” ve Doktora tezi kapsamında Kazak dilinde ilk olarak B.Yermakhanov ve ark. (2021), tarafından geliştirilen “Yaşam Kalitesi Ölçeği” (Kazakça versiyonu), "WHO Quality of Life Scale Short Form (WHOQOL-Bref) in Kazakh Language" kullanılmıştır.

3.3.1. Herkes için spor farkındalığı anketi

Herkes için Spor Farkındalığı Anketi araştırmacı tarafından geliştirilmiştir. Anket geliştirme sürecinde “problemi tanımlama, madde (soru) yazma, uzman görüşü alma ve ön uygulama yapma” (Büyüköztürk, 2005) aşamaları izlenmiştir. İlk olarak Herkes için Spor kavramına yönelik alan yazın taraması yapılmış ve anket soruları yazılmıştır. Daha sonra yazılan sorular alan ve dil uzmanlarına gönderilmiştir. Uzmanlardan gelen dönütler ile ankete son hali verilerek ön uygulama yapılmıştır. Ön uygulama sonucunda elde edilen verilerle ölçümlerin geçerlik ve güvenirlik analizleri yapılmıştır.

I. Geçerlik analizi

Alan yazın taraması sonrasında araştırmacı tarafından yazılan ve uzmanlardan gelen dönütler doğrultusunda son hali verilen 11 madde pilot uygulama grubuna uygulanmıştır. 200 kişilik bir gruba uygulanan anket verileri ile faktör analizi yapılmıştır.

II. Faktör analizi

Faktör analizine başlamadan önce verilerin faktör analizine uygun olup olmadığını belirlemek için KMO katsayısı hesaplanmış ve Barlett Sphericity Testi yapılmıştır. KMO değeri, 823 olarak belirlenmiş; Barlett Sphericity Testi ise anlamlı bulunmuştur ($\chi^2=1360,229$; $p=,000$). Hem KMO hem Barlett Testi sonuçlarının istenen düzeyde olması veri grubunun faktör analizi yapmaya uygun olduğunu göstermektedir. Bu doğrultuda yapılan AFA sonucunda maddelerin özdeğeri 1'den büyük tek faktörün olduğu ve bu faktörün açıkladığı varyansın % 29,183 olduğu görülmüştür. Çizelge 3.3'de maddelere ilişkin faktör yükleri ve ortak faktör varyansı sunulmuştur.

Çizelge 3.3. Maddelerin Faktör Yük Değerleri ve Ortak Faktör Varyansı

Maddeler	Faktör Yüğü	Ortak Faktör Varyansı
m1	,212	,461
m2	,299	,546
m3	,138	,372
m4	,324	,569
m5	,367	,606
m6	,379	,616
m7	,337	,581
m8	,329	,574
m9	,321	,567
m10	,287	,536
m11	,217	,465
Özdeğer:	3,210	
Açıklanan Toplam Varyans:	29,183	

III. Güvenirlik analizi

Ölçeğin güvenirliliğini belirlemek için Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı hesaplanmıştır. Analiz sonucunda ölçeğe ait güvenirlilik .738 olarak hesaplanmıştır. Güvenirlilik katsayılarının ,70 veya daha yüksek olması, yeterli olarak değerlendirilmektedir. Madde ölçümlerinin güvenirlilik düzeyleri incelendiğinde ölçümlerin iyi düzeyde güvenirliliğe sahip olduğunu söylenebilir.

Ölçekte yer alan her bir madde için madde-toplam korelasyonları ölçeğin tamamına ilişkin Cronbach Alpha güvenirlilik katsayıları Çizelge 3.4'te sunulmuştur.

Çizelge 3.4. Maddelere İlişkin Madde-Toplam Korelasyonları ve Cronbach Alpha Güvenirlilik Katsayıları

Maddeler	$\bar{X}$	S	Madde-Toplam Korelasyonu	Madde Çıkarıldığında Cronbach Alpha Güvenirlilik Katsayısı
m1	1,70	,455	,309	,729
m2	1,24	,430	,392	,722
m3	1,74	,839	,258	,743
m4	1,45	,771	,426	,713
m5	1,48	,500	,461	,712
m6	1,60	,852	,477	,705
m7	1,49	,723	,440	,710
m8	1,50	,500	,415	,717
m9	1,35	,696	,439	,711
m10	1,55	,815	,409	,716
m11	1,27	,447	,332	,726
Anketin Toplamına Ait Güvenirlilik Katsayısı				,738

IV. Demografik bilgi formu

Demografik bilgi formu araştırmacı tarafından hazırlanmış ve katılımcıların yaş, cinsiyet, medeni durum ve sınıf düzeyi bilgilerinin elde edilmesinde kullanılmıştır.

3.3.2. Yaşam kalitesi ölçeği (Türkçe versiyonu)

Yaşam Kalitesi Ölçeği Dünya Sağlık Örgütü tarafından 15 işbirliği merkezinin katılımıyla hazırlanmış; Eser, Fidaner, Fidaner, Yalçın Eser, Elbi ve Göker (1999) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. 27 sorudan oluşan ölçekte yer alan maddeleri kişi kendi yaşam kalitesine göre puanlamaktadır. WHOQOL-BREF ölçeği; bedensel alan, psikolojik alan, sosyal ilişkiler ve çevre olmak üzere dört alt boyuttan oluşmakta ve Likert tipi puanlanmaktadır. WHOQOL-BREF ölçeğinden toplam puan elde edilmemekte dört alt alan puanlarına ulaşılmaktadır. 27. sorunun puanlamaya katılamaması ve ayrı değerlendirilmesi sebebiyle bu soru araştırmaya dâhil edilmemiş ve 26 madde ile ölçüm yapılmıştır. 3, 4 ve 6. maddeler ters kodlanmakta ve alt alanlardan alınan yüksek puanlar daha iyi yaşam kalitesini göstermektedir. (Telatar, 2007). Ölçeğin alt alanlarının içerdiği başlıklar ve ölçek maddeleri Çizelge 3.5’de yer almaktadır.

Çizelge 3.5. Yaşam Kalitesi Ölçeği Alt Alanları (Telatar, 2007)

Alt Alan	İçerdiği Başlıklar	Yer Alan Maddeler
Fiziksel Alan	Günlük yaşam aktiviteleri, tıbbi bakıma ihtiyaç duyma durumu, canlılık, yorgunluk, hareketlilik, ağrı, rahatsızlık, uyku, dinlenme ve iş kapasitesi	3, 4, 10, 15, 16, 17, 18
Psikolojik Alan	Beden algısı, olumsuz düşünceler, olumlu düşünceler, kendine güven, dini ve kişisel inançlar, düşünme, öğrenme, hafıza ve konsantrasyon	5, 6, 7, 11, 19, 26
Sosyal Alan	Kişiler arası ilişkiler, sosyal destek ve cinsel yaşam	20, 21, 22
Çevre Alanı	Maddi kaynaklar, özgürlük, fiziksel güvenlik, sağlık sosyal hizmetlerin erişilebilirliği ve kalitesi, ev çevresi, yeni bilgi ve becerilere ulaşabilme fırsatları, boş zaman aktivitelerine katılma, fiziksel çevre (kirlilik, gürültü, trafik, iklim) ve ulaşım	8, 9, 12, 13, 14, 23, 24, 25

Geçerli ve güvenilir ölçümler yapan ölçeğin bu araştırma için de güvenilirliği test edilmiştir. Bu amaçla Cronbach Alpha katsayısı hesaplanmış ve değerler Çizelge 3.6’da sunulmuştur.

Çizelge 3.6. Yaşam Kalitesi Ölçeği Güvenirlik Analizleri

Alt Alanlar	Cronbach Alpha Katsayısı
Fiziksel Alan	,514
Psikolojik Alan	,686
Sosyal Alan	,801
Çevre Alanı	,836
Yaşam Kalitesi Ölçeği	,915

Güvenirlik katsayılarının ,70 veya daha yüksek olması, yeterli olarak değerlendirilmektedir. Çizelgede yer alan Cronbach Alpha Katsayıları incelendiğinde ölçeğin genel güvenilirlik düzeyi ile sosyal alan ve çevre alanı boyutlarının güvenilirlik düzeylerinin iyi düzeyde; fiziksel alan ve psikolojik alan boyutlarının güvenilirlik düzeylerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu ve ölçeğin araştırmada kullanmaya uygun olduğu söylenebilir.

3.3.3. Yaşam kalitesi ölçeği (Kazakça versiyonu)

Yaşam kalitesi ölçeğinin Kazakça versiyonunu ilk olarak Doktora tezi kapsamında B. Yermakhanov ve ark. (2021) tarafından geliştirilmiştir.

Ölçek 27 madde ve 5 alt boyuttan (Genel Sağlık, Fiziksel Sağlık, Psikolojik Sağlık, Sosyal İlişkiler, Çevre) oluşmaktadır. Verilerin analizinde envanterin yapı geçerliğine ilişkin olarak Doğrulamalı Faktör Analizi iç tutarlılığın belirlenmesi için ise, Cronbach Alfa güvenilirlik analizi kullanılmıştır. Doğrulamalı faktör analiz sonuçlarında, uyum iyiliği indeks değerleri, $\chi^2/sd(\chi^2=936.08, sd=289)=3.23$, GFI=0.88, CFI=0.86, NFI=0.80, RMSEA=0.66, SRMR=0.52, RMR=0.47, olarak belirlenmiştir. Envanterin iç tutarlılık kat sayılarının ise, 0.60 ile 0.90 arasında değiştiği belirlenmiştir. Sonuç olarak, “WHO Yaşam Kalitesi Ölçeği Kısa Formu”nun (Whoqol-Bref) Kazakça versiyonunun geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olduğu söylenebilir.

I. Yaşam kalitesi ölçeği Kazakça versiyonunun çeviri aşaması

Ölçeğin çevrilme sürecinde Brislin (1986) tarafından önerilen standart çeviri-geri çeviri (back translation) yöntemi kullanılmıştır. Ölçeğin İngilizce orijinali, önce araştırmacılar tarafından daha sonra da akademik olarak İngilizce eğitim görmüş iki uzman psikolog, spor bilimleri alanında uzman üç kişi tarafından incelenip Kazakçaya çevrilmiştir. Çeviri yapılırken ölçeğin Türkçe ile Rusça versiyonları da dikkate alınmıştır.

Elde edilen ölçekteki maddeler birbiri ile karşılaştırılmış ve aynı çeviriye sahip maddeler belirlenmiştir. Aynı çeviriye sahip maddeler ve farklı çeviriye sahip maddelerin her bir çeviri şekli yeniden farklı uzmanlara verilerek tekrar İngilizceye çevrilmiştir. Geri çevirisi yapılan ölçek maddeleri, orijinal envanter maddeleri ile karşılaştırılmış, farklılıklar ve hatalar tespit edilmiştir. İngilizce çeviri orijinal envanter ile karşılaştırılarak birbirine en yakın çeviriler ile Kazakça envanter son şeklini almıştır. Envanterin Kazakçaya çevrilmesi sürecinde dilden kaynaklı herhangi bir yetersizlik olmadığı düşünüldüğünden orijinal maddelerin içeriğine bütünüyle bağlı kalınmıştır.

3.4. Verilerin Analizi

Ölçme araçlarından elde edilen verilerin analizinde hangi testlerin kullanılacağına karar verilebilmesi amacıyla ilk olarak verilerin normal dağılım gösterip göstermediği incelenmiştir. Bu sebeple ilk olarak Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk testleri yapılmıştır. Çizelge 3.7’de yer alan analiz sonuçlarının anlamlı olması sebebiyle verilerin normal dağılmadığı görülmüştür. Daha sonra verilerin basıklık ve çarpıklık katsayıları incelenmiştir. Değişkenlerin çarpıklık ve basıklık katsayılarının $[-1 +1]$ aralığında yer aldığı görülmesi sebebiyle değişkenlerin histogram grafikleri incelenmiştir. Ancak histogram grafiklerinde değişkenlerin normal dağılmadığının görülmesi sebebiyle verilerin analizinde parametrik olmayan testlerin kullanılmasına karar verilmiştir.

Çizelge 3.7. Normallik Testi

Ülke	Değişken	Kolmogorov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
		İstatistik	sd	p	İstatistik	sd	p
Kazakistan	Herkes için Spor	,107	689	,000	,950	689	,000
	Fiziksel Alan	,079	689	,000	,976	689	,000
	Psikolojik Alan	,148	689	,000	,922	689	,000
	Sosyal Alan	,148	689	,000	,895	689	,000
	Çevre Alanı	,059	689	,000	,980	689	,000
Türkiye	Herkes için Spor	,227	700	,000	,890	700	,000
	Fiziksel Alan	,074	700	,000	,992	700	,000
	Psikolojik Alan	,083	700	,000	,981	700	,000
	Sosyal Alan	,111	700	,000	,960	700	,000
	Çevre Alanı	,063	700	,000	,978	700	,000

Herkes İçin Spor ve Yaşam Kalitesi düzeylerini belirtmek amacıyla aritmetik ortalama ve standart sapma gibi betimsel istatistiklerden yararlanılmıştır. Herkes için Spor ve Yaşam Kalitesi düzeylerinin cinsiyet ve ülke değişkenlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacıyla Mann Whitney-U; yaş, medeni durum ve sınıf düzeyi değişkenlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek için ise Kruskal Wallis-H analizleri yapılmıştır. Herkes için Spor ve Yaşam Kalitesi alt alanları arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla değişkenlerin normal dağılmadığı durumlarda kullanılan Spearman Rank Korelasyon Katsayısı hesaplanmıştır.

4. BULGULAR

Üniversite öğrencilerinin herkes için spor farkındalıkları ile yaşam kalitesi düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılan araştırmada; araştırmanın bulguları, öğrencilerin demografik özelliklerine ilişkin bulgular, Herkes İçin Spor farkındalığı ve Yaşam Kalitesi düzeyine ilişkin bulgular aşağıda sunulmuştur.

