



1. ULUSLARARASI MALATYA GASTRONOMİ VE KÜLTÜR KONGRESİ KİTABI

20-22 Aralık 2019 / MALATYA



MALATYA
1. ULUSLARARASI GASTRONOMİ VE KÜLTÜR KONGRESİ
20-22 Aralık 2019 / MALATYA



Kongre Kitabı

Editör
Dr. Mutlu ÖZGEN

←—————→
Bu kitabın tüm hakları İSPEK Yayınevi'ne aittir.
Yazarlar etik ve hukuki olarak eserlerinden sorumludurlar.

ISPEC Publications - 2019©

Yayın Tarihi: 25.12.2019

ISBN – 978-625-7954-04-4



KONGRE İD

KONGRE ADI

1. ULUSLARARASI MALATYA GASTRONOMİ VE KÜLTÜR KONGRESİ

TARİH ve YER

20-22 Aralık 2019 / MALATYA, TÜRKİYE

ORGANİZATÖR

İktisadi Kalkınma Ve Sosyal Araştırmalar Derneği
Yeşilyurt Belediyesi

KONGRE ONURSAL BAŞKANI

Mehmet ÇINAR

(Yeşilyurt Belediye Başkanı)

DÜZENLEME KURULU BAŞKANI

Prof. Dr. Mustafa TALAS

ULUSLARARASI KATILIMCILAR

Dınara Fardeeva – RUSYA (Tataristan Bilimner Akademisi'nin) (S. 47)
Şamsiddin Kamoliddin – ÖZBEKİSTAN (Taşkent Devlet Şarkiyat Enstitüsü) (S. 48)
Terane Heşimova – AZERBEYCAN (Azerbaycan Milli İlimler Akademisi) (S. 151)
Назаракунов Өмүрбек Үсөнович – KIRGIZİSTAN (Oş Pedogoji Üniversitesi) (S. 152)
Кожабек Азамат – KAZAKİSTAN (Türkistan 26. Lisesi) (S. 188)

KABUL EDİLEN BİLDİRİ SAYISI

47 bildirim

REDDEDİLEN BİLDİRİ SAYISI

5 bildiri

DEĞERLENDİRME SÜRECİ

Tüm Başvurular Çift Kör Hakem Değerlendirmesi Sürecinden Geçmiştir

BİLİM KURULU

- ❖ Dr. Hüseyin NURSOY-Bingöl Üniversitesi
- ❖ Dr. Mehmet Akif ŞEN-Giresun Üniversitesi
- ❖ Dr. Sami ZARİÇ-Mersin Üniversitesi
- ❖ Dr. Mine ÖZTÜRK-KTO Karatay Üniversitesi
- ❖ Dr. Yılmaz SEÇİM-Necmettin Erbakan Üniversitesi
- ❖ Dr. Mehmet Sedat İPAR-Sinop Üniversitesi
- ❖ Dr. Amina Salihi BAYERO-Yusuf Maitama Sule Üniversitesi
- ❖ Dr. Sezen HARMANKAYA-Kafkas Üniversitesi
- ❖ Dr. Hilal ÇOLAKOĞLU YENİAY-Gümüşhane Üniversitesi
- ❖ Dr. Onur ERZURUM-Selçuk Üniversitesi
- ❖ Dr. Mamatkuli Jurayev-Özbekistan Bilim Akademisi
- ❖ Dr. Seda YALÇIN-Afyon Kocatepe Üniversitesi
- ❖ Dr. Bouaraour Kamel-Ghardaia Üniversitesi
- ❖ Dr. Şeyma AYDEMİR-Hitit Üniversitesi
- ❖ Dr. Rüveyda Esra ERÇİM-Bingöl Üniversitesi
- ❖ Dr. Mehmet Zülfü ÇOBAN-Fırat Üniversitesi
- ❖ Dr. Özlem EMİR ÇOBAN-Fırat Üniversitesi
- ❖ Dr. Gülçin ALGAN ÖZKÖK-Selçuk Üniversitesi

1. ULUSLARARASI GASTRONOMİ VE KÜLTÜR KONGRESİ

20-22 Aralık 2019
MALATYA, TÜRKİYE



Kongre Programı



KONGRE TARİHLERİ	: 20-22 Aralık 2019 / MALATYA
KONGRE YERİ	: Malatya Park Otel
KONGRE ONURSAL BAŞKANI	: Mehmet ÇINAR
KONGRE AÇILIŞI	: 20 Aralık 10 ⁰⁰ -12 ⁰⁰

Davetli Konuşmacılar:

Prof. Dr. Mustafa TALAS (*Ömer Halisdemir Üniversitesi, Düzenleme Kurulu Başkanı*)

Mehmet ÇINAR (*Yeşilyurt Belediye Başkanı*)

Prof. Dr. Engin SAHNA (*Fırat Üniversitesi*)

KATILIMCI ÜLKELER: TÜRKİYE, UKRAYNA, IRAK, İRAN, KAZAKİSTAN, AZEBRAYCAN

Kongre Kuralları

- Program bilimsel DİSİPLİN'ler gözetilerek hazırlanmıştır. Lütfen programı dikkatlice kontrol ediniz. Programda çalışmanıza ilişkin eksiklik/hata olduğunu düşünüyorsanız en geç 12 Aralık 2019 tarihine kadar **iksad47@gmail.com** adresi ile iletişime geçiniz. Programın yoğunluğu sebebiyle değişiklik taleplerinin karşılanamayacağını özellikle belirtmek isteriz
- Her bir sunum için ayrılan süre 10 dk'dır. **Bir yazarın birden fazla sunumu varsa her bir sunum için en çok 8-10 dk.** Kullanabilir.
- Lütfen sürenizi aşmamaya özen gösteriniz
- Oturumun başlatılması, sunum sıralamasının belirlenmesi, soru cevap alınması, ara verilmesi oturumun kapatılması ve oturuma ilişkin tüm hususlarda Kongre Tüzel Kişiliği'ni temsilen **Oturum Başkanları TAM YETKİLİDİR**
- Katılım belgeleri, oturum sonunda Oturum Başkanları tarafından teslim edilecektir
- Kongre özet ve tam metin kitapları, kongre takviminde belirtilen süre içerisinde yayınlanacaktır
- Diğer yayın alternatifleri için kongre sonrasında ayrıca bilgilendirme mesajı gönderilecektir
- Kongreyle ilgili her konuda düzenleme ve yürütme kurulu üyelerimiz ile koordinatörlerimizin sizlere hizmet etmekten kıvanç duyacağını ayrıca belirtmek isterim.

Çok değerli çalışmanızla kongremize katılarak katkıda bulunduğunuz için yürekten teşekkür ederim.

Düzenleme Kurulu Başkanı:
Prof. Dr. Mustafa TALAS

Oturum Başkanı: Prof. Dr. Sedat CERECİ	Tarih: 20.12.2019 Cuma	Saat: 15 ³⁰ -17 ³⁰	Salon-2
Prof. Dr. Mustafa TALAS	GASTRONOMİ, KÜLTÜR VE MALATYA		
Res. Assist. Nil COKLUK Assoc. Prof. Özden TOPRAK Prof. Dr. Sedat CERECİ	TABLE CULTURE in EASTERN ANATOLIA AS A MEDIUM of COMMUNICATION		
Zeynep Mine ALPTEKİN Betül BİLDİK	TÜRKİYE'DE GASTRO DİPLOMASİ VE FIRSATLAR		
Dr. Öğr. Üyesi Şule GÜMÜŞ	NE YERSEN O'SUN: MUTFAK KÜLTÜRÜNÜN KİMLİK İNŞASINDAKİ ROLÜ		
Dr. Öğr. Üyesi Şule GÜMÜŞ	TÜRK MUTFAK KÜLTÜRÜ ETRAFINDA OLUŞAN HALK İNANIŞLARI		
Dr. Öğr. Üyesi Neslihan Huri YİĞİT	COĞRAFİ İŞARETLİ ÜRÜNLERDEN UNESCO YARATICI ŞEHİRLER AĞI'NA: AFYONKARAHİSAR MUTFAĞI		
Dr. Öğr. Üyesi Neslihan Huri YİĞİT	GÜNÜMÜZ HALK HEKİMLİĞİ UYGULAMALARINDA KULLANILAN GIDALAR VE BESLENME ÖNERİLERİ		
Arş. Gör. Dr. Songül ARAL	MALATYA BAKIR MUTFAK KAPLARINDAN ÖRNEKLER		
Prof. Dr. Cemal GÜNDOĞDU Serdar ŞAHİN	SPOR YÖNETİMİNDE BENCHMARKİNG (KIYASLAMA) KAVRAMININ YERİ VE ÖNEMİ		
Dınara Fardeeva	XIV ULUSLARARASI KAZAN MÜSLÜMAN FILM FESTIVALI		
Prof. Dr. Şamsiddin Kamoliddin	ÇAÇ BAŞ GIYSİSİ TARİHİ ÜZERİNE		

Oturum Başkanı: Prof. Dr. Cemal GÜNDOĞDU	Tarih: 21.12.2019 Cumartesi	Saat: 13 ³⁰ -16 ⁰⁰	Salon-5
İsmihan EKEN Prof. Dr. Cemal GÜNDOĞDU	KADIN YAŞAM MERKEZİNDE REKREATİF FAALİYETLERE KATILAN BİREYLERİN BEŞ FAKTÖR KİŞİLİK KURAMINA DAYALI KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN BELİRLENMESİ		
İsmihan EKEN Arş. Gör. Özgür EKEN	SİGARA İÇEN/İÇMEYEN BAYAN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN 30 METRE SÜRAT, DİKEY SIÇRAMA, ORTALAMA VE ZİRVE GÜÇ PERFORMANSLARININ İNCELENMESİ		
Nalan BİLGİÇ Prof. Dr. Cemal GÜNDOĞDU Arş. Gör. Yalın AYGÜN Öğr. Gör. Şakir TÜFEKÇİ	BEING SUBJECT TO RESRICTIONS, LIMITATIONS AND BARRIERS: A THEMATIC ANALYSIS OF INDIVIDUALS' EXPERIENCES IN LEISURE ACTIVITY		
Ayşe Eda KINACI Dr. Öğr. Üyesi Faruk AKÇINAR Tahir Volkan ASLAN	ULTRA MARATON VE MARATON KOŞUCULARINDA SAĞLIKLI YAŞAM BİÇİMİ DAVRANIŞLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ		
Tahir Volkan ASLAN Dr. Öğr. Üyesi Faruk AKÇINAR Ayşe Eda KINACI	ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYLERİNİN ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ		
Dr. Öğr. Üyesi Faruk AKÇINAR Suat MACİT	9-10 YAŞ ERKEK HENTBOL SPORCULARINDA CORE ANTRENMANLARIN SEÇİLİ BİYOMOTOR VE BRANŞA ÖZGÜ TEKNİKLERE ETKİSİNİN İNCELENMESİ		
Dr. Öğr. Üyesi Faruk AKÇINAR Suat MACİT	8 HAFTALIK CORE ANTRENMANLARIN 11-12 YAŞ FUTBOL SPORCULARINDA SEÇİLİ BİYOMOTOR, TOP SÜRME VE PAS TEKNİKLERİ ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ		
Sümeyye KARAKOÇ (Poster Sunum) Uğur AKTAŞ Musap KARAKOÇ Oğuzcan SARICI	TÜRKİYE FUTBOL SÜPER LİGİ BTC TÜRK MALATYA SPOR MAÇI İZLEYİCİLERİNİN ÖFKE VE SALDIRGANLIK DAVRANIŞLARININ İNCELENMESİ		
Sümeyye KARAKOÇ Uğur AKTAŞ Musap KARAKOÇ Oğuzcan SARICI	10-12 YAŞ YÜZME BRANŞINDAKİ SPORCULARIN 8 HAFTALIK KUVVETTE DAYANIKLILIK ANTREMAN SONUCU 50 m SERBEST KOL FREKANSINDAKİ FARKLILIKLARIN İNCELENMESİ		
Dr. Öğr. Üyesi Nahit ÖZDAYI Arş. Gör. Alp Kaan KİLCİ	FARKLI BÖLÜMLERDE EĞİTİM ALAN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN FARKLI DEĞİŞKENLERE GÖRE SPORDA ŞİDDETE BAKIŞ AÇILARI		
Arş. Gör. Alp Kaan KİLCİ	TAKIM SPORU VE BİREYSEL SPORLAR İLE UĞRAŞAN BİREYLERİN RİSK ALMA DÜZEYLERİNİN ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ		

Oturum Başkanı: Prof. Dr. Cemal GÜNDOĞDU	Tarih: 21.12.2019 Cumartesi	Saat: 16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰	Salon-5
Dr. Öğr. Üyesi Hülya BİNGÖL Seçkin KOŞAR Dr. Öğr. Üyesi Şükrü BİNGÖL	MUŞ İLİNDEKİ ORTAÖĞRETİM KURUMLARI İDARECİLERİNİN SPORTİF FAALİYETLERE KARŞI TUTUMLARI		
Dr. Öğr. Üyesi Hülya BİNGÖL Enes GÜN Selim KELEŞ Dr. Öğr. Üyesi Şükrü BİNGÖL	ORTAÖĞRETİMDE OKUYAN ÖĞRENCİLERİN VELİLERİNİN BEDEN EĞİTİMİ DERSİNE YÖNELİK TUTUMLARININ İNCELENMESİ		
Elif NARİNÇ Prof. Dr. Cemal GÜNDOĞDU	BİR KARDEŞLİK İKLİMİ OLAN GENÇLİK MERKEZLERİNE GENEL BAKIŞ		
Dr. Öğr. Üyesi Hülya BİNGÖL Dr. Öğr. Üyesi Şükrü BİNGÖL İsmail ÖNER	SON BEŞ DÖNEM İÇERİSİNDE DÜZENLENMİŞ OLİMPİYAT OYUNLARININ EKONOMİK KAZANIMLARININ İNCELENMESİ		
İsmail ÖNER Doç. Dr. Eyyüp NACAR Prof. Dr. Cemal GÜNDOĞDU	FUTBOL KULÜPLERİNİN TESİS ALTYAPI PROBLEMLERİNİN İNCELENMESİ (GÜNEYDOĞU ANADOLU BÖLGESİ ÖRNEĞİ)		
Arş. Gör. Burak CANPOLAT Dr. Öğr. Üyesi Faruk AKÇINAR Tülay DEMİR	DOWN SENDROMLU BİREYLERDE ÇOCUKLUK ÇAĞI OBEZİTESİ İLE EBEVEYNLERİNİN BESLENME ZAMANI ALIŞKANLIĞI ARASINDAKİ İLİŞKİ		
Tülay DEMİR Dr. Öğr. Üyesi Faruk AKÇINAR Arş. Gör. Burak CANPOLAT	13-14 YAŞLARI ARASINDAKİ ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN OBEZİTE FARKINDALIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ		
Dr. Öğrt. Gör. Reşit ALDEMİR Prof. Dr. Hüseyin NURSOY	ET KALİTESİ VE BESİ SİĞİRLARININ BESLENMELERİ		
Prof. Dr. Hüseyin NURSOY Erol BAYTOK	TOKLU RASYONLARINDA EKMEK MAYASI KULLANIMININ BESİN MADDELERİNİN SİNDİRİLME DERECELERİ, AZOT BİRİKİMİ, RUMEN SIVISI PARAMETRELERİ VE KAN METABOLİTLERİ ÜZERİNE ETKİSİ		
Dr. Öğr. Üyesi Hülya BİNGÖL Özlem TUNÇALP Dr. Öğr. Üyesi Şükrü BİNGÖL	ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN İLETİŞİM BECERİLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ		
Terane Heşimova	BAHTİYAR VAHABZADE`NİN SANATINDA ULUSAL KİMLİK ÖZELLİKLERİ; ÇAĞDAŞ ÖZBEK ŞİİRİYLE KONU VE İÇERİK ENLEMLERİ		
Назаракунов Өмүрбек Үсөнович	АНАЛИЗ НЕКОТОРЫХ ФРАЗЕОЛОГИЧЕСКИХ ЕДИНИЦ В ПРОИЗВЕДЕНИИ Ч. АЙТМАТОВА НА МАТЕРИАЛЕ КЫРГЫЗСКОГО, РУССКОГО И АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКОВ		

Oturum Başkanı: Dr. Mutlu ÖZGEN	Tarih: 21.12.2019 Cumartesi	Saat: 18 ⁰⁰ -19 ³⁰	Salon-5
Yıldız ÜNLÜ Prof. Dr. Hatice Ferhan NİZAMLIOĞLU	DÜNYA'NIN ORTASINDAN ÇIKAN GELENEKSEL LEZZET: PEYNİR BAKLAVASI		
Fatma İNCİ BOZKURT Dr. Öğr. Üyesi Melek YAMAN	SEBEN YEMEK KÜLTÜRÜ VE SÜRDÜRÜLEBİLİRLİĞİ ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA		
Dr. Mutlu ÖZGEN Dr. Nilgün ÇEVİRİMLİ	VAKIF KÜLTÜRÜNDE HELVA		
Gültekin ÇALIŞKAN Dr. Öğr. Üyesi Gülsün YILDIRIM Dr. Öğr. Üyesi İsmail ŞENKARDEŞ	GASTRONOMİ TURİZMİ BAĞLAMINDA RİZE İLİNDE YEMEKLERDE KULLANILAN OTLAR ÜZERİNE BİR ÇALIŞMA		
Dr. Öğr. Üyesi Yılmaz SEÇİM Nadide Afra GENÇ	SİNOP İLİ MUTFAK KÜLTÜRÜ ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA		
Dr. Öğr. Üyesi Önder YAYLA	GASTRONOMİ TURİZMİNİN GELİŞTİRİLMESİ İÇİN KADIRLI MUTFAĞI ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA		
Dr. Öğr. Üyesi Önder YAYLA	TÜRKİYE'DE COĞRAFİ İŞARETLİ GASTRONOMİ ÜRÜNLERİNİN MEKÂNSAL DAĞILIMI		
Öğr. Gör. Cansu AĞAN Dr. Öğr. Üyesi Hüseyin Tanju İPEK Dr. Öğr. Üyesi Nezahat İŞBİLİR YÜCEİŞİK Dr. Öğr. Üyesi Çağla ÖZER	MODERNİZM VE POSTMODERNİZM DÖNEMLERİNİN TÜRK MUTFAK KÜLTÜRÜNE YANSIMASI		
Öğr. Grv. Dr. Sadık ÇALIŞKAN	ŞEHİR MARKALAMA İÇİN BİR FIRSAT: GASTRO-TURİZM		
Öğr. Grv. Dr. Sadık ÇALIŞKAN	MUTFAK DİPLOMASİSİ ÖRNEĞİ OLARAK TAYLAND MUTFAĞI		
Кожабек Азамат Hazel TAMAKAN (Poster Sunum)	СЕГІЗ СЕРІ ПОЭЗИЯСЫНЫҢ ДЫБЫСТЫҚ ӘУЕЗДІЛІГІ		
Halil Doruk KAYNARCA Fatma KAYA YILDIRIM Halit ŞÜKÜR	KURUTULMUŞ ETLERİN MİKROBİYOLOJİK KALİTESİ VE HALK SAĞLIĞI AÇISINDAN ÖNEMİ		

FOTOĞRAF GALERİSİ

Malatya Büyük Şehir Belediye Başkanı Sayın **Selahattin GÜRKAN** ve Yeşilyurt Belediye Başkanı Sayın **Mehmet ÇINAR** Kongre Açılışında







Tüm Fotoğraflar İKSAD KONGRE TOPLULUĞU- İKSAD CONGRESS SOCIETY Facebook Gurubunda yayınlanmıştır.

1. ULUSLARARASI MALATYA GASTRONOMİ VE KÜLTÜR KONGRESİ

İÇİNDEKİLER

KONGRE KÜNYESİ	I
PROGRAM	II
GALERİ	III
İÇİNDEKİLER	IV

YAZAR	BİLDİRİ BAŞLIĞI	No
Nil COKLUK Özden TOPRAK Sedat CERECİ	TABLE CULTURE in EASTERN ANATOLIA AS A MEDIUM of COMMUNICATION	1
Zeynep Mine ALPTEKİN Betül BİLDİK	TÜRKİYE'DE GASTRO DİPLOMASİ VE FIRSATLAR	5
Şule GÜMÜŞ	NE YERSEN O'SUN: MUTFAK KÜLTÜRÜNÜN KİMLİK İNŞASINDAKİ ROLÜ	14
Şule GÜMÜŞ	TÜRK MUTFAK KÜLTÜRÜ ETRAFINDA OLUŞAN HALK İNANIŞLARI	19
Neslihan Huri YİĞİT	COĞRAFİ İŞARETLİ ÜRÜNLERDEN UNESCO YARATICI ŞEHİRLER AĞI'NA: AFYONKARAHİSAR MUTFAĞI	20
Neslihan Huri YİĞİT	GÜNÜMÜZ HALK HEKİMLİĞİ UYGULAMALARINDA KULLANILAN GIDALAR VE BESLENME ÖNERİLERİ	22
Songül ARAL	MALATYA BAKIR MUTFAK KAPLARINDAN ÖRNEKLER	27
Cemal GÜNDOĞDU Serdar ŞAHİN	SPOR YÖNETİMİNDE BENCHMARKING (KIYASLAMA) KAVRAMININ YERİ VE ÖNEMİ	45
Dınara Fardeeva	XIV ULUSLARARASI KAZAN MÜSLÜMAN FİLM FESTİVALI	47
Şamsiddin Kamoliddin	ÇAÇ BAŞ GİYSİSİ TARİHİ ÜZERİNE	48
İsmihan EKEN Cemal GÜNDOĞDU	KADIN YAŞAM MERKEZİNDE REKREATİF FAALİYETLERE KATILAN BİREYLERİN BEŞ FAKTÖR KİŞİLİK KURAMINA DAYALI KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN BELİRLENMESİ	49
İsmihan EKEN Özgür EKEN	SİGARA İÇEN/İÇMEYEN BAYAN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN 30 METRE SÜRAT, DİKEY	54

SIÇRAMA, ORTALAMA VE ZİRVE GÜÇ
PERFORMANSLARININ İNCELENMESİ

Nalan BİLGİÇ Cemal GÜNDOĞDU Yalın AYGÜN Şakir TÜFEKÇİ	BEING SUBJECT TO RESRICTIONS, LIMITATIONS AND BARRIERS: A THEMATIC ANALYSIS OF INDIVIDUALS' EXPERIENCES IN LEISURE ACTIVITY	57
Ayşe Eda KINACI Faruk AKÇINAR Tahir Volkan ASLAN	ULTRA MARATON VE MARATON KOŞUCULARINDA SAĞLIKLI YAŞAM BİÇİMİ DAVRANIŞLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ	63
Tahir Volkan ASLAN Faruk AKÇINAR Ayşe Eda KINACI	ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYLERİNİN ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ	72
Faruk AKÇINAR Suat MACİT	9-10 YAŞ ERKEK HENTBOL SPORCULARINDA CORE ANTRENMANLARIN SEÇİLİ BİYOMOTOR VE BRANŞA ÖZGÜ TEKNİKLERE ETKİSİNİN İNCELENMESİ	79
Faruk AKÇINAR Suat MACİT	8 HAFTALIK CORE ANTRENMANLARIN 11-12 YAŞ FUTBOL SPORCULARINDA SEÇİLİ BİYOMOTOR, TOP SÜRME VE PAS TEKNİKLERİ ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ	81
Sümeyye KARAKOÇ (Poster Sunum) Uğur AKTAŞ Musap KARAKOÇ Oğuzcan SARICI	TÜRKİYE FUTBOL SÜPER LİĞİ BTC TÜRK MALATYA SPOR MAÇI İZLEYİCİLERİNİN ÖFKE VE SALDIRGANLIK DAVRANIŞLARININ İNCELENMESİ	83
Sümeyye KARAKOÇ Uğur AKTAŞ Musap KARAKOÇ Oğuzcan SARICI	10-12 YAŞ YÜZME BRANŞINDAKİ SPORCULARIN 8 HAFTALIK KUVVETTE DAYANIKLILIK ANTREMAN SONUCU 50 m SERBEST KOL FREKANSINDAKİ FARKLILIKLARIN İNCELENMESİ	85
Nahit ÖZDAYI Alp Kaan KİLCİ	FARKLI BÖLÜMLERDE EĞİTİM ALAN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN FARKLI DEĞİŞKENLERE GÖRE SPORDA ŞİDDETE BAKIŞ AÇILARI	86
Alp Kaan KİLCİ	TAKIM SPORU VE BİREYSEL SPORLAR İLE UĞRAŞAN BİREYLERİN RİSK ALMA DÜZEYLERİNİN ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ	91
Hülya BİNGÖL Seçkin KOŞAR Şükrü BİNGÖL	MUŞ İLİNDEKİ ORTAÖĞRETİM KURUMLARI İDARECİLERİNİN SPORTİF FAALİYETLERE KARŞI TUTUMLARI	97
Hülya BİNGÖL Enes GÜN Selim KELEŞ Şükrü BİNGÖL	ORTAÖĞRETİMDE OKUYAN ÖĞRENCİLERİN VELİLERİNİN BEDEN EĞİTİMİ DERSİNE YÖNELİK TUTUMLARININ İNCELENMESİ	99
Elif NARİNÇ Cemal GÜNDOĞDU	BİR KARDEŞLİK İKLİMİ OLAN GENÇLİK MERKEZLERİNE GENEL BAKIŞ	100

Hülya BİNGÖL Şükrü BİNGÖL İsmail ÖNER	SON BEŞ DÖNEM İÇERİSİNDE DÜZENLENMİŞ OLİMPİYAT OYUNLARININ EKONOMİK KAZANIMLARININ İNCELENMESİ	105
İsmail ÖNER Doç. Dr. Eyyüp NACAR Cemal GÜNDOĞDU	FUTBOL KULÜPLERİNİN TESİS ALTYAPI PROBLEMLERİNİN İNCELENMESİ (GÜNEYDOĞU ANADOLU BÖLGESİ ÖRNEĞİ)	110
Burak CANPOLAT Faruk AKÇINAR Tülay DEMİR	DOWN SENDROMLU BİREYLERDE ÇOCUKLUK ÇAĞI OBEZİTESİ İLE EBEVEYNLERİNİN BESLENME ZAMANI ALIŞKANLIĞI ARASINDAKİ İLİŞKİ	117
Tülay DEMİR Faruk AKÇINAR Burak CANPOLAT	13-14 YAŞLARI ARASINDAKİ ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN OBEZİTE FARKINDALIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ	128
Hüseyin NURSOY Erol BAYTOK	TOKLU RASYONLARINDA EKMEK MAYASI KULLANIMININ BESİN MADDELERİNİN SİNDİRİLME DERECELERİ, AZOT BİRİKİMİ, RUMEN SİVİSİ PARAMETRELERİ VE KAN METABOLİTLERİ ÜZERİNE ETKİSİ	135
Hülya BİNGÖL Özlem TUNÇALP Şükrü BİNGÖL	ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN İLETİŞİM BECERİLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ	144
Terane Heşimova	BAHTİYAR VAHABZADE'NİN SANATINDA ULUSAL KİMLİK ÖZELLİKLERİ; ÇAĞDAŞ ÖZBEK ŞİİRİYLE KONU VE İÇERİK ENLEMLERİ	151
Назаракунов Өмүрбек Үсөнович	АНАЛИЗ НЕКОТОРЫХ ФРАЗЕОЛОГИЧЕСКИХ ЕДИНИЦ В ПРОИЗВЕДЕНИИ Ч. АЙТМАТОВА НА МАТЕРИАЛЕ КЫРГЫЗСКОГО, РУССКОГО И АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКОВ	152
Yıldız ÜNLÜ Hatice Ferhan NİZAMLIOĞLU	DÜNYA'NIN ORTASINDAN ÇIKAN GELENEKSEL LEZZET: PEYNİR BAKLAVASI	154
Fatma İNCİ BOZKURT Melek YAMAN	SEBEN YEMEK KÜLTÜRÜ VE SÜRDÜRÜLEBİLİRLİĞİ ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA	159
Mutlu ÖZGEN Nilgün ÇEVİRİMLİ	VAKIF KÜLTÜRÜNDE HELVA	167
Gültekin ÇALIŞKAN Gülsün YILDIRIM İsmail ŞENKARDEŞ	GASTRONOMİ TURİZMİ BAĞLAMINDA RİZE İLİNDE YEMEKLERDE KULLANILAN OTLAR ÜZERİNE BİR ÇALIŞMA	168
Yılmaz SEÇİM Nadide Afra GENÇ	SİNOP İLİ MUTFAK KÜLTÜRÜ ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA	170
Önder YAYLA	GASTRONOMİ TURİZMİNİN GELİŞTİRİLMESİ İÇİN KADİRLİ MUTFAĞI ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA	180
Önder YAYLA	TÜRKİYE'DE COĞRAFİ İŞARETLİ GASTRONOMİ ÜRÜNLERİNİN MEKÂNSAL DAĞILIMI	182

Cansu AĞAN Hüseyin Tanju İPEK Nezahat İŞBİLİR YÜCEİŞİK Çağla ÖZER	MODERNİZM VE POSTMODERNİZM DÖNEMLERİNİN TÜRK MUTFAK KÜLTÜRÜNE YANSIMASI	184
Sadık ÇALIŞKAN	ŞEHİR MARKALAMA İÇİN BİR FIRSAT: GASTRO- TURİZM	186
Sadık ÇALIŞKAN	MUTFAK DİPLOMASİSİ ÖRNEĞİ OLARAK TAYLAND MUTFAĞI	187
Кожабек Азамат	СЕГІЗ СЕРІ ПОЭЗИЯСЫНЫҢ ДЫБЫСТЫҚ ӘУЕЗДІЛІГІ	188
Hazel TAMAKAN (Poster Sunum) Halil Doruk KAYNARCA Fatma KAYA YILDIRIM Halit şÜKÜR	KURUTULMUŞ ETLERİN MİKROBİYOLOJİK KALİTESİ VE HALK SAĞLIĞI AÇISINDAN ÖNEMİ	192
Mustafa TALAS	GASTRONOMİ, KÜLTÜR VE MALATYA	194
Reşit ALDEMİR Hüseyin NURSOY	ET KALİTESİ VE BESİ SİĞİRLARININ BESLENMELERİ	201

TABLE CULTURE in EASTERN ANATOLIA AS A MEDIUM of COMMUNICATION
BİR İLETİŞİM ORTAMI OLARAK DOĞU ANADOLU'DA SOFRA KÜLTÜRÜ

Nil Cokluk

Research Assistant, Hatay Mustafa Kemal University Communication Faculty Hatay

Özden Toprak

Associate Professor, Hatay Mustafa Kemal University Communication Faculty Hatay

Sedat Cereci

Prof. Dr. Hatay Mustafa Kemal University Communication Faculty

ABSTRACT

Because communication is a primary and necessary requirement for human beings, people all over the world have developed various communication models and ways. Communication is one of the basic needs of human beings and people have developed various tools and techniques to communicate. Eastern societies in particular are much more sensitive to human relations has developed more communication techniques. Eastern societies in particular are much more sensitive about human relations and Eastern Anatolia, Turkey still lives with tradition, it is a region that attaches importance to family and human relations and frequently communicates with each other. A dinner table is an environment where all family members come together, chat and evaluate the day. At the dinner table, sometimes problems are discussed, sometimes future plans are made and sometimes jokes are made. However, the dining table is never quiet. In Eastern Anatolia, the dining table is a medium of communication. All individuals, the eldest of the family, meet with each other and share their messages. Communication is the transfer of people's messages to each other by means of face-to-face meetings or various instruments. The Eastern Anatolia Region is the place where civilized civil relations are developed very much because of the importance of human relations and the development of many environments and grounds for communication.

Key Words: Eastern Anatolia, Communication, Dinner Table, Tradition.

ÖZET

İletişimin insan açısından birincil ve zorunlu bir gereksinim olması nedeniyle, dünyanın her yerindeki insanlar türlü iletişim modelleri ve yolları geliştirmişlerdir. İletişim, insanların yüzyüze görüşerek veya çeşitli araçlarla iletilerini birbirlerine aktarmasıdır ve insanlar iletişim kurmak için çeşitli araçlar ve teknikler geliştirmiştir. Özellikle Doğu toplumları, insan ilişkileri konusunda çok daha duyarlıdır ve daha fazla iletişim tekniği geliştirmiştir. İletişim, insanın temel gereksinimlerinden biridir ve Doğu Anadolu, Türkiye'nin hala gelenekleriyle yaşayan, aileye ve insan ilişkilerine önem veren, sık sık bir araya gelerek iletişim kuran bir bölgedir. Yemek sofrası, her gün tüm aile bireylerinin bir araya geldiği, sohbet ettiği ve günün değerlendirmesini yaptığı ortamdır. Yemek sofrasında bazen sorunlar tartışılmaktadır, bazen gelecek planı yapılmaktadır, bazen şakalaşmaktadır. Ancak yemek sofrası asla sessiz olmamaktadır. Doğu Anadolu'da yemek sofrası, tam anlamıyla bir iletişim ortamıdır. Ailenin en büyükleri olmak üzere, bütün bireyler birbirleriyle görüşmekte, iletilerini paylaşmaktadır. İnsan ilişkilerini önemsemesi ve iletişim için çok sayıda ortam ve gerekçe geliştirmesi nedeniyle Doğu Anadolu Bölgesi, uygar insan ilişkilerinin de çok geliştiği yerdir.

Anahtar Kelimeler: Doğu Anadolu, İletişim, Yemek Masası, Gelenek.

Introduction

Traditional values that provide social unity and constitute social identity have been disappearing rapidly in recent times. As traditional values disappear, social dissolution accelerates and social collapse begins (Wahab and others, 2012: 7). Eastern Anatolia region in Turkey, still preserves the traditions, is an emphasis of traditional values.

It is not easy to resist globalization based on money and material values spreading around the world (Kaul, 2012: 349). Some societies strive to live with their traditional values. In Turkey, Eastern Anatolia Region, serves effort to keep their traditions and maintain social cohesion. Almost all traditions from human relations to funeral traditions are still practiced in the Eastern Anatolia Region in Turkey.

Eastern Anatolia has a rich culinary culture and tradition from antiquity to the present day (Batu and Batu, 2018: 79). In Eastern Anatolian cuisine, every element from the quality of the material used to the sitting at the table is preserved with tradition. In Eastern Anatolian culinary culture, human relations and social roles are more important than food.

Humanity and human relations are more important in Eastern Anatolia than all other values. Because of the importance of human relations, the whole vital system and philosophy is built on it (Chochiev and Koç, 2006: 98). Everything from home life to bazaar life is all about human relations and communication.

Family Dinner Tradition

Family is the strongest and most important element and basic unit of society. The deterioration of the family means the beginning of social collapse (Bardi and others, 2018: 13). In all societies, individuals endeavor to protect and maintain the family. To protect and maintain the family, society has developed values from religious and national special days to local traditions (Bjärstig and Sténs, 2018: 143). Especially religious holidays and family meals have been indispensable in many societies.

One of the most important family traditions around the world is dinner and dining together. The tradition of family dinner is a tradition that is not compromised in all societies. Family dinner is the environment in which the whole family meets, communicates, shares problems and makes daily evaluating and future plans (Litterbach and others, 2017: 7). A family dinner environment, like some kind of social forum, is a gathering that brings together the family and enables face-to-face communication.

The history of family dining dates back thousands of years. The family has been crushed since the first people and the family have always tried to be protected and kept alive (Schilling, 2018: 3). Family meal is a gathering of all members of large families and all members of the family see each other. This means a large number of messages and shares. Family meal, in a sense, is a communication forum (Alfreider, 2019: 1). In some family meals, those who do not speak and do not convey messages are condemned.

All family members see each other at family dinner and they receive each other's messages and they transmit their messages. Family dinner is a very effective and efficient communication environment (Stahl, 2018: 249). Family dinner is a tradition that is tried to be preserved throughout the world even in the modern age.

Family Dinner Tradition in the Eastern Anatolia

The people of Eastern Anatolia are in unity both in production and in fun and there is always communication. People live in traditional respect and tolerance and try to understand each other there (Kamber, 2008: 167). For this reason, communication in eastern Anatolia is primary importance. In Eastern Anatolia, all vital elements are formed on communication and human relations.

Eastern Anatolia Region, is different from other regions of Turkey. Eastern Anatolia cares more about humanitarian values, even though it is far behind in economic terms. Eastern Anatolia has not developed despite all its natural resources and mining potential. There seems to be more sharing and solidarity (Lebedev and others, 2016: 147). In Eastern Anatolia, people constantly look after each other and people respect each other.

Family meal enhances family communication. It is also an environment in which children and young people are taught their social roles (Cereci, 2019). Eastern Anatolia is a region that shapes life with the social status and roles of the individual. Every individual in Eastern Anatolia learns its role and status at the stage of growing. One of the most suitable environments for learning the necessary information is family meal (Polat and others, 2012: 34). A lot of knowledge in Eastern Anatolia is taught to new generations with traditions.

In Eastern Anatolia, everything has been systematically determined from meal time to table order, from seating order to food order. At the dining table, everyone has the right to speak, but adults have priority

(Azar and Anarbekova, 2008: 446). At the dining table, every question is answered and every question is discussed.

In Eastern Anatolia, the family meal is blessed and practiced as a sacred duty. The people of Eastern Anatolia are fond of their traditions and sanctions those who do not obey them. In traditional Van and Malatya houses, sofa and similar places where family meals are eaten are spacious (Özyılmaz and Aluçlu, 2009: 181). In Eastern Anatolia, families, parents, all their children, their wives and grandchildren live together.

