



Makale Türü
Araştırma Makalesi

Başvuru Tarihi
25.11.2021

Kabul Tarihi
27.12.2021

Online Yayın Tarihi
29.12.2021

GENÇ BİREYLERİN SPORA İLİŞKİN TERCİHLERİNİN, YAŞAM KALİTESİ VE DEPRESYON DÜZEYLERİNİN TOPLUMSAL CİNSİYET ALGISI PERSPEKTİFİNDE İNCELENMESİ

Sezen KARABÖRKLÜARGUT¹

¹İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü

Özet

Bu araştırmanın amacı düzenli olarak spor yapan üniversite öğrencisi genç bireylerin spora ilişkin tercihlerinin toplumsal cinsiyet algısı perspektifinde incelenmesi ve farklılıkların yaşam kalitesi ve depresyon düzeyleri üzerine etkisinin araştırılmasıdır. Değerlendirmede kullanılmak üzere gönüllülerin demografik ve sosyokültürel özellikleri, tercih ettikleri sportif faaliyetlerinin türü-sıklığı gibi bilgileri içeren kapsamlı bir anket hazırlandı. Katılımcıların depresyon belirtileri varlığı ve düzeyi “Beck Depresyon Ölçeği” ile; sağlıkla ilişkili yaşam kalitesi düzeyleri ise “SF-12 Yaşam Kalitesi Skoru” ile değerlendirildi. Veriler öğrencilerin üye olduğu sosyal medya kanalları ve e-posta grupları aracılığıyla toplandı. Çalışma kapsamında 300 gönüllü birey değerlendirildi; bilgilerinde eksiklik olanlar çıkarılarak toplam 271 kişiye ait veriler analiz edildi. Kadın katılımcıların %18,5’i seçilen spor türünün cinsiyetle ilişkili olduğunu düşünürken; erkek katılımcılarda bu oranın % 48,9’a ulaştığı görüldü. Cinsiyetin spora ilişkin tercihleri etkilediği görüşünde olan katılımcılar (Grup I, n=80) ile etkilemediğini savunan katılımcıların (Grup II, n=191) depresyon belirtileri bakımından gruplar arasında anlamlı farklılık bulundu ($p=0,04$). Yaşam kalitesi bakımından ise gruplar arasında fark olmamasına karşın ($p>0,05$); Grup I’de yer alan katılımcıların yaşam kalitesi skorlarının daha düşük olduğu gözlemlendi. Sonuç olarak, düzenli spor yapan genç bireylerin sporla ve sağlıkla ilişkili özellikler açısından benzer oldukları görülse de; toplumsal cinsiyet algısı perspektifinde, kadın ve erkek bireyler arasında görüş farklılıkları olduğu açıktır. Benzer yaş, sosyokültürel özellikler ve eğitim düzeylerinde olmalarına karşın, üniversite öğrencisi genç bireylerdeki toplumsal cinsiyet algısının yaptıkları sporla ilişkili özellikler üzerindeki etkileri dikkat çekicidir.

Anahtar Kelimeler: Cinsiyet, Sağlıklı Yaşam, Spor, Toplumsal Cinsiyet Algısı, Toplumsal Cinsiyet Roller.

INVESTIGATION OF SPORT-RELATED PREFERENCES, QUALITY OF LIFE AND DEPRESSION LEVELS OF YOUNG INDIVIDUALS FROM THE PERSPECTIVE OF SOCIAL PERCEPTION OF GENDER ROLES

Abstract

The aim of this study is to examine the sport-related preferences of young university students who regularly do sports from the perspective of social perception of gender roles and to investigate the effects of the differences on quality of life and depression levels. A comprehensive questionnaire including demographic characteristics, type-frequency of preferred sports was prepared. Levels of depression symptoms were assessed with “Beck Depression Scale”; health-related quality of life were questioned with SF-12 Quality of Life Score. Data were collected through social media channels and e-mail groups. A total of 300 volunteers were participated; the data of 271 volunteers were analyzed. 18.5% of the female participants thought that the preferred sport type was related to gender; it was 48.9% for male participants. When the groups were compared in terms of health-related profile properties, no significant difference was found between A significant difference was found between the groups in terms of depression levels of the participants (Group I, n=80) who thought that gender affected the sports-related preferences and the participants (Group II, n=191) who claimed that it did not ($p=0.04$). Although there was no difference between the groups in terms of quality of life ($p>0.05$); and the quality of life scores were lower in Group I. Although sport-related profiles of the volunteers were similar; it is clear that there are differences of opinion between men and women in the perspective of gender perception. The effects of gender perception on sport related characteristics of male and female individuals are remarkable.

Key Words: Gender, Healthy Life, Sport, Social Gender Believes, Social Perspective of Gender Roles.