4.1. Kazakistan'daki Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Öğrencilerin Herkes için Spor Farkındalığına İlişkin Bulgular

4.1.1. Kazakistan'da öğrenim gören öğrencilerin herkes için spor farkındalığı nasıldır?

Araştırmaya katılan Kazakistan'da öğrenim gören üniversite öğrencilerinin Herkes için Spor farkındalıkları Çizelge 4.1'de gösterilmiştir.

Çizelge 4.1. Kazakistan'da Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Herkes İçin Spor Farkındalıkları

	Alınabilecek Min.-Mak. Ortalama Puan	Alınan Min.- Mak. Ortalama Puan	$\bar{X}$ (Ortalama)	Standart Sapma
Herkes İçin Spor Farkındalığı	1-3	1,45-3,00	2,47	,34

*p< ,05

Çizelge 4.1'deki bulgular Kazakistan'da öğrenim gören üniversite öğrencilerin Herkes İçin Spor farkındalığının yüksek olduğu göstermektedir.

4.1.2. Kazakistan'da öğrenim gören öğrencilerin herkes için spora ilişkin farkındalığı cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Üniversite öğrencilerinin Herkes İçin Spor farkındalıkları ile cinsiyet değişkeni arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılığın olup olmadığı yapılan Mann Whitney-U Testi analiz sonuçlarına göre değerlendirilmiştir ve sonuçlar Çizelge 4.2'de verilmiştir.

Çizelge 4.2. Kazakistan’da Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Herkes İçin Spor Farkındalıklarının Cinsiyet Değişkenine Göre Farklılığının Belirlenmesine İlişkin Mann Whitney - U Testi Sonuçları

	Cinsiyet	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Herkes İçin Spor	Erkek	259	344,37	89192,0	55522,0	,948
	Kadın	430	345,38	148513,0		

*p< ,05

Çizelge 4.2’deki bulgular incelendiğinde Kazakistan’da öğrenim gören üniversite öğrencilerinin Herkes İçin Spor farkındalığının cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık göstermediği görülmüştür [U=55522,0; p> ,05].

4.1.3. Kazakistan’da öğrenim gören öğrencilerin herkes için spora ilişkin farkındalığı yaşlarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Kazakistan’da öğrenim gören üniversite öğrencilerinin Herkes İçin Spor farkındalıkları ile yaş değişkeni arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılığın olup olmadığı belirlemek için Kruskal Wallis-H testi yapılmış ve bulgular Çizelge 4.3’de verilmiştir.

Çizelge 4.3. Kazakistan’da Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Herkes İçin Spor Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre Farklılığının Belirlenmesine İlişkin Kruskal Wallis H-Testi Sonuçları

	Yaş	n	Sıra Ortalaması	X ²	p	Fark
Herkes İçin Spor	18 Yaş altı (1)	185	332,17	13,462	,009*	1-3
	18-19 yaş (2)	291	326,86			1-4
	20-21 yaş (3)	128	380,82			2-3
	22-23 yaş (4)	51	412,05			2-4
	23 yaş ve üstü (5)	34	332,27			

*p < ,05

Öğrencilerin Herkes İçin Spor farkındalıkları yaş değişkenine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda 18 yaş altı ile 20-21

yaş ve 22-23 yaş grupları arasındaki farklılığın 18 yaşından küçük öğrenciler lehine; 18-19 yaş arasındaki öğrenciler ile 20-21 yaş ve 22-23 yaş arasındaki gruplar arasındaki anlamlı farklılık ise 18-19 yaş aralığındaki öğrenciler lehine olduğu görülmektedir. Bu durum yaşı daha küçük öğrencilerin Herkes İçin Spor farkındalıklarının daha yüksek olduğu şeklinde yorumlanabilir.

4.1.4. Kazakistan'da öğrenim gören öğrencilerin herkes için spora ilişkin farkındalığı medeni durumlarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Kazakistan'da öğrenim gören üniversite öğrencilerinin Herkes İçin Spor farkındalıkları ile medeni durum değişkeni arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılığın olup olmadığı belirlemek için Kruskal Wallis-H Testi yapılmış ve bulgular Çizelge 4.4'te verilmiştir.

Çizelge 4.4. Kazakistan'da Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Herkes İçin Spor Farkındalıklarının Medeni Durum Değişkenine Göre Farklılığının Belirlenmesine İlişkin Kruskal Wallis H-Testi Sonuçları

	Medeni Durum	n	Sıra Ortalaması	X ²	p	Fark
Herkes İçin Spor Farkındalığı	Bekâr	619	360,06	39,797	,000*	1-2
	Evli gibi yaşıyor	11	111,91			1-3
	Evli	47	245,66			1-4
	Ayrılmış	12	170,92			

* p< ,05

Çizelge 4.4. analiz edildiğinde üniversite öğrencileri Herkes İçin Spor farkındalıklarının medeni durumlarına göre farklılaştığı görülmektedir. Bu farklılığın hangi gruplar arasında olduğunun belirlenmesi amacıyla Mann Whitney-U testi yapılmış ve bekâr öğrenciler ile evli gibi yaşayan, evli ve ayrılmış öğrenciler arasında anlamlı bir farklılık olduğu ve bu farklılığın bekâr öğrenciler lehine olduğu belirlenmiştir.

4.1.5. Kazakistan’da öğrenim gören öğrencilerin herkes için spora ilişkin farkındalıkları sınıf seviyelerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Kazakistan’da öğrenim gören üniversite öğrencilerinin Herkes İçin Spor farkındalıkları ile sınıf seviyelerine göre istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılığın olup olmadığı belirlemek için Kruskal Wallis-H Testi yapılmış ve bulgular Çizelge 4.5’de verilmiştir.

Çizelge 4.5. Kazakistan’da Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Herkes İçin Spor Farkındalıklarının Sınıf Seviyesi Değişkenine Göre Farklılığının Belirlenmesine İlişkin Kruskal Wallis H-Testi Sonuçları

	Sınıf Seviyesi	n	Sıra Ortalaması	X ²	p
Herkes İçin Spor Algısı	1	309	351,15	7,658	,054
	2	177	357,31		
	3	140	304,89		
	4	63	369,37		

Çizelge 4.5’deki bulgular analiz edildiğinde üniversite öğrencilerinin Herkes İçin Spor farkındalıklarının sınıf düzeylerine göre farklılaşmadığı görülmektedir.

4.2. Türkiye’deki Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Öğrencilerin Herkes İçin Sporla İlgili Farkındalık düzeylerine İlişkin Bulgular

4.2.1. Türkiye’de öğrenim gören öğrencilerin herkes için spora ilişkin farkındalık düzeyleri nasıldır?

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin Herkes İçin Spor farkındalıkları Çizelge 4.6’da gösterilmiştir.

Çizelge 4.6. Türkiye’de Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Herkes İçin Spor Farkındalıkları

	Alınabilecek Min.-Mak. Ortalama Puan	Alınan Min.- Mak. Ortalama Puan	Ortalama $\bar{X}$	Standart Sapma
Herkes İçin Spor Algısı	1-3	1,45-3,00	2,63	,35

Çizelge 4.6'daki bulgular incelendiğinde Türkiye'de öğrenim gören üniversite öğrencilerin Herkes İçin Spor farkındalıklarının yüksek olduğu görülmektedir.

4.2.2. Türkiye'de öğrenim gören öğrencilerin herkes için spora ilişkin farkındalığı cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Üniversite öğrencilerinin Herkes İçin Spor farkındalıkları ile cinsiyet değişkeni arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılığın olup olmadığı yapılan Mann Whitney-U Testi analiz sonuçlarına göre değerlendirilmiştir ve sonuçlar Çizelge 4.7'de verilmiştir.

Çizelge 4.7. Türkiye'de Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Herkes İçin Spor Farkındalıklarının Cinsiyet Değişkenine Göre Farklılığının Belirlenmesine İlişkin Mann Whitney - U Testi Sonuçları

	Cinsiyet	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Herkes İçin Spor Farkındalığı	Erkek	446	374,23	166904,5	46506,5	,000*
	Kadın	255	310,38	79146,5		

*p< ,05

Çizelge 4.7'deki bulgular incelendiğinde Türkiye'de öğrenim gören üniversite öğrencilerinin Herkes İçin Spor farkındalıklarının cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık gösterdiği ve bu farkın erkek öğrenciler lehine olduğu görülmüştür [$U=46506,5$; $p< ,05$]. Bu durum erkek öğrencilerin algı düzeylerinin kadın öğrencilerden daha yüksek olduğu şeklinde yorumlanabilir.

4.2.3. Türkiye'de öğrenim gören öğrencilerin herkes için spora ilişkin farkındalığı yaşlarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Türkiye'de öğrenim gören üniversite öğrencilerinin Herkes İçin Spor farkındalıkları ile yaş değişkeni arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılığın olup olmadığı belirlemek Kruskal Wallis-H testi yapılmış ve bulgular Çizelge 4.8'de verilmiştir.

Çizelge 4.8. Türkiye’de Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Herkes İçin Spor Farkındalıklarının Yaş Değişkenine Göre Farklılığının Belirlenmesine İlişkin Kruskal Wallis H-Testi Sonuçları

	Yaş	n	Sıra Ortalaması	X ²	p	Fark
Herkes İçin Spor Farkındalığı	18 Yaş altı (1)	62	193,37	41,122	,000*	1-2
	18-19 yaş (2)	176	358,93			1-3
	20-21 yaş (3)	226	366,82			1-4
	22-23 yaş (4)	144	359,95			1-5
	23 yaş ve üstü (5)	93	382,82			

* p< ,05

Öğrencilerin Herkes İçin Spor farkındalıklarının yaş değişkenine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H testi sonucunda 18 yaş altı ile 19-20 yaş, 20-21 yaş ve 22-23 yaş ve 23 yaş üstü grupları arasındaki farklılığın büyük öğrenciler lehine olduğu görülmektedir. Bu durum büyük öğrencilerin Herkes İçin Spor farkındalıklarının 18 yaşından küçük öğrencilere göre daha yüksek olduğu şeklinde yorumlanabilir.

4.2.4. Türkiye’de öğrenim gören öğrencilerin herkes için spora ilişkin farkındalığı medeni durumlarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Türkiye’de öğrenim gören üniversite öğrencilerinin Herkes İçin Spor farkındalıkları ile medeni durum değişkeni arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılığın olup olmadığı belirlemek için Kruskal Wallis-H Testi yapılmış ve bulgular Çizelge 4.9’da verilmiştir.

Çizelge 4.9. Türkiye’de Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Herkes İçin Spor Farkındalıklarının Medeni Durum Değişkenine Göre Farklılığının Belirlenmesine İlişkin Kruskal Wallis H-Testi Sonuçları

	Medeni Durum	n	Sıra Ortalaması	X ²	p	Fark
Herkes İçin Spor Farkındalığı	Bekâr (1)	549	315,86	80,220	,000*	1-2
	Evli gibi yaşıyor (2)	37	445,12			1-3
	Evli (3)	91	482,42			1-4
	Ayrılmış (4)	24	511,50			

Çizelge 4.9’daki bulgular analiz edildiğinde üniversite öğrencilerin Herkes İçin Spor farkındalıklarının medeni durumlarına göre farklılaştığı görülmektedir. Bu farklılığın hangi gruplar arasında olduğunun belirlenmesi amacıyla Mann Whitney-U testi yapılmış ve bekâr öğrenciler ile evli gibi yaşayan, evli ve ayrılmış öğrenciler arasında anlamlı bir farklılık olduğu ve bu farklılığın sırasıyla evli gibi yaşayan, evli ve ayrılmış öğrenciler lehine olduğu belirlenmiştir.

4.2.5. Türkiye’de öğrenim gören öğrencilerin herkes için spora ilişkin farkındalığı sınıf seviyelerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Türkiye’de öğrenim gören üniversite öğrencilerinin Herkes İçin Spor farkındalıkları ile sınıf seviyelerine göre istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılığın olup olmadığı belirlemek için Kruskal Wallis-H Testi yapılmış ve bulgular Çizelge 4.10’da verilmiştir.

Çizelge 4.10. Türkiye’de Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Herkes İçin Spor Farkındalıklarının Sınıf Seviyesi Değişkenine Göre Farklılığının Belirlenmesine İlişkin Kruskal Wallis H-Testi Sonuçları

	Sınıf Seviyesi	n	Sıra Ortalaması	X ²	p	Fark
Herkes İçin Spor Algısı	1	122	292,95	26,519	,000*	1-3
	2	207	335,60			1-4
	3	202	405,20			2-3
	4	170	347,00			3-4

*p< ,05

Çizelge 4.10'daki bulgular analiz edildiğinde üniversite öğrencilerinin Herkes İçin Spor algılarının sınıf düzeylerine göre farklılaştığı görülmektedir. Yapılan Mann Whitney-U testi sonucunda 1.sınıflar ile 3. ve 4. sınıflar arasındaki farklılığın sırasıyla 3. ve 4. sınıflar; 2. ve 3. sınıflar arasındaki farklılığın 3.sınıflar lehine; 3 ve 4. sınıflar arasındaki farklılığın ise 3. sınıflar lehine olduğu görülmektedir.

4.3. Kazakistan'daki Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Öğrencilerin Yaşam Kalitesi Düzeylerine İlişkin Bulgular

4.3.1. Kazakistan'da öğrenim gören öğrencilerin yaşam kalitesi düzeyleri nasıldır?

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin Yaşam Kalitesi düzeyleri Çizelge 4.11'de gösterilmiştir.