Meat is the most eaten food in Eastern Anatolian Culinary Culture. all conditions, including feeds of animals, air, water, soil, and stables where they feed, have a direct impact on the quality of the meat and determine the flavor (Akın and others, 2017: 37). However, in the Eastern Anatolia Region, the unity of the family and the family communication are more important than the food at the dinner table.

In Eastern Anatolian cuisine, many different ingredients are used, especially meat and There is a more delicious conversation on the East Anatolian table, more delicious than meal. When there are children and elderly people in the family meal, the meal becomes a festival in Eastern Anatolia.

Conclusion

The Eastern Anatolia region differs with its unique lifestyle and philosophy in Turkey. Eastern Anatolia, unlike other regions, still lives with spiritual values and traditions and maintains humanistic features. There is institutionalized human relations and communication in Eastern Anatolia from birth to death. People share troubled days and also joyful days. Family relations, social status and roles are particularly important in Eastern Anatolia. Numerous rituals and traditions have been developed for this purpose.

In Eastern Anatolia, family food and table culture that bring the family together is one of the main traditions. At the family dinner, all family members come together completely. At the family dinner everyone sees each other, makes daily assessments and tells their problems. Family dinner is a kind of family communication forum. In Eastern Anatolia, the table was blessed because of its humanitarian characteristics and the importance of human relations. Everyone from the older generations to the new generations strives for the preservation of human values and human relations.

Eastern Anatolia Region, has a special place in the traditional structure in Turkey. People in the Eastern Anatolia region make great efforts to protect humanity and human relations. People in the Eastern Anatolia Region believe that humanity and human values will be protected by communication. Therefore, it seeks to communicate at every opportunity and develops values and rituals for it. One of the most convenient ways of preserving and maintaining family communication and human relations in Eastern Anatolia is table culture.

References

- Akın, G. and Özkoçak, V. and Gültekin, T. (2017). Geçmişten Günümüze Geleneksel Anadolu Mutfağı Kültürünün Gelişimi. https://www.researchgate.net/publication/288873538_Gecmisten_gunumuze_geleneksel_Anadolu_mutfak_kulturunun_gelisimi, 30.10.2019.
- Alfreider, M. Esskultur in Tiroler Alters- und Pflegeheimen. Routine Assessment of Nutritional Status at Admission to Neurorehabilitation and Evaluation of Indication for Nutritional Strategies using the Innsbruck Nutrition Scale, <https://www.ake-nutrition.at/POSTER.76.0.html>, 07.10.2019.
- Azar, B. and Anarbekova, V. (2008). Palu Wedding Rules with Traditional Innovations. Fırat Üniversitesi Harput Uygulama ve Araştırma Merkezi Uluslararası Palu Sempozyumu Bildiriler Kitabı, Celalabad Devlet Üniversitesi, Kırgızistan.
- Bardi, U. and Falsini, S. and Perissi, I. (2018). 2. Consorzio Interuniversitario per la Scienza e Tecnologia dei Materiali (INSTM) 2018, Polo Scientifico di Sesto Fiorentino, via della Lastruccia 3, Sesto F. 50019 (Fi), Italy.
- Batu, A. and Batu, H. S. (2018). Toward a General Theory of Societal Collapse. A Biophysical Examination of Tainter's Model of the Diminishing Returns of Complexity.

- Historical Background of Turkish Gastronomy from Ancient Times until Today. *Journal of Ethnic Foods*, 5 (2): 76-82.
- Bjärstig, T. and Sténs, A. (2018). Social Values of Forests and Production of New Goods and Services: The Views of Swedish Family Forest Owners. *Small-Scale Forestry*, 17 (1): 125–146.
- Cereci, S. (2019). The Role of Language and Cultural Codes in Family Communication in Child Education. 4th International Congress of Social Sciences in Al-Ruha. Şanlıurfa 01-02.02.2019.
- Chochiev, G. and Koç, B. (2006). Some Notes on the Settlement of Northern Caucasians in Eastern Anatolia and Their Adaptation Problems (the Second Half of the XIXth Century - the Beginning of the XXth Century). *Journal of Asian History*, 40 (1): 80-103.
- Kamber, U. (2008). The Traditional Cheeses of Turkey: Eastern Anatolia Region. *Food Reviews International*, 24 (1): 148-174.
- Kaul, V. (2012). Globalisation and Crisis of Cultural Identity. *Journal of Research in International Business and Management (ISSN: 2251-0028)*, 2 (13): 341-349.
- Litterbach, E. K. V. and Campbell, K. J. and Spence, A. C. (2017). Family Meals with Young Children: An Online Study of Family Mealtime Characteristics, among Australian Families with Children Aged 6 Months to 6 Years. Litterbach et al. *BMC Public Health*, 17:111 DOI 10.1186/s12889-016-3960-6): 1-9.
- Lebedev, V. A. and Sharkov, E. V. and Ünal, E. and Keskin, M. (2016). Late Pleistocene Tendürek Volcano (Eastern Anatolia, Turkey): I. Geochronology and Petrographic Characteristics of Igneous Rocks. *Petrology*, 24 (2): 127-152.
- Özyılmaz, H. and Aluçlu, İ. (2009). The User's Requirements Reflect on the Traditional and Contemporary Malatya Houses Architecture in Design Context. *Electronic Journal of Social Sciences*, 8 (29):168-183.
- Polat, R. and Çakılcıoğlu, U. and Ertuğ, F. and Satıl, F. (2012). An Evaluation of Ethnobotanical Studies in Eastern Anatolia. *Biological Diversity and Conservation*, 5 (2): 33-40.
- Schilling, G. (2018) Ernährungsstil und Identität. Eltern, Kinder und Jugendliche zwischen vegetarisch, vegan und Mischkost. *Thema Jugend Zeitschrift für Jugendschutz und Erziehung* 3: 3-5.
- Stahl, L. J. (2018). Einstellungen zur Kinderernährung im ersten Lebensjahr Eine qualitative Studie zu Ernährungsvorstellungen und -praktiken von Müttern mit und Ohne Türkischem Migrationshintergrund Vorgelegt von. https://pub.uni-bielefeld.de/download/2932449/2932450/Promotion_L.Stahl_2018.pdf, 07.10.2019.
- Wahab, E. O. and Odunsi, S. O. and Ajiboye, O. (2012). Causes and Consequences of Rapid Erosion of Cultural Values in a Traditional African Society. *Journal of Anthropology*, 20: 1-7, <http://dx.doi.org/10.1155/2012/327061>.

TÜRKİYE'DE GASTRO DİPLOMASİ VE FIRSATLAR
GASTRO DIPLOMACY AND OPPORTUNITIES IN TURKEY

Zeynep Mine ALPTEKİN

İstanbul Ticaret Üniversitesi, Halkla İlişkiler ve Reklam Doktora Öğrencisi

Betül BİLDİK

Metro Market Türkiye GastroMetro İş Geliştirme Müdürü

ÖZET

Gastro Diploması, yiyeceklerin bir kültür alışverişi olduğu fikri üzerinde gelişmiş bir kavramdır. Toplumlara baktığımızda, etkileşim amacıyla kamu diplomasisi sunulurken, yemek ve mutfak ürünlerinin etkisinin ne kadar önem kazandığı görülmektedir. Gastro Diploması alanında aynı zamanda coğrafi işaretli ürünler ve yemekler kapsamında görüşsel çatışmaların yer aldığı bir etkisi de vardır. Çünkü yemeği sosyolojik bir kimlik unsuru olarak görmeye başlamak, kültürler ve ülkeler arasında farklı sahiplenmeleri oluşturabilir. Mesela, Türkiye ile Ermenistan arasında “keşkek” ile ilgili, yine Türkiye ile Yunanistan arasında “cacık” ile ilgili kimin kültürüne ait olduğunda dair tartışmalar da yaşandığı görülmektedir. Tüm farklı tartışmalar, kültürler arası iletişim için önemli fırsat alanları yaratmaktadır.

Gastro Diplomasıye baktığımızda uygulamalara başlayan ve bir diplomasi gücü olarak kullanan bir çok ülke olduğunu görülmektedir. Yapılan çalışmalar takip edildiğinde anlaşılmaktadır ki; devletler artık yemek kültürünü, kültürlerin tanıtılması ile ilgili farklı platformlarda sıklıkla kullanmaktadır. Bazı ülkelerin Gastro Diploması konusunda strateji geliştirdiği ve hatta ayrı bütçe oluşturdukları bilinmektedir. Günümüzde gastronomiye artan ilgiyle birlikte, ünlü şefler ve restoranlar da strateji olarak kullanmaktadır. Mutfak Diploması ve Gastro Diplomasının kurumsallaşmaya başlamasının sonuçlarından biri de son yıllarda “UNESCO’nun Somut Olmayan Kültürel Miras Listesi”ne olan ilgi”dir. Devletler, yemek kültürlerinin bu miras kapsamında yer alması ve turizmde bir marka olma yolunda girişimlerde bulunmaktadırlar. Dünyada bir çok ülkeden gördüğümüz “Coğrafi İşaretli Ürünler” kadar “Coğrafi İşaretli Yemekler” de bu mirasın bir parçası olarak değerlendirilmektedir.

Türkiye bu alanda dünyanın en verimli ülkelerinden biri olarak konumlandırılabilir. Türk mutfağı her zaman uluslararası marka olma potansiyeli taşımaktadır. Türk mutfağının ayırt edici en önemli özelliği, Türk milletinin hâkimiyet kurduğu farklı coğrafyalardan farklı ürün ve pişirme yöntemleriyle beslenmesidir. Türk geleneksel mutfağının diplomaside çok etkin kullanılabileceği inancı, Anadolu; Akdeniz, Balkan, Avrupa, Ortadoğu, Kafkasya, Karadeniz kimliklerini bir arada taşıması ile ilgilidir. Türk kültürünün bugün belirtilen bu coğrafya ve kültürlerin herhangi birinden soyutlanarak anlatılması mümkün değildir. Türk mutfağı da kültürel diplomasinin en güçlü araçlarından ama bu konuda zenginliğimizin farkına vararak, buna uygun stratejiler belirlenmelidir. Yerel değerlerimizin korunması, mutfağımızı tanıtacak rotalara ulaşılması önemlidir.

Bütün bu bilgilere rağmen, Coğrafi İşaretli Ürünler ve Yemekler, ancak son yıllarda ülkemizde bilinmeye ve duyulmaya başlanmıştır. Türk kültürünün getirdiği güç ve zenginlik içinde yeterli kadar Gastro Diploması konusunda başarılı sonuçlar görülmesi ve fırsat alanlarının değerlendirilmesi için hala istenilen düzeyde ve farkındalıkta olunmadığı gözlemlenmektedir.

Çalışmada, Gastro Diploması kavramının nasıl ve hangi çalışmalarla önem kazandığı değerlendirilecek, dünyada ve Türkiye’de yapılan Gastro Diploması çalışmalarının örnekleri verilecektir. Son olarak Türkiye’de Gastro Diploması fırsatları değerlendirecektir.

Anahtar Kelimeler: Diploması, Gastro Diploması, Kültür, Kültürel diplomasi

ABSTRACT

Gastro Diplomacy is an advanced concept on the idea that food is a cultural exchange. When we look at societies, public diplomacy is presented for the purpose of interaction, and the importance of food and culinary products becomes important. In the field of Gastro-Diplomacy, there is also an impact on the conflicts of interest in geographically marked products and dishes. Because starting to see food as an

element of sociological identity can create different possessions between cultures and countries. For instance, between Turkey and Armenia "keskek" about, again between Turkey and Greece "tzatziki-cacık" about who is related to the culture of debate seems to be experiencing. All different discussions create important opportunities for intercultural communication.

When we look at Gastro Diplomacy, we see that there are many countries that have started to practice and use it as a diplomacy force. When the studies are followed, it is understood that states are now used frequently on different platforms for the promotion of food culture. It is known that diplomacy of some countries has developed a strategy and even created a separate budget. Today, along with an increasing interest in gastronomy, renowned chefs and restaurants also use it as a strategy. One of the consequences of the institutionalization of culinary diplomacy and gastro-diplomacy is the interest in UNESCO's Intangible Cultural Heritage List in recent years. States are taking initiatives to include food cultures within this heritage and become a brand in tourism. Geographical Marked Products are seen as a part of this heritage as well as the Geographically Marked Products that we see from many countries in the world.

Turkey can be positioned as one of the most efficient countries in the world in this field. Turkish cuisine always has the potential to become an international brand. The most important feature of Turkish cuisine is that it is fed with different products and cooking methods from different geographies dominated by the Turkish nation. The belief that Turkish traditional cuisine can be used very effectively in diplomacy, Anatolia; Mediterranean, Balkan, Europe, Middle East, Caucasus, Black Sea identities are about to carry together. It is not possible to explain Turkish culture by abstracting from any of these geographies and cultures. Turkish cuisine is also one of the most powerful tools of cultural diplomacy, but we must realize our richness in this regard and identify appropriate strategies. It is important to preserve our local values and to reach routes to promote our cuisine.

Despite all this information, geographically marked products, food has been known and heard in our country in recent years. It is observed that there is still not enough level and awareness in order to achieve successful results in Gastro Diplomacy and to take advantage of the opportunity areas in the power and wealth of Turkish culture.

In this study, how and with which studies the concept of Gastro Diplomacy gained importance will be evaluated. Examples of Gastro Diplomacy studies conducted in different countries and in Turkey will be shared, and the latest gastro diplomatic opportunities in Turkey will be evaluated.

Keywords: Diplomacy, Gastro diplomacy, culture, cultural diplomacy

1. GİRİŞ

Yeni binyılın ilk yıllarından beri, ülkeler coğrafyalarının tarihi, sanatsal ve doğal güzelliklerini sadece turizme teşvik etmiyorlar. Giderek artan bir şekilde, ülkeler de mutfağını ülkelerinin marka imajı için tanıtıyorlar. Besleyici özelliklerine rağmen, yemek aynı zamanda yıllarca süren kültür, iletişim, sembolizm ve kaçınılmaz diplomasi için bir araç olmuştur. Uluslararası toplantılar ve ülkelerin uluslararası temsilcilikleri için organize edilen yemek organizasyonları ve resepsiyonlar, yerel ve nadir bulunan ürünlerin tadılması ve geleneksel tarzlardaki özel yemeklerin hazırlanması ve tüketilmesi, ülkeler arasındaki ilişkilerin tanımlanmasında her zaman önemli bir rol oynamıştır (Kalyoncu ve Tettner, 2016).

Yiyecek, insanları bir araya getirmek için güçlü bir katalizördür. İnsanları paylaşılan deneyimlere katılmak için bir araya getirerek gıdanın düşmanlığın azaltılmasına ve önyargıların ortadan kaldırılmasına katkıda bulunduğu bilinmektedir. Kültür ve mutfak uzun zamandan beri iç içe geçmiş durumdadır. Ancak yakın zamanda diplomaside bu iki kavram etkin biçimde kendi sesini duyurmaya ve ifade etmeye başlamıştır. Yiyecek ve içecekler, insanların fizyolojik ihtiyaçlarını karşılamanın da ötesinde anlamlar taşımaktadır. Beslenme sadece yaşamımızı sürdürmemizi değil, aynı zamanda geçmişle olan bağlantımızı sağlamakta, diğer insanlarla iletişim kurmamıza da aracılık etmektedir. Keza; bir kültüre ait yiyecekler o ülke ile ilgili algıları etkilemektedir. Böylece, yumuşak bir güç olan yiyecekler ve ulusların mutfak kültürü diplomaside de kendine kullanım alanı bulmuştur (Türker,2018).

Gastro Diplomasi, kültürlerarası sohbetlerin yanı sıra barışı, tanımayı ve anlayışı teşvik eden bir platform oluşturmak için kullanılabilir. Yediğimiz yiyecekler kültür, çevre, tarih, politika, din ve sosyo-ekonomik yapımızı yansıtır. Dünya daha radikalleştikçe, birlikte çalıştığımız gıda profesyonelleri tümü farklı kültürleri paylaşma ve öğrenme konusunda daha tutkulu olmuştur.

Türk Mutfağı, Türkiye'nin toplumsal kimliğinin en belirgin olduğu alan olarak önemli bir kültürel değerdir. Türk mutfağı, coğrafyanın, dinin, gelenek-göreneklerin ve Anadolu'da yaşamış uygarlıkların beslenme kültürlerinin etkisiyle oluşmuş, farklı grupların beslenme kültürü ile de yoğrularak gelişmiştir. Başka bir deyişle, tüm coğrafi genişliğine rağmen aynı zamanda Anadolu'da yaşamış kültürlerin bir sentezidir (Kul,2018).

2.GASTRO DİPLOMASİ'Yİ TANIMLAMA

Gastro Diplomasi, kültürel diplomasinin kültürel boyutunun niceliksel ve niteliksel olarak en yaygın biçimde görüldüğü alandır. Gastro Diplomasi duygusal bağlar kurarak etkisini gösterir. Mutfak Diplomasisi, yüzyıllardır var olan bir kavramdır. Devletlerarası ilişkilerde olağanüstü öneme sahip olduğu çok eskiden gelen örneklerden bilinmektedir. Uluslararası devletlerin toplantılarında yemek ve ağırlama ile ilgili, yöresel mutfak tadımlarıyla, verilen önemin bir göstergesi olarak da ifade edilmekle birlikte, diyalog ve müzakere ortamını etkilediği bilinmektedir (Karaca, 2015). Gastro Diplomasi kavramını ilk kez kullanan Paul Rockower, "kalplere ve zihinlere insanların mideleri aracılığıyla ulaşma yöntemi" olarak tanımlamıştır (Wallin, 2013). Gastro Diplomasi, yiyeceği tüm insanların yaşamlarının ve kültürlerinin ortak bir boyutu olarak inşa eder. Yemekler insanları tarihi olarak kültürel ve coğrafi mesafeler arasında bağlamıştır. Hem gıda hem de turizmin diplomatik boyutu uzun zamandır kabul görmekte ve çalışılmaktadır. Yemek, barış ve kültürel anlayışı teşvik etmek için bir araç olabilir. Bu "Gastro Diplomasi" nin alanıdır.

Gastro Diplomasi, bir ülkenin ulusal mutfağını tanıtmak suretiyle itibarını inşa etme yöntemini ifade eder. Gastro Diplomasi terimi, devlet markasının gıda yoluyla değerini ve bu değerini artırmak için, genellikle devlet dışı aktörler ile işbirliği içinde, devletler ve devletler tarafından halkla ilişkiler ve yatırım kampanyaları ile ilişkili ve sürdürülen kampanyaları ifade eder. Gıda, devletten halka diplomaside diplomatik amaçlara ulaşmak için kullanılır (Rockower,2012).

ICGAT'a göre (International Institute of Gastronomy Culture Arts& Tourism) Gastro Diplomasi, Gastronomiyi bir iletişim ve ilgi çekme aracı olarak kullanan bir çeşit kamu diplomasisidir. Ulusal kültürün bir parçası olarak, gastronomi bir toplumun mirası ve değerleri, ancak aynı zamanda tüketilmesi gereken bir maldır (The Art of Food,2015). Gastro Diplomasi yeni bir kamu stratejisi şeklidir. Gastro Diplomasi, mutfağın resmi etkinliklerde, uluslararası fuarlarda ya da yerel restoranların dünya çapında finanse edilmesinde desteklenmesi konusunda teşvik edicidir (Melo,2015).

3.GASTRO DİPLOMASİ'NİN ÖNEM KAZANMA SÜRECİ

Her ne kadar Gastro Diplomasi, diplomasi çalışmalarında daha gelişmiş bir kavram ve turizm araştırmalarında nispeten yeni bir kavram olsa da, birkaç ülke tarafından yaygın olarak benimsenmesi, potansiyel etkisini vurgulamaktadır (Onaran,2015). Gastro Diplomasi hem diplomatik diplomasi hem de gıda diplomasisinden oldukça farklıdır. İlki, ince mesajları diğer ülkelerin yetkililerine iletmek için diplomatik amaçla gıdanın kullanılması konukseverlik çabalarıyla karakterize edilir. İkincisi, bir felaket veya kriz nedeniyle ihtiyacı olan ülkelere gıda yardımı göndermektir. Bunların aksine, Gastro Diplomasi girişimleri, ülkenin genel bir olumlu imajını teşvik etmek amacıyla, belli bir ülkenin yemek kültürüne özgü yaygın bilgileri yaymak için kamu politikası projeleri olarak düşünülebilir (Rockover,2012).

Gastro Diplomasi öncesinde varolan Gastroulusalıcılık (Gastronationalizm) kavgacı bir durumdan yani daha çok yerel olarak kime ait olan ürünlerin farklı kültürler tarafından sahiplenilmesi konusunda ısrarcılıktan, daha paylaşımcı ve diplomatik duruma yönlendiği göstermektedir. Ulus mutfaklarının temsilinde yemeklerin birden fazla ülke tarafından sahiplenilmesinden doğan sorunlara Gastro Diplomasi ile daha barışçıl çözümler üretmek mümkün olabilmektedir (Alan,2016).

Turizmde Gastro Diplomasi alanında, ulusal bir marka yaratma ve sürdürmede diplomasi, yemek ve turizm iç içe geçmiştir. Öyle ki bu boyutların her biri yalnızca ilişkileriyle ilgili olarak takdir edilip

anlaşılabilir. Örneğin, Gastro Diploması kampanyaları, yurtdışındaki etnik restoranların kurulmasında ve restaurant mutfağında kalite kontrolüne katkıda bulunmakta, turistlerin bu amaçla ilgilendikleri ve daha derin bir bilgi edindikleri, kültürle yakından ilgilendikleri, her kültürün kendi mutfak siteleri daha çok beğeni aldığı, etnik restoranlara veya ilgili ülkeye tekrar tekrar ziyaretler yapıldığı görülmektedir. Rockower'a göre Gastro Diploması, kalpleri ve fikirleri rasyonel bilgilerle değil, duygusal bağlantılarla kurulmasının önemini anlar. Bundan dolayı takip edenlerle bağlar somut duygusal bağlarla kurulmalıdır. Bunlar nihayetinde uzun vadeli kültürel algıların gelişmesi ve şekillenmesinde yardımcı olur. Gastro Diploması, hedeflenen stratejik iletişimden daha etkili olduğu deneyimlerle tespit edilmiştir (Rockower, 2014).

Kamu diplomasisindeki en yeni eğilimlerden birini temsil eden Gastro Diplomasının, çok kısa zamanda çok önemli bir yol kat ettiği görülmektedir. Sadece bir kaç yıl içinde Gastro Diploması, kendi alanında belirsizliğin daha çok olduğu konumdan, örnek uygulamalarla, önemi ve etkisi ile konuşulmaya başlamıştır. Daha fazla kaynakla araştırmalarda ve makalelerde yer aldığı görülmektedir. Gastro Diploması farklı izleyicileri birbirine bağlamak için güçlü bir sözsüz iletişim aracı oluşturur. Kamu ve kültür diplomasisinde bir nevi yeni bir iletişim taktiğidir.

Aslında diploması birçok enstrümanda kullanılabilir. Örneğin, hepimiz kültürel diplomasiyi, kültür alışverişi yoluyla diplomasiyi veya spor diplomasisini, bir veya daha fazla ülke ilişkisini güçlendirmek için sporu kullanan diplomasiyi biliyoruz. Bir diploması biçimi olarak Gastro Diploması, bir ülkenin imajını artırabilir ve uluslararası ilişkilerde, bir ülkenin imajı çok önemlidir (Hazmi, 2018). Sadece ulusal değerlerle paylaşılan mutfak, hangi millet olursa olsun, dünyaya açılmayı arttırmakta ve ulusun kendisine birden çok fayda sağlamaktadır. Demokratik değerler, küresel mutfağın kabulüyle ifade edilmektedir (Nirwandy ve Awang, 2014).

Gastro Diploması süslü bir terim olabilir, ancak yiyecekleri diğer kültürleri diyaloga dahil etmek için bir araç olarak kullanma fikri yemek masasının kendisi kadar eskidir. Eski Romalıların düşmanlarıyla yemek konusundaki tartışmalarıyla meşgul oldukları biliniyordu ve bir yemek önerisi olarak bir barış sunumu fikri, çoğu dünya dininde ve kültüründe mevcuttur (Lerson, 2014). Gastro Diploması başka ülkelerin halkları ile ilişkilerin geliştirilmesinde yemek kültürünün kullanılması üzerine odaklanan bir kamusal diploması türüdür. Gastro Diploması kuliner diplomasiye göre daha geniş kitleleri etkilemeye çalışmaktadır. Gastro Diploması yüksek mevkide bulunan kişiler ya da elit kişilerden ziyade tüm halkın yani kamuoyunun etki altına alınması amaçlanır. Böylece kültürel diplomasi yoluyla bir ülkenin yemek kültürü ile ilgili farkındalık yaratılır, ülkenin kültürünün ve yemek kültürünün farklı ulustan insanlar tarafından anlaşılması sağlanır ve bir ulusun yemek kültürü marka olarak konumlandırılır (Rockower, 2014).

Son 15 yıldır gündemde olan Kuliner Diploması ve Gastro Diploması kavramları, kültürlerarası anlayışı geliştirme ve etkileşim sağlama, ulusal kültürün ön plana çıkarılması, ülkenin kültürünü ve mutfak kültürünü tanıtmaya, böylece ülkeler arasındaki ilişkileri geliştirme, ülke imajını güçlendirme, marka yaratma, ticari faaliyetlerin ve turizmin gelişmesini sağlama gibi amaçlarla pek çok ülke tarafından yumuşak bir güç olarak kullanılmaktadır (Türker, 2018).

Günümüzde Asya ülkelerinden başlayan Gastro Diploması hareketi sonrasında pek çok ülkenin başlattığı girişimlerle popüler hale gelmiştir. Önceleri Tayland, Tayvan, Çin, Japonya, Malezya gibi Asya ülkeleri tarafından kültürel diplomasi stratejisi olarak kullanılan Gastro Diploması sonraları Peru, Amerika Birleşik Devletleri gibi ülkelerin ticari faaliyetleri arttırmak, turizm sektörünü geliştirmek ve farklı ülkeler ile işbirliği tesis etmek için kamuoyuna yönelik diplomatik kampanyalar yürütmeleri ile devam etmiştir (Sokol, 2013).

Son dönemde, Tayland, Peru ve Güney Kore gibi ülkeler, mutfaklarını dünyaya tanıtan ülke markalaşma programlarını bağımsız olarak başlatarak bu konsepti benimsemişlerdir. Güney Kore, Lübnan, Peru, Malezya ve Vietnam gibi ülkeler kültürel etkilerini arttırmak, turizmi arttırmak ve tarımsal ihracatı teşvik etmek için gıda kullanarak kendi Gastro Diploması kampanyalarını başlattılar.

Bazı ülkeler diplomasiyle bu konuda strateji geliştirip, özel bütçe ayırmaktadır. Ünlü şefler bu stratejinin vazgeçilmez unsurlarından biridir. Güney Kore, Tayland ve Tayvan tarafından yürütülen 'Kimchi Diplomasisi', 'Dim Sum Diplomasisi' bu alanda öne çıkan örneklerdir. Malezya ve Güney Kore gibi ülkeler ABD, Japonya ve İngiltere'de bazı kentlerde 'foodtruck' adı verilen dev kamyonlar kiralayıp ulusal mutfaklarını tanıtmaktadır. Güney Kore buna ek olarak Koreli pop yıldızlarının söylediği 'k-food (Korean food) is the best' parçasının hip-hop varyasyonlarını kullanmaktadır. İskandinav ülkeleri de San Francisco'da bir fuar için özel video oyunu geliştirip, Cannes Film Festivali'nde gurme gecesi düzenleyip, Amerika Birleşik Devletleri başkenti Washington'da 30 bin çocuğa 'basit ve sağlıklı İskandinav mutfağını' öğretmiştir(Karaca,2015).

İlk Gastro Diplomasi girişimini, 2002 yılında 'Global Tay' programı ile başlatan ve Gastro Diplomasiyi en etkin kullanan ülke Tayland'dır. Tayland, dünya üzerinde yaygın olarak bulunan restoranlarını ve yemeklerini diplomatik ortamlarda kullanmak üzere çok önemli girişimlerde bulunmuştur (Türker,2018). Tayland öncü bir örnektir. Dünyadaki Tayland restoranlarını genişleten bir "Tayland küresel projesi" programı başlatmıştır (Granlund,2015). Tayland yemekleri sihirli bir şekilde popüler hale gelmemiştir. 2002'den bu yana, Tayland, hükümet seviyesinde çok yönlü bir kampanya ile yurtdışında yiyeceklerini tanıtmaktadır. Takip ettikleri strateji o kadar başarılı olmuştur ki dış politikada yeni bir trend ortaya çıkmıştır: Gastro Diplomasi (Niu, 2018).

Ülkelerin eşsiz mutfağını gösteren kampanyalara yatırım yaptıkları bu süreçte, ülke imajını Gastro Diplomasi ile geliştirmeye çalışan bir diğer ülke ise Tayvan'dır. 2010 yılında başlattığı "Dim Sum Diplomasisi" ve "Hepsi İyi Tatta: Tayvan Lezzetlerinin Tadını çıkarın" kampanyası ile Tayvan yemeklerinin tanıtılmasını planlamıştır. Tayvan hükümeti, Tayvan mutfağının küresel boyutta tanınması amacıyla başlattığı Gastro Diplomasi atağında yer almıştır (Rockower,2012). Tayland'ın kampanyasını bir model olarak kullanan Güney Kore, ülkenin imajını uluslararası platformda güçlendirmek amacıyla Dış İlişkiler ve Ticaret Bakanlığı'nın girişimi ile Gastro Diplomasi kampanyalarını başlatmıştır (Ruddy, 2014). Bu konuda çalışmalar yapan bir başka ülke, Çin "Çubuk diplomasisi" olarak adlandırdığı girişimle Latin Amerika'da Çin kültürünü tanıtmaya çalışmaktadır (The Global Culinary Initiative, 2017).

Hindistan'da "Samosa Diplomasisi" ile Batıdaki her başkentte bir Hint restoranı açmayı planlamıştır (Strugar, 2015). Malezya hükümeti, "Dünya için Malezya Mutfağı" kampanyası ile ülkenin Peranakan, Malay ve Çin tatlarından oluşan mutfağını özellikle Amerika Birleşik Devletlerinde tanıtmayı amaçlamıştır. Asyalı ülkelerin Gastro Diplomasi atağını Kolombiya ve Peru gibi Güney Amerika ülkeleri de devam ettirmiştir. Bu bağlamda Peru en etkin çalışan ülkelerin başında gelmektedir. Son on yıldır Peru Gastronomi Topluluğu, Kültür ve Uluslararası İlişkiler Bakanlıklarının da içinde yer aldığı pek çok kurum Gastro Diplomasiyi kullanarak, Peru ulusal markasını yaratmaya çalışmaktadır (Wilson, 2013).

Amerika Birleşik Devletleri, Danimarka, Norveç, İsveç, Avustralya gibi ülkeler, diplomatik misyonlarını yerine getirirken kuliner diplomasiyi kullanmaktadırlar. Mesela, Amerika Birleşik Devletlerinde New Orleans'taki Cajun ve Creole mutfaklarının Amerika Birleşik Devletleri için Gastro diplomatik amaçlı kullanılabilir en iyi mutfaklar olduğu belirtilmektedir (Rockower, 2014). Amerika Birleşik Devletlerinde kurulan ve 80 yiyecek uzmanından oluşan "Diplomatik Kuliner Ortaklık" yabancı diplomatlara yemek pişirmekte ve yabancı ülkelere resmi ziyaretlerde bulunmaktadır (Chapple ve Sokol, 2013).

Mutfak Diplomasisi ve Gastro Diplomasinin kurumsallaşmaya başlamasının sonuçlarından biri de, son yıllarda UNESCO'nun "Somut Olmayan Kültürel Miras Listesi"ne olan ilgidir. Devletler, yemek kültürlerini bu miras kapsamına alarak turizmde marka olma yolunda ellerindeki koz sayısını arttırmaya çalışmaktadırlar (Karaca,2015).

4. ARAŞTIRMA

4.1. Gastro Diplomasi ile ilgili Türkiye'deki Çalışmaların Değerlendirilmesi

Tarih boyunca çok farklı uluslarla etkileşim sonucu ortaya çıkan, temel hammaddesi Anadolu coğrafyasında yetişen yiyecek ve içecekler dayanan Türk mutfağı, Türkiye'nin kültürel kimliğinin

önemli bir parçasını oluşturmaktadır (Türker,2018). Türk mutfağını tanıtılması ile ilgili olarak tüm dünyada ve ülkemizde pek çok etkinlik düzenlenmektedir. Türk mutfağı binlerce yıllık bir kültürün ürünüdür. Türkiye çok çeşitli yemeklerin yer aldığı, zengin ve lezzetli bir yemek kültürüne sahiptir. Türkler, Orta Asya'dan başlayıp Anadolu'nun fethi ve devamında, Selçuklu ve Osmanlı İmparatorluğu ile devam eden süreçte her biri bir biriden çok farklı toplumlarla kültürel olarak etkileşime girmiştir. Bu etkileşim, iletişim ve alışverişi doğal olarak mutfaklara da yansımıştır. Osmanlı mutfağı; Anadolu'nun bereketli toprakları, tarihi zenginlikleri ve yaşayan birçok halk kültürünün etkileri sayesinde dünyanın en büyük füzyon mutfağı haline gelmiştir (Aş,2017).

Ancak, Türk mutfağına Gastro diplomatik açıdan yaklaşıldığını, etkinliklerin planlı, yaygın ve organize bir şekilde yürütüldüğünü söylemek mümkün değildir. Bu etkinlikler münferit çabalardan öteye geçmemektedir (Türker,2018). Türkiye’de Gastro Diplomasi alanında yapılan çalışmalar, Gastro turizm üzerinden, bazı özel şirketlerin sosyal sorumluluk projeleri ve sivil toplum kuruluşları ile yapılmaktadır (Alan,2016).

Dünya Turizm Örgütü’nün (UNWTO) hazırladığı Dünya Seyahat Pazarı Küresel Trend Araştırması Raporu’na göre, Türk mutfağının Batı Asya, Kafkaslar, Kuzey Afrika ve Arap Yarımadası’ndan etkilendiği, bu nedenle oldukça zengin bir mutfak olduğu belirtilmiştir. Rapor, Gastronomi’nin diplomasiye de katkı sağlayabileceğine, hatta Gastro Diplomasi olarak tanımlanan bu trendde, Türkiye’nin öncülüklerden biri olduğuna dikkat çekmektedir. Raporda Türkiye ile ilgili, devletler arası diplomasi yerine, ülkeleri ziyaret eden turistlerle yakın bağlar kurmak üzere politikalar yürüttüğü vurgulanmıştır. Bu politikaların sonucu olarak ülkeleri ziyaret eden insanlarla köklü bir bağ kurulduğu da raporun dikkat çeken tespitlerinde yer almaktadır (Turizm gazetesi.com,2019).

Rockower, “Kahve”nin en iyi Gastro Diplomasi örneklerinden biri olarak Türk kahvesi ile ilgili yapılan Gastro diplomatik çalışmaya deyinmiştir. Gezici Türk Kahvesi Kamyonu Amerika Birleşik Devletleri’deki Gastro diplomatik çalışmalarına 2012 yılında, ülkenin doğu kıyısında (Washington, Baltimore, Philadelphia, New York ve Boston) ücretsiz kahve dağıtarak başlamıştır. Türk kahvesini dünyaya tanıtmak amacı ile başlayan Gezici Türk Kahvesi Kamyonu etkinliği, Türk-Amerikan işletmeleri, Türk-Amerikan Birliği, Kurukahveci Mehmet Efendi, Türk Hava Yolları, Türk Büyükelçiliği’nin sponsorluğu ile gerçekleştirilen ortak bir girişimdir (Rockower, 2014).

Bu uygulama bir taraftan kahve dağıtırken diğer yandan kahvenin Türk kültüründeki yerini ve önemini de vurgulamaktadır. Nitekim, "bir fincan kahvenin kırk yıl hatırı olması" kahvenin diplomasi ve barışçıl ilişkilerin sürdürülmesi açısından tarihsel önemini ve anlamını ortaya koymaktadır. Bu kampanya ayrıca kahve falına bakarak Amerikalıları kültürümüzün eğlenceli yönleri ile de tanıştırmıştır. Gezici Türk Kahvesi Kamyonu ikinci etkinliğini Hollanda, Belçika ve Fransa gibi Avrupa ülkelerinde de gerçekleştirmiştir. Özel sektör-kamu ortaklığı ile gerçekleştirilen bu etkinliğe Kültür ve Turizm Bakanlığı’nın dış temsilcileri de destek vermiştir(Rockower,2014).

Türk mutfağının sahip olduğu eşsiz yiyeceklerden dördü UNESCO Somut Olmayan Kültürel Miras Listesinde yer almaktadır. Bunlar; Türk kahvesi, Geleneksel Tören Keşkeği, Mesir Macunu ve İnce Ekmek -Lavaş, Katırma, Yufka- (Kültür ve Turizm Bakanlığı, 2017). Benzersiz bir yemek kültürüne sahip olan Gaziantep ve Antakya, Gastronomi Şehri olarak yer almaktadır (UNESCO Yaratıcı Şehirler Ağı, 2017).