Sorumlu Yazar: Sezen Karabörklü Argut¹, İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, sezen.karaborklu@istanbul.edu.tr

GİRİŞ

Cinsiyet kavramı çoğunlukla anne ve baba genlerinden gelen kromozomların türüne bağlı olarak kadın ya da erkek şeklinde ayrılan biyolojik cinsiyeti çağrıştırmaktadır (Bayhan, 2013). Ancak yapılan çalışmalar cinsiyet kavramının farklı boyutları olduğunu ortaya koymaktadır. Bu bağlamda ortaya çıkan toplumsal cinsiyet kavramı, bireylerin içinde yaşadıkları toplum tarafından kadın ya da erkek olma durumlarına göre ayırt edilmelerini ve toplumun cinsiyetlerine uygun bularak onlar için belirledikleri rolleri ifade etmektedir (Ecevit, 2003; Kavasoglu & Yaşar, 2016; Koca, 2018). Toplumsal cinsiyet algısı, içinde yaşanılan toplumun kültürel ve psikolojik özelliklerine göre şekillenmektedir (Bora, 2012; Koca, 2018). Bu özellikler cinsiyetler arası asimetri oluşturmakta; bir başka deyişle bir biyolojik cinsiyetin diğerine oranla daha üstün/ayrıcalıklı olduğunu ifade etmektedir. Ayrıca bu cinsiyet farklılığının bir karşıtlık durumu oluşturduğu algısı hakimdir. Kadın cinsiyetin naifliği, güzelliği, kırılganlığı ve duyguları temsil ettiği; erkek cinsiyetin ise karşıt şekilde dayanıklılığı, gücü, üretkenliği ve rekabeti temsil ettiği algısı dayatılmaktadır (Koca & Bulgu, 2005).

Aile rolleri, sosyal statü ve meslek tercihleri gibi hayatın pek çok alanında etkilerini derinden hissettiğimiz toplumsal cinsiyet algısının benzer şekilde sporla ilişkili tercihleri de etkilediği düşünülmektedir. Spor dallarının toplumsal cinsiyet algısına uygunluğu, geleneksel cinsiyet rollerinin sınırlarıyla yakından ilişkili olarak karşımıza çıkmaktadır. Literatürde sporun toplumsal cinsiyet normlarının en katı olduğu alanlardan biri olarak sayılabileceği bildirilmiştir (Kavasoglu & Yaşar, 2016). Özelden genele bakıldığında, kadın ve erkek sporcuların sporla ilgili deneyimlerinin, başarı durumlarının ve performans özelliklerinin farklı olmasının sadece biyolojik cinsiyet farklılıkları ile açıklanamayacağı ifade edilmektedir (Karabörklü Argut & Çelik, 2018; Koca, 2018; Koivula, 2001; Yüksel, 2014).

Spor katılımı üzerindeki toplumsal cinsiyet algısının etkisi literatürde yer almaktadır (Alley & Hicks, 2005; Chepyator-Thomson & Ennis, 1997; Yi-Hsiu & Chen-Yueh, 2013). Yapılan çalışmalarda spora katılımın, toplumsal inanış ve algılar temelinde cinsiyet uygunluğu ile ilişki olduğunu bildirilmiştir (Chalabaev ve diğ., 2013; Hardin ve Greer, 2009). Buna göre erkeklerin erkeksi olarak nitelendirilen sporlara katılma olasılığı kadınlardan daha yüksekken, kadınların kadınsı olarak nitelendirilen sporlara katılma olasılığı erkeklerden daha fazladır (Yi-Hsiu & Chen-Yueh, 2013). Örneğin futbol, boks ve güreş sporlarının erkekler için; jimnastik, aerobik, dans ve yoga sporlarının kadınlar için daha uygun bulunduğu ve bu

aktivitelere katılımın da buna benzer olarak şekillendiği olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Chalabaev ve diğ., 2013; Kavasoglu & Yaşar, 2016).

Çalışmanın değişkenlerinden olan depresyon belirtileri ve yaşam kalitesi sağlıklı olma halinin önemli göstergelerindedir. Depresyon belirtilerinin ruhsal sağlığa ilişkin öneminin yanı sıra fiziksel sağlıkla da ilişkisi bilinmektedir (Kumar & Sudhakar, 2013). Sağlığın korunması ve geliştirilmesi kapsamında bireylerdeki depresyon belirtileri varlığı ve düzeylerinin belirlenmesi önem arz etmektedir. Dünya Sağlık Örgütü, yaşam kalitesi kavramını fonksiyonel, psikolojik, sosyal faktörler çerçevesinde kişinin durumu, beklentileri, hedefleri ve kaygıları ilişkilendirerek yaşamı algılama biçimleri olarak tanımlamıştır (Group, 1996). Bireylerin yaşam kaliteleri ve depresyon belirtileri düzeyi toplumun iyi olma halini yansıttığı gibi; toplumsal cinsiyet algısının da dahil olduğu, içinde yaşanılan topluma ait özellikler de bireylerin yaşam kalitelerini ve depresyon belirtileri seviyesini etkilemektedir (Felce, 1997). Bu araştırmanın amacı düzenli olarak spor yapan üniversite öğrencisi genç bireylerin spora ilişkin tercihlerinin toplumsal cinsiyet algısı perspektifinde incelenmesi ve farklılıkların yaşam kalitesi ve depresyon düzeyleri üzerine etkisinin araştırılmasıdır.