Çizelge 4.11. Kazakistan'da Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Kalitesi Düzeyleri

	Alınabilecek Min.-Mak. Ortalama Puan	Alınan Min.- Mak. Ortalama Puan	$\bar{X}$	ss
Genel sağlık	1-5	1,00-5,00	3,89	,78
Fiziksel sağlık	1-5	1,43-5,00	3,84	,65
Psikolojik sağlık	1-5	1,67-5,00	3,96	,67
Sosyal ilişkiler	1-5	1,00-5,00	3,82	,88
Çevre	1-5	1,25-5,00	3,53	,67
Yaşam Kalitesi	1-5	1,77-5,00	3,77	,60

Çizelge 4.11'deki bulgular incelendiğinde Kazakistan'da öğrenim gören üniversite öğrencilerin Yaşam Kalitesi düzeylerinin orta seviyede olduğu görülmektedir.

4.3.2. Kazakistan'da öğrenim gören öğrencilerin yaşam kalitesi düzeyleri cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Üniversite öğrencilerinin Yaşam Kalitesi düzeyleri ile cinsiyet değişkeni arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılığın olup olmadığı yapılan Mann Whitney-U Testi analiz sonuçlarına göre değerlendirilmiştir ve sonuçlar Çizelge 4.12'de verilmiştir.

Çizelge 4.12. Kazakistan'da Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Farklılığının Belirlenmesine İlişkin Mann Whitney - U Testi Sonuçları

	Cinsiyet	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Genel sağlık	Erkek	259	336,53	87161,50	53491,5	,374
	Kadın	430	350,10	150543,50		
Fiziksel sağlık	Erkek	259	343,48	88961,00	55291,0	,876
	Kadın	430	345,92	148744,00		
Psikolojik sağlık	Erkek	259	329,55	85354,50	51684,5	,113
	Kadın	430	354,30	152350,50		
Sosyal ilişkiler	Erkek	259	339,48	87925,50	54255,5	,569
	Kadın	430	348,32	149779,50		
Çevre	Erkek	259	322,44	83512,50	49842,5	,021*
	Kadın	430	358,59	154192,50		
Yaşam Kalitesi	Erkek	259	333,40	86349,50	52679,5	,235
	Kadın	430	351,99	151355,50		

*p< ,05

Çizelge 4.12'deki bulgular incelendiğinde Kazakistan'da öğrenim gören üniversite öğrencilerinin genel Yaşam Kalitesi düzeylerinin cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık göstermediği ortaya çıkmıştır [$U=74596,5$; $p> ,05$]. Yaşam kalitesi alt boyutları incelendiğinde ise sadece çevre alt boyutunda cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık olduğu ve bu farklılığın kadın öğrenciler lehine olduğu görülmüştür [$U=49842,5$; $p< ,05$].

4.3.3. Kazakistan'da öğrenim gören öğrencilerin yaşam kalitesi düzeyleri yaşlarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Kazakistan'da öğrenim gören üniversite öğrencilerinin Yaşam Kalitesi düzeyleri ile yaş değişkeni arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılığın olup olmadığı belirlemek için Kruskal Wallis-H testi yapılmış ve bulgular Çizelge 4.13'te verilmiştir.

Çizelge 4.13. Kazakistan’da Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre Farklılığının Belirlenmesine İlişkin Kruskal Wallis H-Testi Sonuçları

	Yaş	n	Sıra Ortalaması	X ²	p	Fark
Fiziksel sağlık	18 Yaş altı (1)	185	332,35	6,865	,143	---
	18-19 yaş (2)	291	366,05			
	20-21 yaş (3)	128	327,38			
	22-23 yaş (4)	51	308,97			
	23 yaş ve üstü (5)	34	355,47			
	Yaş	n	Sıra Ortalaması	X ²	p	Fark
Psikolojik sağlık	18 Yaş altı (1)	185	368,98	24,277	,000*	1-3
	18-19 yaş (2)	291	365,74			1-4
	20-21 yaş (3)	128	295,36			2-3
	22-23 yaş (4)	51	257,32			2-4
	23 yaş ve üstü (5)	34	358,44			4-5
	Yaş	n	Sıra Ortalaması	X ²	p	Fark
Sosyal ilişkiler	18 Yaş altı (1)	185	360,42	27,136	,000*	1-4
	18-19 yaş (2)	291	365,62			2-3
	20-21 yaş (3)	128	322,02			2-4
	22-23 yaş (4)	51	220,13			3-4
	23 yaş ve üstü (5)	34	362,64			4-5
	Yaş	n	Sıra Ortalaması	X ²	p	Fark
Çevre	18 Yaş altı (1)	185	371,98	22,998	,000*	1-3
	18-19 yaş (2)	291	362,99			1-4
	20-21 yaş (3)	128	304,47			2-3
	22-23 yaş (4)	51	250,10			2-4
	23 yaş ve üstü (5)	34	341,88			4-5
	Yaş	n	Sıra Ortalaması	X ²	p	Fark
Yaşam Kalitesi	18 Yaş altı (1)	185	363,03	21,118	,000*	1-3
	18-19 yaş (2)	291	366,44			1-4
	20-21 yaş (3)	128	306,35			2-3
	22-23 yaş (4)	51	252,02			2-4
	23 yaş ve üstü (5)	34	351,29			3-4 4-5

* p< ,05

Sosyal ilişkiler alt boyutlarında; 22-23 yaş grubu ile 18 yaş altı, 18-19 yaş, 20-21 yaş ve 23 yaş ve üstü gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu ve bu farklılığın sırasıyla 18 yaş altı, 18-19 yaş, 20-21 yaş ve 23 yaş ve üstü gruplar lehine olduğu gözlenmiştir.

Psikolojik sağlık ve çevre alt boyutlarında ise 22-23 yaş grubu ile 18 yaş altı, 18-19 yaş, 20-21 yaş ve 23 yaş ve üstü gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu ve bu farklılığın sırasıyla 18 yaş altı, 18-19 yaş, 20-21 yaş ve 23 yaş ve üstü gruplar lehine ayrıca 20-21 yaş ile 18 yaş altı ve 18-19 yaş grupları arasındaki farklılığın 18 yaş altı ve 18-19 yaş grupları lehine olduğu görülmüştür.

Öğrencilerin genel yaşam kalitelerinin yaş değişkenine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H testi sonucunda 18 yaş altı grup ile 20-21, 22-23 yaş grupları arasındaki farklılığın 18 yaşından küçük öğrenciler lehine olduğu, 18-19 yaş ile 20-21 yaş ve 22-23 yaş grupları arasındaki farklılığın 18-19 yaş grubunda yer alan öğrenciler lehine olduğu; 20-21 yaş ile 22-23 yaş grupları arasındaki farklılığın 20-21 yaş grubundaki öğrenciler lehine ve son olarak 22-23 ile 23 yaş üstü grup arasındaki farklılığın ise 23 yaşından büyük öğrenciler lehine olduğu görülmektedir.

4.3.4. Kazakistan'da öğrenim gören öğrencilerin yaşam kalitesi düzeyleri medeni durumlarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Kazakistan'da öğrenim gören üniversite öğrencilerinin Yaşam Kalitesi düzeyleri ile medeni durum değişkeni arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılığın olup olmadığı belirlemek için Kruskal Wallis-H Testi yapılmış ve bulgular Çizelge 4.14'te verilmiştir.

Çizelge 4.14. Kazakistan'da Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Medeni Durum Değişkenine Göre Farklılığının Belirlenmesine İlişkin Kruskal Wallis H-Testi Sonuçları

	Medeni Durum	n	Sıra Ortalaması	X ²	p	Fark
Genel Sağlık	Bekâr (1)	619	361,16	44,106	,000*	1-2
	Evli gibi yaşıyor (2)	11	133,86			1-3
	Evli (3)	47	221,78			1-4
	Ayrılmış (4)	12	187,33			

Çizelge 4.14. (devam) Kazakistan’da Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Medeni Durum Değişkenine Göre Farklılığının Belirlenmesine İlişkin Kruskal Wallis H-Testi Sonuçları

	Medeni Durum	n	Sıra Ortalaması	X ²	p	Fark
Fiziksel Sağlık	Bekâr (1)	619	364,93	67,929	,000*	1-2
	Evli gibi yaşıyor (2)	11	44,68			1-3
	Evli (3)	47	207,23			1-4
	Ayrılmış (4)	12	131,67			2-3
	Medeni Durum	n	Sıra Ortalaması	X ²	p	Fark
Psikolojik Sağlık	Bekâr (1)	619	360,86	49,281	,000*	1-2
	Evli gibi yaşıyor (2)	11	59,32			1-3
	Evli (3)	47	255,51			1-4
	Ayrılmış (4)	12	139,29			2-3
	Medeni Durum	n	Sıra Ortalaması	X ²	p	Fark
Sosyal İlişkiler	Bekâr (1)	619	360,20	47,608	,000*	1-2
	Evli gibi yaşıyor (2)	11	59,55			1-3
	Evli (3)	47	263,93			1-4
	Ayrılmış (4)	12	139,92			2-3
	Medeni Durum	n	Sıra Ortalaması	X ²	p	Fark
Çevre	Bekâr (1)	619	360,16	43,742	,000*	1-2
	Evli gibi yaşıyor (2)	11	53,32			1-3
	Evli (3)	47	243,71			1-4
	Ayrılmış (4)	12	227,25			2-3
	Medeni Durum	n	Sıra Ortalaması	X ²	p	Fark
Yaşam Kalitesi	Bekâr (1)	619	363,01	58,581	,000*	1-2
	Evli gibi yaşıyor (2)	11	40,86			1-3
	Evli (3)	47	229,95			1-4
	Ayrılmış (4)	12	145,21			2-3

*p< ,05

Çizelge 4.14’teki bulgular incelendiğinde üniversite öğrencileri toplam Yaşam Kalitesi ve alt düzeyi ile alt boyutlarının medeni durumlarına göre farklılaştığı görülmektedir. Bu farklılığın hangi gruplar arasında olduğunun belirlenmesi amacıyla Mann Whitney-U testi

yapılmıştır. Genel sağlık alt boyutunda bekâr öğrenciler ile evli gibi yaşayan, evli ve ayrılmış öğrenciler arasında anlamlı bir farklılık olduğu ve bu farklılığın bekâr öğrenciler lehine olduğu; fiziksel sağlık, psikolojik sağlık, sosyal ilişkiler ve çevre alt boyutlarında ise yine bekâr öğrenciler ile evli gibi yaşayan, evli ve ayrılmış öğrenciler arasında anlamlı bir farklılık olduğu ve yine bu farklılığın bekâr öğrenciler lehine, evli gibi yaşayan grup ile evli grup arasındaki farklılığın ise evli öğrenciler lehine olduğu görülmüştür.

Toplam yaşam kalitesi düzeyinin bekâr öğrenciler ile evli gibi yaşayan, evli ve ayrılmış öğrenciler arasında anlamlı bir farklılık olduğu ve bu farklılığın bekâr öğrenciler lehine olduğu; evli gibi yaşayan grup ile evli grup arasındaki farklılığın ise evli öğrenciler lehine olduğu belirlenmiştir.

4.3.5. Kazakistan’da öğrenim gören öğrencilerin yaşam kalitesi düzeyleri sınıf seviyelerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Kazakistan’da öğrenim gören üniversite öğrencilerinin Yaşam Kalitesi düzeyleri ile sınıf seviyelerine göre istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılığın olup olmadığı belirlemek için Kruskal Wallis-H Testi yapılmış ve bulgular Çizelge 4.15’de verilmiştir.

Çizelge 4.15. Kazakistan’da Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Sınıf Seviyesi Değişkenine Göre Farklılığının Belirlenmesine İlişkin Kruskal Wallis H-Testi Sonuçları

	Sınıf Düzeyi	n	Sıra Ortalaması	X ²	p	Fark
Genel Sağlık	1	309	367,76	10,422	,015*	1-4
	2	177	332,50			
	3	140	335,45			
	4	63	289,70			
	Sınıf Düzeyi	n	Sıra Ortalaması	X ²	p	Fark
Fiziksel Sağlık	1	309	369,85	10,525	,015*	1-3
	2	177	335,87			
	3	140	323,04			1-4
	4	63	297,59			

Çizelge 4.15. (devam) Kazakistan’da Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Sınıf Seviyesi Değişkenine Göre Farklılığının Belirlenmesine İlişkin Kruskal Wallis H-Testi Sonuçları

	Sınıf Düzeyi	n	Sıra Ortalaması	X ²	p	Fark
Psikolojik Sağlık	1	309	389,06	30,646	,000*	1-2
	2	177	326,00			1-3
	3	140	301,71			1-4
	4	63	278,48			
	Sınıf Düzeyi	n	Sıra Ortalaması	X ²	p	Fark
Sosyal İlişkiler	1	309	370,13	9,981	,019	1-2
	2	177	325,70			1-4
	3	140	332,27			
	4	63	304,24			
	Sınıf Düzeyi	n	Sıra Ortalaması	X ²	p	Fark
Çevre	1	309	375,29	16,104	,001	1-3
	2	177	330,78			1-4
	3	140	325,08			
	4	63	280,66			
	Sınıf Düzeyi	n	Sıra Ortalaması	X ²	p	Fark
Yaşam Kalitesi	1	309	380,47	20,773	,000*	1-2
	2	177	329,46			1-3
	3	140	316,00			1-4
	4	63	279,13			

*p< ,05

Çizelge 4.15’deki bulgular analiz edildiğinde üniversite öğrencilerinin Yaşam Kalitesi düzeylerinin sınıf düzeylerine göre farklılaştığı görülmektedir. Yapılan Mann Whitney-U testi sonucunda genel sağlık alt boyutunda birinci ve dördüncü sınıflar arasında ortaya çıkan farklılığın birinci sınıflar lehine; fiziksel sağlık ve çevre alt boyutlarında birinci sınıflar ile üçüncü ve dördüncü sınıflar arasında bulunan farklılığın birinci sınıflar lehine; psikolojik sağlık alt boyutunda birinci sınıflar ile ikinci, üçüncü ve dördüncü sınıflar arasında ortaya

çıkan farklılığın yine birinci sınıflar lehine; sosyal ilişkiler alt boyutunda ortaya çıkan birinci sınıflar ile ikinci ve dördüncü sınıflar arasında ortaya çıkan farklılığın birinci sınıflar lehine olduğu görülmüştür. Toplam yaşam kalitesi düzeylerinde birinci sınıflar ile ikinci, üçüncü ve dördüncü sınıflar arasında ortaya çıkan farklılığın 1. sınıflar lehine olduğu görülmektedir. Bu durum 1.sınıf öğrencilerinin yaşam kalitesi düzeylerinin daha yüksek olduğunu düşündükleri şeklinde yorumlanabilir.