Türk Geleneksel Mutfağının tanıtımı ve hak ettiği yere gelmesi ile ilgili Türkiye’de yapılan çalışmalardan biri, Metro Market Türkiye bünyesinde kurulan Gastrometro’da gerçekleşmektedir. Öncelikle, Gastronomi ekosistemi oldukça dinamik bir yapı olan Gastrometro’nun fikir önderleri, şefler, üreticiler, NGO’lar gibi çok farklı paydaşları vardır. Bu paydaşların Gastrometro projelerinde yer alması için çalışmalar yapılmakta, ortak projeler geliştirilmektedir. Bu şekilde hem lokal hem global ekosistemlerle bağlantılar köprüler kurulmaktadır. Bu konuda yapılan projelerden örnekler vermek gerekirse; ülkemizdeki Coğrafi İşaretli ürünlerin tescillenmesinden tanıtımına kadar birçok süreçte aktif rol alıp bu konuda politikalar oluşturulması için zemin oluşturulması denilebilir. Ülkemize dünyanın farklı ülkelerinden yabancı şefler davet edilerek, ortak mutfak çalışmaları yapıлып, bu şefler potansiyel Türk mutfağı elçisi olarak görülmektedir. Mutfak zenginliğimiz ve ürün çeşitliliğimiz kendilerine

anlatılmaktadır. Diğer yandan Gastronomi dnyanın önde gelen eğitim kurumlarından EHL (Ecole hoteliere de Lausanne) İsviçre, BCC(Basque Clunary Center) İspanya, WSET (The Wine & Spirits Education Trust) İngiltere ile çalışmakta, böylece Uluslararası gastronomi kurumlarıyla Türkiye arasında bir köprü oluşturmaktadır.

4.1.2. Gastronomi Elçileri Türkiye’de Gastro Diploması Değerlendirmesi

Türk Mutfağı tanıtımında Türkiye’de gerçekleşen Gastro Diploması Çalışmalarını, Gastronomi konusunda çok değerli çalışmalar yapan iki Gastronomi Elçisine sorduk. *Gökmen Sözen, 20 yılı aşan süredir Gastronomi tecrübesi ile Türkiye’de çok önemli projelerin lideridir. Diğer görüşünü aldığımız elçimiz, Metro Market Türkiye, Gastrometro Grup Müdürü, Alman Chef *Maximilian Thomae, 25 yıldır Türkiye’de, Türk Geleneksel Mutfağını çok iyi tanıyan, benimseyen ve hak ettiği yere gelme konusunda önemli çalışmalar yapan bir yönetici ve Cheftir.

Gökmen Sözen’e göre, bu kadar zengin bir yemek kültürüne sahip bir ülke olduğumuz halde, yurt dışında hala bizi yeteri kadar tanımamaktalar. Sebeplerden biri, tek bir platformda Gastronomi kültürümüzü dnyanın farklı noktalarında yazan, tanıtan, ifaden kişilerin sayısının çok az olması, uluslararası yatırımcıların az olması, ve dünyaca ünlü gurme marketlerde bize ait bölümlerin olmamasıdır. Tüm bu tanıtımların tek bir pota altında ve farklı teşvikler ile desteklenmediğini ifade etmiştir. Doğru bir Gastro Diploması çalışmaları için bir kere dnyanın farklı yerlerinde yazılar yazılacak, değerli Türk Şeflerinin katkıları ile tanıtımlar yapılacak organizasyonlar planlanması gerekmektedir. Mesela, Antalya’ya baktığımızda, bir çok turist her sene sayısı artarak ziyaret ettiği bu bölgede, otellerde bu amaca katkı sağlayacak doğru çalışmalar yapılıyor mu diye incelemek gerekir. Farklı ülke örneklerinde gördüğümüz gibi, ilgili bakanlıkların desteği ile, farklı teşvik ve yatırımlarla yurt dışında mutfağımızla yer almamız gerekir. Gastro Diploması bakış açısıyla yurt dışında yapılan faaliyet, çalışma ve her türlü organizasyonda kültürümüze yönelik ürünlerimiz, baharatlarımız kullanılmalı ki ilgi ve talep görülsün, böylece yerel üreticiye de katkımız olsun diye paylaşmıştır.

Maximilian Thomae değerlendirmesinde, bugün Tayland, Peru ve diğerleri gibi ülkelerin Gastro Diploması ile ilgili pek çok başlık ve projesi olduğunu bilmekte olduğumuzu ve bu ülkelerdeki çalışmalara baktığımızda bugün ülkemizdeki çalışmaları değerlendirmemiz gerektiğini iletmiştir. Ülkemizde Gastro Diplomasıyı teşvik etmenin farklı yolları veya projeleri var olduğunu paylaşmıştır. Örnek olarak, Türk mutfağı hakkında farkındalığı artırmak için halkla ilişkiler programları, restoranlar için rehber; Gastronomik festivaller organize etmek gerekir. Yiyecekleri uluslararası beslenme stratejilerine ve zevklerine uyacak şekilde uyarlamak amacıyla araştırma ve geliştirme, menülere ve dnyadaki gıda kavramlarına tanıtmak için imza yemekler veya teknikler takip edilmesi önemlidir. Diğer fırsatlar olarak, mutfak elçisi olarak hareket etmek; Gastro Turizm için özel konumların erişilebilir hale getirilmesi, Türk yemeklerini yerel ve uluslararası uçuşlarda ve hava alanlarında tanıtmak için seyahat deneyimi ve diğer bir çok alan olduğunu iletmiştir. Bu alanların bazılarında Türkiye’de önemli çalışmalar yapılmakta olduğunu, özellikle Seyahat deneyimi ile Türk Hava Yolları başta olmak üzere ve yeni hava alanımız dünya lideri örneklerden olduğu görüşünü paylaşmıştır. Ancak, diğer birçok alanda daha aktif olup, daha büyük perspektifte Gastro Diploması strateji planına katkıda bulunmak için yeni standartlar geliştirmedığımızı düşünmektedir. Mutfak kültürümüzü tanıtmaya yönelik projelerimiz veya girişimlerimiz Gastro Diploması konusunda yönelik genel bir strateji planına bağlı değildir. Herkesin konuştuğu, dnyanın önde gelen mutfaklarından birini tanıtmak üzere faaliyetler koordineli biçimde ilerlerse, ciddi olumlu geri dönüşleri olacağına inanmaktadır.

Her iki Gastronomi elçimizin değerlendirmelerinden de aldığımız bilgi, zengin mutfak kültürüne sahip olan ülkemizde fırsat alanlarımızın olduğu, koordineli yapacağımız çalışmaların geri dönüşünün çok hızlı, etkin ve her yönde olumlu etkisi olacağına yöneliktir.

5.SONUÇ

Gastro Diploması kampanyalarının başarısından da görüldüğü üzere bu tip etkinlikler kamu oyunu etkileyen ve bir ülke ile ilgili algıları değiştiren dinamik etkinliklerdir (Türker, 2018). Bundan dolayı, Türkiye’de Gastro Diploması fırsatları daha derinlemesinde değerlendirilmeli ve projeler geliştirilmelidir.

Türk şefleri yenilikçi ve geleneksel mutfak akımlarını birleştirerek yeni yemekler hazırlamalı ve bu yemekler çeşitli etkinliklerle yurt dışında halka sunulmalı, çok daha sıklıkla yerel tadım günleri düzenlenmelidir. Bu etkinliklerde ünlü Türk şefleri ön plana çıkarılmalıdır. Daha önce örneklerini verdiğimiz ülkelerde yapılan çalışmalar ve sonuçları dikkate alınarak, Türk girişimcilere faaliyet alanlarını çeşitli fonlarla destekleyip, farklı organizasyonlarda danışmanlık yaparak daha farklı neler yapacakları konusunda destek olunabilir.

Şüphesiz, Gastro Diplomasi bakış açısıyla yapılan çalışmalarla, açılacak restoranların kullandığı yöresel malzemelerin hammaddeleri talep görecektir ve Türk üreticilerin desteklenmesinde katkısı olacaktır. Üreticileriniz için ekonomik fırsatlar yaratmamız önem teşkil eder. Türk mutfak kültürü ile ilgili olarak farklı organizasyonlarda kullanılacak, kültürümüz ve geleneklerimizin ifade edileceği belgesel filmler hazırlanmalıdır.

Yerel yemeklerimizin tanıtacak, mutfak turizmini desteklemek uluslararası organizasyonlara daha çok ev sahipliği yapacak ortamları yaratmamız gerekir. Ticari ortaklarımızla kültürlerarası bağlantılar kuran programlar oluşturmalıyız. İnsanları bilgi paylaşımı ile bir araya getiren programlara katılmalıyız. Her birimiz bu konuda birer elçi görevinde yer alabiliriz. Ülkemizin, coğrafyamızın gastronomik zenginliğini sahiplenmemiz gerekir. Bundan dolayı tüm coğrafi zenginliği tarihsel bilgilerle bilmemiz gerekmektedir. Ve tüm bu bilgileri dünya ile tanıştırmaya fırsatlarını değerlendirmeliyiz.

*Gökmen Sözen, 2007 yılında, bugün gastronomi sektörünün nabzını tutan FoodinLife dergisini kurmuştur. Local Chef, Osmanlı Mutfağı, Pastry of İstanbul and Chefs of the Future gibi yarışmaları organize etmiştir. Uluslararası tanınan Şeflerin davet edildiği Gastromasa Gastronomi Konferanslarını organize etmektedir.

* Alman Chef Maximilian Thomae, Türkiye’de bir çok tanınan Otelde Executive Chef Rolüyle çalışmıştır. Gastrometro Grup Müdürü olarak Türk Geleneksel Mutfağı odaklı önemli çalışmalar yapmaktadır.

KAYNAKÇA

- Alan,G.(2016), “Diplomaside Özel Bir Alan: GastroDiplomasi”, Kamu Diplomasisinde Yeni Yaklaşımlar ve Örnekler, Beta Yayınevi:113-114, İstanbul.
- Aş,N. (2017),“Ramazanda İftar Menüsü Önerileri”,NTV Haber,İstanbul
- Sokol, C. (2013), Culinary Diplomacy: Breaking Bread to Win Hearts and Minds. The Hague Journal of Diplomacy, 8 (2):161-183.
- Granlund,R (2015), Mass Media Recipes for Rapprochement: Televisions Celebrity Chefs as GastroDiplomats
- Hazmi,A. (2018), Ever Heard about Gastro Diplomacy, News from SouteastAsia. <https://seasia.co/2018/09/28/ever-heard-about-gastro-diplomacy>
- Kalyoncu ZB, Tettner S.(2016), “ Gastrodiplomacy 2.0: Culinary Tourism Beyond Nationalism”. Journal Of Tourism Research. No. 2: 47-55.
- Karaca, K.(2015), Dönem Gastro Diplomasi Dönemi, Deutsche Welle. [https://dw.com/tr/d%C3%B6nem-Gastro Diplomasi-d%C3%B6nemi/a-18232503](https://dw.com/tr/d%C3%B6nem-Gastro-Diplomasi-d%C3%B6nemi/a-18232503).
- Kul,N.(2018), “Diplomaside Yeni Arayışlar ve Gastro Diplomasi: Türkiye için Bir Model Arayışı”, Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Halkla İlişkiler ve Tanıtım Anabilim Dalı, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Larson,S (2014),Gastrodiplomasi, a new buzzword in foreign relations, Industry News. <https://www.escoffieronline.com/gastrodiplomacy-a-new-buzzword-in-foreign-relations/>
- Melo,C (2015), Culture and Gastronomy: Local Identity Resources and Tool for Economic Development, <https://igcat.org>.
- Niu,I. (2018), From governments to refugees, food is now diplomacy,Quartz, <https://qz.com/1496148/from-governments-to-refugees-food-is-now-diplomacy/>
- Nirwandy, N. ve Awang,A.(2014), “Conceptualizing Public Diplomacy Social Convention Culinary: Engaging Gastro Diplomacy Warfare for Economic Branding”,Procedia-Social Behavioral Sciences 130,ss.325-332.
- Onaran,B. (2015), Mutfakta Tarih Yemeğin Politik Serüvenleri,İletişim Yayınları, 1st Edition, İstanbul
- Publicdiplomacymagazine(2018), <http://publicdiplomacymagazine.com>

- Rockower, P. S. (2014), The state of gastrodiplomacy, Public Diplomacy Magazine, 11: 13-16.<http://publicdiplomacymagazine.com/wpcontent/uploads/2014/02/GASTRODIPLOMACY-PDF.pdf>
- Rockower, P. (2012), Recipes for gastrodiplomacy, Place Branding and Public Diplomacy, 8(3), 235–246.
- Ruddy, B. (2014), Hearts, minds, and stomachs: Gastrodiplomacy and the potential of national cuisine in changing public perceptions of national image, Public Diplomacy Magazine, 11:13-16.
- Suntikul,W(2018), www.Gastrodiplomacy.Net
- Strugar, T. (2015), Eastern Gastrodiplomatic Efforts: Asian Nations as Pioneers in the Use of Cuisine in Cultural Diplomacy, International Institute of Gastronomy, Culture, Arts and Tourism- IGCAT. https://igcat.org/wpcontent/uploads/2016/09/01_EASTERN_GASTRODIPLOMATIC_EFFECTS.pdf
- Turker,N. (2018), “Gasto Diplomasi Türk Mutfağı Tanıtımında Bir Araç Olabilir mi”, Güncel Turizm Araştırmaları Dergisi, Bahar,14-29.
- The Global Culinary Initiative (2017), The Power of Culinary Diplomacy, https://www.ldei.org/images/GCI%20newsletter%205_17.pdf
- The Art of Food. (2015), Culture and Food Diversity, Gastrodiplomacy Barcelona, Spain.
- Turizm gazetesini. (2019), <https://www.Turizm gazetesini.com>.
- UNESCO Yaratıcı Şehirler Ağı (2017), <https://en.unesco.org/creativecities/home>.
- Wallin, M. (2013), Gastro-diplomacy – Reaching Hearts and Minds through Stomachs. American Security Project. April 10, 2013. <http://www.americansecurityproject.org/gastro-diplomacyreaching-hearts-andminds-through-stomachs/>.
- Wilson, R. (2013), Cocina Peruana Para El Mundo: Gastrodiplomacy, the Culinary Nation Brand, and the Context of National Cuisine in Peru, The Journal of Public Diplomacy, 2 (1/2): 13-20.

NE YERSEN O'SUN: MUTFAK KÜLTÜRÜNÜN KİMLİK İNŞASINDAKİ ROLÜ
WHAT YOU SAY: THE ROLE OF KITCHEN CULTURE IN IDENTITY BUILDING

Şule GÜMÜŞ

Dr. Öğr. Üyesi, Cumhuriyet Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Türk Halkbilimi Bölümü, Sivas

ÖZET

Toplumların ortaya koydukları maddi manevi üretimler bütünü kültürü oluşturmaktadır. Yeme içme alışkanlıkları ve bu alışkanlıklar etrafında gelişen uygulamalar da mutfak kültürünü şekillendirmektedir. Mutfak kültürünü meydana getiren temelde biyolojik ihtiyaçlar olsa da “mutfak kültürü” dendiğinde sadece yeme içme alışkanlıkları düşünülmez. Yeme içmeye bağlı olarak yiyecek ve içeceklerin hazırlanma, pişirilme, sunum ve tüketim yöntemleri; beslenmeye yönelik halk inanışları; besinlerin hazırlandığı mekân, kullanılan araç ve gereçler mutfak kültürünün bir parçasıdır.

Mutfak kültürünü oluşturan ve geliştiren faktörler söz konusudur. Bir toplumun yaşam biçimi, geçim kaynakları, gelir düzeyi, yaşadığı coğrafya ve iklim koşulları, kültürel etkileşim, dinî ve kültürel inanışlar, eğitim durumu, tarihî birikim gibi pek çok husus mutfak kültürünün şekillenmesinde etkili rol oynamaktadır. Bu etkenlerden en çok öne çıkanı ise inançtır. Neyin yenilip neyin yenilmeyeceğini, yeme eyleminin biçimini, mekânını, zamanını belirlemede inançların önemli ölçüde etki gücü söz konusudur.

Yeme içme alışkanlıklarına dair inanışlardan en dikkat çekici olanı da yeme içmenin kişinin ve toplumun ahlakını, kimliğini şekillendireceğine yönelik yaklaşımdır. Bilindiği gibi ahlak kişinin beşikten mezara dek oluşturup geliştirdiği duyuş, düşüncü ve davranış biçimidir. Kişinin tabiatının şekillenmesinde pek çok etken rol sahibidir. Beslenme biçimi de bu etkenlerden birisidir. İbn-i Haldun'un yemek teorisine göre beslenme biçimi insanı sadece fizyolojik ve biyolojik olarak etkilemez. Kişinin aldığı gıdalar onun zihnini, kalbini dolayısıyla ahlakını etkilemektedir. Bu çalışmada İbn-i Haldun'un yemek teorisinden hareketle beslenme kültürünün kişilerin ve toplumların kimliğini oluşturmada belirleyici bir unsur olduğuna yönelik yaklaşım Türk dünyası halk inanışları ve sözlü anlatılarından yola çıkılarak ortaya konulacaktır.

Anahtar Kelimeler: Kültür, Mutfak kültürü, ahlak

ABSTRACT

The material and spiritual productions produced by the societies constitute the culture. Eating and drinking habits and practices developed around these habits shape the culinary culture. Although there are basically biological needs that make up the culinary culture, when we say düşünül culinary culture sadece, not only eating and drinking habits are considered. Methods of preparation, cooking, presentation and consumption of foods and beverages depending on eating and drinking; folk beliefs in nutrition; the place where food is prepared and the tools and equipment used are part of the culinary culture.

There are factors that make up and develop culinary culture. Many aspects such as life style of a society, livelihoods, income level, geography and climate conditions, cultural interaction, religious and cultural beliefs, educational background, historical accumulation play an important role in shaping the culinary culture. The most prominent of these factors is belief. There is a significant influence of beliefs in determining what is defeated and what is not defeated, the form, space and time of eating.

One of the most remarkable beliefs about eating and drinking habits is the approach that eating and drinking will shape the morality and identity of the individual and society. As it is known, morality is a way of feeling, thinking and behavior that one develops from cradle to grave. Many factors play a role in shaping one's nature. Nutrition is one of these factors. According to Ibn Haldun's food theory, the form of nutrition does not only affect humans physiologically and biologically. One's foods affect his mind, heart and thus his morality. In this study, the approach that Ibn Haldun's nutrition culture is a

determining factor in the identity of people and societies will be put forward by starting from folk beliefs and oral narratives of Turkish world.

Key Words: Culture, Culinary Culture, Morality

Metin

Toplumların ortaya koydukları maddi manevi üretimler bütünü kültürü oluşturmaktadır. Yeme içme alışkanlıkları ve bu alışkanlıklar etrafında gelişen uygulamalar da mutfak kültürünü şekillendirmektedir. Mutfak kültürünü meydana getiren temelde biyolojik ihtiyaçlar olsa da “mutfak kültürü” dendiğinde sadece yeme içme alışkanlıkları düşünülmez. Yeme içmeye bağlı olarak yiyecek ve içeceklerin hazırlanma, pişirilme, sunum ve tüketim yöntemleri; beslenmeye yönelik halk inanışları; besinlerin hazırlandığı mekân, kullanılan araç ve gereçler mutfak kültürünün bir parçasıdır.

Mutfak kültürünü oluşturan ve geliştiren faktörler söz konusudur. Bir toplumun yaşam biçimi, geçim kaynakları, gelir düzeyi, yaşadığı coğrafya ve iklim koşulları, kültürel etkileşim, dinî ve kültürel inanışlar, eğitim durumu, tarihî birikim gibi pek çok husus mutfak kültürünün şekillenmesinde etkili rol oynamaktadır. Bu etkenlerden en çok öne çıkanı ise inançtır. Neyin yenilip neyin yenilmeyeceğini, yeme eyleminin biçimini, mekânını, zamanını belirlemede inançların önemli ölçüde etki gücü söz konusudur.

Yeme içme alışkanlıklarına dair inanışlardan en dikkat çekici olanı da yeme içmenin kişinin ve toplumun ahlakını, kimliğini şekillendireceğine yönelik yaklaşımdır. Bilindiği gibi ahlak kişinin beşikten mezara dek oluşturup geliştirdiği duyuş, düşünüş ve davranış biçimidir. Kişinin tabiatının şekillenmesinde pek çok etken rol sahibidir. Beslenme biçimi de bu etkenlerden birisidir. İbn-i Haldun’un yemek teorisine göre beslenme biçimi insanı sadece fizyolojik ve biyolojik olarak etkilemez. Kişinin aldığı gıdalar onun zihnini, kalbini dolayısıyla ahlakını etkilemektedir. Bu çalışmada İbn-i Haldun’un yemek teorisinden hareketle beslenme kültürünün kişilerin ve toplumların kimliğini oluşturmada belirleyici bir unsur olduğuna yönelik yaklaşım Türk dünyası halk inanışları ve sözlü anlatılarından yola çıkılarak ortaya konulacaktır.

İslam düşünce tarihinin önemli isimlerinden biri olan İbn-i Haldun, 1332-1406 yılları arasında yaşamıştır. İlk eğitimini babasından alan ve çok küçük yaşlarda Kuran hıfzına başlayan İbn-i Haldun hadis, fıkıh, Arapça ve edebiyat derslerinde kendisini geliştirmiş; felsefe, matematik, mantık alanlarında da öğrenim görmüştür. Yirmili yaşlardan itibaren devlet ricalinde bulunan İbn-i Haldun siyasi ve idari görevlerde bulunmuştur. 1375’ten sonra siyaset ve idareden uzaklaşıp ilimle meşgul olmuş bir dünya tarihi olarak yazmayı düşündüğü “El-İber” adlı eserini ortaya koymuştur (Bayar 2018: 118). İbn-i Haldun, bu eserin girişini olan “Mukaddime”de beslenme ile ilgili görüşlerine yer vermektedir. İbn-i Haldun; gıdaların özelliklerinin, gıda rejiminin, beslenme alışkanlıklarının kişinin hem biyolojik hem fizyolojik hem de psikolojik yapısının oluşumunda etkili olduğuna yönelik görüşleri içeren bu yemek teorisinde özetle “Ne yersen O’sun” şeklinde ifadesini bulan bir yaklaşım ortaya koymaktadır. Ona göre bireyin ahlaki yapısının oluşumunda pek çok etken bulunmaktadır ve bunlardan biri de beslenmedir. Ahlak; bireyin doğumundan ölümüne kadar sergilediği davranışlar, kişide karakter olarak bilinen iyi ve güzel niteliklerdir. Aile, sosyal çevre, eğitim, inanç gibi pek çok etken kişinin ahlakının şekillenmesinde, değişip dönüşmesinde etkin rol oynamaktadır.

İnsanoğlunun temel ihtiyaçlarından biri olan beslenme; hayatta kalabilme, sağlığı koruma ve yaşam standardını yükseltme amacıyla doğru zamanda doğru gıdalar ile uygun miktarda gerçekleştirilmelidir. Beslenme sadece karın doyurmak yahut kişinin canının çektiği besinleri alması değildir. Doğru beslenme kişinin cinsiyeti, yaşı, biyolojik ve fizyolojik ihtiyaçları doğrultusunda olmalıdır. Beden ve ruh sağlığının korunmasında beslenmenin önemli bir rolü vardır. Beslenme ile kişilik arasında ilişki kuran İslam düşünürü İbn-i Haldun’un çıkış noktası Kuran-ı Kerim olmalıdır. Kuran’da yeme içme ile ilgili belirleyici hükümler yer almaktadır. Bu hükümlerin en başında besinlerin helal ve temiz olması gelir. Maide suresi 88. ayette “Allah’ın size verdiği rızıkların helâl, temiz ve sağlıklı olanlarından yiyin, kendisine iman etmiş olduğunuz Allah’a sığının, emirlerine yapışın, günahlardan arınıp, azaptan korunun.” denilmektedir. Yine Mü’minun suresi 51. ayette “Ey peygamberler! Tertemiz nimetlerden yiyip için, güzel işler yapın. Kuşkusuz ben yaptıklarınızı eksiksiz bilmekteyim.” ifadesi yer alır. Bu

ifadelerden de anlaşılacağı gibi Allah'ın koyduğu sınırlar çerçevesinde beslenme kulluğun bir parçasıdır.

Beslenme ve kimlik ilişkisini ortaya koyan bu ayetleri temel alan İbn-i Haldun; çok yemenin kişinin zihin performansını azaltacağını, kişinin karakterini hantallaştıracağını; az yemenin ise bireyin karakterine olumlu etkilerinin olacağını ifade eder. “Çok fazla ve karışık gıda almak, vücutta kötü kokulara ve artıklara neden olur. Bunun sonucunda vücut dengesiz olarak gelişir ve şişmanlıktan dolayı renk ve şekil çirkin görünür. Aynı şekilde bu gıdalardan oluşan bozulmuş ve kötü sıvıların beyne gitmesiyle aklın ve düşüncenin üzeri örtülür, neticede anlayışsızlık, gaflet ve genel olarak bütün iyi hallerden sapma baş gösterir.” (İbn-i Haldun 2004:124). İbn-i Haldun; her türlü meyve, sebze ve ürünlerin bulunduğu yerde bolluk içinde yaşayan insanların genelde anlayışsız ve kaba cisimli kimseler olduklarını savunur. Türk halk kültüründe de boğazı delik olan obur kimselerin ahmak kişiler olduğuna yönelik bir anlayış söz konusudur. Çok yiyen kişilerin hem fizyolojik hem de kişilik açısından olumsuz bir görünüm arz etmesinin tersine çöllerde yokluk içinde hayat süren ve sadece yaşayacak kadar yeme imkanı bulunan kişiler ahlaki açıdan daha üstün, zeka yönünden daha anlayışlıdır. Renkleri canlı, vücutları diri ve şekilleri daha biçimlidir. Yaygın olan görüşün aksine İbn-i Haldun bolluk ve refah içinde bulunan, aşırı tüketen toplumların bir süre sonra arzularına bağımlı, hazcı ve ahlaki yozlaşmaya uğrayan bir yapıya bürüneceğini savunmuştur. Ona göre “İnsanı açlık değil, tokluk öldürür.”, bir kıtlık meydana geldiğinde ekseriyetle açlığa alışkın olan kişiler hayatta kalırken çok yiyen kişiler ölmektedir. Çünkü insan sürekli tok olduğu için açlığa dayanamaz yani onu açlık değil tokluk öldürür. Ölçülü bir şekilde aç kalmak beden için sağlık vesilesidir. Hz. Peygamberin “Oruç tutunuz, sıhhat bulunuz.” hadisi, İbn-i Haldun'un bu yaklaşımında belirleyici olmuştur. Gerek semitik dinlerde gerekse semavi olmayan dinlerde ruhi olgunlaşmanın ilk şartı yeme içmeyi azaltmaktır. Çok yiyip içmek, Allah katına çıkma istidadı bulunan insan ruhunu aşağılara çekip dünyaya bağladığından seyr ü süluk denilen ruhi olgunlaşma sürecine giren derviş öncelikle yeme içmeden uzaklaşmaktadır. İbn-i Haldun'un tespitine göre yemenin miktarı ibadetleri de etkilemektedir. Kendisini yeme içmeden uzaklaştıran kişilerin ibadetle daha fazla meşgul olurlar, çok yiyenler ise kalplerini bir sıkıntı bastığı için gaflet içindedirler. Az yemek nefsin terbiye edilmesini ve aslına dönmesini sağlar. İnsanın aslı, cevheri Allah'a ulaşma arzusunda olan ruhudur, insanı dünyada tutan ise bedenidir. Nefis eğer dünyevi varlıklarla donatılırsa bedene yaklaşır ve insanın hayvani yönü ağır basmaya başlar. Çok yemek kalbi katılaştırır, hakikatten uzaklaştırır. Tam tersi nefis dünyevi varlıkların bolluğundan uzaklaştırılırsa ruhun olgunlaşması için eğitilmiş olur ve böylece kişinin güzel hasletleri ortaya çıkar.

Hz. Peygamberin şu hadisi çok yemenin zararını ve yeme miktarını ortaya koymaktadır: “Âdemoğlu midesinden daha şerli bir kap doldurmamıştır. Âdemoğluna belini doğrultacağı kadar birkaç lokma yeterlidir. Eğer daha fazla yemek istiyorsa, (midesini üçe ayırsın), üçte biri yemeği, üçte biri suyu, üçte biri de nefesi için (olsun).” (İbn-i Mace, Yiyecekler 50/3349; Tirmizi, Zühd 47/2381).

Beslenmede besinin miktarı kadar türü de bireyin yapısını etkilemektedir. Bu bağlamda İbn-i Haldun, iri cüsseli ve kuvvetli hayvanları yiyenlerin ve onların çocuklarının iri yarı, güçlü kuvvetli kişiler olduğunu söyler. Ona göre deve eti ve sütü ile beslenenlerin kişiliklerinde bulunan tahammül ve sabır, devedeki dayanıklılık ve tahammül gücü ile ilişkilidir. Ayrıca bu kişilerin bağırsaklarının da deveninki gibi sağlam ve sağlıklı olduğu tespit edilmiştir. İbn-i Haldun ziraat ile uğraşan tecrübeli kişilerin gözlemlerine de yer verir: “Ziraatla meşgul olanlar ve gözleri ile gören tecrübe sahipleri, deve tezeği ile gübrelenmiş ve terbiye edilmiş olan topraklarda yetişen bitkiler ile beslenen tavuk ve kaz gibi hayvanların yumurtaları üzerine oturarak bu yumurtalardan çıkan piliç ve tavukların gövde ve kuvvet bakımından diğerlerinden üstün olduğunu söylerler. Çok kere yalnız deve fişkısı içine bu yumurtalar konulduğunda son derece büyük gövdeli piliçler meydana gelir.” (İbn-i Haldun 2004:128).

Deve ile ilgili bulgularını bu şekilde aktaran İbn-i Haldun, hurma ve zeytin yiyenlerin açlığa daha dayanıklı olacağını belirtir. Modern psikolojinin ortaya koyduğu bulgular da yiyeceklerin kişinin zihinsel, psikolojik gelişimine etkisini ortaya koymaktadır. Örneğin çikolata yemenin mutluluk vereceği, kirazın insanı zinde tuttuğu ve sosyalleştirdiği, ıhlamurun rahatlattığı gibi veriler bu etkiyi ortaya koymaktadır.

Bu yaklaşım Türk halk inanışlarında ve sözlü anlatılarında da karşımıza çıkmaktadır. Beslenme kültürünü şekillendiren halk inanışlarında domuz yiyen kişinin tıpkı domuz gibi pis ve kaba bir insan olacağına, domuzun eşini kıskanmadığı gibi eşini kıskanmayan ahlaksız bir kimlik geliştireceğine yönelik bir algı söz konusudur. İslami açıdan da domuz etinin haram olması bu algıyı güçlendirmiştir. Yiyecekler ile kişilik ilişkisi sözlü anlatılarımızda da yer alır. Oğuz Kağan destanında Oğuz Kağan annesini bir kez emdikten sonra kımız ve çiğ et ister (Ergin 1988: 27). Bu şekilde beslenerek büyüyen Oğuz Kağan heybetli ve güçlü bir alp olur. Türk boylarının destanlarında kahramanın annesi kahramana hamile iken yırtıcı hayvanların etine aş erer. Kırgız Türklerine ait olan Manas Destanı'nda Manas'ın annesi kaplan yüreğine aş ermiştir. Manas da kaplan gibi atılgan, güçlü ve cesur bir yiğit olmuştur (Gülensoy 2005, Yıldız 2017). Manas'ın kırk çorosundan birinin annesi de kaplan yüreğine aş erer ama avcılar kaplan bulamadıkları için bir ayıyı öldürüp yüreğini getirirler, çoronun annesi bu yüreği yer. Doğan çocuk çok güçlüdür ama çoğu zaman kaba ve anlayışsız davranabilmektedir. Destanda bu durum aş eren annenin kaplan yüreği yerine ayı yüreği yemesine bağlanır. Yine Anadolu'da "Ye tatlıyı, doğur atlıyı; ye ekşiyi doğur Ayşe'yi." Şeklindeki ifade yiyecek ile doğacak çocuğun cinsiyeti arasında ilişki kurmaktadır. Görüldüğü gibi yenilen besinlerin insan kişiliğini şekillendirdiğine yönelik inanış Türk sözlü anlatılarında açıkça yer almaktadır. Uygur Türklerinin Maniheizm ve Budizm dinlerini kabul ettikten sonra inançları gereği et yemekten uzaklaşmaları neticesinde savaşçılık kabiliyetlerini yitirdiklerine dair bilgi yaygın bir tarihi veri olarak kayıtlara geçmiştir.

Bugün toplumsal yaşantımıza baktığımızda beslenme alışkanlıklarımızdaki değişikliklerin kişilerin tavır ve davranışlarına da yansımaları görmekteyiz. Latte, moka, kapaçino tercih edileli artık bir bardak çayın deminde sohbeti demleyenler azaldı. Modern hayattaki sosyal ve bireysel ilişkilere bakılırsa bir fincan kahvenin kırk yıl hatırı kalmadı. Fastfood yiyecekler hızlı hazırlanıyor, bir anlık doyunluk hissi veriyor ama çok geçmeden acıkıyorsunuz. Bireysel ilişkiler de öyle tez bağlanıp çabuk bıkılıyor. Evlendirme dairelerinden mahkeme salonlarına hızlı bir geçiş var. Hazır ve dondurulmuş gıdalar tüketiliyor günümüzde. İlişkilerde de önceden hazırlanmış ezbere söylemler ve her durum için hazır duran maskeler artış göstermekte. Duygular coşkun değil, eskisi gibi donuk. Hormonlu, yapay gıdalarla beslenen modern insan kendisi olmaktan uzaklaşan, özbenliğinin bilincine varamayan yapay kimlikler geliştirmeye başlıyor.

Yeme miktarı, yiyecek türü kadar yeme biçimi de bireylerin ve toplumların karakterini belirleyici bir rol oynamaktadır. Türk beslenme kültüründe yer sofrası üzerine konulan yiyecekler tek bir kaptan yenilmekteydi. Bu durum psikolojik olarak bireylerde birlik beraberlik, paylaşma duygularının gelişmesini sağlamaktaydı. Yemeklerin ayrı ayrı hatta her yemek çeşidi için farklı tabaklarda sunumu bireyselliği, benlik duygusunu arttırmıştır. Bu uygulamanın öz güveni, öz saygıyı artırması gibi olumlu yönleri bulunabilir ama bencillik duygusunun artması, bireyin aile ve sosyal çevre ile olan bağlarının azalması gibi olumsuz yönleri olduğunu söylemek de mümkündür. Sofranın ortadan kalkması sofraya baş sohbetlerini de ortadan kaldırmıştır. Sofra başı bir mektep gibi bireyleri yetiştirmekteydi. Oturmanın, kalkmanın, sofranın bir adabı vardır. Sofra ortadan kalktığında adap da kalkmaktadır.

Sonuç

İbn-i Haldun'un "Ne yersen osun." şeklinde özetlenen yemek teorisi bugün modern ilimler ışığında doğrulanmaktadır. Bir kişinin, bir toplumun davranış biçimleri, karakteri hatta giyim tarzı yedikleriyle doğrudan ilişkilidir. Onun beslenme ile ilgili görüşleri, yaşadığımız çağın psikolojik ve biyolojik sıkıntılarının nedenlerini daha belirgin bir hale getirmektedir. Günümüzün Mcdonaldslaşan toplum yapısında ortaya çıkan olumsuzların etkenlerinden birisi de beslenmedir. Burada bireysel sağlık ve karakter gelişiminin yanı sıra milli benlik hususunda da yeme içme alışkanlıklarımızın gözden geçirilmesi gerekliliği ortaya çıkmaktadır. Beslenme kültürünün farklı nedenlerden dolayı diğer kültürlerden etkilenmesi doğaldır ancak bu etkilemenin değiştirme konumuna geçmesi sıkıntılar doğuracaktır. Türk beslenme kültüründen uzaklaşmak, başka kültürlerin beslenme biçimini benimsemek o kültürün yaşam tarzını, duyuş ve düşünce dünyasını benimsemeyi beraberinde getirecektir. Bu noktada öz kültürümüze ait beslenme modelinin toplumumuzda yaygınlaştırılması gerekmektedir.

Kaynaklar

- Bayar, Mustafa (2018). “İbn-i Haldun’a Göre Bireyin Beslenme Alışkanlığının Kişilik Gelişimine ve Dinî Hayata Etkisi”, Akra Kültür Sanat ve Edebiyat Dergisi, S.15, s.123-134.
- Ergin, Muharrem(1988). *Oğuz Kağan Destanı:Tercüme Metin Sözlük*, Ankara: Kubbealtı Yayınları.
- Gülensoy, Tuncer (2005). Manas Destanı, Ankara: Akçağ Yayınları.
- İbn Haldun(2004). Mukaddime (çev. Halil Kendir), Ankara: Yeni Şafak Kültür Armağanı.
- Yıldız, Naciye (2017). Manas Destanı (W. Radloff) ve Kırgız Kültürü ile İlgili Tespit ve Tahliller, Ankara: TDK Yayınları.

TÜRK MUTFAK KÜLTÜRÜ ETRAFINDA OLUŞAN HALK İNANIŞLARI
FOLK BELIEFS THROUGH THE TURKISH KITCHEN CULTURE

Şule GÜMÜŞ

Dr. Öğr. Üyesi, Cumhuriyet Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Türk Halkbilimi Bölümü, Sivas

ÖZET

Kültür, insanın ürettiği maddi manevi değerler bütünüdür. İnsana değgin her üretim kültürün bir parçasını oluşturmaktadır. Toplumların beslenme alışkanlıkları da bu parçalardan biridir. Beslenme alışkanlıkları etrafında şekillenen maddi manevi değerler mutfak kültürünü oluşturmaktadır. Mutfak kültürü dendiğinde sadece biyolojik ihtiyacı karşılayan yeme içme eylemi ifade edilmez. Mutfak kültürü terimi; yiyecek ve içeceklerin hazır edilme, pişirilme, saklanma ve tüketilme süreci; yiyecek ve içeceklerin hazırlandığı mekân, yemek yeme ile ilgili toplumsal yaklaşım ile toplumun ekonomik, toplumsal, kültürel, tarihsel kimliğine, iklim şartlarına, ziraat-hayvancılık üretimine göre şekillenmiş mutfağını da içine alan kendine özgü kültürel bir yapıyı anlatır.