YÖNTEM

Bu araştırma Eylül 2019 ve Temmuz 2020 tarihleri arasında yürütüldü. Çalışma kapsamında, İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa'da öğrenim gören, düzenli olarak spor yaptığını beyan eden, tanıli bir hastalığı veya aktif bir rahatsızlığı olmayan, 18-40 yaş arası, sağlıklı kadın ve erkek öğrenciler değerlendirildi. Düzenli olarak spor yapmayan öğrenciler ile spor yapmalarına engel teşkil eden fiziksel problemi olan bireyler çalışmaya dahil edilmedi.

Değerlendirmede kullanılmak üzere gönüllülerin demografik özellikleri, boy-kilo bilgileri, sigara-ilaç kullanım durumları ve tercih ettikleri sportif faaliyetlerinin türü-sıklığı gibi bilgileri içeren kapsamlı bir anket hazırlandı. Ayrıca toplumsal cinsiyet algısının genç bireylerin depresyon belirtileri ve yaşam kaliteleri üzerindeki etkilerini incelemek amacıyla, cinsiyetin spora ilişkin tercihleri etkilediği görüşünde olan katılımcılar (Grup I) ile etkilemediğini savunan katılımcıların (Grup II) verileri karşılaştırıldı. Bu amaçla katılımcıların depresyon belirtileri varlığı ve düzeyi "Beck Depresyon Ölçeği" ile; sağlıkla ilgili yaşam kalitesi düzeyleri ise "SF-12 Yaşam Kalitesi Skoru" ile değerlendirildi. Veriler öğrencileri üye olduğu sosyal medya kanalları ve e-posta grupları aracılığıyla toplandı.

Bu çalışmada yaşam kalitesinin değerlendirilmesi için SF-36 Yaşam Kalitesi Ölçeğinin kısaltılmış versiyonu olan Kısa Form 12 (SF-12) sağlıkla ilişkili yaşam kalitesi ölçeği kullanıldı. Fiziksel ve mental sağlık olmak üzere 2 komponenti bulunmaktadır ve 12 sorudan oluşmaktadır. Yüksek puan genel sağlık durumundaki iyilik halini, azalan puan ise kısıtlılığı belirtmektedir. Türkçe çevirisi, geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılmıştır (Soylu & Kütük, 2020).

Beck depresyon ölçeği duygusal, bilişsel, bedensel ve motivasyona dayalı belirtileri değerlendirmek üzere sıklıkla kullanılan bir ölçektir. Bir öz değerlendirme ölçeği olan Beck depresyon ölçeği yirmi bir maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek maksimum puan 63'tür ve artan puan bireyin depresyon belirtileri düzeyinin arttığına işaret etmektedir. Türkçe çevirisi, geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılmıştır (Hisli, 1989).

Verilerin Analizi

Verilerin istatistiksel analizinde SPSS 21.0 istatistik programı kullanıldı. Verilerin normal dağılıma uygunluğu "Shapiro Wilks Testi" ile değerlendirildi. Veriler normal dağılım gösterdiği için parametrik testler tercih edildi. Tanımlayıcı istatistik yapılarak, değişkenler yüzde ve sayı cinsinden ifade edildi. Gruplar arasındaki farkların istatistiksel anlamlılık düzeyi "Bağımsız değişkenler t testi" ile analiz edilmiş olup; p değeri <0,05 istatistiksel olarak anlamlı kabul edildi.

BULGULAR

Bu çalışma kapsamında 300 gönüllü birey değerlendirildi; bilgilerinde eksiklik olanlar çıkarılarak toplam 271 kişiye ait veriler analiz edildi (173 kadın gönüllü, 98 erkek gönüllü). Katılımcıların demografik özellikleri Tablo 1'de; sosyokültürel özellikleri Tablo 2'de özetlendi. Gruplar arasında bu özellikler bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmadı ($p>0,05$).

Tablo 1: Katılımcıların demografik özellikleri

	Kadın gönüllüler (n=173)		Erkek gönüllüler (n=98)	
	min-maks	ort±ss	min-maks	ort±ss
Yaş (yıl)	19-39	21,99±2,04	20-36	22,87±2,77
Boy (m)	153-181	165,04±6,16	110-190	176,10±9,61
Vücut ağırlığı (kg)	45-78	57,87±7,24	60-110	82,60±10,92

Tablo 2: Katılımcıların sosyo-kültürel özellikleri

	Kadın gönüllüler (n=173)		Erkek gönüllüler (n=98)	
	Kullanıyor:	Kullanmıyor:	Kullanıyor:	Kullanmıyor:
Sigara	n=16 %9,2	n=157 %90,8	n=28 %29,3	n=70 %70,7
Kronik hastalık	Evet: n=6 %3,5	Hayır: n=167 %96,5	Evet: n=8 %8,2	Hayır: n=90 %91,8
Geçirilmiş ameliyat	Evet: n=33 %19,6	Hayır: n=140 %80,4	Evet: n=16 %16,3	Hayır: n=82 %83,3
İş durumu	Evet: n=43 %24,9	Hayır: n=130 %75,1	Evet: n=25 %25,3	Hayır: n=73 %74,7
Yaşanılan yer	Ev: n=117 %67,6	Yurt: n=56 %32,4	Ev: n=76 %77,4	Yurt: n=22 %22,6