4.4. Türkiye’deki Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Öğrencilerin Yaşam Kalitesi Düzeylerine İlişkin Bulgular

4.4.1. Türkiye’de öğrenim gören öğrencilerin yaşam kalitesi düzeyleri nasıldır?

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin Yaşam Kalitesi düzeyleri Çizelge 4.16’da gösterilmiştir.

Çizelge 4.16. Türkiye’de Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Kalitesi Düzeyleri

	Alınabilecek Min.-Mak. Ortalama Puan	Alınan Min.- Mak. Ortalama Puan		ss
Genel sağlık	1-5	1,00-5,00	3,82	,49
Fiziksel sağlık	1-5	2,00-5,00	3,89	,59
Psikolojik sağlık	1-5	1,83-5,00	3,88	,57
Sosyal ilişkiler	1-5	1,33-5,00	3,84	,77
Çevre	1-5	2,00-5,00	3,73	,66
Yaşam Kalitesi	1-5	3,04-5,00	3,82	,49

Çizelge 4.16’daki bulgular incelendiğinde Türkiye’de öğrenim gören üniversite öğrencilerin Yaşam Kalitesi düzeylerinin yüksek olduğu görülmektedir.

4.4.2. Türkiye’de öğrenim gören öğrencilerin yaşam kalitesi düzeyleri cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Üniversite öğrencilerinin Yaşam Kalitesi düzeyleri ile cinsiyet değişkeni arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılığın olup olmadığı yapılan Mann Whitney-U Testi analiz sonuçlarına göre değerlendirilmiştir ve sonuçlar Çizelge 4.17’de verilmiştir.

Çizelge 4.17. Türkiye’de Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Farklılığının Belirlenmesine İlişkin Mann Whitney - U Testi Sonuçları

	Cinsiyet	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Genel sağlık	Erkek	446	359,23	160216,50	53194,500	,146
	Kadın	255	336,61	85834,50		
Fiziksel sağlık	Erkek	446	361,66	161301,50	52109,500	,064
	Kadın	255	332,35	84749,50		
Psikolojik sağlık	Erkek	446	360,94	160980,50	52430,500	,084
	Kadın	255	333,61	85070,50		
Sosyal ilişkiler	Erkek	446	363,20	161988,50	51422,500	,033*
	Kadın	255	329,66	84062,50		
Çevre	Erkek	446	373,73	166681,50	46729,500	,000*
	Kadın	255	311,25	79369,50		
Yaşam Kalitesi	Erkek	446	368,77	164471,00	48940,000	,002*
	Kadın	255	319,92	81580,00		

*p< ,05

Çizelge 4.17’deki bulgular incelendiğinde Türkiye’de öğrenim gören üniversite öğrencilerinin Yaşam Kalitesi düzeylerinin sosyal ilişkiler ve çevre alt boyutlarında cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık gösterdiği ve bu farkın erkek öğrenciler lehine olduğu görülmüştür [U=51422,5; p< ,05; U=46729,5; p< ,05]. Genel Yaşam Kalitesi düzeyleri incelendiğinde yine cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık gösterdiği ve bu farklılığın erkek öğrenciler tarafına olduğu görülmüştür [U=48940,0; p< ,05]. Bu durum

erkek öğrencilerin yaşam kalitesi düzeylerinin kadın öğrencilerden daha yüksek olduğu şeklinde yorumlanabilir.

4.4.3. Türkiye’de öğrenim gören öğrencilerin yaşam kalitesi düzeyleri yaşlarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Türkiye’de öğrenim gören üniversite öğrencilerinin Yaşam Kalitesi düzeyleri ile yaş değişkeni arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılığın olup olmadığı belirlemek için Kruskal Wallis-H testi ve bulgular Çizelge 4.18’de verilmiştir.

Çizelge 4.18. Türkiye’de Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre Farklılığının Belirlenmesine İlişkin Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

	Yaş	n	Sıra Ortalaması	X ²	p	Fark
Fiziksel sağlık	18 Yaş altı (1)	62	379,75	10,535	,032*	2-4 3-4
	18-19 yaş (2)	176	321,07			
	20-21 yaş (3)	226	339,61			
	22-23 yaş (4)	144	386,44			
	23 yaş ve üstü (5)	93	362,08			
	Yaş	n	Sıra Ortalaması	X ²	p	Fark
Psikolojik sağlık	18 Yaş altı (1)	62	345,69	21,735	,000*	2-4 2-5 3-4 3-5
	18-19 yaş (2)	176	323,28			
	20-21 yaş (3)	226	322,75			
	22-23 yaş (4)	144	401,51			
	23 yaş ve üstü (5)	93	396,58			
	Yaş	n	Sıra Ortalaması	X ²	p	Fark
Sosyal ilişkiler	18 Yaş altı (1)	62	376,86	16,933	,002*	2-5 3-5
	18-19 yaş (2)	176	328,89			
	20-21 yaş (3)	226	328,30			
	22-23 yaş (4)	144	358,81			
	23 yaş ve üstü (5)	93	418,32			

Çizelge 4.18. (devam) Türkiye’de Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre Farklılığının Belirlenmesine İlişkin Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

	Yaş	n	Sıra Ortalaması	X ²	p	Fark
Çevre	18 Yaş altı (1)	62	414,57	11,662	,020*	1-3
	18-19 yaş (2)	176	360,90			
	20-21 yaş (3)	226	320,59			2-3
	22-23 yaş (4)	144	354,28			
	23 yaş ve üstü (5)	93	360,86			
	Yaş	n	Sıra Ortalaması	X ²	p	Fark
Yaşam Kalitesi	18 Yaş altı (1)	62	398,08	14,381	,006*	1-2
	18-19 yaş (2)	176	336,23			1-3
	20-21 yaş (3)	226	320,58			2-5
	22-23 yaş (4)	144	371,55			3-4
	23 yaş ve üstü (5)	93	390,65			3-5

*p< ,05

Öğrencilerin Yaşam Kalitesi düzeylerinin yaş değişkenine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H testi sonucunda fiziksel sağlık alt boyutunda 22-23 yaş grubundaki öğrenciler ile 18-19 yaş ve 20-21 yaş grupları arasında 22-23 yaş grubunda yer alan öğrenciler lehine; psikolojik sağlık alt boyutunda 23 yaş üstü öğrenciler ile 18-19 yaş ve 20-21 yaş grubu öğrenciler arasındaki farklılığın 23 yaş üstü öğrenciler lehine, 22-23 yaş grubu ile 18-19 yaş ve 20-21 yaş grubu arasındaki farklılıkların ise 22-23 yaş grubu öğrenciler lehine; sosyal ilişkiler alt boyutunda 23 yaş ve üstü öğrenciler ile 18-19 yaş ve 20-21 yaş grubundakiler arasında 23 yaş üstü öğrenciler lehine; çevre boyutunda ise 20-21 yaş grubundaki öğrenciler ile 18 yaş altı ve 18-19 yaş arası öğrenciler arasında yaşı küçük öğrenciler lehine anlamlı farklılık olduğu görülmüştür. Genel yaşam kalitesi düzeyi incelendiğinde 20-21 yaş grubundaki öğrenciler ile 18 yaş altı, 22-23 yaş ve 23 yaş üstü öğrenciler arasında anlamlı farklılık olduğu ortaya çıkmıştır. Ayrıca 18-19 yaş grubundaki öğrenciler ile 18 yaş altı öğrenciler ile 23 yaş ve üstü öğrenciler arasındaki anlamlı farklılığın 18 yaş altı ve 223 yaş üstü öğrenciler lehine olduğu görülmüştür. Genel olarak bakıldığında öğrencilerin yaşları büyüdükçe Yaşam Kalitesi düzeylerinin daha yüksek olduğunu düşündükleri söylenebilir.

4.4.4. Türkiye’de öğrenim gören öğrencilerin yaşam kalitesi düzeyleri medeni durumlarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Türkiye’de öğrenim gören üniversite öğrencilerinin Yaşam Kalitesi düzeyleri ile medeni durum değişkeni arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılığın olup olmadığı belirlemek için Kruskal Wallis-H Testi yapılmış ve bulgular Çizelge 4.19’da verilmiştir.

Çizelge 4.19. Türkiye’de Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Medeni Durum Değişkenine Göre Farklılığının Belirlenmesine İlişkin Kruskal Wallis H-Testi Sonuçları

	Medeni Durum	n	Sıra Ortalaması	X ²	p	Fark
Genel Sağlık	Bekâr (1)	549	336,34	14,746	,002*	1-2
	Evli gibi yaşıyor (2)	37	430,91			1-3
	Evli (3)	91	396,80			
	Ayrılmış (4)	24	389,40			
	Medeni Durum	n	Sıra Ortalaması	X ²	p	Fark
Fiziksel Sağlık	Bekâr (1)	549	352,98	2,258	,521	---
	Evli gibi yaşıyor (2)	37	381,34			
	Evli (3)	91	337,37			
	Ayrılmış (4)	24	310,71			
	Medeni Durum	n	Sıra Ortalaması	X ²	p	Fark
Psikolojik Sağlık	Bekâr (1)	549	336,97	12,651	,005*	1-3
	Evli gibi yaşıyor (2)	37	387,04			
	Evli (3)	91	410,09			
	Ayrılmış (4)	24	392,40			

Çizelge 4.19. (edevam) Türkiye’de Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Medeni Durum Değişkenine Göre Farklılığının Belirlenmesine İlişkin Kruskal Wallis H-Testi Sonuçları

	Medeni Durum	n	Sıra Ortalaması	X ²	p	Fark
Sosyal İlişkiler	Bekâr (1)	549	328,56	35,679	,000*	1-2
	Evli gibi yaşıyor (2)	37	430,68			1-3
	Evli (3)	91	413,24			1-4
	Ayrılmış (4)	24	505,44			3-4
	Medeni Durum	n	Sıra Ortalaması	X ²	p	Fark
Çevre	Bekâr (1)	549	325,95	40,532	,000*	1-3
	Evli gibi yaşıyor (2)	37	446,70			1-4
	Evli (3)	91	427,61			
	Ayrılmış (4)	24	486,10			
	Medeni Durum	n	Sıra Ortalaması	X ²	p	Fark
Yaşam Kalitesi	Bekâr (1)	549	334,33	17,692	,001*	1-2
	Evli gibi yaşıyor (2)	37	408,04			1-3
	Evli (3)	91	405,24			1-4
	Ayrılmış (4)	24	438,67			

*p< ,05

Çizelge 4.19’deki bulgular analiz edildiğinde üniversite öğrencilerinin Yaşam Kalitesi düzeylerinin medeni durumlarına göre farklılaştığı görülmektedir. Bu farklılığın hangi gruplar arasında olduğunun belirlenmesi amacıyla Mann Whitney-U testi yapılmış ve fiziksel sağlık alt boyutunda anlamlı farklılık bulunmazken genel sağlık alt boyutunda bekâr öğrenciler ile evli gibi yaşayan ve evli öğrenciler arasındaki farklılığın sırasıyla evli gibi yaşayan ve evli öğrenciler lehine; psikolojik sağlık alt boyutunda ortaya çıkan bekâr ve evli öğrenciler arasındaki farkı evli öğrenciler lehine; sosyal ilişkiler alt boyutunda bekâr öğrenciler ile evli gibi yaşayan, evli ve ayrılmış öğrenciler arasında ortaya çıkan farklılığın sırasıyla evli gibi yaşayan, evli ve ayrılmış öğrenciler lehine, evli ve ayrılmış öğrenciler

arasındaki farklılığın ise ayrılmış öğrenciler lehine; çevre alt boyutunda bekâr öğrenciler ile evli ve ayrılmış öğrenciler arasındaki farklılığın ise sırasıyla evli ve ayrılmış öğrenciler lehine olduğu görülmüştür. Genel Yaşam Kalitesi düzeyi açısından bakıldığında bekâr öğrenciler ile evli gibi yaşayan, evli ve ayrılmış öğrenciler arasında anlamlı bir farklılık olduğu ve bu farklılığın sırasıyla evli gibi yaşayan, evli ve ayrılmış öğrenciler lehine anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir.

4.4.5. Türkiye’de öğrenim gören öğrencilerin yaşam kalitesi düzeyleri sınıf seviyelerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Türkiye’de öğrenim gören üniversite öğrencilerinin Yaşam Kalitesi düzeyleri ile sınıf seviyelerine göre istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılığın olup olmadığı belirlemek için Kruskal Wallis-H Testi yapılmış ve bulgular Çizelge 4.20’de verilmiştir.