Beslenme olgusu insan için kaçınılmaz, temel ihtiyaçlardan birisidir. Hayatta kalabilmek için beslenmek zorunda olan insan bu temel ihtiyacı zamanla belli kural ve kaideler çerçevesinde, çoğu zaman çağın sağladığı imkânları kullanmak suretiyle sanatla buluşturarak mutfak kültürünü şekillendirmiştir. Toplumların mutfak kültürlerinin ve beslenme alışkanlıklarının şekillenmesinde etkili olan faktörler vardır. Sosyo-ekonomik durum, kültürel etkileşim, iklim ve coğrafya, eğitim durumu, toplumların geçim kaynakları ve en önemlisi inançlardır. İnançlar kültürün oluşumunda, gelişiminde ve dönüşümünde önemli ölçüde etkin rol oynamaktadır. Toplumlar neyin temiz, neyin pis olduğuna inançlarına göre karar vermektedirler. Bu sebeple bir toplumun alışkanlık haline getirdiği beslenme şekline başka bir toplum şiddetle karşı çıkabilmektedir. Neyin, nasıl, nerede, ne ile yeneceğini belirleyen inançtır.

Bu çalışmada mutfak kültürünün oluşumunda ve gelişiminde etkin rol oynayan halk inanışları üzerinde durulacaktır. Kökleri eski Türk inanışlarına dayanan ve zamanla İslami bir hal alan bu inanışlar günümüzün bilim ve teknoloji çağı insanlarını bile yönlendirecek güce sahiptir.

Anahtar Kelimeler: Kültür, mutfak kültürü, halk inanışları

ABSTRACT

Culture is the totality of material and moral values produced by man. Every production that touches human beings is a part of culture. Nutritional habits of societies are one of these parts. Material and spiritual values shaped around eating habits constitute the culinary culture. When it comes to culinary culture, it is not only the action of eating and drinking that meets the biological need. The term culinary culture; the process of preparation, cooking, storage and consumption of food and beverages; The place where food and beverages are prepared describes a unique cultural structure including the social approach to eating and the kitchen shaped according to the economic, social, cultural, historical identity, climate conditions, agriculture and animal husbandry production.

Nutrition is inevitable for human beings. In order to survive, the human being who has to be fed has shaped this culinary culture by introducing this basic need to art by using the opportunities provided by the era within the framework of certain rules and rules. There are factors that are effective in shaping the culinary culture and eating habits of societies. Socio-economic status, cultural interaction, climate and geography, educational status, livelihoods of societies and most importantly beliefs. Beliefs play a significant role in the formation, development and transformation of culture. Societies decide what is clean and what is dirty according to their beliefs. For this reason, another society is strongly opposed to the nutritional habits of one society. It is the belief that determines what, how, where, with what to eat. In this study, folk beliefs that play an active role in the formation and development of culinary culture will be emphasized. These beliefs, which are rooted in ancient Turkish beliefs and became Islamic in time, have the power to lead even the people of today's science and technology age.

Key Word: Culture, culinary culture, folk beliefs.

COĞRAFI İŞARETLİ ÜRÜNLERDEN UNESCO YARATICI ŞEHİRLER AĞI'NA:
AFYONKARAHİSAR MUTFAĞI
FROM GEOGRAPHIC MARKED PRODUCTS TO UNESCO CREATIVE CITIES NETWORK:
AFYONKARAHİSAR CUISINE

Neslihan Huri YİĞİT

Dr. Öğr. Üyesi, Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Türk Halkbilimi Bölümü

ÖZET

Afyonkarahisar ili, Ege, Akdeniz ve İç Anadolu bölgelerinin kesişiminde iç Ege sınırları içinde yer alan bir Anadolu şehridir. Sert ve soğuk iklim özellikleri ile öne çıkan şehir, bu iklim özelliklerine göre çeşitlenmiş bitki örtüsü ve ürüne sahiptir. Geniş çayırlikların bulunduğu ovalarının yanında endemik bitki türüne sahip yükseltileri zaman içinde mutfak tatlarına da etki etmiştir. Öyle ki Afyonkarahisar mutfağının en temel besinlerinden olan süt ve et ürünleri, büyük baş hayvanların yöreye has beslenme özelliklerinin bir sonucudur.

Afyonkarahisar'ın Türkiye Patent Enstitüsü'ne kayıtlı 18 adet coğrafi yer işaretli ürünü bulunmaktadır. Bunlardan 11'i gastronomi ile ilgilidir. Yöredeki tarım ve hayvancılık uygulamalarının bir neticesi olarak ortaya çıkan Afyon sucuğu, pastırması, lokumu, kaymağı; patatesli ekmeği, ekmekek kadayıfı, haşhaş tohumu, kirazı, vişnesi genel olarak Afyonkarahisar'ın beslenme kültürünü etkileyen önemli lezzetler olarak kayda geçer. Kekik otuyla beslenen hayvanların etleri ile tarlalardan toplanan şeker pancarı ve patatesin harmanlanması neticesinde yöreye has hayvansal ürünleri, unlu mamulleri ve tatlılarıyla zengin Afyonkarahisar mutfağı, gastronomi alanında Gaziantep ve Hatay'ın ardından UNESCO'nun Yaratıcı Şehirler Ağı'na dâhil olan üçüncü şehrimiz olmuştur.

Bu çalışmamız uzun zamandır kaplıcaları ve sadece birkaç yöresel ürünüyle tanınan Afyonkarahisar'ın mutfak kültürünü tanıtmaya yöneliktir. Afyonkarahisar'ın Yaratıcı Şehirler Ağı'na dâhil olmasıyla konuşulmaya başlanan coğrafi işaretli ürünleri ve yöreye has hamur işleri; yapımlarından sunumlarına kadarki süreçte "özel" olmasına katkı sağlayan yönleri ve malzemeleri tanıtmaya çalışılacaktır. Ayrıca bu ürünlerin sosyolojik, kültürel ve ekonomik arka planları irdelenecektir.

Anahtar Kelimeler: Mutfak Kültürü, Afyonkarahisar Mutfağı, Hamur İşleri Yapımı, UNESCO Yaratıcı Şehirler Ağı.

ABSTRACT

Afyonkarahisar province is an Anatolian city located in the inner Aegean region and also at the intersection of Aegean, Mediterranean and Central Anatolia regions. The city, which stands out with its harsh and cold climatic conditions, has a variety of vegetation and products according to these climatic characteristics. The plains with large meadows and mountains with endemic plants have also affected culinary tastes over time. In fact, milk and meat products, which are among the most basic foods of Afyonkarahisar cuisine, are the result of the nutritional characteristics of cattle.

There are 18 registered geographical marked products of Afyonkarahisar to Turkey Patent Institute. Eleven of these are related to gastronomy. Afyon bacon, delight, cream; bread with potatoes, crumpets in thick syrup, poppy seeds and cherries are generally mentioned as important flavors affecting Afyonkarahisar's nutrition culture. These products become prominent as a result of agriculture and animal husbandry practices in the region.

The meat of animals feeding with thyme, sugar beet and potatoes is formed Afyonkarahisar cuisine which is rich with its local animal products, bakery products and desserts. In this way, Afyonkarahisar became part of the UNESCO Creative Cities Network in the gastronomy field after Gaziantep and Hatay cities.

This study aims to introduce the cuisine culture of Afyonkarahisar, where has been known only with its hot springs and a few local products for a long time. In this study, geographically marked products and local pastries of Afyonkarahisar will be introduced from the productions to the presentation that make

it “special”. In addition, these products will be examined by sociological, cultural and economic backgrounds.

Key Words: Cuisine Culture, Afyonkarahisar Cuisine, Pastry Making, UNESCO Creative Cities Network.

**GÜNÜMÜZ HALK HEKİMLİĞİ UYGULAMALARINDA KULLANILAN GIDALAR VE
BESLENME ÖNERİLERİ**

FOOD AND NUTRITION RECOMMENDATIONS USED IN TODAY'S FOLK MEDICINE

Neslihan Huri YİĞİT

Dr. Öğr. Üyesi, Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Türk Halkbilimi Bölümü

ÖZET

Halk hekimliği, halkın olanakları bulunmadığı için ya da başka sebeplerle doktora gidemeyince ya da gitmek istemeyince, hastalıkları tanımlama ve tedavi ettirme amacı ile başvurdukları her türlü yöntem ve işlemleri kapsayan bir iyileştirme uygulamasıdır. Geçmiş dönemlerde hastalıklara çare bulmaya çalışan insanlığın deneme yanılma yöntemiyle çeşitli tedavi şekilleri buldukları görülmüştür. Bu tedavi yöntemleri zamanla bir sonraki nesile el verme/el alma ritüeli ile aktarılmış ve günümüze kadar ulaştırılmıştır.

Modern tıbbın gelişmesiyle doğru orantılı olarak sağlık sektöründeki tedavi yöntemleri de artmıştır. Yeni ilaçların üretilmesi, sağlık kuruluşuna ya da doktora ulaşımın kolaylaşması, eğitim kurumlarının ve kitle iletişim araçlarının telkiniyle birlikte modern tıba ilginin arttığı gözlemlenmektedir. Ancak zaman zaman ortaya çıkan modern tıba veya sentetik ilaçlara karşı güvensizlik, bilinçli veya bilinçsiz olarak modern tıba karşı olma, modern tıbbın yetersiz kaldığına inanma gibi düşüncelerden dolayı, birçok halk hekimliği uygulamasının aktif olarak yaşatıldığı görülmektedir. Ayrıca modern tıptan ayrı tuttuğumuz hacamat, kuru kupa, akupunktur gibi tedavi yöntemlerinin de son yıllarda modern sağlık kuruluşlarında alternatif tıp teknikleri adıyla hastalara önerildiği bilinmektedir.

Nasıl ki modern tıbbın tedavinin belli aşamalarında zorunlu tuttuğu beslenme şekilleri ya da yasaklı gıda uygulamaları var ise, halk hekimliğinin uygulayıcısı ocaklıların da bu yönde telkinlerinin olduğu yapılan araştırmalarla ortaya çıkarılmıştır. Bu çalışma, ocaklıların hastalıkların tedavisinde kullandıkları gıdalar ve bitkiler ile tedavinin öncesinde ya da sonrasında telkin ettikleri beslenme şekillerini tanıtmayı amaçlamaktadır.

Anahtar Kelimeler: Halk Hekimliği, Beslenme, Doğal İlaç Kullanımı, Alternatif Tıp.

ABSTRACT

Folk medicine is a healing application that includes all methods and procedures applied for the purpose of identifying and treating diseases. The public is applied them when he does not have the means or does not want to go to a doctor for other reasons. In the past, human beings have found various treatment methods by trial and error method when they tried to find a cure for diseases. These treatment methods were handed over to the next generation by hand / hand taking ritual and reached to the present day.

Treatment methods in the health sector have also increased with the development of modern medicine. It is observed that the interest in modern medicine has increased with the production of new drugs, easier access to a health institution or doctor and the suggestion of educational institutions and mass media. However, it is seen that many folk medicine practices are actively kept alive because of the insecurity against modern medicine or synthetic drugs that arise from time to time, consciously or unconsciously against modern medicine and believing that modern medicine is inadequate. It is also known that treatment methods such as cupping, dry mug, acupuncture, which we keep apart from modern medicine, have been recommended to patients with alternative medicine techniques in modern health institutions in recent years.

Just as modern medicine has mandated certain forms of treatment or prohibited food, it is revealed by the researches that the practitioners of folk medicine have suggestions in this direction. This study aims to introduce the foods and plants used by the hearths in the treatment of diseases and the nutritional patterns they suggest before or after the treatment.

Key Words: Folk Medicine, Nutrition, Using Natural Drug, Alternative Medicine.

1. GİRİŞ

Halk hekimliği; halkın, olanakları bulunmadığı için ya da başka sebeplerle doktora gidemeyince veya gitmek istemeyince, hastalıklarını tanılama ve sağaltma amacı ile başvurduğu yöntem ve işlemlerin tümü olarak tanımlanır. Hastalık kavramından ise sadece “*kişinin sağlık durumundaki aksaklıkları değil, kısırlıktan tutun da nazar değmesi gibi insanlardan gelebilecek kötü etkilere ve tabiat-dışı varlıkların (cinler, periler, vb.) sebep olabilecekleri sakatlıklara kadar türlü bozuklukları anlamak gerekir.*” (Boratav, 2015: 139).

Eski dönemlerde ilkel insan, kendinde meydana gelen fizyolojik ya da psikolojik değişiklikleri, günümüzdeki adıyla hastalıkları anlamlandırmada sıkıntılar çekmiştir. Bu sebeple hastalıkları tanımak ve sebeplerini keşfetmek için ayın ve güneşin hareketlerinden, ilkime bağlı gökyüzü olaylarından, çeşitli doğa felaketlerinden yorumlar çıkarmışlardır. Ayrıca bu kişiler, büyüsel güçleri olduğuna inanılan şaman/kamların hareketlerinden ve yaşam tarzlarından etkilenecek kendilerine sağlıklı bir yaşam yolu çizmeye çalışmışlardır. Sağlıklı bir ömür sürmek çabasıyla başvuru olan bu çeşitli yöntemler, bugün “modern tıp” sahasının varlığından dolayı ve resmi makamlarca bir tanınırlığı olmaması hasebiyle “halk hekimliği” tabiriyle anılmaktadır.

“*Türklerin değişik devir ve coğrafyalarda hepsi kendine has bir kültür ortamı yaratan yerleşik, yarı göçebe, göçebe ve tekrar yerleşik hayat tarzlarını yaşamış olmaları onların geliştirdikleri halk hekimliği uygulamalarını da çeşitlendirmiştir.*” Ayrıca “*Türkiye Türklüğünün halk hekimliği konusundaki birikimlerinin oluşmasında, Orta Asya’dan getirdikleri temeli binlerce yıllık Türk tıbbına dayanan pratikler ile daha sonra dâhil oldukları değişik din ve kültür çevrelerinden aldıkları unsurların birleşimi vardır.*” (Bekki, 2017: 198). Türklerin bin yıldan fazladır süregelen göçebe yaşam tarzları, yaşadıkları coğrafyaların iklim değişikliklerine bağlı olarak ilaç yapımında kullanılan bitki türlerinin farklılaşım çeşitlenmesine ve dolayısıyla hastalıkların tedavi yöntemlerinin de ona göre çeşitlenmesine neden olmuştur. Bundan dolayı Anadolu Türklerinin halk hekimliği uygulamaları tek bir başlıktan ziyade birkaç başlık altında sınıflandırılıp incelenir. Bu başlıklar şunlardır:

1. *Telkin (Irvasa) Tedavileri:* a) Sihirsel b) Dinsel
2. *Mekanik (Parpılama) Tedaviler (dağlama, çizme, kırık-çıkık, kesme, vurma):* a) Sihirsel b) Dinsel
3. *İlaçla Tedaviler:* a) Bitkisel ilaçlar b) Hayvansal ilaçlar c) Madensel ilaçlar d) Şifalı sular e) Kombine ilaçlar (Şar, 1992: 241-248)

Biz bu çalışmamızda hastalıkların tedavisinde kullanılan bitkisel ve hayvansal kökenli maddelerle yapılan ilaçlar ile halk hekimlerinin diğer adıyla ocaklıların tedavi aşamasında tedavinin ön koşulu olarak kabul edilen beslenme önerilerine değineceğiz.

2. HALK HEKİMLERİNCE KULLANILAN GIDA ÖRNEKLERİ

Halk hekimliğinde başvuru olan tedavi yöntemlerinden biri de ilaçla tedavidir. Halk arasında, “*Kocakarı ilaçları*”, “*ev ilaçları*”, “*ara ilacı*”, “*dul karı ilacı*” (Üçer, 1989: 253-266) gibi isimlerle anılan halk ilaçlarının çoğu, uzun tecrübeler sonucunda elde edilmiştir. Rasyonel ve büyü niteliği taşıyan yöntemlerle birlikte de kullanılan halk ilaçları, tecrübeler neticesinde yararlılığı kanıtlanmış olmasından dolayı ve eskiliğini ifade etmek amacıyla “kocakarı” ilacı olarak adlandırılır. Bu ilaçlar ve isimleri bölgelere göre değişiklik göstermekte, tedavi ettikleri hastalıklar da ona göre farklılaşmaktadır. Sivas yöresinde söylenen “*Ağartı (süt-yoğurt ve bunlardan elde edilen gıdalar) ve göğerti (sebze, yeşil bitki) yerim, Lokman’dan bana ne?*” sözü ve sağlık ve tabiat bilimleri konusunda çalışmış olan Paraselsus’un (1493-1541) “*Tüm çalılıklar, otlaklar ve dağlar, tepeler birer eczanedir.*” sözü halkın bugüne kadar oluşturduğu ilaçların kökenini açıklamaktadır (Üçer, 2010: 29).

1970lere kadar Türkiye nüfusunun %70’i köylerde yaşarken, bugün bu oran %30’lara kadar gerilemiştir. Bu da demek oluyor ki eskinin toprağa dönük yaşayan insanı, bugün kendine sunulanla yetinmek zorunda kalan bir kitleye dönüşmüştür. Bu durumun halk hekimlerinin kullandığı halk ilaçları çeşitlerini de azalttığını söyleyebiliriz. Tabiata çık(a)mayan, aktarlarda, marketlerde satılanlarla yetinmek zorunda kalan bireyler, doğdukları topraklardaki yararlı bitkileri ve hayvan ürünlerini bir anlamda kaçırmaktadırlar.

Batı tıbbi sağlıklı yaşamayı dayatmaktan çok tedavi etmeye odaklanır. Doğu tıbbına göre ise kişinin görevi hastalığı önlemek için sağlıklı ve uyum içinde bir yaşam sürmektir (URL-1). Bu fikirden yola çıktığımızda günümüz insanının modern tıptan bağımsız olarak sağlıklı yaşamaya ve kendini tedavi etmeye yönelik olarak üç farklı uygulama benimsediğini söyleyebiliriz. Birincisi kişinin hasta olmadan, sağlıklı bir ömür sürebilmek için uzun vadede hayatında oluşturduğu beslenme düzenidir. İkincisi kişinin hasta olduğu zaman ya da hasta olacağını hissettiğinde kendi kendine uyguladığı tedaviler, üçüncüsü ise kendilerinde büyüsel güçlerin bulunduğu inanan “halk hekimi, ocaklı, kocakarı, ebe” gibi isimlerle tanınan kişilerden yardım alarak tedavi olmaktadır.

Modern dönem, insan hayatını kolaylaştırmak için her gün yeni icatlarla güne merhaba dese de “doğal/sağlıklı beslenmeme” gibi bir olguyu da beraberinde getirmiştir. GDO’lu ürünler, yapay tatlandırıcı içecekler, tarım ilaçlarıyla yetiştirilmiş sebze ve meyveler bireyin sağlıklı beslenememe kaygısını kamçılaman etkenlerdir. Öyle ki son yıllarda, toplumda sağlıklı gıdalara olan davranış şekillerinin saplantı haline getirilmesinin yaygınlaştığı ve tıp dilinde “ortoreksiya nevroza” adıyla tanınan bir hastalığa sebep olduğu görülmektedir (Şengül, 2019: 101). Bireyler hastalıktan korunmak, kaliteli ve uzun bir yaşam sürmek amacıyla kendilerine en uygun olduğunu düşündükleri beslenme şekillerini benimsemektedirler.

İkinci aşamada ise bireyler hastalıklarını kendi kendilerinin doktoru olarak tedavi etme yoluna giderler. Halk arasında en yaygın görülen hastalıklar, soğuk algınlığına bağlı olarak grip, nezle; karın ve baş ağrısı, mide yanması, bulantı, romatizmadır. Bu aşamada en çok kullanılan ilaçlar bitkisel kökenli ilaçlardır. Soğuk algınlığı için ıhlamur, adaçayı, kekik; karın ağrısı, bulantı, mide için nane limondan yapılan çaylar, baş ağrısı ve romatizma ağrıları için çörekotu, karanfil ya da kantarondan yapılan yağların kullanıldığı görülmektedir. Burada özellikle son zamanlarda televizyon kanallarında konuk edilen doktorların, aktarların ve bitki uzmanlarının rolü oldukça önemlidir. Verdikleri kür tarifleri ile reçeteli ilaç gibi pazarladıkları ambalajlı ürünler ile kişilerin kendi kendilerinin doktoru olmaları gerektiği yönündeki telkinleri ile bir anlamda “halk hekimliği”nin canlandırıldığını söyleyebiliriz.

Bireylerin sağlıklarının sekteye uğraması ve kendi kendilerini tedavi edemediklerinde ya da modern tıpta çare aramadıklarında/bulamadıklarında başvurdukları yöntem yörenin tanınmış bir ocaklısına, kocakarisına gitmektir. Ocaklıların kan yoluyla kendilerine geçen büyüsel/dinsel güçlerinin olduğuna ve bu sebeple hangi alanda el almış iseler o hastalığı mutlaka iyileştireceklerine inanılır. Ocaklılarda bulunan büyüsel/dinsel güçler her ne kadar onların dini telkin yoluyla tedavi etmelerinin önünü açsa da bitkisel ve hayvansal kökenli ilaçları da okudukları dualarla beraber kullanmaktadırlar. Aşağıda, Sivas Cumhuriyet Üniversitesi öğrencilerinin yardımlarıyla derlenen bazı bitkisel ve hayvansal kökenli ilaçları kullanan ocaklılardan örnekler verilmiştir:

Adana’nın Feke ilçesi Kaleyüzü köyünde yaşayan ocaklı –ebe olarak da tanınır- göbek düşmesi için zeytinyağı, baş ağrısı için patates kullandığını belirtmiştir. Patatesi kesip, tuzlayıp bir beze sararak başa sarmaktadır. Ayrıca kırık çıkık için sakız, mum ve zeytinyağının birlikte eritilerek bir bez yardımıyla ve kamış/karton desteğiyle yaralı bölgeye sardığı söyler (K.Ş. 1). Mardin’de ise eklem şişmesi veya kireçlenmelerinde rendelenmiş turp çörekotu yağı ile karıştırılarak ağrıyan bölgeye sürülüp sarılır. Çıkık olan kemik ise tuzlu hamur karışımı ile yerine oturtulur (K.Ş.14).

Samsun’un Kavak ilçesinde yaşayan kırık çıkık ocaklısı K.Ş.2, kol bacak ezilmeleri için taze et, kırık çıkık için zeytinyağı, kantaron yağı ve kara sakız kullandığını belirtmiştir. Aynı şekilde Şırnak Cizre’de yaşayan kırık çıkık ocaklısı K.Ş.3 de yaralanmaların çeşidine göre tedavide çiğ et, kara üzüm, yumurta, kıyma, hamur, bölgeye has bitki türlerinden yararlandığını aktarmıştır.

Kilis’te “ummaca, demreği, korkuluk ve nazar” ocaklısı olan K.Ş.4, demreği¹ hastalığı için arpadan yararlandığını anlatmaktadır. Vücutta leke oluşumu olarak tanımlanan demreği hastalığında ocaklı arpayı tükürüğü ile ıslatarak daha da yayılmaması için lekelerin etrafını dua okuyarak çizer. Aynı şekilde Gaziantep’te de “demre/temre” ocaklısı tek sayılardaki arpa ile yaralı bölgeyi çizmektedir (K.Ş.8).

¹ Temreği/Temre/Temrek/Temreke/Terme/Termeği/Temreği/Değirmi/Kemre/Kebe/Derma/Demre/Demreği/ Termiye/ Dişkiri/Üç günlük ocağı gibi bölgelere göre değişen adlandırmaları olan bir hastalıktır (Acar, 2017: 68).

Lohusa kadınların canı bir şey isteyip de yiyemedikleri zaman göğüslerinde meydana gelen şişlik olarak tanımlanan “ummaca” bugünkü adıyla mastit, tuz, iğne, ateş ve bir parça ekmek kullanılarak tedavi edilmektedir (K.Ş.4).

Elbistanlı çıkık ve bel çekme ocaklısı sınıkçı K.Ş.5 ise tedavilerinde pekmez kullanmaktadır. Bir bezin üzerine döktüğü pekmezi çıkık olan organı düzelttikten sonra üzerine sardığını ve 2-3 gün öyle bekletilmesi gerektiğini anlatmıştır. Tokat'ta çıban ocaklısı K.Ş. 7, çıbanı kırmızı bez üzerine sürdüğü balı, yaraya kapatmak suretiyle tedavi etmektedir.

Sivas'ta nazar, siğil ve korkuluk ocaklısı K.Ş.9, tedavilerini dini telkinlerle yapmakta ancak, siğili tedavi ederken iğde ağacını, nazar ve korkuluk için ise su kullanmaktadır. Siğilde okunarak bükülen iğde ağacı dalı, takip eden ayın ilk çarşambası dua okunarak tekrar bükülür. Aynı şekilde nazar ve korkuluk için de üstüne dua okunmuş su hasta tarafından üç gün boyunca içilir.

Afyonkarahisar'ın İhsaniye ilçesinde yaşayan K.Ş.10, yüzde çıkan lekeler için (zona hastalığı olması mümkündür) bulgurdan faydalanmaktadır. Ağızının aldığı bir miktar bulguru, dua eşliğinde rahatsızlığı olan kişinin yüzüne püskürtmektedir. Aynı kişi tırnak batmasında soğanı haşlayıp ya da közleyip sıcak şekilde yaranın üstüne konulup sarılmasının, kemiklerde meydana gelen ezilmelerde taze etin dövülerek o bölgeye sarılmasının yaralara iyi geleceğini belirtmektedir.

Ocaklıların yanında görmüş geçirmiş deyimiyle tanıtılan yaşını almış kadınların da bilgilerinden faydalanılır. Kütahya Çöğürler köyünde yaşayan K.Ş.11, eskiden soğuk algınlığı için ayva yaprağı, karın ağrısı için ayva çekirdeği, sarı kantaron, papatya bitkilerinden demleme usulüyle çay yaparak yararlandıklarını belirtmiştir. Ayrıca yaz aylarında çocukların vücutlarında oluşan kızarıklıkları yoğurt, bal, karanfil karışımı ile tedavi ettiklerini, iltihaplı yaraların üstüne ekmek, tuz, lokum gibi gıdaların basıldığını, bel ağrısı gibi romatizmal ağrılarda da zeytinyağı, çörekotu ve nane yağı karışımının sürüldüğünü söylemiştir.

Sivas Gürün'de kırık kemiklerin iyileştirilmesinde rendelenmiş sabun yumurta ile karıştırılarak kırık bölgeye sürülür ve mukavva yardımıyla sabitlenmesi sağlanır. Ayrıca iltihaplı eklem romatizmalarında şubat, mart aylarında kesilen kazlardan elde edilen kaz yağı ağrılı bölgeye sürülüp şişliğin inmesi sağlanır (K.Ş.12). Sivas merkezde ise vücutta oluşan yanıkların tedavisinde rendelenmiş çığ patates ve elma kabuklarının kullanıldığı, tırnak batmasında haşlanmış soğan ya da pestil haline getirilmiş lokumun kullanıldığı anlatılmaktadır. Yine aynı bölgede kemik kırılmalarında kırık bölgenin çığ balıkla sarılması, burkulma ve et ezilmelerinde siyah zeytin çekirdeğinin ezilerek kullanılması, çığ etin yaralanmalarda kullanılması yaygındır. Kırık çıkılar için ezilmiş zeytin veya zeytin çekirdeğinin Malatya ve Samsun'da da kullanıldığı aktarılmıştır.

Hatay Reyhanlı'da ise burkulma ve incinme neticesinde ağrıyan bölgeye yumurta kırıldığı, yumurta sarısının ağrıya bölgeye gezdirilmesi neticesinde yumurta sarısı dağılırsa burkulma olduğu anlamına gelirmiş. Bu sebeple dağılan yumurta sarısının üstüne un dökerek o bölge bezle sarılır ve bir gün bekletilerek sargı çıkartılır (K.Ş.15).

3. HALK HEKİMLERİNİN BESLENME ÖNERİLERİ ve YASAKLARI

Gerek tıp hekimleri gerekse halk hekimleri yaptıkları tedavilerin başarılı olmasında önkoşul olarak hastaya belli beslenme önerileri ya da yasakları sunmaktadırlar. Bu kapsamda ocaklıların yasakladıkları veya önerdikleri gıda örneklerini şu şekilde sıralamak mümkündür:

Bir çeşit iltihaplı ve kabuklu yara hastalığı olan kösnü, Kırıkkale'de kösnü ocaklarında tedavi edilmektedir. K.Ş.6'nın verdiği bilgilere göre bu hastalığın tedavisinde su ve yedi çeşit kösnü toprağından faydalanılmakta ancak hastalığın kesin çözümünün bir haftalık perhizle olacağını söylemektedir. Bu perhize göre hasta bir hafta boyunca bulgur, soğan ve acı yememelidir. Aynı bölgedeki bir başka ocaklının sosyal medya üzerinden yaptığı bir bilgilendirmede ise hastalığa modern tıp uzmanlarınca kanser vakası olarak tanı konulduğunu ve ameliyat edildiğini ancak bu hastalığın tek çaresinin kösnü ocağında olduğunu belirtmiştir. Ancak hastalığın iyileşmesindeki ön şart verilen perhize

dikkat edilmesi gerektiğidir, aksi takdirde hastalık vücudun farklı noktalarında tekrar belirmeye devam edecektir (URL-2).

Gaziantep'te "vücudun herhangi bir yerinde ufak kaşınmalarla başlayıp kaşınan yerlerde oluşan kızarıklık, şişkinlik" olarak tanımlanan ve modern tıpta zona hastalığıyla karşılanan piroz hastalığında ocaklı şiş bölgeyi tükürüğüyle tedavi etmekte ve hastalık geçinceye kadar acı ve ekşi yenilmesini yasaklamaktadır (K.Ş. 8). K.Ş.10 ise soğuk algınlığına bağlı öksürüğün tatlı yenmesi durumunda artacağını belirterek öksürük varken tatlılardan uzak durulması gerektiğini söylemektedir.

Günümüzde modern tıp kurumlarında da uygulamaya konulan hacamat tedavisinin başarılı olmasında da belli yasaklar vardır. Özellikle uygulama öncesi aç olmak ve uygulama sonrası en az 24 saat hayvansal gıda, çok baharatlı, acılı gıdalar tüketmemek tavsiye edilir. Hatta bazı ocaklıların hacamat öncesi 3 ya da 7 gün hayvansal gıda perhizini zorunlu tuttukları anlatılmaktadır.

Hastalıkların tedavisinde önerilen gıdalar çoğu kez "benzer benzeri çeker" ilkesinden hareketle önerildiği görülmektedir. Sivas bölgesinde, kemiklerle ilgili zedelenmelerde, özellikle oluşan kırıkların çabuk iyileşmesi için kemik suyunun ve paça çorbasının kemik iyileşinceye kadar içilmesi tavsiye edilmektedir (K.Ş.12). Iğdır'da bronşit olan kişilerin taze yumurtayı (mümkünse kümeden yeni alınmış) çiğ haliyle içtikleri belirtilmektedir (K.Ş.13). Aynı hastalık için Sivas'ta bıldırcın yumurtasının çiğ olarak içilmesi önerilir.

4. BULGULAR

Halk hekimliği Türk milletinin binlerce yıllık tecrübeleri neticesinde bugünlere gelmiş bir tedavi kurumudur. Bu kurumun üyesi olan her bir ocaklı kendi edindiği tecrübelerin yanında atalarından öğrendiği yöntemleri ve onların tavsiyelerini dikkate alarak bir tedavi şekli belirler. Tedavi şekillerinde dini telkin yöntemini kullanarak tedavi etmenin yaygın olduğu görülmüş, bununla beraber çeşitli gıdaların kullanımının da tedavilere eşlik ettiği fark edilmiştir. Ancak burada ocaklıların gıdaları, tedavi ederken yeme içme yoluyla değil de merhem gibi sürerek, ya da hastalıklı bölgeye temas ettirerek kullanmaları dikkat çeker.

Kullanılan gıdaların başında ekme gelir. Ekmeğin ulaşılabilir olması ve kutsallığı ile insanın tükürüğünün yara iyileştirici özelliği olduğuna inanılması (URL-3), ekmeğin kullanım alanını da genişletmektedir. Yine kırık, çıkık, et ezilmesi ve burkulmalarda çiğ et, çiğ balık, siyah zeytin/zeytin çekirdeği ezmesi kullanımı Türkiye genelinde birbirine zıt kültürlerde dahi vardır. Bitkisel içerikli kantaron, nane, karanfil, vb yağların da romatizmal hastalıklarda kullanıldığı yapılan görüşmelerle kayıt altına alınmıştır.

Araştırma verilerinin elde edilmesinde ise iki yöntem benimsenmiştir. Birincisi öğrencilerin, verilen ödev vesilesi ile bir ocaklı bulup bilgi edinmeleri; diğer yöntem ise halkbilimi bölümü dışındaki bir grup öğrencinin halk hekimliği konusundaki farkındalıklarını ölçmeye yönelik yaklaşımdır. İkinci gruptaki öğrencilerin her ne kadar modern tıba güvendikleri ve her zaman ona yöneceklerini beyan etmiş olsalar da konuyla ilgili farkındalıklarının yüksek olduğu gözlenmiştir. Özellikle ev içinde ebeveynlerin, yaşlıların tavsiyesi ile başvurdukları çeşitli ilaçların halk hekimliği kapsamında değerlendirildiğinin farkında olmadan uyguladıklarını söylemektedirler.

5. SONUÇ

Günümüz insanı hayatın her safhasında var olan fizyolojik ve psikolojik hastalıkların tedavisinde kendi inançları, bilgileri ve tecrübeleri sayesinde bir tedavi yöntemi benimsemektedir. Bu durum hastalıkların kişiye göre önem derecesine bağlı olarak çeşitlilik göstermektedir. Kimisinin grip için ilk başvurduğu birim uzman doktor iken, kimisi evde aktardan edindiği bitki karışımlarından elde ettiği çaylarla tedavi olma yolunu seçmektedir. Özellikle küçük yerleşim yerlerinde tedavi için, kendilerine sağlık kuruluşlarından daha ulaşılır gelen ocaklılara başvurmak ilk sıradadır.

İster ocaklı, ister hasta, isterse hekim olsun günümüzde bireyler, gıdaların insan vücuduna etkileri konusunda hassas davranarak, yaşam biçimlerini onlara endeksli sürdürmektedirler. İlk olarak sağlıklı ve kaliteli bir yaşam için doğal beslenmeye özen gösterilmekte, ikinci olarak hasta olunca bireyler kendi

kendilerine tedavi olma yolunu seçmekte, üçüncü olarak ise ya uzman hekime ya da ocaklı kimseye başvurmaktadırlar. Her üç seçenekte de gıdaların tedavinin başrolünde olduğunu görmekteyiz.

YAZILI KAYNAKLAR

- ACAR, H. Volkan (2017), “Türk Halk Hekimliğindeki Ocak Çeşitleri”, Lokman Hekim Dergisi, 7(2), 54-72.
- BEKKİ, Salahaddin (2017). “Halk Hekimliği”, *Ortak Miras Kitabı*, Kültür ve Turizm Bakanlığı Yayınları, Ankara, 197-210.
- ŞAR, Sevgi, (1989), “Halk Hekimliğinin Dünü ve Bugünü”, *IV. Milletlerarası Türk Halk Kültürü Kongresi Bildirileri*, IV. Cilt, 241-248.
- ŞENGÜL, Reyhan ve HOCAOĞLU, Çiçek (2019), “Ortoreksiya Nervoza nedir? Tanı ve Tedavi Yaklaşımları”, *KSÜ Tıp Fakültesi Dergisi*, 14 (2), 101-104
- ÜÇER, Müjgân (1989), “Sivas’ta Folklorik Tıp ve Bunun Modern Tıptaki Yeri”, *Türk Halk Hekimliği Sempozyumu Bildirileri*, 253-266.
- ÜÇER, Müjgân (2010), “Sivas Yöresinde Yerel Bitkilerden Yapılan İlaçlar”, *Bitkilerle Tedavi Sempozyumu Bildirileri*, 29-43.
- URL_1:<https://anetteinselberg.com/2016/04/07/bati-tibbi-vucudu-bir-makine-olarak-gorurken-dogu-tibbina-gore-vucut-bir-bahcedir-2/>
- URL_2:<https://www.facebook.com/K%C3%96SN%C3%9C-OCA%C4%9EI-277414835758590/>
- URL_3: <http://dergiler.ankara.edu.tr/dergiler/18/1900/19962.pdf> , H.Hande Duymuş Florioti, “Eski Kültürlerde Köpeğin Algılanışı: “Eski Mezopotamya Örneği”.

SÖZLÜ KAYNAKLAR

- K.Ş.1: Ayşe Nogay, 72, ev hanımı, okuryazar, Adana Feke.
- K.Ş.2: Emine ÇELİK, 60, ev hanımı, okuryazar, Samsun Kavak.
- K.Ş.3: Hacı İLHAN, 70, çiftçi, ümmi, Şırnak Cizre.
- K.Ş.4: Mevlüde AYOĞLU, 87, ev hanımı, ümmi, Kilis.
- K.Ş.5: Fadime ÇETİN, 56, ev hanımı, ümmi, Kahramanmaraş Elbistan.
- K.Ş.6: Hüsne UYUMAZ, 69, ev hanımı, ümmi, Kırıkkale Keskin.
- K.Ş.7: Fadime GÜLHAN, 72, fırıncı, ümmi, Tokat Yeşilyurt.
- K.Ş.8: Metin KOÇASLAN, 47, çiftçi, ortaokul, Gaziantep Şehitkâmil.
- K.Ş.9: Dudu NAVRUZ, 70, ev hanımı, ümmi, Sivas.
- K.Ş.10: Hesna ATA, 75, ev hanımı, okuryazar, Afyonkarahisar İhsaniye.
- K.Ş.11: Havva AKKAYA, 70, ev hanımı, okuryazar, Kütahya.
- K.Ş.12: Abdül Samed ÜÇPINAR, 19, öğrenci, lisans, Sivas Gürün.
- K.Ş.13: İlknur BAĞCI, 19, öğrenci, lisans, Iğdır.
- K.Ş.14: Esmâ AKDOĞAN, 18, öğrenci, lisans, Mardin.
- K.Ş.15: Güneş YAŞAR, 18, öğrenci, lisans, Hatay Reyhanlı.