Katılımcıların sporla ilişkili özelliklerinin karşılaştırılması Tablo 3'te sunulmuştur. Yapılan spor türleri incelendiğinde kadınlarda en çok fitness (%30,1), koşu/yürüyüş (%12,7) ve voleybol (%10,9) sporlarını tercih ettiği; erkeklerin ise en çok fitness (%29,6), futbol (%27,5) ve koşu/yürüyüş (%10,2) sporlarını tercih ettiği görülmüştür. Kadınların %12,7'si; erkeklerin ise sadece %18,4'ü tercih ettikleri sporu profesyonel olarak yaptıklarını belirttiler. Bununla birlikte kadın katılımcıların yarısı (%50,8) spor için daha çok kapalı mekanları tercih ettiklerini bildirirken; erkeklerin %38,8'i aynı tercihi bildirmişlerdir. Katılımcıların spor yapmalarındaki öncelikli nedenler sorgulandığında ise her iki grubun da en çok sağlıklı yaşamak (kadınlar %32,9; erkekler %30,6) ve zindelik hissi (kadınlar %26,1; erkekler %28,6) cevaplarını verdikleri görüldü. Ayrıca kadınlarda kilo kontrolü yanıtı (%23,7)baskın iken; erkeklerde sosyal statü (%24,4) yanıtı baskın cevap olarak bulundu.

Toplumsal cinsiyet algısının katılımcılar üzerindeki etkisini gözlemlemek için sorulan sorulara verilen yanıtlar Tablo 3'te yer almaktadır. Kadın katılımcıların sadece %18,5'i seçilen spor türünün cinsiyetle ilişkili olduğunu düşünürken; erkek katılımcılarda bu oranın %48,9'a ulaştığı görülmüştür. Benzer şekilde cinsiyetin spor yapma seviyesini etkilediğini düşünen kadınların oranı çok düşükken (%9,8) erkeklerde bu oranın yaklaşık iki katı (%18,4) olduğu görüldü. Cinsiyetin spor için tercih edilecek mekan seçiminde etkili olduğunu düşünen kadınların oranı %39,3 iken erkeklerin oranı ise %46,9 idi.

Tablo 3: Grupların sporla ilişkili özelliklerinin karşılaştırması

	Kadın gönüllüler (n=173)		Erkek gönüllüler (n=98)	
Sporun türü	-Fitness: n=52, %30,1 -Yüzme: n=9, %5,2 -Koşu/Yürüyüş: n=22, %12,7 -Futbol: n=11, %6,4 -Basketbol: n=5, %2,9 -Voleybol: n=19, %10,9 -Tenis: n=3, %1,7 -Dans: n=5, %2,9 -Pilates/Yoga: n=18, %10,4 -Step/Aerobik: n=17, %9,8 -Dövüş sporları: n=5, %2,9 -Diğer: n=7, %4,1		-Fitness: n=29, %29,6 -Yüzme: n=5, %5,1 -Koşu/Yürüyüş: n=10, %10,2 -Futbol: n=27, %27,5 -Basketbol: n=5, %5,1 -Voleybol: n=3, %3,1 -Tenis: n=6, %6,1 -Dans: n=0 -Pilates/Yoga: n=0 -Step/Aerobik: n=0 -Dövüş sporları: n=9, %9,2 -Diğer: n=4, %4,1	
Spor türünün cinsiyet ile ilişkili olduğunu düşünüyor musunuz?	Evet: n=32 %18,5	Hayır: n=141 %81,5	Evet: n=48 %48,9	Hayır: n=50 %51,1
Sporun seviyesi	Profesyonel: n=22 %12,7	Amatör: n=151 %93,1	Profesyonel: n=18 %18,4	Amatör: n=80 %81,6
Cinsiyetin spor yapma seviyesini etkilediğini düşünüyor musunuz?	Evet: n=17 %9,8	Hayır: n=156 %90,2	Evet: n=19 %19,4	Hayır: n=79 %80,6
Spor için tercih edilen mekan	Dış mekan: n=85 %49,2	Kapalı mekan: n=88 %50,8	Dış mekan: n=60 %61,2	Kapalı mekan: n=38 %38,8
Cinsiyetin spor için tercih edilecek mekan seçiminde etkili olduğunu düşünüyor musunuz?	Evet: n=68 %39,3	Hayır: n=105 %60,7	Evet: n=46 %46,9	Hayır: n=52 %53,1
Spor yapma nedeniniz	-Sağlıklı yaşamak: n=57, %32,9 -Kilo kontrolü: n=41, %23,7 -Zindelik hissi: n=45, %26,1 -Sosyal statü: n=18, %10,4 -Diğer: n=12, %6,9		-Sağlıklı yaşamak: n=30, %30,6 -Kilo kontrolü: n=8, %8,2 -Zindelik hissi: n=28, %28,6 -Sosyal statü: n=24, %24,4 -Diğer: n=8, %8,2	

Sağlıkla ilişkili özellikler bakımından kadın ve erkek bireyler karşılaştırıldığında hem depresyon belirtileri varlığı hem de SF12 Yaşam Kalitesi İndeksinin mental ve fiziksel komponentleri bakımından anlamlı fark olmadığı görüldü. Çalışmaya katılan kadın ve erkek bireyler bu özellikler bakımından benzer bulundu (sırasıyla $p=0,72$; $p=0,09$; $p=0,07$).