Çizelge 4.20. Türkiye’de Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Sınıf Seviyesi Değişkenine Göre Farklılığının Belirlenmesine İlişkin Kruskal Wallis H-Testi Sonuçları

	Sınıf Düzeyi	n	Sıra Ortalaması	X ²	p	Fark
Genel Sağlık	1	122	342,95	11,834	,008*	1-4
	2	207	321,40			2-4
	3	202	352,27			
	4	170	391,31			
	Sınıf Düzeyi	n	Sıra Ortalaması	X ²	p	Fark
Fiziksel Sağlık	1	122	366,16	4,827	,185	---
	2	207	325,35			
	3	202	361,21			
	4	170	359,23			
	Sınıf Düzeyi	n	Sıra Ortalaması	X ²	p	Fark
Psikolojik Sağlık	1	122	318,05	8,459	,037*	1-4
	2	207	336,09			2-4
	3	202	361,84			
	4	170	379,92			

Çizelge 4.20. (devam) Türkiye’de Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Sınıf Seviyesi Değişkenine Göre Farklılığının Belirlenmesine İlişkin Kruskal Wallis H-Testi Sonuçları

	Sınıf Düzeyi	n	Sıra Ortalaması	X ²	p	Fark
Sosyal İlişkiler	1	122	328,61	5,299	,151	---
	2	207	337,90			
	3	202	356,49			
	4	170	376,50			
	Sınıf Düzeyi	n	Sıra Ortalaması	X ²	p	Fark
Çevre	1	122	322,35	7,707	,052	---
	2	207	333,31			
	3	202	365,00			
	4	170	376,46			
	Sınıf Düzeyi	n	Sıra Ortalaması	X ²	p	Fark
Yaşam Kalitesi	1	122	338,50	7,235	,015*	2-4
	2	207	325,85			
	3	202	361,62			
	4	170	377,97			

*p< ,05

Çizelge 4.20’deki bulgular analiz edildiğinde üniversite öğrencilerinin Yaşam Kalitesi düzeylerinin sınıf seviyelerine göre farklılaştığı görülmektedir. Yapılan Mann Whitney-U testi sonucunda fiziksel sağlık, sosyal ilişkiler ve çevre alt boyutlarında sınıf düzeylerine göre anlamlı farklılık göstermezken genel sağlık ve psikolojik sağlık alt boyutlarında dördüncü sınıflar ile birinci sınıflar ve ikinci sınıflar arasındaki farklılığın dördüncü sınıflar lehine olduğu görülmüştür. Genel Yaşam Kalitesi düzeyleri açısından bakıldığında ise ikinci ve dördüncü sınıflar arasında ortaya çıkan farklılığın dördüncü sınıflar lehine olduğu görülmektedir.

4.5. Kazakistan’daki Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Öğrencilerin Herkes İçin Spor Farkındalığı Ve Yaşam Kalitesi Düzeyleri Arasında Anlamlı Bir İlişki Var Mıdır?

Kazakistan’da öğrenim gören üniversite öğrencilerinin Herkes İçin Spor Farkındalığı ve Yaşam Kalitesi düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılan korelasyon analizinin bulguları Çizelge 4.21’de sunulmuştur.

Çizelge 4.21. Kazakistan’da Öğrenim Gören Herkes İçin Spor Farkındalığı ve Yaşam Kalitesi Düzeyleri Arasındaki Korelasyon Analizi

	Genel Sağlık	Fiziksel Sağlık	Psikolojik Sağlık	Sosyal İlişkiler	Çevre	Yaşam Kalitesi	Herkes İçin Spor
Genel Sağlık	1						
Fiziksel Sağlık	,563**	1					
Psikolojik Sağlık	,600**	,705**	1				
Sosyal İlişkiler	,518**	,664**	,676**	1			
Çevre	,545**	,697**	,682**	,675**	1		
Yaşam Kalitesi	,695**	,883**	,874**	,823**	,893**	1	
Herkes İçin Spor	,330**	,408**	,393**	,332**	,434**	,459**	1

**p< ,01

Öğrencilerin Herkes İçin Spor farkındalığı ile Yaşam Kalitesi düzeyleri arasındaki ilişkileri gösteren Çizelge 4.21. incelendiğinde Herkes İçin Spor farkındalığı ile Genel Yaşam Kalitesi ve alt boyutları arasında pozitif yönde, orta düzeyde ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Bu durum öğrencilerin yaşam kalite düzeyleri yükseldiğinde herkes için spor farkındalıkları da yükseleceği şeklinde ifade edilebilir.

4.6. Türkiye’deki Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Öğrencilerin Herkes İçin Spor Farkındalığı Ve Yaşam Kalitesi Düzeyleri Arasında Anlamlı Bir İlişki Var Mıdır?

Türkiye’de öğrenim gören üniversite öğrencilerinin Herkes İçin Spor farkındalığı ve Yaşam Kalitesi düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılan korelasyon analizinin bulguları Çizelge 4.22’de sunulmuştur.

Çizelge 4.22. Türkiye’de Öğrenim Gören Herkes için Spor ve Yaşam Kalitesi Düzeyleri Arasındaki Korelasyon Analizi

	Genel Sağlık	Fiziksel Sağlık	Psikolojik Sağlık	Sosyal İlişkiler	Çevre	Yaşam Kalitesi	Herkes İçin Spor
Genel Sağlık	1						
Fiziksel Sağlık	,373**	1					
Psikolojik Sağlık	,489**	,366**	1				
Sosyal İlişkiler	,375**	,375**	,518**	1			
Çevre	,529**	,404**	,610**	,589**	1		
Yaşam Kalitesi	,655**	,696**	,786**	,726**	,872**	1	
Herkes İçin Spor	,234**	,051	,339**	,269**	,466**	,342**	1

**p< ,01

Öğrencilerin Herkes için Spor ile Yaşam Kalitesi düzeyleri arasındaki ilişkileri gösteren Çizelge 4.22. incelendiğinde Herkes İçin Spor farkındalığı ile Genel Yaşam Kalitesi ve alt boyutları arasında pozitif yönde, orta-düşük düzeyde ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Bu durum öğrencilerin yaşam kalite düzeyleri yükseldiğinde herkes için spor farkındalıklarının da yükseleceği şeklinde ifade edilebilir.

4.7. Herkes İçin Spor Düzeyleri Açısından Kazakistan Ve Türkiye’de Öğrenim Gören Öğrenciler Arasında Anlamlı Bir Farklılık Var Mıdır?

Türkiye’de ve Kazakistan’da öğrenim gören üniversite öğrencilerinin Herkes İçin Spor farkındalıklarının yaşadıkları ülkeye göre farklılaşıp farklılaşmadığını ortaya çıkarabilmek amacıyla Mann Whitney-U testi yapılmış ve bulgular Çizelge 4.23’te sunulmuştur.

Çizelge 4.23. Üniversite Öğrencilerinin Herkes İçin Spor Düzeylerinin Yaşadıkları Ülke Değişkenine Göre Mann Whitney-U Testi Sonuçları

	Yaşadıkları Ülke	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Herkes İçin Spor	Kazakistan	689	662,74	433431,5	219246,5	,015*
	Türkiye	701	714,59	518078,5		

*p< ,05

Çizelge 4.23'teki bulgular incelendiğinde öğrencilerin Herkes İçin Spor farkındalıklarının yaşadıkları ülkeye göre anlamlı farklılık gösterdiği ve bu farklılığın Türkiye'de yaşayan öğrenciler lehine olduğu görülmektedir.

4.8. Yaşam Kalitesi Düzeyleri Açısından Kazakistan Ve Türkiye'deki Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Öğrenciler Arasında Anlamlı Bir Farklılık Var Mıdır?

Türkiye'de ve Kazakistan'da öğrenim gören üniversite öğrencilerinin Yaşam Kalitesi düzeylerinin yaşadıkları ülkeye göre farklılaşıp farklılaşmadığını ortaya çıkarabilmek amacıyla Mann Whitney-U testi yapılmış ve bulgular Çizelge 4.24'te sunulmuştur.

Çizelge 4.24. Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Yaşadıkları Ülke Değişkenine Göre Mann Whitney-U Testi Bulguları

	Yaşadıkları Ülke	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Fiziksel Sağlık	Kazakistan	689	555,52	382756,50	145051,5	,000*
	Türkiye	701	833,08	583988,50		
	Yaşadıkları Ülke	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Psikolojik Sağlık	Kazakistan	689	721,72	497262,50	223431,5	,015*
	Türkiye	701	669,73	469482,50		
	Yaşadıkları Ülke	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Sosyal İlişkiler	Kazakistan	689	705,88	486352,00	234342,0	,335
	Türkiye	701	685,30	480393,00		
	Yaşadıkları Ülke	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Çevre	Kazakistan	689	652,41	449507,50	211802,5	,000*
	Türkiye	701	737,86	517237,50		
	Yaşadıkları Ülke	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Yaşam Kalitesi	Kazakistan	689	667,82	460127,50	222422,5	,011*
	Türkiye	701	722,71	506617,50		

*p< ,05

Çizelge 4.24'teki bulgular incelendiğinde öğrencilerin Yaşam Kalitesi alt boyutlarından fiziksel sağlık, psikolojik sağlık ve çevre alt boyutlarında yaşadıkları ülkeye göre anlamlı farklılık gösterdiği ve bu farklılığın Türkiye'de yaşayan öğrenciler lehine olduğu görülmektedir. Ayrıca genel Yaşam Kalitesi düzeyleri incelendiğinde yine iki ülke arasında Türkiye'de yaşayan öğrenciler lehine anlamlı bir farklılığın olduğu görülmüştür. Türkiye'de yaşayan öğrencilerin Yaşam Kalitesi düzeylerinin ortalamasının Kazakistan'da yaşayan öğrencilere göre daha yüksek olması sebebiyle Türkiye'de yaşayan öğrencilerin yaşam kalitesi düzeylerinin daha yüksek olduğu söylenebilir.



5. TARTIŞMA

Yapılan bu çalışma ile Kazakistan ve Türkiye’deki Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri alanında eğitim gören öğrencilerin Herkes İçin Spor farkındalıkları ve Yaşam Kalitesi düzeyleri incelenmiştir. Bu amaçla Türkiye’den 701 Kazakistan’dan ise 689 katılımcı araştırmanın örneklemini oluşturmuştur. Katılımcıların demografik özellikleri incelendiğinde, Türkiye’deki öğrencilerin % 36,4’ünün kadın, % 63,6’sının erkek; Kazakistan’daki öğrencilerin % 62,4’ünün kadın, % 37,6’sının erkeklerden oluştuğu görülmüştür.

Türkiye’de öğrenim gören Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri öğrencilerin Herkes İçin Spor farkındalıklarına bakıldığında benzer sonuçlara ulaşıldığını söylemek mümkündür. Herkes İçin Spor farkındalığı ile yaş arasındaki ilişki incelendiğinde Kazakistan’da öğrenim gören öğrenciler açısından 18-19 yaş aralığında olan öğrenciler için anlamlı bir ilişki olduğunu söylemek mümkündür. Bu sonuçlarla 20 yaş altı öğrencilerin Herkes İçin Spor farkındalıklarının daha yüksek olduğu şeklinde yorumlanabilir. Aynı değişken açısından Türkiye’de öğrenim gören Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri öğrencileri açısından sonuçlar değerlendirildiğinde Herkes İçin Spor farkındalığı ile 18 yaş altı öğrencilerin değerleri arasında anlamlı bir ilişki görülmüştür. Bu durum Kazakistan’da öğrenim gören öğrencilerden elde edilen sonuçlara benzer sonuçların elde edildiğini göstermektedir.

Herkes İçin Spor farkındalığı ile cinsiyet değişkeni arasındaki ilişki açısından sonuçlar değerlendirildiğinde Kazakistan’da öğrenim gören Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri öğrencileri bakımından cinsiyet değişkeni açısından anlamlı bir ilişki görülmemiştir. Aynı değişken açısından Türkiye’de öğrenim gören Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri öğrencilerinden erkek öğrencilerin Herkes İçin Spor farkındalıkları arasında anlamlı bir ilişki görülmüştür. Bu sonuçlar Türkiye’de öğrenim gören erkek öğrenciler için Herkes İçin Spor etkinliklerine katılımın daha önemli olduğunun bir göstergesi olarak yorumlanabilir. Herkes İçin Spor farkındalığı ile medeni durum arasındaki ilişkiye bakıldığında Kazakistan’da öğrenim gören Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri öğrencilerinden bekâr olan öğrenciler arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Aynı değişken açısından Türkiye’de öğrenim gören öğrencilerin Herkes İçin Spor farkındalıkları ile ilgili sonuçlarına bakıldığında evli olan öğrenciler bakımından anlamlı bir farkın olduğu görülmüştür. Bu durum Türkiye’de öğrenim gören evli ya da ilişkisi olan öğrencilerin Herkes İçin Spor etkinliklerine daha fazla katılma eğiliminde olduğunun bir göstergesi olarak yorumlanabilir.

Herkes İçin Spor farkındalığı ile sınıf değişkeni arasındaki ilişki açısından sonuçlar değerlendirildiğinde Kazakistan'da öğrenim gören Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri öğrencileri bakımından sınıf değişkeni açısından herhangi bir farklılaşma olmadığı görülmüştür. Aynı değişken açısından Türkiye'de öğrenim gören öğrencilerin Herkes İçin Spor farkındalıkları ile ilgili sonuçlara bakıldığında özellikle üçüncü sınıflar için anlamlı bir farklılığın olduğu görülmüştür. Bu sonuç, öğrenim kademelerinde mezuniyete yaklaşan öğrencilerin herkes için spor uygulamalarına katılımında daha istekli olduklarının bir göstergesi olarak yorumlanabilir.

Kazakistan ve Türkiye'de öğrenim gören Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri öğrencilerinin Herkes İçin Spor farkındalığı ile bağımsız değişkenler arasındaki ilişkilerin benzer çalışmalarda elde edilen sonuçlarla karşılaştırılması mümkün olmamıştır. Literatürde herkes için spor farkındalığını ölçecek bir ölçme aracının olmaması, araştırmada kullanılan ölçme aracının araştırmacı tarafından geliştirilerek, gerekli geçerlik ve güvenirlik çalışmalarının yapılması suretiyle ilgili konuda ilk ölçme aracı olması bu durumun bir gereğesidir.