MALATYA BAKIR MUTFAK KAPLARINDAN ÖRNEKLER
SAMPLES FROM MALATYA COPPER KITCHEN POTS (KITCHEN UTENSILS)

Songül ARAL

Dr. Selçuk Üniversitesi/ Mimarlık ve Tasarım Fakültesi/ El Sanatları Tasarımı ve Üretimi Bölümü

ÖZET

Geleneksel Türk el sanatları içinde yer alan bakır mutfak gereçleri, Türk maden sanatının tarihi süreç içindeki gelişimi hakkında ipuçları veren görsel kaynaklardır.

Osmanlı dönemi maden sanatında, kolay bulunan ve işlenen bir maden olması sebebiyle bakır eserlerin yaygın olarak üretildiğini ve kullanıldığını kaynaklardan öğrenmekteyiz. Anadolu zanaatçısının, üstün kabiliyetteki işçilik yeteneğini yansıtan bezeme desenleri ve motifleri ile üretilen bakır mutfak gereçlerinin köklü geçmişini Malatya örneklerinden de izleyebilmekteyiz. Günümüzde Malatya il merkezi müzelerinde ve koleksiyonerler de inceleyebileceğimiz bakır mutfak gereçlerini, il merkezinde geleneksel yaşamın korunarak sürdürüldüğü mekanlarda yemek kültürünün öğeleri olarak görebilmekte ve birçok köyde evlerin mutfaklarında kullanılmaya devam ettiğine şahit olabilmekteyiz. Malatya bakır mutfak kaplarının yapımı, tarihi örneklerinden esinlenerek il merkezindeki bakırcılar çarşısında üretilmeye devam etmektedir. Bakırcılar çarşısı içinde yer alan imalat, bakım ve kalay dükkanları ile sipariş verilerek istenilen bakır kaplar ustaları tarafından, tarihi özelliklerini yansıtacak şekilde ve benzer niteliklerde üretilmektedir. Malatya bakır mutfak gereçlerinden örnekler çalışmanın konusunu oluşturmaktadır. Günümüzde müzelerde ve özel koleksiyonlarda karşılaştığımız bakır mutfak kapları evreni içinden, Malatya Beşkonaklar Etnografya Müzesi'nde bulunan bakır mutfak kapları incelenmiş, il merkezindeki koleksiyonerlerde bulunan mutfak kapları ile benzerlikleri tespit edilmiştir. Etnografya müzesi ve koleksiyoner örnekleri dışında evlerde kullanılmaya devam eden mutfak kaplarının örneklem olarak seçilmesi ve benzer özellik taşıyan mutfak kapları içinden seçilen ondokuz adet bakır mutfak kabı incelenmiş ve katalog şeklinde tanıtılmıştır. Çalışma sonucunda incelenen eserlerin tamamının yapımında madenlerin genel işleme tekniklerinin yapım ve form vermede kullanıldığı, süslemelerinde basit ve yalın anlatımların korunduğu bir kısımda ise kazıma tekniği ile geometrik ve stilize bitkisel bezeme uygulandığı görülmüştür. Çalışma kapsamında yer alan eserlerin Osmanlı son dönem maden sanatı örnekleri ile benzer özellikleri taşıdığını yapılan alan çalışmasından tespit etmek mümkün olmuştur.

Anahtar Kelimeler: Malatya, El Sanatları, Beşkonaklar Etnografya Müzesi, Bakır, Madeni eserler.

ABSTRACT

Copper kitchen utensils, which are among the traditional Turkish handicrafts, are visual sources that give clues about the development of Turkish mining art in the historical process. We learn from the sources that copper works are widely produced and used because of the fact that the art of mining was easily found and processed in the Ottoman period. We can also observe the deep-rooted history of copper kitchen utensils produced with the ornament patterns and motifs reflecting the superior craftsmanship and appeal of the Anatolian craftsman in Malatya samples. Today, the historical examples of Malatya city center museums and collectors can also examine copper kitchen utensils, as well as preserving the traditional life of the city center where the food culture continues to be used in places and houses. The construction of Malatya copper kitchen utensils continues to be produced in the coppersmith bazaar in the city center, inspired by historical examples. The copper pots are ordered by the manufacturing, maintenance and tin shops in the Coppersmith Bazaar. Malatya copper kitchenware samples are the subject of the study. Copper kitchen utensils that are encountered in museums and private collections, copper kitchen utensils found in Beşkonaklar Ethnography Museum in Malatya and 19 kitchen utensils selected from collectors and similar kitchen utensils have been examined and presented in catalog form. As a result of the study, it was seen that all of the works examined were mostly stylized floral motifs with tattoo technique and engraving technique. It has been possible to determine from the field studies that the works in the scope of the study have similar features with the Ottoman art of the last period in terms of construction and decoration techniques.

Key Words: Malatya, Handicrafts, Ethnography Museum, Copper, Metal works.

1. GİRİŞ

İnsanoğlunun doğada bulunduğu bakır soğuk şekilde döverek form vermeye başlaması, maden sanatının ortaya konulmasında ilk adım olarak karşımıza çıkmaktadır. Zamanla dövme ya da döküm tekniklerini keşfederek maden üzerinde uygulamaya başlayan insanlar madeni hayatın her alanında kullanmaya da başlamışlardır. Madenlerin sıcak ve erimiş halde işlenerek gerçek maden karakterinin öğrenilmesi, madenlerin ısıtılınca işlenmelerinin kolaylaştığı, ateşte uzun süre bekletildiklerinde eridikleri, soğuduklarında tekrar katılaştıklarının fark edilmesi, metal bilimi alanında bir devrim olmuştur(Kalay.2018.s 9-21). Geç Kalkolitik Çağın önemli bakır ticaret merkezlerinden birisi olan Malatya yakınlarındaki Değirmen-tepe'dir. Kalkolitik Dönemin sonlarına doğru kullanılmaya başlanılan arsenikli bakır üretiminde bu dönemde artış olmuştur. Bakıra göre döküm için daha ideal bir alaşım olan arsenikli bakırdan yapılmış ürünlere, Anadolu'daki Tunç Çağı'nın önemli yerleşim merkezleri arasında bulunan; Beyce Sultan, Alişar, İkiztepe Alacahöyük, Pulur, Yümüktepe ve Malatya Arslantepe'de bol miktarda rastlanılmıştır. İlk Tunç Çağı I Dönemine tarihlendirilen Malatya Arslantepe'de bakır-gümüş alaşımlı bilezikler, altından yüzük, boncuk ve gümüşten iğnelerden yapılmış süs eşyasının yanı sıra, form olarak birbirine benzer değişik boylarda bakırdan yapılmış kılıçlara rastlanılmıştır(Başak.2008.s.11-22).Osmanlı Devletinin kurulmasından hemen sonra, Anadolu ve Balkanlar'da bakır maden yataklarının yoğun olarak işletildiği ve bunun sonucunda Osmanlı devri madencilik çalışmalarının doruk noktasına eriştiği görülmektedir.Osmanlı İmparatorluğu döneminde maden olarak bakırın başta savaş sanayi, darphane ve sosyal hayattaki ihtiyaçları karşılamak için yaygın olarak kullanılması, maden yataklarının XIX. yüzyılın ortalarına kadar kesintisiz işletilmesini gerektirmiştir(Kalay.2018.s16).Anadolu toprakları üzerinde tarih öncesi çağlardan günümüze çeşitli uygarlıklar yaşamış ve özgün kültürlerini yaptıkları el sanatı ürünlerine aktarmışlardır. El sanatları bir toplumda yaşam tarzını ve kültürü yansıtan objeler olmalarının yanında, kültürel etkileşimi sağlayarak geleneksel mirasın geçmişten günümüze tanıtılmasını ve aktarılmasını sağlamaktadır. El sanatları potansiyeline sahip olan Türk milletinin kültür tarihi incelendiğinde asırlar öncesinde, yaratıcı gücünü kullanarak madenlerden, taşlardan, bitkilerden ve hayvanlardan elde edilen hammaddeleri değerlendirerek çeşitli ihtiyaçlarını karşıladığı görülmektedir. Günümüze aktarılan el sanatlarının yanında yozlaşmış, devrini doldurarak kültür erozyonuna uğrayan birçok el sanatının olduğu da yapılan çalışmalarla ortaya konulmaktadır (Akpınarlı, 2008). Geleneksel El sanatı ürünleri geçmişten günümüze kültür aktarımı ve tanıtımı konusunda görsel özellikteki bilimsel veri kaynakları niteliği taşımaktadırlar. Maden sanatına ait örnekler içinde yer alan mutfak araç ve gereçleri bu sanatın köklü geçmişi hakkında ipuçları sunan önemli bir üretim dalıdır. Madenin doğada bulunduğu yerde keşfi ile insanoğlunun onu işlemeye başladığı günden bu zamana ondan ürettiği eserlerde kullandığı üretim teknikleri, madenin sürdürülebilir sanat eserlerinin üretiminde kullanılan köklü bir malzeme olma niteliği taşımasına olanak sağlamıştır.Geleneksel el sanatları örnekleri içinde yer alan madeni eserlerde kullanılan genel yapı ve işleme tekniği madenin her türünde genel nitelikleri ile görülmekle beraber, ince işçilikli sanat eserlerini genellikle, küçük boyutlu üretimlerde özellikle de kuyumculukta, sanatın zirvesine oturan eserler olarak inceleyebilmekteyiz. Maden işlenebilir hale getirildikten sonra kolaylıkla şekil verilebilir kolaylıkla form kazanabilir ve yeniden üretilebilir özellikleri sayesinde tarihi süreçte kaybolmayan gelişmeye açık bir malzemedir. Maden güncellenebilir tasarımlarda kullanılan bir malzeme olma özelliği taşımaktadır. Yeniden eritilerek uygulama yapmaya elverişli bir malzeme olması ve bu faydalı gibi görünen tarafının tarih sürecinde ki üretilen eserlerin kullanımına ait örneklerin yok olmasına sebep olması geçmiş tarihli örneklerin korunamamasına yol açmıştır. Üretilen ve kullanılan bir madenin yeni üretimlere dönüştürülmesinde bir önceki desen form ve kullanım amacı eritilme özelliği sebebiyle yeni bir tasarıma dönüşerek farklı desen ve form özelliği kazanmaktadır. Madene şekil veren sanatçı üreteceği ürüne göre yapı ve işleme tekniğini seçerek döküm, dövme, kaynak, çalma, kazıma, ajur vb. gibi teknikleri yapımda ve süslemede kullanmış, albenisi yüksek ürünler olarak tasarımlarını yüksek seviyeye ulaştırmıştır. Yazılı kaynakların verdiği bilgilere göre; madenin doğada bulunduğu ham haliyle sıcaklık karşısında kolaylıkla işlenebilir özelliklere sahip olduğunun keşfedilmesinden sonra maden sanatı büyük ilerleme kaydetmiştir. Türk el sanatlarının en önemlilerinden biri de maden sanatı içinde yer alan bakır işleme sanatıdır. Bakır kaynaklara göre, insanın doğada keşfettiği ve kullandığı ilk metal olup, bakırcılık ise dünyada bilinen en eski el sanatı olarak kabul edilmektedir. Müzelerde yer alan ve özellikle Çatalhöyük, Çayönü, Hacılar gibi neolitik yerleşkelerdeki kazılardan elde edilen bakır buluntular bu savı doğrular niteliktedir (İltar ve Eren, 2012). Maden sanatının gelişimi bakır madenin keşfi ile ilerlemiştir. Dövme ya da döküm tekniklerinin keşfederek maden üzerinde uygulamaya başlayan insan, madeni hayatın her alanında kullanmaya da başlamıştır. Madenlerin sıcak, erimiş halde işlenerek gerçek

maden karakterinin öğrenilmesi, ısıtılınca işlenmelerinin kolaylaştığı, ateşte uzun süre bekletildiklerinde eridiği, soğuduklarında tekrar katılaştıkları metal bilimi alanında ilerlemenin temeli olmuştur(Başak 2004 s.2). Türklerin yemek kültürünün zenginliği, bu kültürün bir uzantısı olarak mutfaklarına da yansımıştır. Günümüze gelinceye kadar Türk evlerindeki mutfaklar genellikle evin dışında yer almaktaydı. Bazı küçük evlerde ise evin alt katında veya bahçeye ekleme olarak inşa edilmekteydi. Saray ve konaklarda ise mutfak, binadan oldukça uzakta ve bahçe içinde yapılmaktaydı. Mutfak olarak yapılan binaların içinde büyük bir ocak bulunmakta ve içi tencere ve kazan koymak için bölmelere ayrılmaktaydı (Cansız, 1996).Osmanlı döneminde kullanılan bakır eserlerin kap çeşitliliği, biçimsel zenginliği, malzeme ve yapım tekniklerinin çeşitliliği, zengin bezemeleri olağanüstü bir işçilik ile karşımıza çıkmaktadır.Bu dönemde İstanbul, Bursa, Çanakkale, Afyon, Mugla, Konya, Kayseri, Sivas, Çankırı, Kastamonu, Tokat, Çorum, Amasya, Trabzon, Rize, Bayburt, Erzincan, Erzurum, Elazığ, Harput, Malatya, Kahramanmaraş, Gaziantep, Mardin, Siirt gibi merkezlerdeki sanat atölyelerinde üretim yapılmıyordu.Aynı zamanda bu sanat atölyeleri şehirlerin küçük sanayi kolunu oluşturuyordu.Bakırcılıksanatının geliştiği merkezler önemli ticaret yolları ve bakır üretimi yapılan yerlere yakın merkezlerdi(Köşklü. s.425-432).Türk yemek ve sofraya geleneğinde bakır kapların kullanım alanları şu şekildeydi: Yemek yerde yendiği için bir kürsünün veya dört ayaklı bir yükseltinin üzerine büyük boyutlu bir sini yerleştirilirdi. Siniye tabak görevi gören çeşitli boy ve formda bakır sahan, tas veya lengerler dizilir, her sofrada bulunan hoşaf, şerbet, ayran gibi sıvı içecekler çeşitli boyutta bakır kâselerde servis edilirdi. Daha fakir evlerde sini boyutu daha küçük olur, ortaya tek bir bakır tencere konur ve herkes bu tencereden yerdi. Yemek yendikten sonra el yıkamak için ibrik ve leğen getirilir, sofraya kaldırıldıktan sonra yemek kokularını gidermek ve güzel koku yaymak için gülabdan ve buhurdan kullanılırdı. Yemekten sonra kahve içme geleneği ise, bakır fincan zarflarını kahve tepsisini, kahve stilini, kahve ibriğini, kahve değirmenini gerektirirdi. Evin fakir ya da zengin, sofranın kalabalık veya tenha olmasına göre kullanılan bakır kaplar ve bunların üzerindeki zanaatlı bezemeler de farklılık gösterirdi (Soysal, 2011). Madenin sürdürülebilir ve yenilenebilir özellikli bir sanat malzemesi olması yanında, doğada yok olmasının zor olması, günümüze kadar çok çeşitli örneklerin gelmesini de sağlamıştır. Malatya bakır mutfak kaplarından günümüze ulaşabilen örnekleri bu çalışmada incelenmektedir. Kaplara ait teknik özellikleri; form, yapım tekniği, süsleme özellikleri açısından değerlendirilmiştir. Bu bağlamda kent merkezinde geleneksel kültüre uygun mutfak özelliği bulunan işletmelerde, koleksiyonerlerde ve evlerde görülen, benzer niteliktekiler içinden seçilen ondokuz adet bakır mutfak kapları üzerinde inceleme ve değerlendirme yapılmaya çalışılmıştır. İncelenen mutfak kaplarında Osmanlı maden sanatının genel özellikleri tespit edilmekte ve Anadolu'da sürdürülen bakırcılık sanatına ait işleme ve işçilik özelliklerine ait izler dikkat çekmektedir.

2. MALATYA BAKIR MUTFAK KAPLARI

Malatya kent merkezi ve ilçelerinde kullanılan bakır mutfak kaplarının yöresel tanımlamaları mevcuttur, bunlar;

- Kara Kazan: Üç boy büyüklükte takım olarak mutfakta ki en büyük pişirme kabı olarak yer alır. Silindir gövdeli, ağız kısmına doğru hafif daralan kulplu kap. Büyük boy kazanlar bulgur ve pekmez kaynatmak, (cenaze yıkama suyu kaynatmak), beyaz çamaşırları kaynatmak vb. gibi amaçlarla kullanılır. Orta boy kazanlarda salça, aşure, lahana, kelle paça kaynatmak ve davet yemeklerinde kullanılır. Küçük kazanlar süt, yoğurt, günlük yemek pişirmek için kullanılır. Kazanlar ocağa konmadan önce dış yüzeyleri çamur ile sıvanır. Büyük kazanların çoğunda iki kenarında, taşımaya ve tutmaya yarayan, çivili perçin ile monte edilmiş demir kulplar bulunmaktadır.

- Teşt: Dügün pilavı ve tiriti, kışlık kavurma et ve davet yemekleri ile adak lokma yemeği için kullanılan büyük çaplı, 25-35cm. yüksekliği geçmeyen az kaynatılan kuru pişen yemekler için kullanılır. Teştlarin altları siyah, kenarları toprak su ile veya kil ile karıştırılarak çamur ile sıvanır ateşe ve ocağa konur. Teşt üzeri büyük sini yine çamur ile sıvanarak kapatılır ve pişme yavaş odun ateşinde gerçekleşir. Teştlerde kulplu ve kulpsuz olarak üretilmiştir.(Çamaşır yıkama amaçlı da kullanılmaktadır).

- Sital: Sıvı yemek, içecek ve süt ürünleri için sitil kullanılır. Sitillerde iki tarafa yatan, hareketli, tek kulp taşımaya yardım eder. Kulplar demir veya yine bakırdan da yapılmaktadır. Kulp, çoğunlukla ana gövdeye sabit ve lehimlenmiş halka içinden geçen hareketli çengel şeklindedir. Sıcak soğuk yemekler ve içecekler sitillerde taşınır. Taşıma kabıdır. Yoğurt ve soğuk çorbalarda sitillerde muhafaza edilir.

Tabandan yukarıya doğru hafif bilezik veya oluklu şeritten sonra tekrar açılan formlarda alt bölüm bakır görünümlü bilezik sonrası ve iç kısmı kalaylıdır. Kapaklı veya kapaksız olarak üretilmiştir.

- Kuşgana: Pilav kabı, kızartma ve günlük et kavurmak için kullanılır. Kapaklı ve kulplu üretilmiştir. Çapı 25 ile 35 arasında değişmektedir. Yükseklik 10cm. Kapakları üç basamaklı kubbe şeklindedir. Ocakta pişirmeden önce çamur ile sıvanmaktadır.

- Gaygana sahanı ve tavası: Sabah kahvaltılarda yumurta kırmak için kullanılan çeşitli boyutları olan bakır pişirme kapları. Gaygana sahanı derin olmayan sadece yumurta kırmaya yarayan ve en fazla üç adet yumurta sığabilen yayvan pişirme tabağıdır. Gaygana tavası ise; uzun bakır saplı ve derinliği sahana göre fazla yapıda ve çok sayıda yumurta kırmaya elverişlidir. Aynı zamanda kavurma eritmek için kullanılmaktadır.

- Sini: Çapları ve kenar yüksekliği, kullanım amacına göre değişen, üzerinde kahvaltı yapılan, yemek yenilen, servis yapılan veya kışık salça ve pekmez sermeye yarayan aynı zamanda yiyecekleri taşımaya yardımcı kaplardır. Yerde sofra bezi üzerinde kullanılır veya altına ayaklık veya ekmek tahtası konularak yükseltilir ve yemekler kaplarda üzerine servis araçlarıyla dizilir. Büyük ve orta boy siniler ayrıca büyük boyutlu pişirme kazanları ve teştlerin üzerini örtmek amacıyla kapak olarak kullanılmaktadır.

- Tepsi: Bakır tepsilerde pişirme amaçlı börek, tatlı, kömbe vb. hamur işleri pişirmesi yapılabildiği gibi taşıma amaçlıda kullanılmaktadır. Çapları siniden küçüktür. Kenar yükseklikleri fazladır.

- Sahan: Yemek servis kaplarıdır. Kapaklı ve kapaksız olabilir. Kapaklar basamaklı kubbe şeklindedir. Kapaklı sahanların çoğu dilimli kenarlıdır ve derinliği fazladır sulu yemekler servisinde kullanılır. Kapaksız sahanlarda derinlik az, kenarlar düz ve dışa kıvrımlı bileziktir. Sulu olmayan yemeklerin servisinde kullanılmaktadır.

- Sefer Tası: İki ve beş katlı sefer tasları taşıma kaplarıdır. Üst üste dizilerek kenarlarından kancalarla tutturulan en üst kaptaki taşıma kulpu ile kapağı bulunan sefer tasları tarlaya veya işyerlerine yemek taşımak amaçlı kullanılmaktadır.

- Hamur leğeni: Ekmek hamurunu yoğurmaya yarayan çapı 40 ile 65 arasında, 10 ile 25 arasında değişen boyutlardadır.

- Tava: Uzun tutma sapı ve çapı eşit ölçülerde 15 ile 25/45cm arasında değişebilen mutfak kabı. Tava yiyecekleri kavurmak veya kızartmak amacıyla kullanıldığı gibi büyük kazanlarda yemekleri pişerken karıştırmaya ve boşaltmaya yardımcı olan kaplardır. Yükseklik 8 ile 14cm. arasında değişmektedir.

- Taslar: Kulplu veya kulpsuz olabilen, bilezik ayaklı, dar zemin tablası ile başlayıp yukarı doğru açılan forma sahip servis kabı. Sıcak soğuk sulu yemekler ve sıvı içecekler için kullanılmaktadır.

Bildirinin konusunu, “Malatya Bakır Mutfak Kaplarından Örnekler” başlığı tanımlamaktadır. Malatya geleneksel halk yaşam kültürüne ait öğelerden olan bakır mutfak kapları yemek kültürünün incelenmesinde yer almasının yanısıra Geleneksel el sanatlarının tanınması ve üretim teknikleri bakımından yöresel nitelikleri barındırmaktadır. Malatya bakır mutfak kaplarının tanıtılması, teknik özelliklerinin belirlenmesi, kullanım özelliklerinin tespiti ve ilgililerine aktarılması yönünden çalışma, özgün ve günümüz Türkiye’inde madeni kaplar alanında yapılan diğer akademik çalışmalara destek olacak bilgiler içermesi bakımından önemlidir. Malatya merkez ve ilçelerinde bulunan bakır mutfak kapları evreni içinden seçilen kent merkezi örneklemeleri içinden benzer özellik taşıyanlar arasından seçilen ondokuz adet örneklemin teknik yapısı incelenmeye çalışılmıştır. Elde edilen veriler, araştırma verilerinin değerlendirilmesinde genelleme yapılması bakımından; seçkide, geçerlilik ve güvenilirliği yüksek örneklem niteliğindedir. Çalışma, nitel araştırma yöntemlerinin kullanılması ve elde edilen verilerin, sahada yapılan diğer araştırma sonuçları ile karşılaştırmalarını ele almaktadır. Metnin içeriği ve sonuç değerlendirme elde edilen verileri sunmaktadır. İki adet örneklem ise mutfak kapları arasında evlerde bulunduğu ve bakır malzeme kullanılması ve teknik özellikleri bakımından mutfak kapları

ile benzerlik taşıdığından dolayı kataloğa eklenmesi uygun görülmüştür. Örneklem incelemeleri alanda yapılan diğer çalışmalardan faydalanılarak karşılaştırma ve değerlendirme yapılmaya çalışılmıştır.

Örneklere ait genel bulgular tablo halinde incelendiğinde;

MALATYA BAKIR MUTFAK KAPLARI											
Tanım	Malzeme		Yapım /BirleştirmeTekniği			Süsleme Tekniği				Desen	
	Bakır	Kalay	Döküm	Dövme	Perçin	Kazıma	Çalma	Motif	Desen	SütlizeBitkisel	Geometrik
Çorba kazanı	x	x	x	x	x						
Çay tepsisi	x	x	x	x		x	x	x	x	x	x
Yoğurt küleği	x	x	x	x	x						
Gaygana sahanı	x	x	x	x							
Gaygana tavası	x	x	x	x	x						
Dilikli sahan	x	x	x	x				x	x		x
Sefer taşı	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Kapaklı sahan(1)	x	x	x	x		x	x	x	x		x
Kapaklı sahan(2)	x	x	x	x		x	x	x	x		x
Aşure taşı	x	x	x	x	x						
Sürahi	x	x	x	x	x						
Kına çevirme tepsisi	x	x	x	x		x	x	x	x	x	X
Çorba ve hoşaf taşı	x	x	x	x							
Ayran taşı	x	x	x	x	x				x		X
Kuşgana	x	x	x	x							
Kuşgana(kapaklı)	x	x	x	x							
Büyük boy sini	x	x	x	x				x	x	x	X
Orta boy sini	x	x	x	x		x		x	x	x	X
Sitil	x	x	x	x	x						
Toplam	19	19	19	19	8	6	5	8	9	5	9

3. KATALOG



Foto No 1

Foto No/Tarih: 1/ Malatya- Tecde (2017).

Eserin Adı: Çorba kazanı.

Ölçüler: Çap:22cm . Yükseklik:17,5cm.

Yapım Malzemesi: Bakır gövde ve kapak ile pirinç tutma kulpu.

Yapım ve Süsleme Tekniği: Döküm, dövme, kabartma.

Sahibi: Tülay ŞENKAL/Malatya-Tecde.

Kompozisyon: Bakır çorba kazanı orta gövdeye göre, dar düz zemin ile başlayıp, geniş gövdeden sonra tekrar başlangıç ölçülerinde daralan ve dışa dönen gövde kabartma bilezik ile tamamlanmaktadır. Bilezik iç kısmında ince iç çıkıntı kapağı tutmaya yardım eder. Kapağı tutmaya yardımcı tepe bölümü kapak gövdeyle yekpare şekilde yuvarlak tasarlanmıştır. Dövme tekniği ile şekillendirilen tencere

gövdesi ve kapağı, iç dış kalayı yapılmıştır. Yaklaşık yirmiiki yıllık kendilerinde mevcut olduğu ifade edilmektedir. 19. yy olarak tarihlendirilmesi mümkündür.



Foto No 2

Foto No/ Tarih:2 /Malatya- Tecde (2017).

Eserin Adı: Çay tepsisi

Ölçüler: Çap:43cm. Yükseklik:1.7cm.

Yapım Malzemesi: Bakır

Yapım ve Süsleme Tekniği: Döküm, dövme, kabartma.

Sahibi: Tülay ŞENKAL/Malatya-Tecde.

Kompozisyon: Çay tepsisi dövme tekniği ile şekillendirilmiştir. Kenar bileziği üzerinde kertikli süsleme ile iç çökertme vev çizgi ile sıralı desenleme mevcuttur. Orta desende beş kollu yıldız ve boşluklarına stilize lale motifi ile desen oluşturulmuştur. Çelik kalem motif uçlarının kullanılması ile sıralı düzende sınır desenleri mevcuttur. Yüzeysel çalma ve kazıma motiflerle yüzey süslemesi tamamlanmıştır. Yaklaşık kırkbeş yıllık kendilerinde mevcut olduğu ifade edilmektedir. 19. yy olarak tarihlendirilmesi mümkündür.



Foto No 3

Foto No/ Tarih:3 /Malatya- Orduzu (2017).

Eserin Adı: Yoğurt Küleği

Ölçüler: Çap: 21cm. Yükseklik: 51cm.

Yapım Malzemesi: Bakır

Yapım ve Süsleme Tekniği: Döküm/ dövme, kalay

Sahibi: Nuran/Bayram AKCEBE.

Kompozisyon: Yoğurt kabı olarak kullanılan külek yaklaşık 57 yıl önce bakırcılar çarşısından yaptırılmıştır. Yekpare bakırdır. Taşıma kulpu tek parça bakırdan döküm elde şekillendirilmiştir. Kulpun ana gövdeye birleşme parçası gömme çivi ile ve perçinleme yapılarak tutturulmuştur. Yoğurt mayalama kabının, süt ve pekmez taşımada da kullanılmakta olduğu,12 kiloya kadar süt taşınabildiği ifade edilmektedir. Yaklaşık altmışbeş yıllık kendilerinde mevcut olduğu ifade edilmektedir. 19. yy olarak tarihlendirilmesi mümkündür.



Foto No 4

Foto No/ Tarih:4 /Malatya- Orduzu. (2017).

Eserin Adı: Gaygana Sahanı

Ölçüler: Çap: 20.5cm. Yükseklik: alt taban 1cm. İç derinlik: 1.8cm.

Yapım Malzemesi: Bakır.

Yapım ve Süsleme Tekniği: Döküm/ dövme/ kalay/ kazıma.

Sahibi: Nuran/Bayram AKCEBE.

Kompozisyon: Sabah kahvaltıda tereyağı eritmek veya yumurta kızartmak için veya yemek servis kabı olarak kullanılmış gaygana sahanının elde dövme tekniğinde şekillendirildiği ve tabanında iki daire bakırın kapama sıvama kaynak yapıldığı görülmektedir. Yıpranmış sahanın iç ve dış kalay ile korunması sağlanmıştır. İç ve kenar daire düz çizgi çekilmiş, dış kenar çizgileri içine “ıv” kazıma yazılmıştır. Yaklaşık altmış yıllık kendilerinde mevcut olduğu ifade edilmektedir. 19. yy olarak tarihlendirilmesi mümkündür.



Foto No 5

Foto No/ Tarih:5/Malatya- Orduzu. (2017).

Eserin Adı: Gaygana tavası

Ölçüler: Çap: 13.5cm. Yükseklik: 3.8cm

Yapım Malzemesi: Bakır.

Yapım ve Süsleme Tekniği: Döküm/ dövme/ kalay.

Sahibi: Tülay ŞENKAL/Malatya-Tecde.

Kompozisyon: Sabah kahvaltıda tereyağı eritmek veya yumurta kızartmak için veya yemek servis kabı olarak kullanılmış gaygana sahanının elde dövme tekniğinde şekillendirildiği ve tabanında iki daire bakırın kapama sıvama kaynak yapıldığı görülmektedir. Yıpranmış sahanın iç ve dış kalay ile korunması sağlanmıştır. İç ve kenar daire düz çizgi çekilmiş, dış kenar çizgileri içine “ıv” kazıma yazılmıştır. Yaklaşık altmış yıllık kendilerinde mevcut olduğu ifade edilmektedir. 19. yy olarak tarihlendirilmesi mümkündür.



Foto No 6

Foto No/ Tarih:6 /Malatya- Orduzu. (2017).

Eserin Adı: Dilikli Sahan

Ölçüler: Çap:22.5cm. Yükseklik: dış:6.5cm./ iç:5.5cm.

Yapım Malzemesi: Bakır

Yapım ve Süsleme Tekniği: Döküm/ dövme/ kalay/ kazıma.

Sahibi: Nuran/Bayram AKCEBE.

Kompozisyon: Yemek servis kabı olarak kullanılmış bakır dilikli sahanın, elde dövme tekniğinde şekillendirildiği ve tabanında tek yekpare zeminden şekillendirildiği görülmektedir. Dilikli sahanın iç ve dış kalayı ile koruması sağlanmıştır. Dış kenarı kesme ile şekillendirilmiş, s kıvrımı diyebileceğimiz tekrarlı formdadır. Derin iç yapısı sebebiyle dilikli sahanın çoğunlukla, sulu yemeklerin servisinde kullanıldığı ifade edilmektedir. Yaklaşık otuzsekiz yıllık kendilerinde mevcut olduğu ifade edilmektedir. 19. yy olarak tarihlendirilmesi mümkündür.



Foto No 7

Foto No/ Tarih:7 /Malatya- Orduzu. (2017).

Eserin Adı: Sefer taşı

Ölçüler: Çap:6cm. kapak çap:5.6cm.Boy:32cm.

Yapım Malzemesi: Taslar ve kapakları bakır/ kuplar ve birleştirme mandalı ve pimleri bakır.

Yapım ve Süsleme Tekniği: Döküm/ dövme/ kalay/ kazıma/sıvama perçin.

Sahibi: Nuran/Bayram AKCEBE.

Kompozisyon: Yemek taşıma ve muhafaza kabı dört katlı sefer taşı, döküm dövme ile şekillendirilmiştir. İçlerine yemek konulan kaplar, üst üste konularak kenarlarından uzun kapama pimi ile vidalanır. Üst kapak üzerinde yan pimler gibi piriçten hareketli tutma kulpu çivili perçin ile kaynak yapılmıştır.

mevcuttur. Her bölüm üzerini stilize çiçek motifleri yanyana dizilerek tüm çevreyi kaplayacak şekilde kazıma desen ile süsleme yapılmıştır. Kapak üzerine yapan ustanın “MUZAFFER GÜNDOĞAN” yazılı ve ortasında “G.A.” mühür baskı yapılmıştır. İki parçanın üstüste kapatılarak tasarlanmış tas ve kapakların, her birinin kenarları ve kapakta görülen sıralı desenleme, kalem iç kabartma ile yapılmıştır. Yaklaşık ellibeş yıllık kendilerinde mevcut olduğu ifade edilmektedir. 19. yy olarak tarihlendirilmesi mümkündür.



Foto No 8

Foto No/ Tarih:8 /Malatya- Orduzu. (2017).

Eserin Adı:Kapaklı sahan.

Ölçüler: Çap: 8cm. Yükseklik:genel/9.2cm. kapak/6.5cm.

Yapım Malzemesi:Bakır

Yapım ve Süsleme Tekniği: Döküm/ dövme/ kalay

Sahibi: Tülay ŞENKAL/Malatya-Tecde.

Kompozisyon: Kapaklı sahan (çoğunlukla sulu) yemeklerin yenmesi, saklanması ve servisi için kullanılmıştır. Sahan geometrik verev şekillendirme ile sıralı düzende desenleme yapılmıştır. Sahan dış kenarı iç ve dış dövme ile kabartma tekniği ile yapılmıştır. Kapak tutma yeri yekpare ve düz zemini üzerinde fistolu bezek ve stilize buğday başağı ile süsleme yapılmıştır. Yaklaşık otuzsekiz yıllık kendilerinde mevcut olduğu ifade edilmektedir. 19. yy olarak tarihlendirilmesi mümkündür.



Foto No 9

Foto No/ Tarih:9 /Malatya- Orduzu. (2017).

Eserin Adı: Kapaklı sahan.

Ölçüler: Çap: 8cm. Yükseklik: genel/9.5cm. kapak/6cm.

Yapım Malzemesi: Bakır

Yapım ve Süsleme Tekniği: Döküm/ dövme/ kalay

Sahibi: Tülay ŞENKAL/Malatya-Tecde.

Kompozisyon: Kapaklı sahan (çoğunlukla sulu) yemeklerin yenmesi, saklanması ve servisi için kullanılmıştır. Sahan geometrik şekillendirme ile sıralı düzende desenleme yapılmıştır. Sahan dış kenarı iç ve dış dövme ile kabartma tekniği ile yapılmıştır. Kapak tutma yeri yekpare ve düz zemini üzerinde fistolu bezek ve stilize buğday başağı ile süsleme yapılmıştır. Yaklaşık otuz yıllık kendilerinde mevcut olduğu ifade edilmektedir. 19. yy olarak tarihlendirilmesi mümkündür.



Foto No 10

Foto No/ Tarih:10 /Malatya- Orduzu. (2017).

Eserin Adı: Aşure Tası

Ölçüler: Çap: 21cm. Yükseklik:14.5cm.

Yapım Malzemesi:Bakır

Yapım ve Süsleme Tekniği: Döküm/ dövme/ kalay

Sahibi: Tülay ŞENKAL/Malatya-Tecde.

Kompozisyon: Aşure kabı yüksek alt tabanı tutan bileziği üzerinde genişleyen yapısı ile ağız kısmı yarım cm. içe kıvrımlı yapıdadır. Kubbeli kapak yekpare tutma bölümü içten kabartma tekniği kullanılarak form verilmiştir. Tutma kulbu iki kenarda çivili perçin ile sıvama yapılarak gövdeye sabitlenmiştir. Yaklaşık yirmibeş yıllık kendilerinde mevcut olduğu ifade edilmektedir. 19. yy olarak tarihlendirilmesi mümkündür.



Foto No 11

Foto No/ Tarih:11 /Malatya- Orduzu. (2017).

Eserin Adı: Surahi

Ölçüler: Çap: göbek 8,5cm. ağız:5,5cm. Yükseklik: 34,5cm.

Yapım Malzemesi: Bakır

Yapım ve Süsleme Tekniği: Döküm/ dövme/ kalay.

Sahibi: Nuran/Bayram AKCEBE.

Kompozisyon: Sürahi sıvı içeceklerin taşınması ve servisinde kullanılan kaptır. Tutma kulbu üstte çift yönlü altta ise tek çivili perçin ile sıvama ve kaynak yapılarak gövdeye tutturulmuştur. İç ve dış kalay yapılmış ve desensiz düz yüzeye sahiptir. Yaklaşık kırkbeş elli yıllık geçmişi ile kendilerinde mevcut olduğu ifade edilmektedir. 19. yy olarak tarihlendirilmesi mümkündür.