Toplumsal cinsiyet algısının genç bireylerin depresyon belirtileri ve yaşam kaliteleri üzerindeki etkilerini incelemek amacıyla, cinsiyetin spora ilişkin tercihleri etkilediği görüşünde olan katılımcılar (Grup I, n=80) ile etkilemediğini savunan katılımcıların (Grup II,

n=191) verileri analiz edildi. Grupların depresyon belirtisi düzeylerinin ve yaşam kalitelerinin karşılaştırılması Tablo 4’te sunuldu. Depresyon belirtisi düzeyleri bakımından gruplar arasında anlamlı farklılık bulundu ($p=0,04$). Yaşam kalitesi bakımından (fiziksel ve mental komponentler) gruplar arasında fark olmamasına karşın ($p>0,05$); toplumsal cinsiyet algısının spora ilişkin tercihleri etkilediği görüşünde olan katılımcıların yaşam kalitesi skorlarının daha düşük olduğu gözlemlendi.

Tablo 4: Gruplar arasındaki depresyon belirtileri düzeyi ve SF-12 yaşam kalitesi skorlarının karşılaştırması

	Grup I (n=80)	Grup II (n=191)	P
BECK- D. Ö.	19,32±7,6	6,85±9,18	0,04
SF12-Fiziksel	39,86±10,17	47,31±9,83	0,21
SF12-Mental	31,18±10,95	39,27±10,65	0,19

* $p<0.05$

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmada spor yapan genç bireylerin toplumsal cinsiyet algısı perspektifinde sporla ilişkili sağlık profillerinin bir incelemesi sunulmuş; katılımcılar cinsiyetlerine göre iki gruba ayrılarak farklılıkları araştırılmıştır. Yapılan sporun seviyesi, spor için tercih edilen mekan ve spor yapma nedenleri bakımından kadınlar ve erkeklerin benzer dağılımlar gösterdiği görüldü. Yapılan spor türleri dağılımlarının ise her iki cinsiyet arasında farklılık göstermesi çalışmanın dikkat çekici bulgularındandır. Toplumsal cinsiyet algısının özellikle erkek katılımcıların görüşlerinde etkili olduğu; cinsiyetin sporla ilişkili özellikler üzerinde belirleyici olduğu görüşüne daha eğilimli oldukları gözlemlendi. Toplumsal cinsiyet algısının genç bireylerin depresyon belirtileri ve yaşam kaliteleri üzerindeki etkilerini incelendiğinde, cinsiyetin spora ilişkin tercihleri etkilediği görüşünde olan katılımcıların depresyon belirtileri düzeylerinin anlamlı şekilde daha yüksek olduğu bulundu.

Sporun her düzeyinde olduğu gibi spora katılımında da mevcut hakları kullanabilme, fırsatlardan yararlanabilme, uygun programlara erişebilme ve kariyer yapabilme konularında kadınların dezavantajlı olması durumu literatürde yer bulmuştur (Koca & Bulgu, 2005). Cinsiyet temelli bu asimetrinin kadınlar ve erkekler arasında sağlıkla ilişkili özelliklerde de asimetri oluşturacağı; kadınların yaşadıkları dezavantajların depresyon belirtileri ve yaşam kalitesi bakımından daha olumsuz sonuçlara neden olacağı önermesi bu çalışmanın ana hipotezlerindendi. Ancak sağlıkla ilişkili özellikler bakımından hem depresyon belirtileri, hem de yaşam kalitesi skorlarında kadınlar ve erkekler arasında istatistiksel fark olmadığı bulundu.