Araştırma sonuçlarına göre Yaşam Kalitesi düzeyleri incelendiğinde Kazakistan'da öğrenim gören Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri öğrencilerinin Yaşam Kalitesi düzeylerinde orta seviyede anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Buna karşın Türkiye'de öğrenim gören Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri öğrencilerinin Yaşam Kalitesi düzeylerinde ise yüksek seviyede anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır. Literatür tarandığında farklı ülkelerde yaşayan katılımcıların Yaşam Kalitesi düzeyinin araştırıldığı bir çalışmada İngiltere'nin Türkiye'ye göre yaşam kalitesi düzeyi açısından daha düşük seviyeye sahip olduğu görülmüştür. Bu çalışma Türkiye'de yaşam kalitesi düzeyi açısından elde edilen yüksek anlamlı ilişkiyi desteklemektedir (Gönülateş, 2016). Buna karşın araştırma sonuçlarının aksine Yaşam Kalitesi düzeyinin anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı çalışmalar da mevcuttur. Vural ve ark, 2010'da ve Tekkanat tarafından 2008 yılında gerçekleştirilen çalışmalarda Yaşam Kalitesi puanlarının alt boyutları arasında anlamlı farklılaşma saptanmamıştır.

Kazakistan'da öğrenim gören Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri öğrencilerinin Yaşam Kalitesi düzeyleri ile cinsiyet değişkeni arasındaki ilişkiye bakıldığında yaşam kalitesi alt boyutları sadece çevre alt boyutunda cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık olduğu ve bu farklılığın kadın öğrenciler lehine olduğu görülmüştür. Aynı değişken açısından Türkiye'de öğrenim gören Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri öğrencilerinin cinsiyet

değişkenine göre Yaşam Kalitesi düzeylerinin erkek öğrenciler lehine daha yüksek olduğu görülmüştür. Literatür tarandığında Yaşam Kalitesi ile cinsiyet değişkeni arasındaki ilişkide erkekler lehine anlamlı ilişkilerin olduğu çalışmalar mevcuttur (Kaya 2003; Arslantaş 2006; Aldinç vd. 2004).

Kazakistan'da öğrenim gören Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri öğrencilerinin Yaşam Kalitesi düzeyleri ile yaş değişkeni arasındaki ilişkiye bakıldığında 18 yaş altı ve 19-20 yaş aralığı için anlamlı bir farklılaşmanın olduğu görülmüştür. Türkiye'de öğrenim gören Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri öğrencilerinin Yaşam Kalitesi ile yaş değişkeni arasındaki ilişkiye bakıldığında 20-22 yaş aralığı için anlamlı bir farklılaşmanın olduğu görülmüştür. Genel olarak bakıldığında öğrencilerin yaşları büyüdükçe yaşam kalitelerinin daha yüksek olduğunu düşündükleri söylenebilir. Literatür tarandığında yaşam kalitesinin her yaş döneminde önemli olduğu vurgulansa da genel olarak yaş ilerledikçe yaşam kalitesinin daha önemli olduğunu vurgulayan çalışmalara rastlanmaktadır (Bilir vd., 2005; Azman vd., 2003; Sabbah vd., 2003).

Kazakistan'da öğrenim gören Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri öğrencilerinin Yaşam Kalitesi düzeylerinde ile medeni durum arasındaki ilişkiye bakıldığında evli ya da ilişkisi olan öğrenciler için anlamlı bir farklılaşmanın olduğu görülmüştür. Türkiye'de öğrenim gören Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri öğrencilerinin yaşam kalitesi ile medeni durum arasındaki ilişkiye bakıldığında Kazakistan'daki öğrencilerle benzer sonuçların olduğunu görmekteyiz. Literatür incelendiğinde araştırma sonuçlarını destekleyen çalışmalara ulaşmak mümkündür. Medeni durum ile yaşam kalitesi arasındaki ilişkiye dair bir diğer durum, evli olma veya bir eş ile yaşama durumudur. Yapılan çalışmalar evli olmanın veya bir eş ile birlikte yaşamının yaşam kalitesini önemli ölçüde arttırdığını göstermektedir (Perim, 2007; Avcı ve Pala, 2004; Baydur, 2001).

Kazakistan'da öğrenim gören spor bilimleri bölümü öğrencilerinin Yaşam Kalitesi düzeyleri ile sınıf değişkeni arasındaki ilişkiye bakıldığında birinci sınıflar lehine anlamlı ilişki olduğu görülürken, Türkiye'de öğrenim gören Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri öğrencilerinin yaşam kalitesi ile sınıf değişkeni arasındaki ilişkiye bakıldığında ise ikinci ve dördüncü sınıflar lehine anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Literatür tarandığında araştırma sonuçlarını destekleyen çalışmalara rastlanmazken Kangal (2009) ile Eriş ve Anıl'ın (2015) yapmış

oldukları çalışmalarda sınıf düzeyi ile yaşam kalitesi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür.



6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırma sonuçları, Yaşam Kalitesi düzeyi ile Herkes İçin Spor farkındalıkları arasındaki ilişki açısından incelendiğinde Kazakistan'daki Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri alanında öğrenim gören öğrenciler ile Türkiye'de Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri alanındaki öğrencilerinin Yaşam Kalitesi düzeyleri yükseldiğinde Herkes İçin Spor farkındalıklarının da yükseldiği sonucuna ulaşılmıştır.

Kazakistan ve Türkiye arasındaki ilişkiye bakıldığında Herkes İçin Spor farkındalıklarının yaşadıkları ülkeye göre anlamlı farklılık gösterdiği ve bu farklılığın Türkiye'de yaşayan öğrenciler lehine olduğu görülmektedir. İki ülkenin Yaşam Kalitesi düzeyleri arasındaki anlamlılık istatistiksel açıdan incelendiğinde Türkiye'de yaşayan öğrencilerin Yaşam Kalitesi ortalamalarının Kazakistan'da yaşayan öğrencilere göre yüksek olması sebebiyle Türkiye'de yaşayan öğrencilerin Yaşam Kalitesi düzeylerinin yüksek olduğu söylenebilir. Bu değişkenler açısından literatür incelendiği araştırma sonuçlarını destekleyen ya da farklı sonuçların bulunduğu çalışmalara ulaşılamamıştır. Bu durumun sebebi literatürde Herkes İçin Spor farkındalığını ölçecek bir ölçme aracının olmaması, araştırmada kullanılan ölçme aracının araştırmacı tarafından geliştirilen yeni bir ölçme aracı olması olarak açıklanabilir.

6.1 Öneriler

- WHO Yaşam Kalitesi Ölçeği Kısa Formunun (Whoqol-Bref) Kazakça versiyonunun Kazakistan'da farklı disiplinlerde eğitim gören öğrenciler üzerine araştırma yapılabilir.
- Kazakistan ve Türkiye'de farklı disiplinlerde eğitim gören öğrenciler arasındaki farklılıklar araştırılabilir.
- Bu araştırma kapsamında geliştirilen (Whoqol-Bref) Kazakça versiyonunun Kazakistan'da farklı yaş, cinsiyet, sınıf ve meslek grupları arasında araştırma yapılabilir.
- Kazakistan'da dünyadaki bazı ülkeler ile Türkiye Cumhuriyetindeki gibi 3 ile 93 yaş aralığındaki herkesin spor faaliyetlerine katılmasını amaçlayan, valilikler, okullar, devlet kurumları ile özel kurumlarla iş birliği yapıp, halkın spor etkinliklerine katılmasını sağlayacak Kazakistan Herkes İçin Spor Federasyonu kuruluşunun açılmasına düşünce olarak katkıda bulunmak.

- Bu çalışmanın sonucunda Herkes İçin Spor algı seviyesinin düşük olduğu bulunan gruplar için özellikle rekreasyonel boyutta farklı spor ve egzersiz etkinliklerine katılım farkındalığı için çalışmalar önerilebilir.
- Sosyal medya ve kitle medyasında Herkes İçin Spor etkinliklerine katılım teşvik edilebilir.
- Ülke temelinde herkes için spora katılım için hazırlanacak tesisler insanların sosyalleşmesini sağlayacağından algı seviyesini yükseltebilir.
- Bu çalışma sadece Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri bölümünde öğrenim gören öğrencilerinde değil toplumun diğer kesimleri üzerinde de yapılabilir.



KAYNAKLAR

- Aldinç, H., Aytar, B., Demetçi, E.M., Seçen, E.A., Şahin, A., Yılmaz, H., Ankara ilinden seçilen birinci basamak sağlık kuruluşlarına başvuran 18 yaş ve üzeri kişilerin medikososyal özelliklerine göre yaşam kalitelerinin karşılaştırılması. Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı, Ankara, 2004.
- Arslantaş, D., Metintaş, S., Ünsal, A. ve Koyuncu, C. (2006) Eskişehir Mahmudiye İlçesi Yaşlılarında Yaşam Kalitesi. *Osmangazi Tıp Dergisi*, 28 (2) :81-89
- Avcı, K. ve Pala, K. (2004). *Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesinde Çalışan Araştırma Görevlisi ve Uzman Doktorların Yaşam Kalitesinin Değerlendirilmesi*, *Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 30(2), 81- 85.
- Aydanarığ, S. (2008). *Ankara İlinde Yaşayan 18 Yaş Üzerindeki Bireylerin Fiziksel Aktivite ve Egzersize Yaklaşımlarının Belirlenmesi*, Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Azman, A. B., Sararaks, S., Rugayah, B., Low, L. L., Azian, A. A., Geeta, S. ve Tiew, C. T. (2003). "Quality of Life of the Malaysian General Population: Results from a Postal Survey Using the SF-36". *Medical Journal of Malaysia*, 58(5), 694-711.
- Balıkçı, İ. (2017). *Üniversite Öğrencilerinde Fiziksel Aktivite ve Kalp Atım Hızı Değişkenliği ile Sağlıklı Yaşam Davranışı ve Yaşam Kalitesinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Manisa.
- Baydur, H. (2001). "Soma Elektrik Üretim ve Ticaret Anonim Şirketi Tesislerinde Çalışan İşçilerde Bazı Sosyodemografik Faktörlerle Yaşam Kalitesinin İlişkisi", Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Halk Sağlığı Anabilim Dalı, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Manisa
- Bilir, N., Özcebe, H., Vazioğlu, S. A., Aslan, D., Subaşı, N. ve Telatar, T. G. (2005). "Van İlinde 15 Yaş Üzeri Erkeklerde SF-36 ile Yaşam Kalitesinin Değerlendirilmesi", *Türkiye Klinikleri Journal of Medical Sciences*, 25, 663-668.
- Boylu, A. ve Terzioğlu, G. (2007). *Ailelerin Yaşam Kalitelerini Etkileyen Bazı Objektif Ve Subjektif Göstergelerin İncelenmesi*.Ankara, Azim Matbaacılık Ltd. Şti., 26,28.
- Boylu, A. A. ve Paçacıoğlu, B. (2016). Yaşam Kalitesi ve Göstergeleri. *AkademikAraştırmalar ve ÇalışmalarDergisi*,8(15), 138.
- Bozkurt, İ. (2001). *Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokullarında Okuyan ve Halen Aktif Spor Yapan Öğrencilerin Beslenme Alışkanlıklarının Değerlendirilmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Çayır, A., Atak, N. ve Köse, S. (2011). *Beslenme ve Diyet Kliniğine Başvuranlarda Obezite Durumu ve Etki Faktörlerinin Belirlenmesi*, *Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Mecmuası*, 64(1).

- Çetin, S. (2018). *Kadınların Egzersiz Davranışı Değişim Basamaklarına Göre Yaşam Kalitesi ve Stres Düzeylerinin Araştırılması*, Doktora Tezi, Hitit Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Çorum.
- Ergül, O. (2017). *12-14 yaş grubu ergenlerde ders dışı etkinlikler ve egzersiz kapsamında uygulanan fiziksel aktivite programının ilköğretim öğrencilerinin yaşam kalitesi üzerindeki etkileri*, Doktora Tezi, Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Manisa.
- Eriş, H.M. ve Anıl, D. (2015). *Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi*, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, DOI:10.16986/HUJE.2015014183, 1-14.
- Eyili, M. (2017). *Kadınlarda Fiziksel Aktivitenin Yaşam Kalitesi ve Sağlık Üzerine Etkisi*, Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Gönülateş, S. (2016). *Farklı Ülkelerde Rekreatif Katılımın Yaşam Kalitesi Üzerine Etkisi*, Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Güler, M. (2010). *Yoga Egzersizlerinin, Çalışanlarda Esenlik Ve Yaşam Kalitesi Üzerindeki Etkisi*, Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Hu, L. T. ve Bentler, P. M. (1999). Cutoff Criteria for Fit Indexes in Covariance Structural Analysis: Conventional Criteria Versus New Alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6, 55-65.
- İldız, M. (2014). *14-18 Yaş Lise Öğrencilerinin Beslenme Alışkanlıkları, Fiziksel Benlik Algısı, Beden Kompozisyonu Ve Fiziksel Aktivite Düzeylerinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Muğla Sıtkı Kocaman Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Muğla.
- İkizler, H. (2002). *Spor Sağlık ve Motivasyon*. Alfa Yayıncılık, İstanbul, 25-32
- İnternet: <https://www.dicle.edu.tr/Contents/8c442d91-9150-4cd9-b498-763f579372f4.pdf>
Son Erişim Tarihi: 10.01.2018.
- Kangal, A. (2009). *Üniversite Yaşam Kalitesi Ölçeğinin Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi ve Türk Üniversite Öğrencilerine Uyarlanması*, Yüksek Lisans Tezi, Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Antalya.
- Kara, F. (2015). *Serbest Zamanda Sıkılma Algısının Yaşam Kalitesi Ve Evlilik Doyumu Üzerine Etkisinin Belirlenmesi*, Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara, 41-42.
- Kaya, M. (2003). *Ankara'da 112 Acil Yardım Hizmetlerinde Çalışan Sağlık Personelinin Öznel Yaşam Kalitelerinin Değerlendirilmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Nazarbayev, N. Ä. (2012). «Qazaqstan-2050»: Strategiasy qalyptasqan memlekettin jaña saıası baǵyty», Astana, Jeltoqsan.