Foto No 12

Foto No/ Tarih:12 /Malatya- Orduzu. (2017).

Eserin Adı: Kına çevirme tepsi.

Ölçüler: Çap:26cm. Yükseklik:2,5cm.

Yapım Malzemesi:Bakır

Yapım ve Süsleme Tekniği: Döküm/ dövme/ kalay.

Sahibi: Tülay ŞENKAL/Malatya-Tecde.

Kompozisyon: Kına çevirme tepsi olarak tanımlanan bakır kap, özel günlerde (kına yoğurma, nişan, düğün, diş hediği, sünnet tepsi)kullanılmaktadır. Günlük içecek servislerinde de kullanılmaktadır. Bakır tepsi yekpare zemini dövme tekniğinde kenarları dışa iç bükey kabartma ile şekil verilmiştir. Tepsi kenarı kesme tekniğinde, ince kıvrımlı form verilmiş, uçları kalem kalıp ile küçük kabartma desenlerle tamamlanmıştır. İç ve dış kalay yapılmıştır. Yaklaşık kırkiki yıl önce düğün kinasının yoğrulduğunu ifade eden sahibine kayınvalidesinden kendilerine geçtiğini ve mevcut olduğu ifade edilmektedir. 19. yy olarak tarihlendirilmesi mümkündür.



Foto No 13

Foto No/ Tarih:13 /Malatya- Yeşilyurt (2017).

Eserin Adı: Çorba ve hoşaf tası

Ölçüler: Çap:5,5cm. Yükseklik:4,5cm.

Yapım Malzemesi:Bakır

Yapım ve Süsleme Tekniği: Döküm/ dövme,kalay.

Sahibi: İsmihan ARAL/Malatya- Yeşilyurt.

Kompozisyon: Düz tabla üzerinden genişleyerek derinlik kazanan bakır tas ağız kısmında son genişliğine ulaşarak dövme tekniği kullanılarak form verilmiştir. Sulu yemek ve sıvı içecekler için servis kabı olarak kullanılmıştır. İç ve dış kalayı mevcuttur. Yüzey süslemesi bulunmamaktadır. Yaklaşık otuzsekiz yıllık kendilerinde mevcut olduğu ifade edilmektedir. 19. yy olarak tarihlendirilmesi mümkündür.



Foto No 14

Foto No/ Tarih:14 /Malatya- Yeşilyurt (2017).

Eserin Adı: Ayran tası

Ölçüler: Çap:6cm. Yükseklik:5,5cm.

Yapım Malzemesi:Bakır

Yapım ve Süsleme Tekniği: Döküm/ dövme,kalay.

Sahibi: İsmihan ARAL/Malatya- Yeşilyurt.

Kompozisyon: Düz tabla üzerinden genişleyerek derinlik kazanan bakır tas ağız kısmında son genişliğine ulaşarak, derin uçlu kalem çekiç kullanılarak süsleme tekrarı dövme tekniğinde form verilmiştir. Sıvı içecekler için (ayran ve şerbet) servis kasesi olarak kullanılmıştır. İç ve dış kalayı mevcuttur. Tutma kulbu çivili perçinin sıvama ile ana gövdeye lehimlenmesi ile tutturulmuştur. Yüzey süslemesi kalem uçlu çekiçleme ile sıralı düzende dövme yapılarak verilmiştir. Yaklaşık onbeş yıllık kendilerinde mevcut olduğu ifade edilmektedir.



Foto No 15

Foto No/Tarih: 15/ Malatya- Yeşilyurt(2017).

Eserin Adı: Kuşgana/Bakır yemek tenceresi.

Ölçüler: Çap:23,5cm . Yükseklik:13,5cm.

Yapım Malzemesi: Bakır

Yapım ve Süsleme Tekniği: Döküm, dövme, kabartma.

Sahibi: İsmihan ARAL/Malatya-Yeşilyurt.

Kompozisyon: Bakır tencere orta gövdeye göre, dar düz zemin ile başlayıp, geniş gövdeden sonra tekrar başlangıç ölçülerinde daralan ve dışa dönen gövde kabartma ağız bileziği ile tamamlanmaktadır. Bilezik iç kısmında ince iç çıkıntı kapağı tutmaya yardım eder. Kapağı mevcut değildir. Dövme tekniği ile şekillendirilen kuşgana gövdesi, iç dış kalayı yapılmış, tabanı kalaysız bakır ve oksitlenmiştir. Yaklaşık otuzsekiz yıllık kendilerinde mevcut olduğu ifade edilmektedir. 19. yy olarak tarihlendirilmesi mümkündür.



Foto No 16

Foto No/Tarih: 16/ Malatya- Yeşilyurt(2017).

Eserin Adı: Kuşgana/Bakır yemek tenceresi.

Ölçüler: Çap:20cm . Yükseklik:14cm.

Yapım Malzemesi: Bakır

Yapım ve Süsleme Tekniği: Döküm, dövme, kabartma.

Sahibi: İsmihan ARAL/Malatya-Tecde.

Kompozisyon: Bakır tencere orta gövdeye göre, dar düz zemin ile başlayıp, geniş gövdeden sonra tekrar başlangıç ölçülerinde daralan ve dışa dönen gövde kabartma ağız bileziği ile tamamlanmaktadır. Bilezik iç kısmında ince iç çıkıntı kapağı tutmaya yardım eder. Kapağı mevcuttur. İki basamaklı kubbe şeklinde yükselen kapak tutma yeri yekparedir. Dövme tekniği ile şekillendirilen kuşgana gövdesi, iç dış kalayı yapılmış, tabanı kalaysız bakır ve oksitlenmiştir. Yaklaşık otuzsekiz yıllık kendilerinde mevcut olduğu ifade edilmektedir. 19. yy olarak tarihlendirilmesi mümkündür.



Foto No 17

Foto No/ Tarih:17 /Malatya- Yeşilyurt (2017).

Eserin Adı: Büyük boy sini.

Ölçüler: Çap:46cm. Yükseklik:2.4cm.

Yapım Malzemesi: Bakır

Yapım ve Süsleme Tekniği: Döküm, dövme, kabartma.

Sahibi: İsmihan ARAL/Malatya-Yeşilyurt.

Kompozisyon: Büyük boy sini kapak olarak, kulplu büyük teşterde ve büyük boy kulplu buğday kazanlarında özel gün yemekleri yapıldığında kapak görevi görmekte birlikte yemek yenilen servis kaplarının üzerine konulduğu yemek yeme ve servis kapıdır. Dövme tekniği ile şekillendirilmiştir. Kenar bileziği üzerinde kertikli süsleme ile iç çökertme verev çizgi ile sıralı desenleme mevcuttur. Orta desenleme tüm sini yüzeyine dağılan stilize çiçek formunda benek denilen zimba kalem ile dövme süsleme motifinin tekrarı mevcuttur. Zimba çelik kalem motifli uç kullanılması ile yapılmıştır. Yaklaşık altmış yıllık kendilerinde mevcut olduğu ifade edilmektedir. 19. yy olarak tarihlendirilmesi mümkündür.



Foto No 18

Foto No/ Tarih:18 /Malatya- Yeşilyurt (2017).

Eserin Adı: Orta boy sini.

Ölçüler: Çap:34cm. Yükseklik:2.4cm.

Yapım Malzemesi: Bakır

Yapım ve Süsleme Tekniği: Döküm, dövme, kabartma, kazıma.

Sahibi: İsmihan ARAL/Malatya-Yeşilyurt.

Kompozisyon: Orta boy sini kapak olarak, özel gün yemekleri yapıldığında yemek pişirme kaplarında kapak görevi görmeye birlikte yemek yenilen ve servis kaplarının üzerine konulduğu yemek yeme ve servis kapıdır. Dövme tekniği ile şekillendirilmiştir. Kenar bileziği üzerinde kertikli süsleme ile iç çökertme verev çizgi ile sıralı desenleme mevcuttur. Orta desende geometrik ve stilize bitkisel desenleme kazıma ve kabartma tekniğinde motif kalemlerinin çekişilmesi ile oluşturulmuş desen süslemesi mevcuttur. Zimba çelik kalem motifli uç kullanılması ile yapılmıştır.Yaklaşık altmış yıllık kendilerinde mevcut olduğu ifade edilmektedir. 19. yy olarak tarihlendirilmesi mümkündür.



Foto No 19

Foto No/ Tarih:19 /Malatya- Yeşilyurt. (2017).

Eserin Adı: Sivil.

Ölçüler: Çap: ağız:12,6cm. gövde en geniş yer/18,5cm. Yükseklik: 22,5cm.

Yapım Malzemesi: Bakır

Yapım ve Süsleme Tekniği: Döküm/ dövme/ kalay.

Sahibi: İsmihan ARAL/Malatya- Yeşilyurt.

Kompozisyon: Sivil sulu yemeklerin, sıvı içeceklerin taşınması ve servisinde kullanılan bununla beraber yoğurt mayalamaya ve süt sağmaya yarayan bakır kaptır. Tutma kulbu üstte çift yönlü gövdeye yaslanmasını sağlayan yassı hareketli bakır yay formundaki sapın, her iki kenardaki halka kulpların içinden geçmesi şeklinde yapılmıştır. Yanda bulunan halkalar ise ana gövdeye çivili perçinlerin sıvanması ile tutturulmuş ve kaynak yapılmıştır. Sivil zemini oval ve geniştir. Üst bölüme doğru daralma ve iki düz çizgi ile dar bölümden ağıza doğru tekrar genişleyen gövde formuna sahiptir.İç ve dış kalay yapılmış ve desensiz düz yüzeye sahiptir. Yaklaşık kırkbeş yıllık geçmişi ile kendilerinde mevcut olduğu ifade edilmektedir. 19. yy olarak tarihlendirilmesi mümkündür.

DEĞERLENDİRME/ SONUÇ VE ÖNERİLER

Bildiri kapsamında yer alan on dokuz adet bakır mutfak kabı yapım teknikleri bakımından; malzeme, form, süsleme açısından ele alınmıştır. Eserlerin, satın alma veya miras yoluyla eser sahiplerinde bulunduğu ve kullanılmaya devam edildiği görülmüştür. Bakır kaplar genel olarak sağlam, bir kısmında iç ve dış kalayları yıpranmış, oksitlenme ve kararma görülmüştür. Kapların tamamı gündelik hayatta

kullanıldığı belirtilmektedir. Kapların form ve kullanım özellikleri açısından değerlendirilmesinde, Anadolu'nun tüm yörelerinde görülen ve incelenmiş örneklerde verilen, ulaşılabilen literatür çalışmalarına göre benzer olduğu izlenmektedir. Elazığ, Maraş, Adıyaman sinileri ile yapılan çalışmalarla teknikler ve kullanım amaçları bakımından benzer özellikler taşımaktadır. Doğu Anadolu bölgesi ile genel benzerlikler mevcuttur. Kapların çoğunun ihtiyaç doğrultusunda üretildiği için sanat değeri yüksek özellikte süsleme desen ve motif özellikleri bulunmadığı, desen bakımından sadelik taşıdığı ve tamamının elde form verilerek üretildiği görülmüştür. Geometrik tekrarlı bütünsellik gösteren dövme tekniği uygulanan desenlemeler çoğunluktadır. Kaplardaki kazıma desenleri benzerdir. Malatya bakırcılar çarşısı geçmişten günümüze sürdürülebilir el sanatları arasında yer almaktadır. Bakır mutfak gereçleri üretilmekte ve istekler doğrultusunda geçmiş örnekleri benzer şekilde üretilebilmektedir. Maden sanatının Anadolu'da maden sanatçısına sunduğu malzeme kaybolma riski taşımamakta ancak kullanım özellikleri ile değişime uğrayan üretimlerle karşımıza çıkmaktadır. Genel maden işleme ve yapım teknikleri değişmemekle beraber teknolojinin sunduğu imkanlar ile daha detaylı hızlı kolay formlar almakta, kullanım alanı genişlemekte ve süslemelerdeki desen motif özellikleri seri üretimlerle devam etmektedir. Osmanlı ve Cumhuriyet dönemi eserlerinden günümüze ulaşabilen örneklerde görülen geleneksel yöntemlerin kullanılmasıyla üretilen el işçiliği yüksek eserlerin korunması bilinci bakırcılar çarşısı üreticilerinde geliştirilmelidir. Yapım atölyelerine alan incelemesi sırasında getirilen eski eserlerin artık yıprandığı gerekçesiyle tamiratının yapılmaması yeniden üretim için eritme işlemine tabi tutulmaması konusunda mevcut bakırcılar çarşısı üreticisi ve esnafı bilinçlendirilmelidir. Geçmişten günümüze bakır çeşitli amaçlar için kullanılmıştır. Mutfak kaplarında günlük yaşamda kullanılması ve hızlı üretilmesi bakımından bakır madeni tercih sebebidir. Malatya mutfağına ait geleneksel yöntemle yapılan yemek kaplarının, pişirme kaplarının ve sunum kaplarının tamamına yakını bakırdan üretilmekte ve kullanılmaktadır. Örneğin, bulgurdan yapılan bir yemek için bakır kapların kullanım sıralaması sözlü kaynaklarca ifade edilebilmektedir. Buğday bakır kazanlarda kaynatılmakta, bakır uzun kulplu tava ile karıştırılmakta, bakır helkeden geçirilerek suyu süzülmemekte, bakır teştlere konulmakta, bakır sitiller ile taşınarak el dokuması hilla üzerine serilerek güneşte kurutulmaktadır. Kurutulan buğday değirmende bulgur olarak öğütüldükten sonra; mutfakta iki kulplu tavada salçalı pilav, bakır orta sarma kazanında lahana sarması, kapaklı bakır kazanda ekşili sulu köfte vb. olarak pişirilmektedir. Pişirilen yemekler, bakır çömçe ile bakır sahanlara ve taslara konularak, bakır yer sofrasına yine bakır sinilerde taşınmaktadır. Bakır kaşıklarla yenilen yemekler sonrasında, bakır geniş leğenlerde ve teştlere yemek pişirme ve servis kapları yıkanmakta, geleneksel ahşap mutfak raflarına dizilmekte ve kullanılmaktadır. Malatya geleneksel mutfak kültüründe; bakır kaplarda pişen yemekler, yerde oturma düzeninde ve bakır sini üzerine konulan bakır kaplarda servis yapılarak yenilmektedir. Bakır servis sahanlarının kenarları dilikli veya düz olarak tanımlanmaktadır. Dilikli bakır sahanların çukurluğu fazladır. Düz olanlar ise sulu olmayan yemekler için kullanılır. Üç boğumlu derin çukurlu kapaklı sahanlarda ise yemekler servis amaçlı saklanmaktadır. Kilitli sefer tasları geçmişte çarşı esnafının evden işyerine yemek taşımada kullandığı bakır kaplardandır. Malatya da düğün, sünnet, cenaze, mevlüt ve lokma yemekleri ve aşure büyük kazanlarda, etli pilav ve tirit bakır teştlere odun ateşinde pişmektedir. Kazan ve teştlere büyüklüklerine göre üçlü boyuttur. Tarhana ve kellepaça kazanı orta boy kazanda pişmektedir. Kazan yemekleri günümüzde yatır ve ziyaretlerde kurban yemekleri için kullanılmaya devam etmektedir. Kışın hıdırellez kömbesi bakır sinide dağıtılmaktadır. Çocukların ilk diş hediği bakır kazanda pişmekte ve bakır tepside dağıtılmaktadır. İncelenen bakır mutfak kapları; formları, kullanım amaçları, pişirme, sunma amaçlı isimler almıştır. Örneğin; sitil su kabı olarak, hamur leğeni, gaygana tavası, kuşgana, teşt, bulgur kazanı, gendime aşı kazanı, ayran tası, yoğurt sitili, pekmez sinileri vb gibi adlar verilmiştir. Eserlerin yapım tekniği döküm, şekillendirme tekniği dövme, süsleme tekniği kazıma, çalma, kabartma, noktalama, sıvama teknikleri olarak üretilmiştir. Perçin, çivili sıvama perçin, makas, menteşe adı verilen parçalı ve geçme birleştirme teknikleri kullanılmıştır. Bakır kap yüzeylerinde bezeme motifleri çoğunlukla geometrik çizgi nokta kullanımı ile oluşturulan motif ve bu motiflerin bütünlleştirilmesi tekrar edilmesiyle oluşturulan desenlemeler şeklindedir. İnceleme kapsamında yer alan bakır kapların tarihlendirilmesinde eser sahiplerinin anlatımları ile yaş çıkarımları değerlendirilerek yaklaşık tahmini rakamlarla belirtilmeye çalışılmıştır. Malatya mutfak kaplarında koruma, tasnif ve müze sergileme gerekliliği öneriler arasındadır.

KAYNAKÇA

- Arılı, Mustafa., (1984). Beypazarı'nda Dövme Bakırcılık, Ankara Üniversitesi Basımevi, Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dergisi Yay:54, Maddi Kültür Dizisi 1. Ankara.
- Arılı, Mustafa (1984). Beypazarı'nda Dövme Bakırcılık. Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yayınları. Ankara.
- Akpınarlı, F., Develioğlu, Y. ve diğerleri. (2008). Çankırı El Sanatları. (1 Baskı)
- Aslanapa, Oktay.,(1989). Türk Sanatı, İstanbul.
- Başak, Oktay.,(2008). "Taş Çağı'ndan Tunç Çağı'na Anadolu'da Maden Sanatının Gelişimi ve Kullanımı", Görsel Sanatlar Enstitüsü Dergisi, 21, s. 15-21. Erzurum.
- Belli, O., Kayaoğlu, İ. G. (1993). "Trabzon Bakırcılığının Tarihsel Gelişimi", Kültür ve Sanat, 18, TİB, Trabzon Özel Sayısı, s. 46-48
- Belli, O., Kayaoğlu, İ. G. (2002). "Trabzon'da Türk Bakırcılık Sanatının Tarihsel Gelişimi, Arkeoloji ve Sanat Yayınları, İstanbul.
- Bodur, Fulya., (1987). Türk Maden Sanatı, Türk Kültürüne Hizmet Vakfı Yayınları, İstanbul.
- Cansız, İ. (1996), Şer'iyye Sicillerine Göre XIX. Yüzyıl Sonlarında Yozgat Sancağı, Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara.
- Erdoğan, Z., Etikan, S. (2002). "Kavaklıdere İlçesinde Dövme Bakırcılık," Ekin Dergisi. s.91-96
- Erginsoy, Ülker., (1978). İslam Maden Sanatının Gelişmesi. Kültür Bakanlığı Yayınları. İstanbul.
- Eruz, Fulya., (1993). Konuşan Maden Tombak ve Gümüş Madeni Eserler Koleksiyonu, Yapı Kredi Yayınları, İstanbul.
- Gülensoy, Tuncer.(1994). Anadolu'da Türk Bakırcılık Sanatının Gelişimi. Milli Folklor, 5.23, C.3, s. 6-7 Ankara.
- İltar, G., Eren, S. (2012). Giresun'da Bakırcılık, Karadeniz-Blacksea Sosyal Bilimler Dergisi, 4-14, s. 157-171.
- Kalay Hacer Arslan. Bitlis Etnografya Müzesi'nde Bulunan Osmanlı Dönemine Ait Bakır Mutfak Kaplarından Örnekler.(ORCID:0000- 0002- 4203- 8352) Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi- Van
- Karpuz, Emine, (2002). Anadolu Mutfaklarında Kullanılan Bakır Kaplar ve Osmanlı Dönemi Örnekleri. Türkler. C. 12, Ankara, , s. 689-701.
- Kartalkanat, Ahmet.,(2008). Anadolu'da Madencilik Tarihi; Kütahya Gümüşköy'de 3500 Yıldır Süren Madencilik Çalışmaları, MTA Dergisi, 137, s. 91-97. Ankara.
- Kayaoglu, İ.Gündoğ . Belli., Oktay., (1988). Anadolu'da Türk Bakırcılık Sanatının Gelişimi: Bakır Yatakları, Üretimi ve Atölyeleri. İstanbul: Sandoz Kültür Yayınları.
- Kayaoglu,İ.Gündoğ (1984)." Bakır Kap yapım Teknikleri: I Dövme Tekniği". Folklor ve Etnografya Araştırmaları Ayrıbasım: 215-265.
- Kayaoglu İ.Gündoğ.,(1985). "Maden İşçiliğinin Dünü, Bugünü ve Yarını", Türkiye'de Sanatın Bugünü ve Yarını I. Ulusal Sempozyumu Tebliğleri,Beytepe, s.439.İstanbul.
- Köşklü Zerrin Geçmişten Günümüze Erzurum'da Bakırcılık ve Bakır Kaplar, s. 425-432
- Özdemir, M., Ozan Kaya, F. (2011). Günümüzde Gaziantep İlinde Bakırcılık, Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 10(3):1149 -1170
- Soysal, S. (2011). "Kalaylı Kaplarda Alaylı Yemekler", Doğan Egmont Yayıncılık ve Yapımcılık Tic. A.Ş., İstanbul.
- Sürücüoğlu, M. S., Özçelik, A. Ö. (2008). Türk Mutfak Ve Beslenme Kültürünün Tarihsel Gelişimi, 38. İcanas Kongresi. (10-15 Eylül 2007/Ankara). Bildiriler Maddi Kültür III.
- Tunçel, Gül (2011). "Madeni Eserlerden Bir Grup Gümüş Kap" Turkish Studies - International Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic ISSN: 13082140 Volume 6/1 Winter, www.turkishstudies.net, DOI Number: http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.936, p. 564-577.
- Türkoğlu, Sabahattin.,(1993). "Maden Sanatı ve Kuyumculuk", Geleneksel Türk Sanatları, Kültür ve Turizm Bakanlığı Yayınları, İstanbul.
- Yalvaç, Mehmet.,(1987). "Malatya Mutfak Kültürü ve Yemekler", Türk Dünyası Araştırmaları, Ayrı Basım, İstanbul-Ağustos s.59.
- Yavuz, Cemil. Akbulut Dilek. Şık Aydın.,(2019). Türk Mutfağında Bakırın Yeri ve Bakır Zanaatının Geleceği Online Journal of Art and Design volume 7, issue 3,158
- İnternet Kaynakları
http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_gts&arama=gts&guid=TDK.GTS.5a967e697cb194.25344573; Erişim Tarihi: 05.03.2018

http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_gts&arama=gts&guid=TDK.GTS.5a967e62877748.36109821

http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_gts&arama=gts&guid=TDK.GTS.5a967f15c3e3f8.17195216

<https://ekitap.ktb.gov.tr/TR-78790/mutfakta-kullanilan-arac-gerecler.html>

Arslan Kalay .Hacer.,(2018).Bitlis Etnografya Müzesi'nde Bulunan Osmanlı Dönemine Ait Bakır Mutfak Kaplarından Örnekler. ISSN: 1309 4173 (Online) 1309 - 4688 (Print) Volume 10 Issue 3, p. 107-120, April 2018 DOI No: 10.9737/hist.2018.597 Journal of History Studies

Başak Oktay,Taş Çağı'ndan Tunç Çağı'na Anadolu'da Maden Sanatın Gelişimi ve Kullanımı
Yariş Sahure Elazığ Arkeoloji ve Etnografya Müzesi Deposunda Bulunan Bir Grup Tepsi.

Kaynak Kişiler:

Akcebe.Bayram (2017mülakat)Malatya/Merkez.(D.T.1965).

Akcebe. Nurhan. (2017mülakat)Malatya/Merkez.(D.T.1967).

Aral. İsmihan. (2017mülakat)Malatya/Yeşilyurt.(D.T.1938).

Şenkal.Tülay. (2017mülakat)Malatya/Tecde.(D.T.1976).

Bakırcılar çarşısı/Merkez çarşısı.

SPOR YÖNETİMİNDE BENCHMARKİNG (KIYASLAMA) KAVRAMININ YERİ VE ÖNEMİ
THE IMPORTANCE OF BENCHMARKING CONCEPT IN SPORT MANAGEMENT

Cemal GÜNDOĞDU

Prof.Dr, İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Spor Yöneticiliği Bölümü

Serdar ŞAHİN

Doktora öğrencisi, İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim

ÖZET

Endüstri devriminin başlarında, 1778 James Watt'ın icat etmiş olduğu ilk Buhar Makinesi başlarda su, sonrasında buhardan elde edilen enerjinin kullanımı ve makinelerin oluşturduğu fabrikaların hızla artmasıyla yeni yeni kentlerin ve düzenli üretim örgütlerinin doğmasına sebep olmuştur.

Zanaatkâr olmayan sermaye sahiplerinin gerekli sermaye ile zanaatkârların ürünlerinden elde edilen gelirin aslan payını almaya başladıkları görülmüştür. Böylece sermaye sahibi girişimciler, iş hammadde ve makineleri yönetmek, ortak bir amaç uğruna kişilerin çabalarını koordine etmek görevini üstlenmişlerdir. Günümüz toplumlarında değişik ve çekici yönleriyle ilgi odağı olan spor, bir yandan büyük ekonomik faaliyetleri kapsayan, öte yandan ülkelerinin büyük platformlarda tanıtımı sağlayan niteliktedir. Spor yönetimini meydana getiren unsurların kuruluş ve işleyiş biçimini inceleyen ve bu unsurların en iyi şekilde sevk ve idaresi için gereken yönetim tekniğinin bulmaya çalışan bir spor bilimi görevi üstlenmiştir.

Küreselleşen dünyada iç ve dış pazarlardaki rekabetin giderek artması ve müşterilerin artan kalite beklentileri, işletmeleri, rekabetçi kalabilmek ya da rekabet gücünü artırabilmek için bir dizi farklı kalite düşünceleri geliştirmeye ve bunları uygulamaya koymaya yöneltmiştir. Bu yaklaşımların en önemlilerinden biri, işletmelerde “en iyinin en iyisi olmak” olarak adlandırılan ve uluslararası literatürdeki adıyla benchmarking denilmektedir.

Çalışmanın amacı yönetim ve bilim kavramlarından olan benchmarking kavramının sporun ayrılmaz bir parçası olan spor yönetimindeki yerinin ve öneminin anlaşılabilmesi için alan çalışması yapılmış ve önemi vurgulanmaya çalışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Yönetim, Kıyaslama, Spor

ABSTRACT

At the beginning of the industrial revolution, the first Steam Engine, invented by James Watt in 1778, led to the emergence of new cities and regular production organizations with the use of water at the beginning, the use of energy obtained from steam and the rapid increase in the factories formed by the machines.

It was seen that the non-craftsman capital owners started to take the lion's share of the required capital and the income from the products of the craftsmen. Thus, the entrepreneurs who own the capital have the duty to manage the raw materials and machines of the business and to coordinate the efforts of the individuals for the sake of a common purpose. Sports, which are the focus of attention in today's societies with their different and attractive aspects, cover the major economic activities on the one hand and provide the promotion of their countries on the big platforms on the other. It has undertaken the task of sport science, which examines the establishment and functioning of the elements that make up sports management and tries to find the management technique necessary for the best management and management of these elements.

Increasing competition in domestic and foreign markets in the globalized world and increasing quality expectations of customers have led businesses to develop and implement a range of different quality considerations in order to remain competitive or increase their competitiveness. One of the most important of these approaches is called mark being the best of the best de in enterprises and it is called benchmarking in the international literature.

The aim of the study is to understand the importance of benchmarking, which is an integral part of sports, in sports management.

Keywords: Management, Benchmarking, Sports

XIV ULUSLARARASI KAZAN MÜSLÜMAN FİLM FESTİVALİ

Dınara Fardeeva

Doç. Dr., Tataristan Bilimler Akademisi'nin
G. İbrahimov İS. Dil, Edebiyat ve Sanat Enstitüsü

ÖZET

2005 yılından bu yana Tataristan'ın başkenti Kazan'da Uluslararası Müslüman Film Festivali düzenlenmektedir. Festivalin hedefleri şunlardır: Rusya'nın kültür ve sanat figürlerinin deneyimlerinin ülkeler arası alışverişi, film yapımcılarının manevi ve ahlaki değerleri ve kültürel değerlerini popülerleştiren filmler yaparak yaratıcı başarılarını göstermek, İslam ve Müslümanlar hakkında Rus ve dünya üzerinde pozitif düşüncenin oluşmasını sağlamak. Festival konseptinin sloganı şunu yansıtmalı; "kültürlerin diyalog yoluyla kaynaşarak bir diyalog kültürü oluşmasını sağlamaktır. "Festival programının taktığı yerli ve dünya sinemasının filmlerini araştırıp irdeler. Bu araştırma evresinde yazarın dinine bakılmaksızın iyi, barış ve adalet çağrısında bulunulur.

Kazan bu festival ile adeta bir kültür başkenti haline gelerek dolaylı olarak insanların daha sosyalleşmesine yardımcı olmaktadır. Tataristan Cumhurbaşkanı Rustam Minnehanov Cumhuriyeti'nin desteğiyle 10 Eylül 2018 İslam Dünyası ve Rusya ile ortaklaşa Kazan'da XIV Kazan Uluslararası Müslüman Film Festivali düzenlendi.

Bu festivale 56 ülkeden 967 (Tataristan olmak üzere 30 uzun metrajlı film, belgesel ve tam ve kısa filmler ile animasyon filmler) film katıldı. 2018 yılında uygulamalar rekor sayıda kaydedildi. Yarışma programı 65 filmden oluşuyordu: uzun metrajlı, uzun metrajlı bir belgesel, kısa kurmaca, kısa belgesel filmler ile Tataristan temsilcisinin fotoğrafları dahil genç yönetmenlerin eserleride yer aldı. Bu yarışma, Tataristan ile ilgili tablolar ile beraber dört ana kategoriden oluşuyordu.

Rekabetçi ve rekabetçi olmayan programlara ek olarak film günleri Moğolistan, Japonya, Hindistan, Mısır tarafından geriye dönük gösterisi, uluslararası festivallerde çok sayıda sunum dahil paralel programlar düzenlendi.

Genel olarak, festival programında sunulan filmler sosyal açıdan önemli konulara değiniyor, birçok heyecan verici sorunun cevabını veriyor, kültürler arası diyalogun gelişmesine ve her kültürün kendi günahlarını yanlışlıklarını görmesine sebep olup diyalogun güçlendirilmesine katkıda bulunuyor. Kazan Uluslararası Müslüman Film Festivali, hoşgörü, barış ve uyum fikirlerini savunan ciddi bir uluslararası film forumudur.

ÇAÇ BAŞ GIYSİSİ TARİHİ ÜZERİNE

Prof. Dr. Şamsiddin Kamoliddin
Taşkent Devlet Şarkiyat Enstitüsü

Arap tarihçisi el-Yakubî'nin (9. yüzyıl) kayıtlarına göre, Halife Harun er-Reşid'in oğlu el-Mutesim kendi yönetimi döneminde (218 – 227/833 – 842) ağabeyi Halife el-Memun'a taklit yapmıştır. O, at binmeye meyil göstermiş ve Acemler (العجم), yani gayri Araplara benzemeye çaba harcamıştır. El-Mutesim, Arap ileri gelenleri arasında ilk olarak dar kollu kiyafetler giymeye başlayınca ona bakarak diğer insanlar da şu tarzda giyinmişlerdir. Yazılı kaynaklardan onun büyük ayakkabı ve dört köşeli baş giysi (الشاش المربعة) taşıdığı bilinmektedir. O, ilk olarak dört köşeli baş giysisi giydiği için (شاشية مربعة) bu tür baş giysi onun adıyla «eş-Şaş el-Mutesimiyye» (الشاش المعتصمية), yani “el-Mutesim'in baş giysisi» olarak da adlandırılmıştır [al-Ya'qubi: 31 – 32].

Yukarıda sunulan el-Yakubî'nin kayıtlarından Helife el-Mutesim'in taşıdığı baş giysisi Şaş veya Şaşiyye olarak adlandırıldığı anlaşılmaktadır. Bu kelimenin kökü Arap veya Fars dilleriyle bağlı olmadığı aşikardır. Onun muhtevastaki Arapça -iyye (ية) ekinden anlaşılacağı üzere kelime yapısınca bu tabir nisbi ad olup, onu “Şaş'tan gelen”, “Şaş'a ait”, “Şaş'inki” biçiminde çevirebiliriz. Araplar bu terimi Şaş (Taşkent) ahalisine özgü olan baş giysisine, yani “toppi”ya nispeten kullanmış olabilirler. Helife el-Mutesim'in taşıdığı baş giysisinin diğer bir özelliği onun eşit yönlü dörtköşe (quadrat) biçiminde olmasıdır.

Eski Türkçe *top* “yuvarlak” veya *töpü* “tepe, yukarı” sözcüklerinden oluşan *toppi/toppu*, erkeklerin iç baş giysisi sıfatıyla ortaçağlarda Orta Asya'da yaygın olmuştur. Doğu toplulukları, özellikle Araplar, Farslar, Türkler ve diğer topluluklarda geniş yayılan bu tür baş giysisini her toplum farklı ad takmışlardır. Hemen hemen tüm toplulukların, bu cümleden Türklerin “toppi”ları da yuvarlak biçimde olmuştur. Avrasya bölgesinde yaşayan kadim İrani toplumların erkeklerinin taşıdıkları baş giysileri arasında da dörtköşelisi görülmemektedir. Demek, bu baş giysisinin kökünü diğer toplumlardan aramak gerekmektedir. Bugünlerde dörtköşe biçimindeki toppı sadece Doğu Türkistan'da, Fergana ve Taşkent bölgesinde yaygınlık kazanmıştır.

Burada haklı olarak bir soru ortaya çıkacaktır. Neden Arap Halifesi Türklerin baş giysisini veya Şaş bölgesine özgü “toppi”yı giymişlerdir? Abbasiler hanedanına mensup ilk Halifeler yönetimi döneminde, yani 8. yüzyılın ikinci yarısı – 9. yüzyılda Türkler Arap Halifeliğindeki siyasi süreçlerde önemli bir yer edinmişlerdi. Türk askerleri Horasan'da Abbasilerin siyasi ve sosyal eylemlerinin öncülerinden olan Ebu Muslim'in ordusunda da belirgin bir miktarı oluşturmaktaydılar. Abbasilerin burada hakimiyeti elde ettikleri daha ilk yıllarda Horasan Türkleri Farslarla birlikte başta Bağdat olmak üzere Arap Halifeliği'nin diğer merkezi şehirleri yönetiminde en yüksek ve önemli görevleri elde etmişlerdi. Bunlar hariç, bazı Abbasi Halifelerinin kadınları Türk asıllı olup, birçok taht varisi menşece yarı Türk idiler¹. Birkaç Abbasi Halife'sinin huzurunda *Nedim* olarak çalışan ve onların tarihini yazan Ebu Bekir es-Suli'nin yazdıklarına göre, Halifelerin çoğunluğu Türkçe kiyafetler giymişler, Türk dilinde rahat konuşmuşlar ve Türk kültürüne ilgi duymuşlardır.

Bu tür bilgiler, bizce Helife el-Mutesim'in niçin Türklerle özgü baş giysisi taşıdığını açıklamaya yeter. Helifeden örnek alan diğer saray mensupları ve Bağdat'taki asiller Türkçe baş giysisi taşımayı yeğlemişler, böylece Orta Asya menşeli bu kiyafet buralarda yaygınlık kazanmıştır. El-Mutesim'im ordusunda çalışan Türk gulamlarının çoğunluğu Fergana, Ustruşana ve Çaç'tan geldiklerine bakılırsa, bu dönemde Bağdat'ta dörtköşe biçimindeki baş giysisinin yayılması meselesi kendi tespitini bulacaktır.

¹ Türk kıızıyla evlenen ilk Halife el-Mensur olup, onun hanımı Humar adındaki bir Türk kıızıydı. Ondan sonra Helife el-Mehdi, Mübarek adındaki bir Türk kıızıyla evlenmişti. Daha sonra diğer halifeler de onlardan örnek almışlardır [al-Tha'libi: 19]. Harun er-Reşid'in Maride adında bir hanımı olup, o Semerkant asıllı Türklerden idi. Maride, Helife el-Mutesim'in annesi idi [al-Masudi: 305]. El-Mutesim'in hanımı Şca' adındaki Toharistanlı bir Türk kıızıydı [es-Suli: 57]; Helife el-Muktefi'nin annesi Cicek (Çiçek, Eski Türkçe “çiçek” anlamındadır) adını taşıyor ve Türk asıllıydı [al-Tha'libi: 102].