Çalışmanın örneklemini, düzenli olarak spora katılım gösterdiğini bildiren üniversite öğrencilerinin oluşturması bu sonucu kısmen açıklayabilir. Toplumsal cinsiyet algısı ve bu algının oluşturduğu dezavantajların sağlıkla ilişkili özellikler üzerindeki olası olumsuz etkilerinin daha uzun sürede ortaya çıkabileceği veya sporun daha üst seviyelerinde anlamlı fark oluşturabileceği düşünülebilir. Bu bakımdan toplumsal cinsiyet algısının sporcuların sağlıkla ilişkili özellikleri üzerine yansımalarını araştıran çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Sporla ilişkili özellikler bakımından dikkat çeken sonuçlardan biri kadın ve erkek katılımcılar arasındaki tercih edilen spor türlerinin farklı dağılım göstermesi idi. Kadın katılımcıların tercih ettikleri spor türlerinin daha çok çeşitlilik gösterdiği ve toplumsal cinsiyet algısı bakımından erkek sporu olarak sınıflandırılan futbol ve dövüş sporları türleri de içerdiği görüldü. Ancak erkek katılımcıların tercih ettikleri spor türlerinin daha az çeşitlilik gösterdiği görüldü. Toplumsal cinsiyet algısı bakımından kadınsal olarak sınıflandırılan pilates, yoga, step, aerobik ve dans türlerini tercih eden erkek katılımcı olmaması dikkat çeken başka bir bulguydu. Spora katılım konusunda, herhangi bir biyolojik temele dayanmamasına rağmen erkekler için futbol, boks ve güreş; kadınlar için dans, jimnastik ve pilates gibi sporların uygun olduğu düşüncesi yaygındır (Amman, 2012; Appleby & Foster, 2013). Kuvvet, güç ve hız gerektiren spor türleri erkek cinsiyetle bağdaştırılmaktadır (Coakley & Dunning, 2000). Spora katılım konusunda İskoçya’da yapılan geniş kapsamlı bir araştırmada erkeklerin daha çok futbol, golf, bilardo, ağırlık antrenmanı, koşu, bisiklet, basketbol, su sporları, atletizm, dövüş sporları, kayak, gibi spor türlerini tercih ettiği rapor edilmiştir. Aynı çalışmada kadınların ise yürüyüş, voleybol, yoga, dans, aerobik, jimnastik, buz pateni ve yüzme gibi sporlara yöneldikleri bildirilmiştir (Scotland, 2001). Ülkemizde 1018 öğrenci üzerinde yapılan bir araştırmada kadın ve erkekler için tercih edilen spor türlerinin, İskoçya’daki çalışmanın sonuçlarına benzer şekilde dağıldığı görülmüştür (Zorba, Zorba, Kesim, Ağılönü, & Cerit, 2006). Bu bakımdan katılımcılarımızın sonuçlarının da literatürle paralellik gösterdiği görülmektedir.

Elde edilen sonuçlar spor yapma amaçları bakımından incelendiğinde hem kadınların hem de erkeklerin öncelikli amacının sağlıklı yaşamak ve zinde kalmak olduğu görüldü. Bununla birlikte baskın cevaplar arasında kadınlar için kilo kontrolü; erkekler için sosyal statü seçeneklerinin ön plana çıkması önemli bir farklılık olarak yorumlanabilir. Literatürde spor yapma amaçlarının cinsiyete göre farklılıklarını konu edinen diğer çalışmalarda da benzer sonuçlar bildirilmiştir Göral (2006) tarafından %75’ini kadınların oluşturduğu 400 kişi

üzerinde yapılan bir araştırmada, katılımcıların sporu daha çok sağlıklı olmak (% 66) ve zayıflamak (% 29) amaçlarıyla yaptıkları rapor edilmiştir. (Göral, 2006). Benzer şekilde Ülkemizde 1060 kişi üzerinde gerçekleştirilen araştırmada, katılımcıların %62'sinin sağlıklarını korumak için rekreatif faaliyetleri tercih ettiği ortaya konulmuştur (Öpözlü, Özdilek, Kalkavan, & Demirel, 2006). 733 kadın üzerinde yapılan başka bir araştırmada sağlıklı olmak en önemli spor yapma amacı olarak belirlenmiştir (Amman, 2012). Yüksel ve arkadaşları çalışmalarında spor yapma amaçları bakımından kadınların zinde olma, yaşlanmayı geciktirme, düzgün vücut ve kilo verme isteğinin daha önemli olduğu; erkekler için ise eğlenme, sosyal çevre edinme ve para kazanma isteklerinin daha önemli olduğunu bildirmişlerdir (Yüksel, 2014).

Toplumsal cinsiyet algısının kadın ve erkek bireyler üzerindeki etkisini incelediğimizde içinde yaşadığımız toplumun önyargılarının spora katılım konusunda da önemli izleri olduğunu işaret etmektedir. Aynı zamanda kadınlara oranla erkek katılımcıların, hiçbir biyolojik neden olmamasına rağmen cinsiyet faktörünün etkilerinin daha büyük olduğunu düşündüklerini göstermektedir. Kadınların cinsiyetlerini spora katılım konusunda farklılık oluşturan bir etmen olarak görmemeleri; bu farklılığın daha çok erkek bireyler tarafından benimsenmesi dikkat çeken bir bulgudur. Toplumumuzda cinsiyet önyargılarının ve bu önyargılara dayalı cinsiyetçi davranışların, çoğunlukla kadın bedeni üzerinden yürütüldüğü düşünülmektedir (Akkaya & Kaplan, 2014; Canan, 2006). Örneğin bir çalışmada, toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumları değerlendirilen sınıf öğretmenliği aday öğrencilerde cinsiyete göre anlamlı bir farklılık görüldüğü bildirilmiştir (Seçgin & Tural, 2011). Başka bir araştırmada kadın ve erkek psikoloji bölümü öğrencilerinin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutum puanları arasında anlamlı bir farklılık olduğu; kadın öğrencilerin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumlarının daha eşitlikçi olduğu bulunmuştur (Koçyiğit & Gülgün). Literatürde yer alan ve toplumsal cinsiyet algısında cinsiyetin belirleyici olduğunu, bununla birlikte erkeklerin daha geleneksel görüşe sahip olduğunu gösteren araştırma sonuçları, çalışmamızın sonuçları ile paralellik göstermektedir (Çelik, Pasinlioğlu, Tan, & Koyuncu, 2013; Esen, Soylu, Siyez, & Demirgürz, 2017; Pesen, İdris, Mustafa, & Abbak, 2016; Vefikuçay, Zeyneloğlu, Eroğlu, & Taşkın, 2007).