- Özdenk, S. (2018). *Spor Bilimlerinde Akademik Araştırmalar, Beden Eğitimi ve Spor Faydaları, Önemi ve Sınıflandırılması*. Spor Bilimlerinde Akademik Araştırmalar. Gece Kitaplığı.
- Özkara, Ş. (2017). *Rekreatif Faaliyetlere Katılım İle Yaşam Kalitesi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Muğla Sıtkı Kocaman Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Muğla, 15-16.
- Özütürker, S. & Özer, B. (2016). Erzincan üniversitesi öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları ve antropometrik özelliklerinin değerlendirilmesi. *Erzincan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9(2), 63-74.
- Özüdoğru, E. (2013). *Üniversite Personelinin Fiziksel Aktivite Düzeyi İle Yaşam Kalitesi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Burdur.
- Pekel, A. (2016). *Spor Yöneticiliği Bölümünde Öğrenim Gören Öğrencilerinin Akademik Öz Yeterlilikleri ve Üniversite Yaşam Kalitesi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Doktora Tezi, Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kayseri.
- Perim, A. (2007). “Trakya Üniversitesi Eğitim, Araştırma ve Uygulama Hastanesi’nde Çalışan Hemşirelerin Kaliteli Yaşam Algısının Belirlenmesi”, Trakya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Halk Sağlığı Anabilim Dalı, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Trakya.
- Sabbah, I., Drouby, N., Sabbah, S., Retel-Rude, N. and Mercier, M. (2003). “Quality of Life in Rural and Urban Populations in Lebanon Using SF-36 Health Survey”, *Health Quality Life*, 1, 1-14
- Sağlam, Y. (2015). *Öğretmenlerin Fiziksel Aktivite Düzeyleri İle Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Karşılaştırılması (Bitlis İli Örneği)*, Yüksek Lisans Tezi, Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Niğde, 19.
- Sarper, F. & Güllü, M. (2014). Bir Devlet Hastanesinde Tedavi Gören Koroner Kalp Hastalarının Beslenme Alışkanlıkları, Yağ Tüketimi Ve Fiziksel Aktivite Durumları. *Sürekli Tıp Dergisi*, 23(1), 8-15.
- Saygın, Ö. (2012). *Çocukların Fiziksel Aktivite Düzeyleri Ve Vücut Kompozisyonlarının Belirlenmesi*. Muğla Üniversitesi Yayınları.
- Şeker, M. (2011). *İstanbul’da Yaşam Kalitesi Araştırması*. İstanbul Ticaret Odası Yayınevi.
- Tekeli, İ. (2010). *Gündelik Yaşam, Yaşam Kalitesine Yerellik Yazıları*. (Birinci Baskı). İstanbul, Tarih Vakfı Yurt Yayınları, 84, 107.
- Togo, T.O. (2018). *Kurumsal Spor Organizasyonlarının Örgütsel Bağlılık ve Yaşam Kalitesine Etkisinin Değerlendirilmesi*. Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü İstanbul, İstanbul, 27, 35.
- Tekkanat, Ç. (2008). Öğretmenlik bölümünde okuyan öğrencilerde yaşam kalitesi ve fiziksel aktivite düzeyleri, Yüksek Lisans Tezi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Denizli.

- Türkmen, M., Zorba, E., Akyüz, H., Yaşartürk, F., ve Aydın, İ. (2017). Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Kalitesi ve Mutluluk Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *International Journal of Cultural and Social Studies (IntJCSS)*, 255.
- Yardımcı, H. & Özçelik, Ö. (2012). Ankara ili Gölbaşı ilçesinde yaşayan yetişkin kadınların beslenme alışkanlıkları. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 7(28). 87-101.
- Yücel, N. (2008). *Kilolu ve Obez Kadınlarda Obezite ve Benlik Saygısı İlişkisinin Değerlendirilmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Vural, Ö. (2010). *Masa Başı Çalışanlarda Fiziksel Aktivite Düzeyi ve Yaşam Kalitesi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- WHOQOL Group (1998). Development of the World Health Organization WHOQOL-BREF quality of life assessment. *Psychological medicine*, 28(03), 551-558.
- Zorba, E. (2009). *Herkes için yaşam boyu spor*, Neyir Matbaacılık, Ankara, 44-57.
- Zorba, E. (1999). *Herkes İçin Spor ve Fiziksel Uygunluk*, T.C. Başbakanlık Gençlik ve Spor, Ankara, 72-79.
- Zorba, E. (2014). *Yaşam Boyu Spor*, Atalay Matbaacılık, Ankara, 56-61.
- Zorba, E. & Saygın, Ö. (2013). *Fiziksel Aktivite ve Fiziksel Uygunluk*. Fırat Matbaacılık, Ankara, 48-52.
- Zorba, E. & Saygın, Ö. (2017). *Fiziksel Aktivite ve Fiziksel Uygunluk*, Fırat Matbaacılık, Ankara, 51-59.
- Zorba, E., İkizler, H. C, Tekin, A, Miçoğullar, O, ve Zorba, E, (2005). *Herkes İçin Spor*. Morpa Kültür Yayınları, Ankara, 18-23.



EKLER

EK-1. Herkes İçin Spor Farkındalığı Anketi

Değerli öğrenci arkadaşım,

Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalında yürütmekte olduğum “*KAZAKİSTAN VE TÜRKİYE’DEKİ ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN HERKES İÇİN SPORLA İLGİLİ FARKINDALIK DÜZEYLERİ İLE YAŞAM KALİTESİ DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN ARAŞTIRILMASI*” başlıklı Doktora tezim için hazırlamış olduğum aşağıdaki anketi ve ölçeği doldurmanızı rica ediyorum. İçtenlikle vereceğiniz cevaplar araştırmanın başarılı olması açısından büyük önem taşımakta olup, elde edilen veriler bilimsel araştırma haricinde kullanılmayacaktır.

Katkılarınız için teşekkür eder, saygılar sunarım.

(HERKES İÇİN SPOR: Her yaştan vatandaşın gönüllü olarak spor ve fiziksel aktivite programlarına katılmasını temin etmek ve bu yolla toplumların olumlu yönde değişimini ve gelişimini sağlamak amacıyla yürütülen her türlü proje, etkinlik, şenlik, eğitim, kampanya, vb. sistemli ve toplu yapılan spor ve fiziksel aktiviteler bütününe ifade eden yaklaşımı tanımlamak için kullanılan bir üst kavramdır.)

1. Yarışmacı olarak spor yapıyor musunuz?

- a) Evet b) Hayır

2. Sağlık için düzenli fiziksel aktivite yapıyor musunuz?

- a) Evet b) Hayır

3. Ailenizin toplam gelirini yeterli buluyor musunuz?

- a) Evet b) Hayır c) Kararsızım

4. Ülkenizde Herkes İçin Spor Federasyonu ya da Herkes İçin Spor faaliyetlerini planlayan ve yürüten bir başka ulusal spor kuruluşu var mı?

- a) Evet b) Hayır c) Bilgim yok

5. Uluslararası Herkes İçin Federasyonu (TAFISA) isimli spor kuruluşundan daha önceden haberdar mıydınız?

- a) Evet b) Hayır

6. Çevrenizde çeşitli kuruluşlar (belediyeler, üniversiteler, okullar, federasyonlar, vb.) tarafından Herkes İçin Spor faaliyetleri yapılmakta mıdır?

- a) Evet b) Hayır c) Bilgim yok

EK-1. (devam) Herkes İçin Spor Farkındalığı Anketi

7. Çevrenizde Herkes İçin Spor faaliyetleri yapılmak için düzenlenmiş yeterli sayıda ve nitelikte açık/kapalı spor tesisleri ve alanları bulunmakta mıdır?

- a) Evet b) Hayır c) Bilgim yok

8. Herhangi bir Herkes İçin Spor faaliyetine katıldınız mı?

- a) Evet b) Hayır

9. Toplumsal kalkınma ve gelişmişlikte Herkes İçin Spor faaliyetlerinin önemli bir katkısı olacağını düşünüyor musunuz?

- a) Evet b) Hayır c) Fikrim yok

10. Herkes İçin Spor faaliyetlerinin insanların ve toplumların kaynaşmasını, olumsuz önyargıların giderilmesini ve böylelikle dünya barışına katkı sağlayacağını düşünüyor musunuz?

- a) Evet b) Hayır c) Fikrim yok

11. Uluslararası Olimpiyat Komitesi (IOC)'nin Herkes İçin Spor alanında yaptığı faaliyet, eğitim ve projelere dair bilginiz var mı?

- a) Evet b) Hayır

EK-2. Herkes İçin Spor Farkındalığı Anketi (Kazakça)

Бұқаралық спорт сауалнамасы

Гази университетінің докторанты Бағлан Ермахановтың «ҚАЗАҚСТАН МЕН ТҮРКИЯДАҒЫ ЖОО СТУДЕНТТЕРІНІҢ БҰҚАРАЛЫҚ СПОРТПЕН АЙНАЛЫСУ ДЕҢГЕЙІ МЕН САЛАУАТТЫ ӨМІР САЛТЫН ҰСТАНУ ДЕҢГЕЙІ АРАСЫНДАҒЫ ҚАТЫНАСТЫ ЗЕРТТЕУ» тақырыбындағы докторлық диссертациясының анализ жұмысына арналған сауалнамасы. Сұрақтарға назар салып, шынайы жауап беруіңізді өтінемін.

Бұқаралық спорт: Жас айырмашылығы шектелмеген бұқара халықтың спорттық шаралар мен салауатты өмір салтын қалыптастыру бағдарламаларына өз еркімен қатысуын қамтамасыз ету мен қоғамды оңтайландыру. Халық денсаулығын жақсарту мақсатында өткізілетін кез-келген жобалар, жалпыұлттық жүгірулер, фестивальдар, дене жаттығулары, мүмкіндігі шектеулі жандар арасында өткізілген спорттық шаралар т.б. жүйелі және ұжымдық тұтастықты сипаттайтын тұжырымдама болып табылады.

Демографиялық ерекшеліктерді анықтауға арналған жалпы сауалдар:

Жынысыңыз:

- а) Ер б) Әйел

Жасыңыз:

- а) 18 жасқа дейін б) 18-19 жас аралығы в) 20-21 жас аралығы г) 22-23 жас аралығы
д) 23 жастан жоғары

Отбасылық жағдайыңыз?

- а) Бойдақ б) Азаматтық некеде в) Отбасылы г) Ажырасқан

1. Кәсіби спортшы ретінде спортпен шұғылданасыз ба?

- а) Ия б) Жок

2. Денсаулығыңыз үшін тұрақты түрде физикалық белсенділік жаттығуларын жасайсыз ба?

- а) Ия

б) Жок

3. Отбасылық табыс көзі спортпен шұғылдануыңызға жеткілікті мөлшерде ме?

- [illegible]

4. Еліңізде Бұқаралық спорт федерациясы немесе бұқаралық спорт шараларын жоспарлайтын, ұйымдастыратын мемлекеттік спорт мекемелері бар ма?

- а) Ия б) Жоқ в) Білмеймін

EK-2. (devam) Herkes İçin Spor Farkındalığı Anketi (Kazakça)

5. Халықаралық Бұқаралық спорт федерациясын бұрыннан білесіз бе?

- а) Ия б) Жок

6. Түрлі бағыттағы мемлекеттік немесе жеке мекемелер тарапынан (жергілікті әкімшіліктер, жоғары және арнаулы оқу орындары, федерациялар) бұқаралық спорт шаралары өткізілуде ме?

- [illegible]

7. Өмір сүретін ортаңызда бұқаралық спорт шараларын өткізуге арналған талапқа сай ашық/жабық спорт алаңдары мен спорт орындары жеткілікті дәрежеде ме?

- [illegible]

8. Қандай да бір бұқаралық спорт шарасына қатыстыңыз ба?

- а) Ия б) Жок

9. Қоғамның дамуына бұқаралық спорттың айтарлықтай әсері бар ма?

- [illegible]

10. Бұқаралық спорт бағдарламалары халықаралық ынтымақтастықтың дамуына, ұлттар арасындағы болымсыз пікірлерді алдын алу мен әлемдік бейбітшілікке ықпал етеді деп ойлайсыз ба?

- а) Ия б) Жоқ в) Пікірім жоқ

11. Халықаралық Олимпиада комитеті тарапынан ұйымдастырылатын бұқаралық спорт шараларына, спорттық білім беру бағдарламалары мен жобаларына қанағаттанасыз ба?

- а) Ия б) Жок

EK-3. Yaşam Kalitesi Ölçeği

WHOQOL-BREF (TR) – YAŞAM KALİTESİ ÖLÇEĞİ

Bu anket yaşamınızın kalitesi, sağlığınız ve yaşamınızın öteki yönleri hakkında neler düşündüğünüzü sorgulamaktadır. Yaşamınızın **son 2 haftanızı** dikkate almanızı istiyoruz. Lütfen bütün soruları cevaplayınız.