**KADIN YAŞAM MERKEZİNDE REKREATİF FAALİYETLERE KATILAN BİREYLERİN
BEŞ FAKTÖR KİŞİLİK KURAMINA DAYALI KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN
BELİRLENMESİ**

DETERMINATION OF FIVE FACTOR PERSONALITY TRAITS OF INDIVIDUALS
PARTICIPATING IN RECREATIONAL ACTIVITIES ON WOMEN'S LIFE CENTER

İsmihan EKEN

İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Cemal GÜNDOĞDU

Prof. Dr. İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü,

ÖZET

Son yüzyılda teknolojinin hızla gelişmesi ile birlikte değişimi de beraberinde getirmiştir. Bu değişim bireylerin zaman kullanımlarını etkilemiş ve bunu sonucunda bazı kavramlar hayatımıza girmiştir. Sanayinin ve teknolojinin gelişmesi ile insan gücüne duyulan ihtiyaç azalmış ve bu iş yükünden geri kalan serbest zaman kavramı karşımıza çıkmaktadır. Serbest zaman Rekreasyon kavramını ortaya koymuş ve insanlar gün geçtikçe bu kavramın içini doldurarak daha da zenginleştirip genişletmiştir. Bu araştırma, kadın yaşam merkezinde rekreatif faaliyetlere katılanların beş faktör kişilik kuramına dayalı kişilik özelliklerinin belirlenmesi amacı ile yapılmıştır. Araştırma kesitsel tarama modelinde betimsel bir araştırmadır. Araştırmaya 60 gönüllü kadın katılmıştır. Veriler kişisel bilgi formu ile Horzum ve diğ. (2017) tarafından Türk kültürüne uyarlanan Beş Faktör Kişilik Ölçeği (BFKÖ) kullanılarak elde edilmiştir. Araştırma analizleri için SPSS 22 programı kullanıldı. Shapiro Wilks testi sonucunda dağılan verilerin normal olduğu saptanarak One-way ANOVA testi yapıldı. Elde edilen bulgular doğrultusunda beş faktör kişilik analizi alt boyutları yaşa göre değerlendirildiğinde, özdenetimlilik alt boyutunda ($p<0.05$); eğitim durumuna göre değerlendirildiğinde dışa dönüklük alt boyutunda ($p<0.05$); gelir durumuna göre değerlendirildiğinde dışa dönüklük ve özdenetimlilik alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı fark görülmektedir ($p<0.05$). Bu bilgilerin ışığında rekreatif faaliyetlere katılımın kişilik gelişimi üzerinde önemli rol oynadığı söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Kişilik, Rekreasyon, Spor

ABSTRACT

The rapid development of technology in the last century has brought about change. This change has affected individuals' use of time and as a result, some concepts have entered our lives. With the development of industry and technology, the need for manpower has diminished and the concept of free time remaining from this workload emerges. Free time has introduced the concept of recreation, and people have been enriching and expanding this concept day by day.

The aim of this study was to determine the personality traits of women participating in recreational activities based on five factor personality theory. Sixty volunteer women participated in the study. The data were collected using a personal data sheet from Horzum et al. (2017) by using Five Factor Personality Questionnaire which was adapted to Turkish culture. SPSS 22 program was used for research analysis. One-way ANOVA test was performed to determine the normality of the data distributed by the Shapiro Wilks test. According to the findings, when the five factor personality analysis sub-dimensions were evaluated according to age, it was found that self-control ($p <0.05$); when evaluated according to educational status, extroversion ($p <0.05$); According to income status, there is a statistically significant difference in extraversion and self-regulation ($p <0.05$). In the light of this information, it can be said that participation in recreational activities plays an important role on personality development.

Key Words: Personality, Recreation, Sport

1. GİRİŞ

Son yüzyılda teknolojinin hızla gelişmesi ile birlikte değişimi de beraberinde getirmiştir. Bu değişim bireylerin zaman kullanımlarını etkilemiş ve bunu sonucunda bazı kavramlar hayatımıza girmiştir. Sanayinin ve teknolojinin gelişmesi ile insan gücüne duyulan ihtiyaç azalmış ve bu iş yükünden geri

kalan serbest (boş) zaman kavramı karşımıza çıkmaktadır (Ayyıldız, 2015). Günümüzde insan ihtiyaçları da tüketilmeye hazır bir şekilde ulaşmaktadır. Modern ve ileri teknolojilerin uygulanması ve yeni bir takım buluşların yapılması, gelişmiş ülkelerde zaman olarak daha az emeğe ihtiyaç hissettirmektedir. Sanayileşme ve teknolojik gelişmelerin insan yaşamında kolaylıklar sağladığı boş zaman ve rekreasyon kavramını ortaya çıkarmaktadır. 19. yüzyıl sonlarından günümüze baktığımızda serbest zamana ayrılan zaman artmıştır (Küçüktopuzlu ve ark., 2003). Günümüz toplumlarında artık gelişmiş ve gelişmekte olan ülkeler serbest zamanlarını iyi değerlendiren, aktivitelerden haz alan, aktiviteleri keyif döngüsüyle yapan bireyler çalışma hayatlarında iş verimliliğini artırmayı başaran bu noktada haz ve keyif döngüsüyle yaşantılarını pozitif yönde etkilemeyi hedefleyen bir politika izlemeye başlamışlardır. Serbest zamanlarını planlı, etkili ve verimli kullanan bireylerin duygusal, ruhsal, zihinsel, toplumsal, mesleki ve fiziksel olarak sağlıklı bireyler olmalarını pozitif yönde etkiler (Zorba, 2011). İnsanların olumlu sağlık düzeyini elde etmede en önemli unsurlardan birisi bireyin boş zamanlarını ne kadar etkili ve verimli kullandığı ile alakalıdır. Çalışma dışında kullanılan boş zaman Rekreasyon kavramını ortaya koymuş ve insanlar gün geçtikçe bu kavramın içini doldurarak daha da zenginleştirip genişletmiştir (Sürer, 2001).

Bundan dolayı birey serbest zaman aktivitelerini kendi seçerek boş zamanlarını ne şekilde ve ne tür değerlendirdikleri bireylerin tatmin düzeylerini de etkilemektedir. Bu bağlamda bireyler boş zamanlarını değerlendirirken hem haz alıp mutlu olacakları hem de sağlıklarını koruyacak aktiviteler seçerler. Bu rekreatif aktiviteler sonucu bireyler toplumla kaynaşır aktiviteyi gerçekleştiren topluluklara ait olma hissi haz verir.

Yani baktığımızda rekreasyon insanların yaşam kalitesi üzerinde önemli bir etkiye sahiptir yeterli imkan ve ortam sağlandığı takdirde insanların yaşam kalitelerini yükseltmektedir (Mete ve Ağaoğlu, 2003). Rekreasyon kavramı mı daha kapsamlı bir şekilde açıklayacak olursak insanın iş hayatındaki yoğun çalışma yükü monoton hayat tarzı çevrenin etkilerinden beden veya ruhen olumsuz etkilenen bireyin sağlığına tekrar elde etmek korumak veya sağlığını devam ettirmek için aynı zamanda yaşamından zevk almak amacıyla kişi de doyum sağlayacak zorunlu ihtiyaçlar için ayrılan zaman dışında bağımsız isteğe bağlı gönüllü olarak bir grupta veya bireysel olarak seçerek yaptığı faaliyetlere rekreasyon denir (Karaküçük, 2005). Rekreasyon duyulan ihtiyaç kişiden kişiye değiştiği için ihtiyaçlar aynı tipte değildir (Eren, 1993). Bu araştırmanın amacı, kadın yaşam merkezinde rekreatif faaliyetlere katılanların beş faktör kişilik kuramına dayalı kişilik özelliklerinin belirlenmesi amacı ile yapılmıştır.

2. ÇALIŞMANIN AMACI VE YÖNTEMİ

Bu araştırmanın amacı kadın yaşam merkezinde rekreatif faaliyetlere katılanların beş faktör kişilik kuramına dayalı kişilik özelliklerinin belirlenmesi amacı ile yapılmıştır. Araştırma kesitsel tarama modelinde betimsel bir araştırmadır. Araştırmanın evrenini 207 kişi oluştururken, araştırmaya 60 gönüllü kadın katılmıştır. Veriler kişisel bilgi formu ile Horzum ve ark., (2017) tarafından Türk kültürüne uyarlanan Beş Faktör Kişilik Ölçeği (BFKÖ) kullanılarak elde edilmiştir. Araştırma analizleri için SPSS 22 programı kullanıldı. Shapiro Wilks testi sonucunda dağılan verilerin normal olduğu saptanarak One-way ANOVA testi yapıldı.

3. BULGULAR

Bu araştırmadan elde edilen demografik özellikler ve BFKÖ ölçeği kullanılarak elde edilen bulgular aşağıdaki çizelgelerde verilmiştir.

Tablo 1. Katılımcıların yaş cinsiyet ve gelire göre dağılımı

YAŞ	SAYI	%
20-25	15	25,0
26-30	17	28,3
31-35	15	25,0
36-40	13	21,7
EĞİTİM DURUMU		
Ortaokul	9	15,0
Lise	38	63,3
Üniversite	13	21,7
GELİR DURUMU		
2001-2500	9	15,0
2501-3000	32	53,3
3001-3500	19	31,7

Tablo 1.'de araştırmaya katılan bireylerin yaş grubu, eğitim durumu, gelir dağılımı durumlarına dair bilgiler yer almaktadır. Elde edilen verilere göre katılımcıların %25,0'nın 20-25 yaş, %28,3'ünün 26-30 yaş, %25,0'nın 31-35 yaş, %21,7'nin 36-40 yaş katılımcılardan oluştuğu, katılımcıların ağırlıklı gelir grubunu %53,3 2501-3000 gelir grubunda olduğu, katılımcıların ağırlıklı eğitim durumunda %63,3 lise olduğu gözlenmektedir.

Tablo 2. Katılımcıların Yaş Değişkeninin BFKA alt boyutuna göre dağılımı

Ölçek ve alt boyutları	F	p	yaş	p
Özdenetimlilik	5.803	0.00*	20-25 (1)	1-2: 0.01*
			26-30 (2)	1-4: 0.04*
			31-35 (3)	2-3: 0.02*
			36-40 (4)	1-3: 1.00
				2-4: 1.00
Nörotiklik	1.131	0.34	20-25 (1)	3-4: 0.06
			26-30 (2)	1-2: 1.00
			31-35 (3)	1-4: 1.00
			36-40 (4)	2-3: 0.87
				1-3: 0.63
Deneyime açıklık	1.755	0.16	20-25 (1)	2-4: 1.00
			26-30 (2)	3-4: 1.00
			31-35 (3)	1-2: 1.00
			36-40 (4)	1-4: 0.98
				2-3: 0.80
Dışa dönüklük	0.452	0.71	20-25 (1)	1-3: 0.22
			26-30 (2)	2-4: 1.00
			31-35 (3)	3-4: 1.00
			36-40 (4)	1-2: 1.00
				1-4: 1.00
Yumuşak başlılık	2.508	0.06	20-25 (1)	2-3: 1.00
			26-30 (2)	1-3: 1.00
			31-35 (3)	2-4: 1.00
			36-40 (4)	3-4: 1.00
				1-2: 1.00

*p<0,05 istatistiksel olarak anlamlıdır.

Tablo 2. Katılımcıların yaş değişkeninin BFKA alt boyutlarından özdenetimlilik alt boyutuna göre dağılımı incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı fark gözlemlendi (p<0.05). Yaşlar arası farklılıklar incelendiğinde, 20-25 yaş ile 26-30 yaş grubu arasında, 20-25 yaş ile 36-40 yaş arasında, 26-30 yaş ile 31-35 yaş grubu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık gözlemlendi (p<0.05).

Tablo 3. Katılımcıların Gelir Durumunun BFKA alt boyutuna göre dağılım

Ölçek ve alt boyutları	F	p	gelir	p
Özdenetimlilik	3.486	0.03*	2001-2500 (1)	1-2: 0.99
			2501-3000 (2)	1-3: 1.00
			3001-3500 (3)	2-3: 0.03
Nörotiklik	2.671	0.07	2001-2500 (1)	1-2: 1.00
			2501-3000 (2)	1-3: 0.14
			3001-3500 (3)	2-3: 0.19
Deneyime açıklık	0.199	0.82	2001-2500 (1)	1-2: 1.00
			2501-3000 (2)	1-3: 1.00
			3001-3500 (3)	2-3: 1.00
Dışa dönüklük	6.469	0.00*	2001-2500 (1)	1-2: 0.00
			2501-3000 (2)	1-3: 0.69
			3001-3500 (3)	2-3: 0.04
Yumuşakbaşlılık	2.195	0.12	2001-2500 (1)	1-2: 0.27
			2501-3000 (2)	1-3: 0.12
			3001-3500 (3)	1-3: 1.00

*p<0,05 istatistiksel olarak anlamlıdır.

Tablo 3. Katılımcıların gelir durumunun BFKA alt boyutlarından özdenetimlilik ve dışa dönüklük alt boyutuna göre dağılımı incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı fark gözlemlendi (p<0.05). Gelir durumuna göre özdenetimlilik alt boyutunda 2501-3000 ve 3001-3500 gelir boyutunda istatistiksel olarak anlamlı fark görülmektedir (p<0.05). Ayrıca gelir durumuna göre dışa dönüklük boyutunda 2001-2500 ile 2501-3000 ve 2501-3000 ile 3001-3500 gelir boyutunda istatistiksel olarak anlamlı fark görülmektedir (p<0.05).

Tablo 4. Katılımcıların Eğitim Durumunun BFKA alt boyutuna göre dağılım

Ölçek ve alt boyutları	F	p	yaş	p
Özdenetimlilik	0.235	0.79	ortaokul (1)	1-2: 1.00
			lise (2)	1-3: 1.00
			üniversite (3)	2-3: 1.00
Nörotiklik	0.850	0.43	ortaokul (1)	1-2: 0.59
			lise (2)	1-3: 1.00
			üniversite (3)	2-3: 1.00
Deneyime açıklık	0.639	0.53	ortaokul (1)	1-2: 0.59
			lise (2)	1-3: 1.00
			üniversite (3)	2-3: 0.79
Dışa dönüklük	5.227	0.00*	ortaokul (1)	1-2: 0.01
			lise (2)	1-3: 0.91
			üniversite (3)	2-3: 0.15
Yumuşakbaşlılık	2.010	0.14	ortaokul (1)	1-2: 0.15
			lise (2)	1-3: 1.00
			üniversite (3)	1-3: 0.44

Tablo 4. Katılımcıların eğitim durumunun BFKA alt boyutlarından dışa dönüklük alt boyutuna göre dağılımı incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı fark gözlemlendi (p<0.05). Ayrıca ortaokul ile lise grubu karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlılık belirlendi (p<0.05).

TARTIŞMA

Kadın yaşam merkezinde rekreatif faaliyetlere katılanların beş faktör kişilik kuramına dayalı kişilik özelliklerinin belirlenmesi amacı ile yapılan çalışmada, beş faktör kişilik analizi alt boyutları yaşa göre değerlendirildiğinde, özdenetimlilik alt boyutunda ($p<0.05$); eğitim durumuna göre değerlendirildiğinde dışa dönüklük alt boyutunda ($p<0.05$); gelir durumuna göre değerlendirildiğinde dışa dönüklük ve özdenetimlilik alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı fark görülmektedir ($p<0.05$).

Literatür incelendiğinde; Saygılı ve ark., (2015) spor yapan ve yapmayan sekizinci sınıf öğrencilerinin kişilik özellikleri ile akademik başarıları arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmada, düzenli spor yapan öğrencilerin dışa dönüklük ve deneyime açıklık kişilik özelliklerinin düzenli spor yapmayan öğrencilere göre daha iyi olduğu dışa dönük ve deneyime açıklık özellikleri iyi olan öğrencilerin akademik başarımın da daha iyi olduğunu ifade etmişlerdir (Saygılı ve ark., 2015). Ülker (2017) spor yapan ve yapmayan ortaöğretim öğrencilerinin kişilik özelliklerini karşılaştırdığı çalışmasında, spor yapma durumlarına göre dışa dönüklük, sorumluluk ve deneyime açıklık kişilik özelliklerinin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığını belirtmiştir. Atrıca uyumluluk ve duygusal dengesizlik kişilik özelliklerinin ise spor yapma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığını kaydetmiştir (Ülker, 2017). Tanboğa (2018) lise öğrencilerinin beş faktör kişilik kuramına dayalı kişilik özelliklerinin okul spor takımlarında yer alma veya almama durumuna göre farklılaşp farklılaşmadığının belirlenmesi amacı ile yaptığı çalışmada, okul takımlarında oynayan öğrencilerin ebeveyn eğitim düzeyleri ve matematik dersi ortalamaları okul takımlarında oynamayanlardan daha yüksek bulunmuştur. Aynı şekilde kişilik özelliklerinden dışa dönüklük, yumuşak başlılık, nörotiklik ve deneyime açıklık özellikleri okul takımlarında oynayanlarda daha yüksek bulunmuştur.

Elde edilen bulgular doğrultusunda beş faktör kişilik analizi alt boyutları yaşa göre değerlendirildiğinde, özdenetimlilik alt boyutunda; eğitim durumuna göre değerlendirildiğinde dışa dönüklük alt boyutunda; gelir durumuna göre değerlendirildiğinde dışa dönüklük ve özdenetimlilik alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı fark görülmektedir. Bu bilgilerin ışığında rekreatif faaliyetlere katılımın kişilik gelişimi üzerinde önemli rol oynadığı söylenebilir.

4. KAYNAKLAR

1. Saygılı, G., Emrah, A. T. A. Y., Eraslan, M., & Hekim, M. (2015). Düzenli olarak spor yapan ve yapmayan öğrencilerin kişilik özellikleri ile akademik başarıları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Kastamonu Eğitim Dergisi, 23(1), 161-170.
2. Ülker, M. (2017). Spor yapan ve yapmayan ortaöğretim öğrencilerinin kişilik özellikleri, karar verme stilleri, stresle başa çıkma stratejilerinin karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi.
3. Tanbuğa U.B. (2018). Okul takımlarında spor yapan ve yapmayan lise öğrencilerinin beş faktör kişilik özelliklerinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi.
4. Ayyıldız T. Rekreatif Dans Faaliyetlerine Katılan Bireylerin Serbest Zaman Tatmin Düzeylerinin İncelenmesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi 2015.
5. Küçüktopuzlu F, Gözek K ve Uğurlu A. Boş Zaman Rekreasyon İlişkisi ve Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Faaliyetlerini Değerlendirmeye Yönelik Bir Araştırma. I. Gençlik, Boş Zaman ve Doğa Sporları Sempozyumu, Gazi Üniversitesi. Ankara: Türk Hava Kurumu Basımevi 2003.
6. Zorba E. Yaşam Boyu Spor, 3. Baskı. İstanbul, Bedray Basın Yayıncılık 2011.
7. Sürer, A. İş Stresi. Yüksek Lisans Tezi. Balıkesir Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. İşletme Ana Bilim Dalı. Balıkesir 2001.
8. Mete B, Ağaoğlu SA. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Kurupelit Kampusü akademik ve idari personelin rekreatif aktivitelere katılım ve bakış açılarının incelenmesi. Beden Eğitimi ve Sporda Sosyal Alanlar Kongresi, Ankara 2003, 421-6.
9. Karaküçük S. Rekreasyon Boş Zamanları Değerlendirme. 5. Baskı. Ankara, Gazi Kitabevi 2005: 24-94.
10. Eren E. Yönetim ve Organizasyon, 5. Baskı. İstanbul, İstanbul Üniversitesi Yayını, 1993.
11. Horzum, M. B., Tuncay, A., & Padir, M. A. (2017). Beş Faktör Kişilik Ölçeğinin Türk Kültürüne Uyarlanması Adaptation of Big Five Personality Traits Scale to Turkish Culture. Journal of Education, 7(2), 398-408.

SİGARA İÇEN/İÇMEYEN BAYAN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN 30 METRE SÜRAT, DİKEY SIÇRAMA, ORTALAMA ve ZİRVE GÜÇ PERFORMANSLARININ İNCELENMESİ
INVESTIGATION OF 30 METERS SPRINT, VERTICAL JUMP, MEAN POWER AND PEAK POWER PERFORMANCE OF SMOKING AND NON-SMOKING WOMEN STUDENTS

İsmihan EKEN

İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Özgür EKEN

Arş.Gör., İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

ÖZET

Uzun zamandan beri sigara içme alışkanlığı, halk sağlığında kritik bir konu olarak güncelliğini korumaktadır ve dünyadaki birçok gelişmekte olan ülkede artmaktadır. Sosyal hayatta meydana gelen değişimler ve dünyadaki tütün piyasası işlemlerinin rasyonelleşmesiyle birlikte, sigara içen kadınların nüfusu gittikçe artmıştır. Tütün içeriğinde, nikotin, katran ve karbon monoksit gibi zararlı kimyasal içermektedir. Nikotin, artmış katekolamin seviyelerine yol açan sempatik sinir sistemini uyararak, bir kişinin kalp atış hızı ve inme hacmini arttırmaktadır. Bu çalışmanın amacı; yaşları 18-25 arasındaki İÜ'de okuyan, tesadüfi olarak seçilmiş öğrencilerin 30 m. sürat, dikey sıçrama, anaerobik ortalama ve zirve güç performansıyla, sigara alışkanlıkları arasındaki ilişkinin belirlenmesidir. Buna göre İÜ, bayan öğrencilerinin sigara içenlerle (YS) (n= 14 %50) içmeyenlerin (NS) (n= 14 %50) vücut ağırlığı, boy, yaş, VKİ, 30m Sürat, Dikey Sıçrama, Ortalama Güç ve zirve güç değerleri arasında 'i' test analizine göre anlamlı fark bulunmamasına rağmen ($p > .05$) NS lehine olumlu gelişme görülürken, dikey sıçrama fark değerlerinde NS lehine istatistiksel olarak anlamlı fark görülmektedir ($p < .05$).

Anahtar Kelimeler: Üniversite öğrencileri, dikey sıçrama, sigara içme, sürat

ABSTRACT

For a long time, smoking has been up to date as a critical issue in public health and has been increasing in many developing countries around the world. With the changes in social life and the rationalization of tobacco market operations in the world, the population of women who smoke has gradually increased. Tobacco contains harmful chemicals such as nicotine, tar and carbon monoxide. Nicotine increases a person's heart rate and stroke volume by stimulating the sympathetic nervous system, leading to increased catecholamine levels. The aim of this study was to compare between 30 m sprint, vertical jump, mean power and peak power performance and smoking habits. Accordingly, IU, female students with smokers (YS) (n = 14 50%) and non-smokers (NS) (n = 14 50%) body weight, height, age, BMI, 30m sprint, vertical jump, average power and peak power values. Although there was no significant difference ($p > .05$) according to the 'i' test analysis, there was a positive development in favor of NS. In addition, statistically significant difference was observed in vertical jump difference values in favor of NS ($p < .05$).

Keywords: University students, vertical jump, smoking, sprint

GİRİŞ

Sigara içmek uzun süredir halk sağlığında kritik bir konu olarak kabul edilmektedir ve dünyadaki birçok gelişmekte olan ülkede giderek artmaktadır. Kadın sigara içenlerin nüfusu sosyal gelişmeler ve tütün piyasası işlemlerinin dünya çapında daha rasyonelleşmesi ile artmıştır. Ayrıca, akras, arkadaş baskısına dayalı sigara içme alışkanlıkları, öğrenciler tarafından büyük ilgi görmüştür (Ezzati ve ark., 2003). Tütün, nikotin, katran ve karbon monoksit gibi 44'ten fazla zararlı kimyasal bileşik içerir. Nikotin, katekolamin seviyelerinin artmasına neden olabilecek sempatik sinir sistemini uyarır, böylece bir kişinin kalp atış hızını ve inme hacmini artırır (Colberg ve ark., 1994). Karbon monoksitin hemoglobin bağlayıcı kapasitesi oksijenin 200 katından fazladır. Kan dolaşımındaki artan karbon monoksit seviyeleri, kas kılcal damarlarında taşınan oksijen miktarını sınırlandırabilir ve bu da iskelet kası performansını olumsuz yönde etkileyebilmektedir (King ve ark., 1987). Bu çalışmaların aksine nikotinin bilişsel işlemeyi geliştirme yeteneği, kolinerjik mekanizmaların bilişsel işleyişteki rolünün daha iyi anlaşılmasını sağlamıştır. Nikotin beyindeki presinaptik nikotinic asetilkolin reseptörlerine bağlanır ve asetilkolin, dopamin, serotonin, glutamat ve bilişsel süreçlerde rol oynadığı bilinen diğer

nörotransmitterlerin salınmasını kolaylaştırır (Di Matteo ve ark. 2007). Ayrıca, hipokampus ve bazolateral amigdala'daki $\alpha 7$ ve $\alpha 4\beta 2$ nAChR alt birimleri, nikotinin hafızadaki rolüne aracılık eder (Levin ve ark. 2006). Bu çalışmanın amacı sigara içen/içmeyen bayan üniversite öğrencilerinin 30 metre sürat, dikey sıçrama, ortalama ve zirve güç performanslarının incelenmesidir. Çalışmanın hipotezi; sigara içmeyen bayan üniversite öğrencilerinin 30 m. sürat ve dikey sıçrama performanslarının daha iyi çıkabileceği kanısındadır.

YÖNTEM

Katılımcılar

Araştırmanın örneklem grubunu en az 3 yıl düzenli sigara içen (n:14) (yaş: 21.0 ± 0.78 yıl, boy: 164.7 ± 5.8 cm, vücut ağırlığı: 54.5 ± 7.93 kg, VKİ: 20.3 ± 1.65) ve içmeyen (n:14) (yaş: 19.1 ± 1.2 yıl, boy: 164.0 ± 4.0 cm, vücut ağırlığı: 51.5 ± 3.8 kg, VKİ: 21.9 ± 0.61) 28 kadın üniversite öğrencisi oluşturdu. Tüm katılımcılara çalışmaya başlamadan önce olası riskler ve detaylar hakkında bilgi verildi ve gönüllü olur formu imzalatıldı. Ayrıca katılımcılara testlerden önce 7-8 saat uyuması istendi.

Çalışmanın Deneysel Tasarımı

Çalışmada katılımcıların antropometrik ölçümleri belirlenmiştir. Ölçümler, Spor Bilimleri Fakültesi Spor Salonu'nda yapıldı. Çalışmaya katılmayı kabul eden tüm gönüllüler, test öncesi çalışmanın içeriği hakkında ayrıntılı olarak bilgilendirildi. Uygulama başlamadan önce, katılımcılara çalışmanın içeriği, yeri ve saati hakkında gerekli bilgiler verildi. İlk ısınmadan sonra (5 dakika ılımlı aerobik koşu koşu), sigara içmeyen kadın öğrencilerin 30 m sürat ölçümleri yapıldı ve sonrasında dikey sıçrama performansları belirlendi. Ölçümlerin ardından sigara kullanan kadın öğrenciler aynı ölçümlere tabi tutuldu. Testlerden 24 saat önce katılımcılara ağır egzersiz, alkol, kafein kullanmamaları ve ergojen takviyesinde bulunan içerikleri kullanmamaları gerektiği bildirildi. Öğrencilerin anaerobik gücü (pik ve ortalama), sıçrama mesafesi, vücut ağırlığı ve boy uzunluğu verilerinin hesaplanmasını sağlayan Johnson & Bahamonde Formula (1996) kullanılarak hesaplanmıştır (Johnson ve Bahamonde, 1996).

Verilerin Analizi

Elde edilen veriler SPSS (25.0) paket programında analiz edildi. Farklı iki grubun üçten fazla değişkenlerinin belirlenmesi için independent T testi kullanıldı. Anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak seçilmiştir.

BULGULAR

Tablo 1. Katılımcıların demografik ve antropometrik değerleri

DEĞİŞKENLER	Sigara İçen (14)		Sigara İçmeyen (14)	
	X	S	X	S
BOY	164.7	± 5.8	164.0	± 4.0
KİLO	54.5	± 7.93	51.5	± 3.8
YAŞ	21.0	± 0.78	21.9	± 0.61
VKİ	20.3	± 1.65	19.1	± 1.22

(VA=Vücut Ağırlığı; VKİ=Vücut Kütle İndeksi)

Tablo 1 incelendiğinde araştırmaya katılan gönüllülerin antropometrik ve demografik değerleri görülmektedir.

Tablo 2. Dikey sıçrama, ortalama ve zirve güç, 30 m sürat ve dikey sıçra farkları

DEĞİŞKENLER	Sigara İçen (Sİ) (14)		Sigara İçmeyen (NS) (14)		T-TEST
	X	S	X	S	
30m Sürat (sn)	5.0	± 0.27	4.97	± 0.62	0.12
Dikey Sıçrama (cm)	241.8	± 8.17	246.1	± 7.80	0.96
Dikey Sıçrama Fark (cm)	38.2	± 3.33	40.8	± 5.58	0.00
Ortalama Güç (newton)	9953.1.	± 385.4	10227.0	± 477.1	0.42
Zirve Güç (newton)	18298.1	± 740.0	18805.2	± 953.8	0.28

Tablo 2 incelendiğinde, NS grubunda dikey sıçrama farklılığı Sİ grubuna göre istatistiksel olarak anlamlıdır ($p < .05$). Diğer değişkenler incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmamasına rağmen NS lehine verilerin parametrelere göre daha iyi çıktığı belirlendi.

TARTIŞMA

Çalışmanın amacı; yaşları 18-25 arasındaki olan tesadüfi olarak seçilmiş kadın öğrencilerin 30 m. sürat, dikey sıçrama, anaerobik ortalama ve zirve güç performansıyla, sigara alışkanlıkları arasındaki ilişkinin belirlenmesidir. Bulgular incelendiğinde dikey sıçrama farklılığının sigara içmeyen kadınlarda daha iyi çıktığı gözlemlendi.

Literatür incelendiğinde; Lee ve Chang, (2013) sigara içmenin kız üniversite öğrencileri arasında maksimal aerobik kapasite, anaerobik kapasite ve kalp atım hızı değişkenliği üzerindeki etkileri araştırıldı. Çalışmanın sonucunda, kadın sigara içenlerin egzersiz yorgunluğunu arttırabileceği ve aralıklı bir sprint testi sırasında ortalama performanslarını düşürebileceği ve maksimum aerobik kapasitelerini azaltabileceği belirlenmiştir. Ayrıca, sigara içmenin parasempatik sinir aktivitesini azaltabileceği ve sempatik kalp kontrolünü aktive edeceği gözlemlenmiştir (Lee ve Chang, 2013). Zorba ve Ziyaligil, (1998) yaşları 18-25 arasındaki KTÜ birinci sınıfında okuyan, tesadüfi olarak seçilmiş öğrencilerinin fizyolojik ve antropometrik yapılarıyla birlikte, sigara alışkanlıkları ile spor yapma alışkanlıkları arasındaki ilişkinin belirlenmesi amacıyla yaptığı çalışmanın sonucunda, spor yapanlarla yapmayanlarının, vital kapasite, esneklik, pençe kuvveti (sağ ve sol), sırt kuvveti, bacak küveti, anaerobik güç, aerobik güç, vücut yağ yüzdesi ve antropometrik yapılardan endomorfik ve mezomorfik değişkenleri arasında 0.05 seviyesinde yapılan 't' test analizine göre anlamlı fark gözlemiştir (Zorba ve Ziyaligil, 1998).

Sigara içmek, kadın içicilerin 30 m. sürat, dikey sıçrama, ortalama güç, zirve güç ve dikey sıçrama farklarının sigara kullanmayan kadınlara göre kötü olmasında önemli faktör olabilir. Bu nedenle performans öncesi dikey sıçrama, 30 m sürat gibi aktiviteleri uygulayanların sigara kullanmaması önerilmektedir.

KAYNAKLAR

1. Ezzati M, Lopez AD. Estimates of global mortality attributable to smoking in 2000. *Lancet*. 2003;362(9387):847–852.
2. Colberg SR, Casazza GA, Horning MA, Brooks GA. Increased dependence on blood glucose in smokers during rest and sustained exercise. *J Appl Physiol*. 1994;76(1):26–32.
3. Di Matteo V, Pierucci M, Di Giovanni G, Benigno A, Esposito E (2007) The neurobiological bases for the pharmacotherapy of nicotine addiction. *Curr Pharm Des* 13:1269–1284
4. Levin ED, McClernon FJ, Rezvani AH (2006) Nicotinic effects on cognitive function: behavioral characterization, pharmacological specification, and anatomic localization. *Psychopharmacology* 184:523–539
5. King CE, Dodd SL, Cain SM. O₂ delivery to contracting muscle during hypoxic or CO hypoxia. *J Appl Physiol*. 1987;63(2):726–732.
6. Johnson, D. L., Bahamonde, R. (1996). Power output estimate in university athletes. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 10(3), 161–166.
7. Zorba, E., & Ziyagil, M. A. (1998). Sigara içen/içmeyen ve spor yapan/yapmayan üniversite öğrencilerinin bazı fizyolojik ve antropometrik özelliklerinin karşılaştırılması. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(3), 11-20.

**BEING SUBJECT TO RESRICTIONS, LIMITATIONS AND BARRIERS: A THEMATIC
ANALYSIS OF INDIVIDUALS' EXPERIENCES IN LEISURE ACTIVITY**
**KISITLAMALARA, SINIRLILIKLARA VE ENGELLERE TABİ OLMAK: BİREYLERİN
SERBEST ZAMAN ETKİNLİĞİNDEKİ DENEYİMLERİNİN TEMATİK ANALİZİ**

Nalan BİLGİÇ

Yüksek Lisans Öğrencisi, İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü
Cemal GÜNDOĞDU

Prof. Dr., İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü
Arş. Gör. Yalın AYGÜN

Arş. Gör., İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü
Öğr. Gör. Şakir TÜFEKÇİ

Öğr. Gör., İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü

ABSTRACT

The aim of this study was to describe experiences of parents and trainers towards disabled children' engagement with swimming lessons within a leisure context. 24 parents who have previously enrolled their children in swimming lessons and 9 trainers with more than 6 years relevant work experience were interviewed using open-ended questions. The data were analyzed using thematic analysis. Analysis resulted in a synthesis of the various ways parents and trainers experienced restrictions, limitations and barriers: (1) Deficiencies of Sports Facility and Transportation, (2) Financial Issues, (3) Poor Time Management, (4) Lack of Well Trained Staff, (5) Obstacles in Learning, (6) Problematic Commitment, and (7) Fear and Anxiety. This study demonstrates that disabled children' engagement with swimming lessons as leisure experience was extensively associated with being limited and restricted, where most of the activities could be performed in facilities which specially designed for disabled children. Furthermore, the limitations included parents' limited financial means and their poor time management in sending their children to swimming lessons. Paradoxically, the results also show that parents experienced being limited in the extent to which they and their children were able to interact with staff, as they seemed to be ill-trained. Although commitment is an essential element of successful teaching, Trainers considered their connection with the children during lessons as extravagant and problematic. As learning disability, dilatoriness and discontinuity among children were apparent, limitations also affect the experiences negatively. Moreover, both parents and trainers highlighted that anxiety and fear evolved into a constant companion which burden and limit children' engagement with swimming lessons.

Keywords: Disabled Children, Leisure Time Experience, Naturalistic Approach,

ÖZET

Bu çalışmanın amacı, ebeveynlerin ve eğiticilerin, serbest zaman bağlamında engelli çocukların yüzme derslerine katılımlarına yönelik deneyimlerini betimlemektir. Çocuklarını daha önce yüzme kursuna kaydeden 24 ebeveyn ve 6 yıldan fazla ilgili iş tecrübesine sahip 9 eğitmenle açık uçlu sorular kullanılarak görüşüldü. Veriler tematik analiz kullanılarak analiz edildi. Analizler, ebeveynlerin ve eğiticilerin çeşitli sınırlılıklar, kısıtlamalar ve engeller yaşadıkları çok yönlü bir sentezle sonuçlandı: (1) Spor Tesisi ve Ulaştırma Yetersizliği (2) Mali Sorunlar, (3) Kötü Zaman Yönetimi, (4) İyi Eğitimli Personel Eksikliği, (5) Öğrenmedeki Engeller, (6) Sorunlu Bağlılık ve (7) Korku ve Kaygı. Bu çalışma, engelli çocukların boş zaman deneyimi olarak yüzme dersleriyle etkileşimlerinin, sınırlı ve kısıtlı olmayla ilişkili olduğunu, etkinliklerin çoğunun engelli çocuklar için özel olarak tasarlanmış tesislerde yapılması gerektiğini göstermektedir. Ayrıca, kısıtlamalar, ebeveynlerin sınırlı finansal imkânlarını ve çocuklarını yüzme derslerine göndermedeki zayıf zaman yönetimini içermektedir. Paradoksal olarak, sonuçlar aynı zamanda ebeveynlerin ve çocuklarının, personel ile etkileşime girme derecelerinin sınırlı kaldığını ve kısıtlı olduğunu göstermektedir. Çocuklarda; öğrenme güçlüğü, uşengeçlik ve devamsızlık belirgin olduğundan, bu sınırlamalar deneyimleri olumsuz yönde etkilemektedir. Ayrıca hem ebeveynler

hem de eğitimci kaygının ve korkunun, çocukların yüzme derslerine katılımını zorlaştıran ve sınırlayan süreklilik teşkil eden unsurlar olduğunu vurgulamaktadır.

Anahtar kelimeler: Engelli Çocuklar, Serbest Zaman Deneyimi, Doğal Yaklaşım

1. Giriş

Dünya Sağlık Örgütü verilerine göre, 7 milyardan fazla olan dünya nüfusunun 1 milyardan fazlasında çeşitli engellilik durumu bulunmaktadır. Dünya nüfusunun yaklaşık yüzde 15'ine denk gelen bu sayı her geçen yıl artmaktadır [1]. Türkiye istatistik kurumu verilerine göre ise Türkiye'de yaklaşık 5 milyon engelli bulunmaktadır. Bu, Türkiye nüfusunun yaklaşık yüzde 6,6'sını oluşturmaktadır.

Engelli tanımı, özrü kanununa göre şöyle yapılmaktadır: “Doğuştan veya sonradan herhangi bir nedenle bedensel, zihinsel, ruhsal, duygusal ve sosyal yeteneklerini çeşitli derecelerde kaybetmesi nedeni ile toplumsal yaşama uyum sağlama ve günlük gereksinimlerini karşılama güçlüğü olan korunma, bakım, rehabilitasyon, danışmanlık ve destek hizmetlerine ihtiyaç duyan kişi.” Bu tanımdan yola çıkarak şunu varsayabiliriz ki, engelli bireylerin günlük hayatta karşılaştıkları zorluklar belirlenerek, özel gereksinimleri karşılandığında ve ihtiyaç duydukları hizmetler ve eşit erişim hakkını hedefleyen düzenlemeler sunulduğunda, toplumsal yaşama uyumları artacak ve “engellilik” durumu, “engellenmişlik” durumuna dönüşmeyecektir [2]. Bu hususta engelli bireylerin serbest zamanlarını nasıl değerlendirdikleri ve edindikleri deneyimlerin çeşitliği önem teşkil edebilir.