Toplumsal cinsiyet algısının genç bireylerin depresyon belirtileri ve yaşam kaliteleri üzerindeki etkileri incelendiğinde, bu araştırmanın sonuçları, cinsiyetin spora ilişkin tercihleri etkilediği görüşünde olan katılımcılarla etkilemediğini savunan katılımcılar arasında

farklılıklar olduğuna işaret etmektedir. Özellikle depresyon belirtileri düzeyleri bakımından ortaya çıkan farklılık, toplumsal cinsiyet algısının etkilediği bireylerin depresyon belirtilerini daha çok gösterdiği şekilde yorumlanabilir. Literatürde toplumsal cinsiyet rollerinin kadınlarda sınırlayıcı etkisi nedeniyle depresyon, yeme bozuklukları, uyum problemleri gibi ruhsal problemlere yol açtığı bilinmektedir (McCarthy & Holliday, 2004; O'Neil, 1982).

Bu araştırma kapsamında yalnızca İstanbul ilinde ve bir devlet üniversitesinde eğitim gören öğrencilerin değerlendirilmesi çalışmanın sınırlılıklarındandır. Farklı şehir ve farklı üniversitelerin toplumsal algıyı yansıtmada daha kapsamlı bir bakış açısı sağlayacağı düşünülebilir; ancak İstanbul şehri kozmopolit yapısıyla, İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa ise ülkemizin farklı bölgelerinden gelen kalabalık ve karma öğrenci profiliyle toplumsal algıyı yansıtabileceği düşünülerek tercih edilmiştir.

Sonuç

Düzenli spor yapan genç bireylerde, toplumsal cinsiyet algısı perspektifinde kadın ve erkek bireyler arasında görüş farklılıkları olduğu ve bunun spora ilişkin tercihleri, yaşam kaliteleri ve depresyon belirtilerini etkilediği görülmektedir. Benzer yaş, sosyokültürel özellikler ve eğitim düzeylerinde olmalarına karşın toplumsal cinsiyet algısının kadın ve erkek bireyler üzerindeki etkileri dikkat çekicidir. Sonuç olarak, atfedilen toplumsal cinsiyet rollerinin sportif tercihler üzerindeki etkilerinin azalmasının bireylerin ruhsal sağlığı ve yaşam kalitesi üzerinde olumlu etkileri olacağı öngörülmektedir. Bu bağlamda genç bireylerin cinsiyetçi görüş ve tutumlarının azaltılmasına, eşitlikçi anlayışın desteklenmesine, toplumsal cinsiyet algısının buna uygun olarak şekillenmesi için farkındalığın artırılmasına ihtiyaç duyulmaktadır.

Çıkar Çatışması: Herhangi bir kişi, enstitü, kurum ile çıkar çatışması olmadığını beyan ederim.

KAYNAKLAR

- Akkaya, C., & Kaplan, Y. (2014). Toplumsal cinsiyet bağlamında spor medyasında kadın. *International Journal of Sport Culture and Science*, 2(Special Issue 2), 177-182.
- Alley, T. R., & Hicks, C. M. (2005). Peer attitudes towards adolescent participants in male- and female-oriented sports. *Adolescence*, 40(158), 273-280.
- Amman, M. (2012). Toplumsal boyutlarıyla cinsiyet. Tartışmalı İlimi İhtisas Toplantısı, İstanbul.
- Appleby, K. M., & Foster, E. (2013). Gender and sport participation Gender relations in sport (pp. 1-20): Brill Sense.
- Bayhan, V. (2013). Beden sosyolojisi ve toplumsal cinsiyet. *Doğu Batı*, 63, 147-164.
- Bora, A. (2012). Toplumsal cinsiyete dayalı ayrımcılık. *Ayrımcılık: Çok Boyutlu Yaklaşımlar*. İstanbul bilgi üniversitesi yayınları.
- Canan, K. (2006). Beden eğitimi ve spor alanında toplumsal cinsiyet ilişkileri. *Spor Bilimleri Dergisi*, 17(2), 81-99.
- Chalabaev, A., Sarrazin, P., Fontayne, P., Boiché, J. ve Clément-Guillotin, C. (2013). The influence of sex stereotypes and gender roles on participation and performance in sport and exercise: Review and future directions, *Psychology of Sport and Exercise* 14, 136-144
- Chepyator-Thomson, J. R., & Ennis, C. D. (1997). Reproduction and resistance to the culture of femininity and masculinity in secondary school physical education. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 68(1), 89-99. doi:10.1080/02701367.1997.10608870
- Coakley, J., & Dunning, E. (2000). *Handbook of sports studies*: Sage.
- Çelik, A. S., Pasinlioğlu, T., Tan, G., & Koyuncu, H. (2013). Üniversite öğrencilerinin cinsiyet eşitliği tutumlarının belirlenmesi. *Florence Nightingale Journal of Nursing*, 21(3), 181-186.
- Ecevit, Y. (2003). Toplumsal cinsiyetle yoksulluk ilişkisi nasıl kurulabilir? Bu ilişki nasıl çalışılabilir? *Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 25(4), 83-88.
- Esen, E., Soylu, Y., Siyez, D. M., & Demirgürz, G. (2017). Üniversite öğrencilerinde toplumsal cinsiyet algısının toplumsal cinsiyet rolü ve cinsiyet değişkenlerine göre incelenmesi. *e-International Journal of Educational Research*, 8(1).