		Çok kötü	Biraz kötü	Ne iyi, Ne kötü	Oldukça iyi	Çok iyi
1	Yaşam kalitenizi nasıl buluyorsunuz?	1	2	3	4	5

		Hiç hoşnut değil	Çok az hoşnut	Ne hoşnut, ne hoşnut değil	Epeyce hoşnut	Çok hoşnut
2	Sağlığınızdan ne kadar hoşnutsunuz?	1	2	3	4	5

Aşağıdaki sorular son 2 hafta içinde kimi şeyleri “ne kadar” yaşadığınızı sormaktadır.

		Hiç	Çok az	Orta derecede	Çokça	Aşırı derecede
3	Ağrılarınızın yapmanız gerekenleri ne derece engellediğini düşünüyorsunuz?	1	2	3	4	5
4	Günlük uğraşlarınızı yürütemek için herhangi bir tıbbi tedaviye ne kadar ihtiyaç duyuyorsunuz?	1	2	3	4	5
5	Yaşamaktan ne kadar keyif alırsınız?	1	2	3	4	5
6	Yaşamınızı ne ölçüde anlamlı buluyorsunuz?	1	2	3	4	5
		Hiç	Çok az	Orta derecede	Çokça	Son derecede

EK-3. (devam) Yaşam Kalitesi Ölçeği

7	Dikkatinizi toplamada ne kadar başarılısınız?	1	2	3	4	5
8	Günlük yaşamınızda kendinizi ne kadar güvende hissediyorsunuz?	1	2	3	4	5
9	Fiziksel çevreniz ne ölçüde sağlıklıdır?	1	2	3	4	5

Aşağıdaki sorular son 2 haftada kimi şeyleri ne ölçüde “tam olarak” yaşadığınızı ya da yapabildiğinizi soruşturmaktadır.

		Hiç	Çok az	Orta derecede	Çokça	Tamamen
10	Günlük yaşamı sürdürmek için yeterli gücünüz kuvvetiniz var mı?	1	2	3	4	5
11	Bedensel görünüşünüzü kabullenir misiniz?	1	2	3	4	5
12	Gereksinimlerinizi karşılamak için yeterli paranız var mı?	1	2	3	4	5
13	Günlük yaşantınızda gerekli bilgilere ne ölçüde ulaşabilir durumdasınız?	1	2	3	4	5
14	Boş zamanları değerlendirme uğraşları için ne ölçüde fırsatınız olur?	1	2	3	4	5

Aşağıdaki sorularda, son 2 hafta boyunca yaşamınızın çeşitli yönlerini ne ölçüde “iyi ya da doyurucu” bulduğunuzu belirtmeniz istenmektedir.

		Çok kötü	Biraz kötü	Ne iyi, ne kötü	Oldukça iyi	Çok iyi
15	Hareketlilik (etrafta dolaşabilme, bir yerlere gidebilme) beceriniz nasıldır?	1	2	3	4	5

EK-3. (devam) Yaşam Kalitesi Ölçeği

		Hiç hoşnut değil	Çok az hoşnut	Ne hoşnut, ne hoşnut değil	Epeyce hoşnut	Çok hoşnut
16	Uykunuzdan ne kadar hoşnutsunuz?	1	2	3	4	5
17	Günlük uğraşlarınızı yürütebilme becerinizden ne kadar hoşnutsunuz?	1	2	3	4	5
18	İş görme kapasitenizden ne kadar hoşnutsunuz?	1	2	3	4	5
19	Kendinizden ne kadar hoşnutsunuz?	1	2	3	4	5
20	Diğer kişilerle ilişkinizden ne kadar hoşnutsunuz?	1	2	3	4	5
21	Cinsel yaşamınızdan ne kadar hoşnutsunuz?	1	2	3	4	5
22	Arkadaşlarınızın desteğinden ne kadar hoşnutsunuz?	1	2	3	4	5
23	Yaşadığınız evin koşullarından ne kadar hoşnutsunuz?	1	2	3	4	5
24	Sağlık hizmetlerine ulaşma koşullarınızdan ne kadar hoşnutsunuz?	1	2	3	4	5
25	Ulaşım olanaklarınızdan ne kadar hoşnutsunuz?	1	2	3	4	5

EK-3. (devam) Yaşam Kalitesi Ölçeği

Aşağıdaki soru son 2 hafta içinde bazı şeyleri “ne sıklıkta” hissettiğiniz ya da yaşadığınıza ilişkindir.

		Hiçbir zaman	Nadiren	Ara sıra	Çoğunlukla	Her za- man
26	Ne sıklıkta hüznün, ümitsizlik, bunaltı, çökkünlük gibi olumsuz duygulara kapılırsınız?	1	2	3	4	5

ЕК-4. Yaşam Kalitesi Ölçeği (Kazakça)

САЛАУАТТЫ ӨМІР САЛТЫ САУАЛНАМАСЫ

WHOQOL-BREF (KZ)

Бұл сауалнама Сіздің денсаулығыңыз, салауатты өмір салтыңыз және қоғамдық ортаңыздың түрлі салаларына қатысты пікіріңізді білу үшін құрастырылған. Берілген сұрақтарға назар аударып, шынайы жауап беруіңізді өтінемін.

Ескерту 1: Сауалнамаға жауап беруден алдын өзіңізге қатысты мәліметтер жайлы сауалдарға жауап беруіңізді сұранамын.

Демографиялық ерекшеліктерді анықтауға арналған жалпы сауалдар:

Жынысыңыз:

а) Ер

б) Әйел

Жасыңыз:

а) 18 жасқа дейін

б) 18-19 жас аралығы

в) 20-21 жас аралығы

г) 22-23 жас аралығы

д) 23 жастан жоғары

Отбасылық жағдайыңыз:

а) Бойдақ

б) Азаматтық некеде

в) Отбасылы

г) Ажырасқан

Ескерту 2: Сауалнамаға жауап беру барысында соңғы екі апта төңірегіндегі болған жағдайларды ескере отырып белгілеуіңізді сұранамын.

		Өте нашар	Нашар	Орташа	Жақсы	Өте жақсы
1	Өмір сүру сапаңызды қалай бағалайсыз?	1	2	3	4	5
		Мүлдем қанағат- танбай- мын	Қанағат- танбай- мын	Орташа	Қанағат- танамын	Толық қанағат- танамын
2	Денсаулығыңызға қаншалықты қанағаттанасыз?	1	2	3	4	5

ЕК-4. (devam) Үағам Калитеси Өлçeғi (Kazakça)

Төмендегі сұрақтардың жауабына соңғы екі аптаның белгілі бір жағдайын қаншалықты сезінгеніңіз жайлы көрсетіңіз.

		Жоқ	Аз	Орташа	Айтар-лықтай	Шамадан тыс
3	Сіздің ойыңызша, өзіңізге жүктелген міндеттерді орындауға кедергі келтіретін физикалық ауыртпашылықтарыңыз бар ма?	1	2	3	4	5
4	Күнделікті өмірде қалыпты жұмыс жасауыңыз үшін қандай да бір медициналық көмекке мұқтаждығыңыз бар ма?	1	2	3	4	5
5	Өз өміріңізге көңіліңіз толады ма?	1	2	3	4	5
6	Сіздің пікіріңізше, өз өміріңіз мағынаға толы ма?	1	2	3	4	5
7	Ойыңызды жинақтауға қаншалықты мән бересіз?	1	2	3	4	5
8	Күнделікті өмірде қауіпсіздігіңізге қаншалықты сенімдісіз?	1	2	3	4	5
9	Қоғамдық ортаңыз салауатты өмір салтына қаншалықты сай келеді?	1	2	3	4	5

ЕК-4. (devam) Yaşam Kalitesi Ölçeği (Kazakça)

Төмендегі сұрақтар соңғы екі апта төңірегінде кейбір жағдайлардың өміріңізде қаншалықты орын алғандығы немесе қаншалықты жүзеге асырғандығынбен байланысты.

		Жоқ	Аз	Орта-ша	Айтар-лықтай	Толықтай
10	Күнделікті өмірдегі күш-қуатыңыз жеткілікті ме?	1	2	3	4	5
11	Сыртқы келбетіңізге көңіліңіз толады ма?	1	2	3	4	5
12	Өз қажеттіліктеріңізді қамтамасыз ету үшін жеткілікті қаражатыңыз бар ма?	1	2	3	4	5
13	Күнделікті өмірде қажетті ақпаратқа қаншалықты қол жеткізе аласыз?	1	2	3	4	5
14	Демалыс пен ойын-сауыққа қаншалықты мүмкіндігіңіз бар?	1	2	3	4	5
		Мүлдем толмайды	Толмайды	Орта-ша	Толады	Толық толады
15	Жаяу жүру дағдыңызға көңіліңіз толады ма?	1	2	3	4	5
		Мүлдем қанағаттанбаймын	Қанағаттанбаймын	Орта-ша	Қанағаттанамын	Толық қанағаттанамын
16	Ұйқыңызға қаншалықты қанағаттанасыз?	1	2	3	4	5

ЕК-4. (devam) Yaşam Kalitesi Ölçeği (Kazakça)

17	Күнделікті өзіңізге жүктелген міндеттерді орындауда қаншалықты қанағаттанасыз?	1	2	3	4	5
18	Жұмыс жасау қабілетіңізге қаншалықты қанағаттанасыз?	1	2	3	4	5
19	Өзіңізге қаншалықты қанағаттанасыз?	1	2	3	4	5
20	Адамдармен қарым- қатынасыңызға қаншалықты қанағаттанасыз?	1	2	3	4	5
21	Жыныстық жағдайыңызға көңіліңіз толады ма?	1	2	3	4	5
22	Достарыңыздың қолдауынан қаншалықты қанағаттанасыз?	1	2	3	4	5
23	Тұратын жеріңіздің жағдайына қаншалықты қанағаттанасыз?	1	2	3	4	5
24	Медициналық қызмет көрсету сапасына қаншалықты қанағаттанасыз?	1	2	3	4	5
25	Қажеттілігіңізге пайдаланатын транспортқа (көлік) қаншалықты қанағаттанасыз?	1	2	3	4	5

ЕК-4. (devam) Yaşam Kalitesi Ölçeği (Kazakça)

Төмендегі сұрақтар соңғы екі апта төңірегінде кейбір жағдайларды қалай қабылдағаныңызбен байланысты.

		Ешқашан	Сирек	Жиі	Өте жиі	Әрдайым
26	Бойыңызда жағымсыз көңіл-күй, үмітсіздік, алаңдаушылық, депрессия сияқты жағдайлар қаншалықты жиі болады?	1	2	3	4	5
		Жоқ	Аз	Орташа	Айтарлықтай	Шамадан тыс
27	Сіздің өміріңізде жақын адамдармен (жұбайыңыз, туысыңыз, досыңыз) қарым-қатынаста қысым мен талапқа қатысты қиындықтар қаншалықты кездеседі?	1	2	3	4	5

EK-5. Etik Kurul Raporu



**T.C.
GAZİ ÜNİVERSİTESİ
Etik Komisyonu**

Sayı :
Konu : Bilimsel ve Eğitim Amaçlı

SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi : tarihli ve sayılı yazı.

İlgi yazınız ile göndermiş olduğunuz, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Doktora Öğrencisi **Baglan YERMAKHANOV**'un, Prof.Dr. **Erdal ZORBA**'nın danışmanlığında yürüttüğü *"Kazakistan ve Türkiye'deki Üniversite Öğrencilerinin Herkes İçin Sporla İlgili Farkındalık Düzeyleri ile Yaşam Kalitesi Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Araştırılması"* adlı tez çalışması ile ilgili konu Komisyonumuzun **05.06.2018** tarih ve **05** sayılı toplantısında görüşülmüş olup,

İlgilinin çalışmasının, yapılması planlanan yerlerden izin alınması koşuluyla yapılmasında etik açıdan bir sakınca bulunmadığına oybirliği ile karar verilmiş ve karara ilişkin imza listesi ekte gönderilmiştir.

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

Araştırma Kod No:

Ek:1 Liste

EK-5. (devam) Etik Kurul Raporu

GAZİ ÜNİVERSİTESİ ETİK KOMİSYONU KATILIM LİSTESİ	
TOPLANTI TARİHİ : 05/06/2018	TOPLANTI SAYISI : 05
ADI-SOYADI	İMZA
Prof.Dr.Alper CEYLAN BAŞKAN	
Prof.Dr.Mustafa N.İLHAN BAŞKAN-YRD.	
Prof.Dr.Mehmet KÜÇÜKKURT	
Prof.Dr.Aymelek GÖNENÇ	
Prof.Dr.Rahmi ÜNAL	
Prof.Dr.Mehmet Sayım KARACAN	
Prof.Dr.Naciye YILDIZ	
Prof.Dr.Mustafa SARIKAYA	
Prof.Dr.İbrahim DOĞAN	
Prof.Dr.C. Haluk BODUR	
Prof.Dr.Mustafa İLBAŞ	
Prof.Dr.Füsun DEMİREL	
Doç.Dr.Nihan KAFA	

ÖZGEÇMİŞ**Kişisel Bilgiler****Soyadı, Adı** : Baglan YERMAKHANOV**Uyruğu** : Kazak

Eğitim Derecesi	Okul/Programı	Mezuniyet Yılı
Doktora	Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Devam Ediyor	
Yüksek Lisans	Hoca Ahmet Yesevi Uluslararası Türk-Kazak Üniversitesi	2013
Lisans	Hoca Ahmet Yesevi Uluslararası Türk-Kazak Üniversitesi	2011
Lise	Sunak ata	2007
İş Deneyimi, Yıl	Çalıştığı Yer	Görev
2011-2013	Türkistan Ahmet Yesevi Mesleki Yüksekokulu	Gençlik İşleri Bölüm Başkanı
2013-2015	Hoca Ahmet Yesevi Uluslararası Türk-Kazak Üniversitesi	Gençlik İşleri Bölüm Başkanı

Yabancı Dil

Rusça, Türkçe



GAZİLİ OLMAK AYRICALIKTIR..