Felce, D. (1997). Defining and applying the concept of quality of life. *Journal of Intellectual Disability Research*, 41(2), 126-135.

Göral, M. (2006). Kütahya ili spor tesislerinde spor yapan yetişkinlerin spor yapma sebepleri ve spora karşı bakış açılarının belirlenmesi. 9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Muğla.

Hardin, M., ve Greer, J. D. (2009). The influence of gender-role socialization, media use and sports participation on perceptions of gender-appropriate sports. *Journal of Sport Behavior*, 32 (2), 207-226.

Hisli, N. (1989). The validity and reliability of Beck depression inventory for university students. *Psikoloji dergisi*, 7, 3-13.

Karabörklü Argut, S., & Çelik, D. (2018). Genç sporcularda spora bağlı yaralanmalara neden olan faktörler. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 3(1), 122-127.

Kavasoglu, İ., & Yaşar, M. (2016). Toplumsal cinsiyet normlarının dışındaki sporcular. *Spor Bilimleri Dergisi*, 27(3), 118-132.

Koca, C. (2018). Sporda toplumsal cinsiyet eşitliği (Vol. 11). Ankara, Türkiye: Ceid Yayınları.

Koca, C., & Bulgu, N. (2005). Spor ve toplumsal cinsiyet: Genel bir bakış. *Spor Bilimleri Dergisi*.

Koçyiğit, M., & Gülgün, M. Ruh sağlığı çalışanı adaylarının toplumsal cinsiyet rolleri ve çelişik duygulu cinsiyetçiliğe ilişkin tutumları. *Ege Eğitim Dergisi*, 21(1), 1-18.

Koivula, N. (2001). Perceives characteristics of sports categorized as gender-neutral, feminine and masculine. *Journal of sport behavior*, 24(4).

Kumar, D. N., & Sudhakar, T. (2013). Prevalence of cognitive impairment and depression among elderly patients attending the medicine outpatient of a tertiary care hospital in south india.

McCarthy, J., & Holliday, E. L. (2004). Help-seeking and counseling within a traditional male gender role: An examination from a multicultural perspective. *Journal of Counseling & Development*, 82(1), 25-30.

O'Neil, J. M. (1982). Gender role conflict scale i: éditeur non identifié.

Öpözlü, A., Özdilek, Ç., Kalkavan, A., & Demirel, A. (2006). Çağımızda değişen sağlık bilincinin sportif rekreasyona katılım düzeyine etkisinin araştırılması (Kütahya örneği). *Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Muğla*.

Pesen, A., İdris, K., Mustafa, K., & Abbak, B. S. (2016). Üniversite öğrencilerinin toplumsal cinsiyet algısı ile çatışma ve şiddete ilişkin farkındalık düzeylerinin incelenmesi. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 6(11), 325-340.

Scotland, S. (2001). Sport participation in scotland 2000. *Research Digest*, 84.

Seçgin, F., & Tural, A. (2011). Sınıf öğretmenliği bölümü öğretmen adaylarının toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumları. *Education Sciences*, 6(4), 2446-2458.

Soylu, C., & Kütük, B. (2020). SF-12 yaşam kalitesi ölçeği'nin Türkçe formunun güvenilirlik ve geçerlik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*.

Vefiğuçay, D., Zeyneloğlu, S., Eroğlu, K., & Taşkın, L. (2007). Kafkas üniversitesi son sınıf öğrencilerinin toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin bakış açıları. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 14(2), 26-38.

WHO, Q. o. L. A. Group (1996). What quality of life?

Yi-Hsiu, L., & Chen-Yueh, C. (2013). Masculine versus feminine sports: The effects of peer attitudes and fear of negative evaluation on sports participation among taiwanese college students. *Revue internationale de psychologie sociale*, 26(4), 5-23.

Yüksel, M. (2014). Cinsiyet ve spor. *Tarih Okulu Dergisi*, 7(19), 663-684.

Zorba, E., Zorba, E., Kesim, Ü., Ağılönü, A., & Cerit, E. (2006). Üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere katılım düzeylerinin belirlenmesi (muğla üniversitesi örneği), 9. Uluslar Arası Spor Bilimleri Kongresi Bildiri Kitabı, 43-44.