Serbest zaman Latince “licere” sözcüğünden türetilmiştir. Diğer bir deyişle sınırlandırılmamış, özgürce yapılan etkinliklerdir. Bireyin kendi adına giriştiği, güdümeden yoksun etkinliklerdir. İlk olarak bu kavram üzerinde Aristoteles fazlasıyla durmuş ve serbest zamanı özgür bir zaman olarak nitelendirmiştir [3]. Pek çok yanlış kaniya istinaden; işten eve gelip, televizyon karşısında maç izleyip kahve içmek serbest zaman etkinliği değil, dinlenmektir. Serbest zaman günlük yaşamın gereksinimlerinden özgür olabilmek, bu zamandan içsel zevk ve mutluluk duymak anlamı taşır [4]. Engelli bireylerin serbest zamanlarını yüzme etkinliği ile değerlendirmeleri ile ilgili eğitimcilerin ve ebeveynlerin deneyimledikleri sınırlılıklar, sınırlamalar ve engeller bu araştırmanın odak noktasını oluşturmaktadır. Bu çalışmanın amacı, ebeveynlerin ve eğitimcilerin, serbest zaman bağlamında engelli çocukların yüzme derslerine katılımlarına yönelik deneyimlerini betimlemektir.

2. Metodoloji

Başlangıçta bu araştırmanın modeli bütünü ile ileriye dönük olarak tasarlanmadı. Model tasarımı ve stratejisi ile ilgili kararlar süregelen olmakla beraber, araştırmanın pratiği ve bağlamını temel aldı [5]. Buna bağlı olarak araştırma tek fazda gerçekleştirildi ve nitel araştırma yöntemleri ve yaklaşımları kullanıldı [6,7,8]. Araştırma, sınırlılıkları dâhilinde öngörülen sorunların nedenleri ve muhtemel çözüm yolları üzerine düşünce üreten nitel yöntemli bir girişimdir [9]. Bu araştırmanın süreci bir problemin tanımlanması ile başladı. Bu süreç, problemin kuramsal olarak incelenmesi ve geçmiş araştırmaların haritalandırılması ile devam etti. Bu aşamada, elde edilen çıktılar ile problemin doğasına yönelik temel ve bütüncül bir anlayış kazanılmaya çalışıldı. Anlayışın kazanılmasından sonra, araştırmanın amacı bağlamında derinlemesine zengin bir keşif süreci başladı [10]. Bu keşif, araştırma modelinin tasarlanması, veri üretme sürecinin planlanmasını [11,12], yaklaşımların belirlenmesini ve entegrasyonu [13] ve veri analizi aşamalarının döngüsel olarak işletilmesini içermektedir. Çocuklarını daha önce yüzme kursuna kaydeden 24 ebeveyn ve 6 yıldan fazla ilgili iş tecrübesine sahip 9 eğitimciyle açık uçlu sorular kullanılarak görüşüldü. Veriler tematik analiz kullanılarak analiz edildi. Tematik analiz Braun ve Clarke tarafından açıklanan altı aşama kullanılarak gerçekleştirildi: Birinci Aşama (Veriye Aşına Olma), İkinci Aşama (Başlangıç Kodları Oluşturma), Üçüncü Aşama (Temaları Arama), Dördüncü aşama (Temaları İnceleme), Beşinci Aşama (Temaları Tanımlama ve Adlandırma) ve Altıncı Aşama (Raporun Oluşturulması) [14].

3. Bulgular ve Yorumlamalar

Ebeveynlerin ve eğitimcilerin serbest zaman etkinliğindeki deneyimleri ile ilgili bulgulara, yorumlamalara ve açıklamalara bu bölümde değinildi. Analizler, ebeveynlerin ve eğitimcilerin çeşitli sınırlılıklar, kısıtlamalar ve engeller yaşadıkları çok yönlü bir sentezle sonuçlandı: (1) Spor Tesisi ve

Ulaştırma Yetersizliği (2) Mali Sorunlar, (3) Kötü Zaman Yönetimi, (4) İyi Eğitimli Personel Eksikliği, (5) Öğrenmedeki Engeller, (6) Sorunlu Bağlılık ve (7) Korku ve Kaygı.

3.1. Spor Tesisi ve Ulaştırma Yetersizliği

Bireylerin serbest zaman etkinliğindeki deneyimlerinin analizleri sonucunda yüzme derslerine devam eden çocukların, ulaşım sıkıntısından ve tesis yetersizliklerinden dolayı sorunlar yaşadıkları saptanmıştır. Araştırmaya katılan birtakım ebeveyn ve eğitmen görüşleri bu durumu şöyle ifade etmiştir:

“Servis yok bu bizim için büyük bir sorun evde başka çocuğum da var onu bırakıp gelmek zor oluyor.” (Ebeveyn)

“Serviste eşlik edecek bir personel yok, biz getirip götürüyoruz evde küçük kardeşini bırakıp çıkamıyoruz.” (Ebeveyn)

“Servis olmadığı için otobüsle geliyoruz çok zor oluyor. Çünkü kardeşim kalabalıktan ve gürültüden rahatsız oluyor bu yüzden otobüste bağırıyor ağlıyor onu sakinleştiremiyorum.” (Ebeveyn)

“Havuz çok küçük yaş kategorisi yok buda kızımı kendinden büyük erkek çocuklarla bir arada yüzme konusuna beni tedirgin ediyor.” (Ebeveyn)

“Duş, kabin ve lavabo sayıları çok az duş ve lavabo için çocuklar fazla bekliyor.” (Eğitmen)

“Özel çocuklar için ayrı bir havuz olmadığı için diğer aileler çocuklarımızı dışlıyor.” (Ebeveyn)

“Tek bir havuz olduğu için tüm dersler bir havuzda yapılıyor. Zihinsel engelli çocuklar, normal çocuklardan farksız duruyor. Buda iletişimsizliğe neden oluyor.” (Eğitmen)

3.2. Mali Sorunlar

Bireylerin serbest zaman etkinliğindeki deneyim süreçlerindeki sınırlılıkların başında mali sorunlar ilk sıralarda belirmiştir. Ebeveynlerin ve eğiticilerin, serbest zaman bağlamında engelli çocukların yüzme derslerine katılımlarındaki mali sorunlar büyük bir sınırlılık olarak saptandı. Ebeveyn ve eğiticilerin görüşleri şu şekildedir:

“Ekipman teminleri uzun sürüyor genelde, aidatlarda gecikme oluyor.” (Eğitmen)

“Normal bireyler ile engelli birey arasında fiyat farkı olmalıdır; çünkü yüzme bizim için bir lüks değil mecburiyettir.” (Ebeveyn)

“Maddi yetersizlik verimsizliğimize neden oluyor, eğitmendeki maddi tatminsizlik derslerdeki verimini etkiliyor.” (Ebeveyn)

“Kantin fiyatları dışardaki kafelerle aynı fiyatlarda. Bence, buradaki fiyatlar daha uygun olmalı.” (Ebeveyn)

3.3. Kötü Zaman Yönetimi

Yüzme derslerine devam eden çocukların, uygun olmayan ders saatlerinden dolayı büyük sıkıntılar yaşadıklarını ve bu durumun ebeveynlerin ve eğitmenlerin zaman yönetimini olumsuz yönde etkilediği ses kayıt dökümlerine yapılan analizlerde tespit edildi. Zamanın kötü yönetimi sıkıntılı ve verimsiz bir sürece zemin hazırlamaktadır. Ebeveynler ve eğitmenler bu konudaki engelleri şu şekilde dile getirmektedir:

“Ders saatleri mesai saatinde ya da geç saatlerde olduğu için devamsızlık yapıyor çocuklar.” (Eğitmen)

“Ders saatleri genelde öğünlere denk geliyor bu da ilaç saatlerinin aksamasına neden oluyor.” (Ebeveyn)

“Eşimden ayrırım ama çocuğum babası ile gitmek istiyor derse fakat babasının diğer çocuklarının okul saatine denk geldiği için eşlik edemiyor.” (Ebeveyn)

“Yüzme dersleri rehabilitasyon merkezi ile aynı saatte olduğundan devam edemiyoruz.” (Ebeveyn)

3.4. İyi Eğitimli Personel Eksikliği

Her süreçte olduğu gibi bireylerin serbest zaman etkinliğindeki deneyim süreçlerindeki engellerin oluşumunda da personelin önemli bir faktör olduğu çalışmaya katılan ebeveyn söylemlerinde saptandı.

“Kursa kayıt yaptırdığımız gün çocuğumuza bir personel özürlü diye hitap etti.” (Ebeveyn)

“Eğitmenler normal çocuklara davrandığı gibi adaletli ve sabırlı davranmıyor.” (Ebeveyn)

“Normal çocuklara konmuş kurallar engelli çocuklarımız için de geçerliymiş. Bir ayrıcalık olmalı.” (Ebeveyn)

“Tesis memurları kızıma galoş giymediği için ceza uygulamış. Bu tip ceza uygulamaları engelli çocuklar için hiç uygun değil bence.” (Ebeveyn)

3.5. Öğrenmedeki Engeller

Bireylerin serbest zaman etkinliğindeki deneyimlerinin analizleri sonucunda yüzme derslerine devam eden çocukların, öğrenmedeki engelleri olduğu saptanmıştır. Araştırmamıza katılan bazı ebeveyn ve antrenörlerin bu konudaki görüşleri şu şekildedir:

“Son yıllarda çocukların öğrenmedeki başarıları düştü.” (Eğitmen)

“Bazı sorunlardan dolayı devam sorunu yaşayan çocuklar daha geç öğreniyor.” (Eğitmen)

“Kızım çok sosyal olmadığı için geç adapte oluyor.” (Ebeveyn)

“Engelli çocuklar çok sık hasta olup devam edemiyorlar, bu da öğrenmeyi güçleştiriyor.” (Eğitmen)

“Çocuğum antrenöre güvenmediği için adapte olamıyor.” (Ebeveyn)

“Kızımın su fobisi yüzme öğrenmesini zorlaştırıyor.” (Ebeveyn)

“Bazı velilerin tribünde oturup dersi izlemesi çocukları korkutuyor ve dikkatleri dağılıyor.” (Eğitmen)

Tema Altı: Sorunlu Bağlılık

Toplumsal bir varlık olan insan sürekli çevresi ile bir iletişim ve ilişki halindedir. Bu esnada sağlıklı veya sağlıklı olmayan ilişkiler kurulabilir. Engelli bireylerin bu süreçleri problematik olabilir. Engelli çocukların eğitimcileri karşı oluşturduğu aşırı bağlılık, problematik olarak algılanmaktadır.

“Kızım eğitmenine olan duygularından dolayı her gün derse gitmek istiyor, bu da işlerimize ve kardeşleriyle vakit geçirmemize engel oluyor.” (Ebeveyn)

“Eğitmenine duyduğu aşırı bağlılıktan dolayı kızım yaz tatilinde bizimle gelmek istemiyor. Kursa devam etmek istiyor.” (Ebeveyn)

“Oğlum eğitmenine olan bağlılığından dolayı bize sorun çıkartıyor, eğitmeninin bizimle yaşamaması konusunda annesini suçluyor.” (Ebeveyn)

“Eğitmen kızıma kızınca hepimize küsüyor, ilaçlarını almıyor ve okula gitmiyor.” (Ebeveyn)

3.7. Korku ve Kaygı

Koku ve kaygı insan hayatını her anlamda etkileyen güçlü duygulardandır. Serbest zaman etkinliği kapsamında yüzme dersine devam eden engelli çocukların ders esnasındaki korku ve kaygıları ebeveyn ve eğitimci tarafından deneyim edildi. Görüşmede yer alan söylemler şu şekildedir:

“Zeminler kaygan, oğlumuz kaymaktan korkuyor. Bu yüzden elimi tutmadan havuza girmiyor.” (Ebeveyn)

“Kızımın istismar edilmesinden korkuyorum. Çünkü zihinsel engelli ve savunmasız.” (Ebeveyn)

“Havuzda engelli bariyerleri yok. Oğlum bilincini kaybediyor. Bazen düşüp başını çarptığı için tedirginiz.” (Ebeveyn)

“Kızım down sendromlu ve bağışıklık sistemi çok zayıf. Havuzun hijyeninden endişe ediyorum. Çünkü sürekli idrar yolu enfeksiyonu ile karşı karşıya kalıyoruz.” (Ebeveyn)

“Oğlum ve kızımın su fobisi var, boğulmaktan korkuyor ve suya tek başına giremiyor.” (Ebeveyn)

4. Sonuç

Bu araştırma, engelli çocukların serbest zamanlarını yüzme etkinliği ile değerlendirmeleri ile ilgili ebeveynlerin ve eğitimcilerin deneyimledikleri sınırlılıkları, sınırlamaları ve engelleri keşfetmeyi amaçlamaktadır.

Araştırma, engelli çocukların boş zaman deneyimi olarak yüzme dersleriyle etkileşimlerinin, sınırlı ve kısıtlı olmayla ilişkili olduğunu, etkinliklerin çoğunun engelli çocuklar için özel olarak tasarlanmış tesislerde yapılması gerektiğini göstermektedir. Ayrıca, kısıtlamalar, ebeveynlerin sınırlı finansal imkânlarını ve çocuklarını yüzme derslerine göndermedeki zayıf zaman yönetimini içermektedir. Paradoksal olarak, sonuçlar aynı zamanda ebeveynlerin ve çocuklarının, personel ile etkileşime girme derecelerinin sınırlı kaldığını ve kısıtlı olduğunu göstermektedir. Çocuklarda; öğrenme güçlüğü, üşengeçlik ve devamsızlık belirgin olduğundan, bu sınırlamalar deneyimleri olumsuz yönde etkilemektedir. Ayrıca hem ebeveynler hem de eğitimci kaygının ve korkunun, çocukların yüzme derslerine katılımını zorlaştıran ve sınırlayan süreklilik teşkil eden unsurlar olduğunu vurgulamaktadır.

Araştırma bulgularının genellenebilmesi nitel bulguları takip eden ve onları daha geniş kitlelere genelleyecek bir nicel araştırmayı gerekli kılmaktadır. Bu anlamda, ileride yapılacak araştırmalarda nicel boyutun da göz önünde bulundurulması önerilmektedir.

Kaynaklar

1. <https://www.aa.com.tr/tr/dunya/dunyadaki-engelli-sayisi-gun-gectikce-artiyor/1327364>
2. <https://www.dogus.edu.tr/ogrenci/engelli-ogrenci-birimi/engelli-tanimi>
3. <https://eksisozluk.com/serbest-zaman--1717938>
4. <https://eksisozluk.com/serbest-zaman--1717938>
5. Mason, J. (2002). *Qualitative researching* (2th Editio). Great Britain: Cromwell Press.
6. Blaikie, N. (2009). *Designing social research* (2nd Editio). Malden, USA: Polity Press.
7. Denzin, N., & Lincon, Y. (2018). *The sage handbook of qualitative research* (5th ed.). London: Sage.
8. Marshall, C., & Rossman, G. B. (2011). *Designing qualitative research* (5th ed.). London: Sage.
9. Silverman, D. (2013). *Doing qualitative research* (4th ed.). London: Sage.
10. Denzin, N. K., & Lincoln, Y. (2005). *Sage Handbook of qualitative research*. Thousand Oaks, CA: Sage.
11. Marshall, C., & Rossman, G. B. (2011). *Designing qualitative research* (5th ed.). London: Sage.
12. Seale, C. (1999). *The Quality of Qualitative Research*. London: Sage.
13. Fielding, N. G., & Fielding, J. L. (1986). *Linking Data*. London: Sage.

14. Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3, 77–101.

ULTRA MARATON VE MARATON KOŞUCULARINDA SAĞLIKLI YAŞAM BİÇİMİ
DAVRANIŞLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ
EVALUATION OF HEALTHY LIFE BEHAVIOR IN ULTRA MARATON AND MARATHON
RUNNERS

AYŞE EDA KINACI

Doktora Öğrencisi, İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, (Sorumlu Yazar)

FARUK AKÇINAR

Dr. Öğr. Üyesi, İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

TAHİR VOLKAN ASLAN

Doktora Öğrencisi, İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

ÖZET

Sağlıklı yaşam biçimi davranışları veya aktiviteleri manevi gelişim, sağlık sorumluluğu, fiziksel aktivite, beslenme, kişilerarası ilişkiler ve stres yönetimidir. Bu çalışmanın amacı ultra maraton ve maraton koşan sporcularda sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını değerlendirmektir.

Araştırmaya ultra maraton ve maraton koşan 243 sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılara demografik verilerden oluşan bir anket ile Walker tarafından düzenlenen ve 2008 yılında Bahar ve arkadaşları tarafından Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmış olan “Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Değerlendirme Ölçeği II” uygulanmıştır. Ölçeğin Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı 0,905 olarak saptanmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistik analizi, t testi ve Kruskal Wallis testi kullanılmıştır.

Katılımcıların sağlıklı yaşam biçimi davranışları puan ortalaması 144,77±18,39 bulunmuştur. Alt boyutlardan en düşük puan ortalaması 21,57±4,18 ile stres yönetimi iken, manevi gelişim alt boyutu 28,49±4,20 puan ile en yüksek değerdir. Sporcuların medeni durumu, eğitim düzeyleri, yaşadıkları yer, çalıştıkları sektörün sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını etkilemediği saptanmıştır (p>0,05). Erkeklerde kadınlara göre fiziksel aktivite ve beslenme alt boyutlarında puan ortalamalarının daha düşük olduğu belirlenmiştir. Haftalık koştukları kilometre sayısı az olan sporcularda sağlık sorumluluğu ve sağlıklı yaşam biçimi davranışları puanları daha yüksek olduğu saptanmıştır. Düşük gelirli sporcularda fiziksel aktivite alt boyutu dışında diğer alt boyutlar ve sağlıklı yaşam biçimi davranışları puanlarının yüksek olduğu belirlenmiştir. Başka branşla ilgilenen ve genç sporcularda fiziksel aktivite ve stres yönetimi alt boyutları puan ortalamalarının daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Sonuç olarak ultra maraton ve maraton koşan sporcularda sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının orta düzeyde olduğu, alt boyutlarda en yüksek puan manevi gelişim iken en düşük puanın stres yönetimi olduğu belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Sağlıklı Yaşam, Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları, Ultra Maraton, Maraton.

ABSTRACT

Healthy lifestyle behaviors or activities are spiritual development, health responsibility, physical activity, nutrition, interpersonal relationships and stress management. The aim of this study was to evaluate healthy lifestyle behaviors in ultra-marathon and marathon athletes.

243 ultra-marathon and marathon athletes participated in the study voluntarily. The participants were administered a questionnaire consisting of demographic data and “Healthy Lifestyle Behavior Assessment Scale II” which was conducted by Walker in 2008 and conducted by Bahar et al. The Cronbach's alpha reliability coefficient of the scale was found to be 0.905. Descriptive statistical analysis, t test and Kruskal Wallis test were used to evaluate the data.

The mean score of healthy lifestyle behaviors of the participants was 144,77±18,39. The lowest mean score of the sub-dimensions was stress management with 21,57±4,18, while the spiritual development sub-dimension was the highest with 28,49±4,20 points. It was found that the marital status of the athletes, their education level, the place they live and the sector they work for do not affect the healthy

lifestyle behaviors ($p > 0.05$). The mean scores of physical activity and nutrition subscales were lower in males than females. Health responsibility and healthy lifestyle behaviors scores were higher in athletes who had few kilometers of weekly running. Except for the physical activity sub-dimension, low-income athletes had higher scores on other sub-dimensions and healthy lifestyle behaviors. It was found that the average scores of physical activity and stress management subscales were higher in athletes who are younger and interested in another branch.

As a result, it was determined that healthy lifestyle behaviors were moderate in the ultra-marathon and marathon athletes, while the highest score in the sub-dimensions was spiritual development and the lowest score was stress management.

Key Words: Healthy Living, Healthy Lifestyle Behaviors, Ultra Marathon, Marathon.

1.GİRİŞ

Sağlık davranışının içine; kişinin inançları, beklentileri, güdüleri, değerleri, algıları, kişisel tavırları, alışkanlıkları ve psikolojik özellikleri gibi faktörler girmektedir (Gochman,1988).

Sağlıklı yaşam biçimi; bireyin içinde yaşadığı sosyal ve kültürel ortamında bireysel olarak bağımsız sağlık olgularına hakimiyetini tanımlar (Özüdoğru,2013). Fiziksel aktivitenin gelişmesi ve bu aktivitenin davranışa yansımalarıyla bireyi daha iyi seviyeye taşınması sağlıklı yaşam biçimini açıklar (Altay vd.2015).

Morbidite ve mortalite oranları bireylerin yaşamlarındaki sağlıkla ilgili uygulama ve davranışlardan etkilenmektedir. Bireyin sağlığı ile ilişkili davranışlarını kontrol ederek, uygun davranışları seçmesi ve uygulaması gerekmektedir. Bireylerin bu davranışlarını tutum haline getirerek sağlıklı yaşam sürmeleri ve var olan sağlık durumunun daha iyi olabilmesi istenmektedir.

Sağlıklı yaşam biçimi davranışları kendini gerçekleştirme, sağlık sorumluluğu, fiziksel aktivite, beslenme, kişiler arası ilişkiler ve stres yönetimi olmak üzere 6 maddeden oluşur (Hacıhasanoğlu vd.2011; Shaheen vd.2015). Bireylerin bu konularda istenen davranışlar geliştirmesi beklenir.

2.YÖNTEM

Araştırma Türkiye’de ultra maraton ve maraton koşan sporcular ile gerçekleştirilmiştir. Gönüllülük esasıyla 243 sporcu çalışmaya katılmıştır. Verilerin toplanmasında araştırmacı tarafından hazırlanan 13 soruluk sosyo-demografik anket kullanılmıştır. Sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını değerlendirmek adına 1987’de Walker, Sechrist ve Pender tarafından düzenlenen ve 2008 yılında Bahar ve arkadaşları tarafından Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmış olan “Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Değerlendirme Ölçeği II” uygulanmıştır. Ölçeğin tüm maddeleri olumludur. İşaretleme 4’lü likert tipli ölçek üzerinden yapılır. “Asla” yanıtı için 1, “Bazen” yanıtı için 2, “Sık sık” yanıtı için 3, “Düzenli olarak” yanıtı için 4 puan verilir. Ölçeğin tamamı için en düşük puan 52 ve en yüksek puan 208’dir (Karadamar,2010).

Verilerin istatistiksel analizleri için spss programı kullanılmıştır. Tanımlayıcı istatistikler için ortalama, standart sapma değerleri alınmıştır. Kolmogorov-Smirnov testi ile normal dağılım gösteren verilerde t testi, normal dağılım göstermeyen verilerde Kruskal Wallis testi uygulanmıştır. İstatistiksel anlamlılık için $p < 0,05$ kabul edildi.

3.BULGULAR

Araştırmaya katılan sporcuların %2,5’u 20-29 yaş,%23,5’u 30-39 yaş,%41,2’si 40-49 yaş, %23,5’u 50-59 yaş, %9,5’u 60 yaş ve üzeridir. Sporcuların %19,3’ü kadın, %80,7’si erkek olup, %70,8’i evli ve %29,2’si bekar. Katılımcıların %52,3’ünün büyükşehirde, %47,7’sinin ise daha küçük yerleşim yerlerinde yaşadığı görülmektedir. Sporcuların %51,9’u lisans, %26,3’ü lise, %16,0’sı yüksek lisans ve doktora, %5,8’i de ilk ve ortaokul mezunudur. Gelir düzeylerine bakıldığında %1,6’sı çok düşük gelir,%17,3’ü düşük gelirli, %51,9’u orta gelirli,%29,2’sinin yüksek gelirli olduğu görülmektedir. Sporcuların %42,8’i özel sektörde,%25,9’u kamu sektörü,%15,2’si diğer sektörlerde çalışmakta iken %16,0’ı emeklidir. Haftalık koştuıkları kilometreler incelendiğinde %21,0’ının 0-80 km,%31,3’ünün 81-150

km,%31,7'sinin 151-300 km ve %16,0'ının 301 km ve üzeri koştuğu görülmektedir. Katılımcılarda %7,8'inde sağlık problemi varken %92,2'sinde sağlık sorunu bulunmamaktadır. Sporculardan %54,3'ü koşu dışında başka spor branşıyla ilgilenirken,%45,7'si başka bir branşla ilgilenmemektedir (Tablo 1).

Tablo 1.Sporcuların tanımlayıcı özellikleri

		S	%
YAŞ	20-29	6	2,5
	30-39	57	23,5
	40-49	100	41,2
	50-59	57	23,5
	60-+	23	9,5
CİNSİYET	KADIN	47	19,3
	ERKEK	196	80,7
MEDENİ DURUM	EVLİ	172	70,8
	BEKAR	71	29,2
YAŞADIĞI YER	B.ŞEHİR	127	52,3
	DİĞER	116	47,7
EĞİTİM DÜZEYİ	İLK-ORTAOKUL	14	5,8
	LİSE	64	26,3
	LİSANS	126	51,9
	Y.LİSANS+DOKTORA	39	16,0
GELİR DÜZEYİ	0-1500 tl	4	1,6
	1501-3000 tl	42	17,3
	3001-4500 tl	48	19,8
	4501-6000 tl	78	32,1
	6001 ve üzeri tl	71	29,2
ÇALIŞTIĞI YER	ÖZEL	104	42,8
	KAMU	63	25,9
	EMEKLİ	39	16,0
	DİĞER	37	15,2
HAFTALIK KAÇ KM KOŞUYOR	0-80 km	51	21,0
	81-150 km	76	31,3
	151-300 km	77	31,7
	301-üzeri km	39	16,0
SAĞLIK PROBLEMİ	VAR	19	7,8
	YOK	224	92,2
BAŞKA BRANŞLA İLGİLENİYORMU	EVET	132	54,3
	HAYIR	111	45,7

Tablo 2.Sporcuların Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği II Puan Ortalamaları

ALT FAKTÖRLER	$\bar{X}\pm SS$	Elde Edilen Alt-Üst Puanlar
Sağlık Sorumluluğu	21,63±4,79	9-35
Fiziksel Aktivite	23,33±4,01	12-32
Beslenme	22,90±3,90	13-33
Manevi Gelişim	28,49±4,20	19-36
Kişiler Arası İlişkiler	26,85±3,98	14-36
Stres Yönetimi	21,57±4,18	12-32
TOPLAM PUAN	144,77±18,39	95-190

Katılımcıların sağlıklı yaşam biçimi davranışları ölçeğine göre aldıkları toplam puanların ortalaması 144,7±18,39'dur. Sporcuların alt faktörlerden aldıkları puan ortalamaları incelendiğinde en yüksek puan ortalamasının manevi gelişim olduğu (28,49±4,20),ardından sırasıyla kişiler arası ilişkiler (26,85±3,98), fiziksel aktivite (23,33±4,01),beslenme (22,90±3,90),sağlık sorumluluğu (21,63±4,79) ve stres yönetiminin (21,57±4,18) geldiği görülmektedir (Tablo 2).

Tablo 3.Sporcuların tanımlayıcı bazı özelliklere göre SYBDÖ II puan ortalamalarının karşılaştırılması

SYBDÖ II PUAN ORTALAMASI							
	Sağlık Sor.	Fiziksel Aktivite	Beslenme	Manevi Gelişim	Kişilerarası İlişkiler	Stres Yönetimi	SYBD toplam
	$\bar{X} \pm SS$	$\bar{X} \pm SS$	$\bar{X} \pm SS$	$\bar{X} \pm SS$	$\bar{X} \pm SS$	$\bar{X} \pm SS$	$\bar{X} \pm SS$
Cinsiyete göre							
Kadın	22,64±5,04	24,60±3,61	24,19±3,74	28,00±4,48	26,72±3,94	21,30±4,38	147,45±18,43
Erkek	21,38±4,71	23,03±4,05	22,59±3,89	28,61±4,13	26,88±4,00	21,64±4,14	144,13±18,37
	p=0,107	p=0,016*	p=0,011*	p=0,371	p=0,806	p=0,618	p=0,268
Medeni duruma göre							
Evli	21,74±4,63	23,32±4,05	22,93±4,03	28,46±4,14	26,97±3,89	21,40±4,01	144,82±18,30
Bekar	21,34±5,17	23,37±3,93	22,82±3,61	28,58±4,37	26,58±4,21	21,99±4,56	144,66±18,75
	p=0,549	p=0,935	p=0,838	p=0,842	p=0,492	p=0,323	p=0,952
Yaşadığı yere göre							
B.şehir	21,98±4,70	23,72±4,08	22,76±3,97	28,17±4,30	26,86±3,87	21,25±4,20	144,73±18,85
Diğer	21,24±4,88	22,91±3,90	23,05±3,84	28,84±4,07	26,84±4,12	21,92±4,14	144,82±17,96
	p=0,233	p=0,119	p=0,557	p=0,214	p=0,979	p=0,213	p=0,971
Başka branşla ilgili mi							
Evet	21,70±5,10	24,29±3,80	23,11±3,86	28,83±4,15	26,92±4,14	22,11±4,20	146,95±18,42
Hayır	21,54±4,42	22,20±3,96	22,65±3,95	28,10±4,23	26,77±3,80	20,94±4,07	142,19±18,10
	p=0,801	p=0,000**	p=0,364	p=0,180	p=0,758	p=0,030*	p=0,044*
Sağlık problemi var mı							
Evet	22,68±4,93	23,47±3,35	23,42±4,99	27,74±3,42	26,95±3,45	21,68±3,91	145,95±15,76
Hayır	21,54±4,78	23,32±4,06	22,85±3,81	28,56±4,26	26,84±4,03	21,56±4,21	144,67±18,63
	p=0,317	p=0,874	p=0,544	p=0,414	p=0,914	p=0,903	p=0,773

Sporcuların SYBDÖ II puan ortalamaları ve cinsiyet ilişkilerine bakıldığında; kadınlarda fiziksel aktivite ve beslenme alt faktörleri ortalamalarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir ($p < 0,05$). Diğer alt faktörler ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlılık saptanmamıştır

($p > 0,05$). Araştırmaya katılanların medeni durumları ve SYBDÖ II puanları incelendiğinde aralarında herhangi bir anlamlılık olmadığı belirlenmiştir ($p > 0,05$). Katılımcıların yaşadıkları yer ile SYBDÖ II puanları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı saptanmıştır ($p > 0,05$). Başka branşla ilgilenen sporcularda SYBDÖ II puan ortalamasının ve fiziksel aktivite ile stres yönetimi alt faktör puan ortalamalarının daha yüksek olduğu görülmektedir ($p < 0,05$). Sağlık problemi olan ve olmayanlar sporcular arasında SYBDÖ II puan ortalamaları arasında bir anlamlılık görülmemiştir (Tablo 3).

Tablo 4. Sporcularda diğer değişkenlerle SYBDÖ II puan ortalamalarının karşılaştırılması

SYBDÖ II PUAN ORTALAMASI							
	Sağlık Sor.	Fiziksel Aktivite	Beslenme	Manevi Gelişim	Kişilerarası İlişkiler	Stres Yönetimi	SYBD toplam
	\bar{X}	\bar{X}	\bar{X}	\bar{X}	\bar{X}	\bar{X}	\bar{X}
Yaş gruplarına göre							
20-29	173,83	205,00	141,67	174,92	156,08	154,67	179,08
30-39	133,61	119,26	107,86	110,12	113,64	98,60	110,11
40-49	120,04	121,71	122,45	123,24	120,02	122,17	122,07
50-59	107,35	114,97	122,10	116,96	125,76	129,65	119,41
60 ve üzeri	124,57	125,80	149,72	144,76	133,09	151,78	142,70
	p=0,114	p=0,047*	p=0,171	p=0,099	p=0,549	p=0,014*	p=0,105
Eğitim düzeyine göre							
İLK+ ORTAOKUL	107,54	92,64	133,68	110,11	117,07	117,50	114,00
LİSE	112,92	114,95	112,83	118,09	116,58	111,96	110,66
LİSANS	124,01	123,21	119,79	125,39	121,05	125,07	124,61
Y.LİSANS+ DOKTORA	135,59	140,19	140,00	121,72	135,74	130,18	135,06
	p=0,356	p=0,123	p=0,242	p=0,826	p=0,577	p=0,543	p=0,338
Çalıştığı yere göre							
ÖZEL	125,50	123,91	122,77	115,00	120,00	113,38	118,21
KAMU	131,29	126,57	112,74	128,66	120,74	130,74	127,37
EMEKLİ	117,41	116,00	145,47	125,65	129,26	137,32	131,28
DİĞER	101,16	115,16	110,85	126,47	122,12	115,19	113,74
	P=0,187	p=0,805	p=0,092	p=0,602	p=0,914	p=0,190	p=0,602
Gelir düzeyine göre							
0-1500 tl	109,62	137,12	210,25	186,88	160,00	155,88	169,12
1501-3000 tl	108,05	98,85	122,62	121,96	114,18	125,49	112,43
3001-4500 tl	145,49	141,44	135,97	142,71	147,69	147,16	152,33
4501-6000 tl	111,05	123,47	116,00	106,83	104,52	102,31	106,45
6000 tl ve üzeri	127,10	120,08	113,81	121,04	126,32	122,65	121,58
	p=0,041*	p=0,073	p=0,044*	p=0,024*	p=0,010*	p=0,010*	p=0,004*
Haftalık koşulan km ye göre							
0-80 km	138,62	104,97	115,68	120,32	123,25	121,03	118,45
81-150 km	105,06	117,25	113,37	110,58	110,70	107,25	105,34
151-300 km	132,35	135,59	134,35	128,23	126,29	127,99	135,42
301 km ve üzeri	112,85	126,69	122,71	134,14	133,94	140,18	132,63
	p=0,022*	p=0,092	p=0,265	p=0,281	p=0,332	p=0,087	p=0,044*

Tablo 4 incelendiğinde sporcuların yaş grupları ile fiziksel aktivite ve stres yönetimi alt boyutları arasında anlamlılık olduğu ve genç sporcularda puan ortalamalarının daha yüksek olduğu görülmektedir. Sporcuların eğitim düzeyi ve çalıştıkları sektör ile SYBDÖ II puan ortalamaları arasında bir anlamlılık bulunamamıştır. SYBDÖ alt boyutlarında fiziksel aktivite dışında diğer tüm alt boyutlarla sporcuların gelir düzeyleri arasında anlamlılık bulunduğu saptanmıştır. Düşük gelirli sporcularda SYBD puan ortalamalarının daha yüksek olduğu görülmektedir. Katılımcıların haftalık koştukları kilometreye göre SYBDÖ II puan ortalamalarının karşılaştırılmasında sağlık sorumluluğu alt boyutu ile SYBD toplam puanları arasında anlamlılık olduğu bulunmuştur ($p<0,05$). Haftalık koşulan kilometre sayısı azaldıkça sağlık sorumluluğu alt boyutundaki puanların yükseldiği görülmektedir. Koşucularda 0-80 km koşanlar 81-150 km koşanlara göre, 151-300 km koşanlar ise 301 km ve üzeri koşanlara göre SYBD toplam puanlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır.

4.TARTIŞMA VE SONUÇ

Türkiye’de ultra maraton ve maraton yarışlarına katılan aktif sporcuların sağlıklı yaşam biçimi davranışları 52 maddeden oluşan SYBDÖ II kullanılarak değerlendirilmiştir. Sporcuların sosyo-demografik özellikleri ile SYBD ölçeğindeki alt boyutların ve toplam puanlarının karşılaştırılması yapılmıştır.

SYBD ölçeğinden alınabilecek en yüksek puan 208'dir. Sporcuların SYBDÖ II den aldıkları puanların ortalaması 144,77±18,39'dur. Ölçekten alınan puan ortalamaları iyi, orta, kötü olarak sınıflandırılırsa sporcuların ortalamasının iyi düzeyde olduğu bulunmuştur. Manevi gelişim alt boyutu 28,49±4,20 puan ile en yüksek değer iken, en düşük puan ortalaması 21,57±4,18 ile stres yönetimi alt boyutuna aittir. Diğer alt boyutlar incelendiğinde kişiler arası ilişkiler puanı (26,85±3,98), fiziksel aktivite puanı (23,33±4,01), beslenme puanı (22,90±3,90) ve sağlık sorumluluğu puanının (21,63±4,79) olduğu görülmektedir. Bartın ve Erzurum'da Besyo öğrencileri üzerinde yapılan çalışmada en yüksek puan kendini gerçekleştirme alt boyutu iken en düşük puanın egzersiz alt boyutu olduğu saptanmıştır (Bozhüyük, 2010; Bozkuş vd, 2013; Özkan ve Yılmaz, 2008; Sivrikaya vd, 2013; Karadamar vd, 2014; Ünalın vd, 2007; Can et al, 2008; Altun, 2008; Yıldırım, 2005; Sevindik, 2011; Al-Qahtani, 2015). Tıp fakültesi öğrencileriyle yapılan çalışmada en düşük puanların beslenme ve fiziksel aktivite alt boyutlarına ait olduğu bulunmuştur (Nacar, vd. 2014). Üniversite öğrencileriyle gerçekleştirilmiş bir başka çalışmada ise sıralama, Kendini Gerçekleştirme, Kişiler Arası İlişki, Beslenme, Stres Yönetimi, Sağlık Sorumluluğu ve Fiziksel Aktivite şeklinde ortaya çıkmıştır (Ulla and Pérez ,2009). Literatürdeki çalışmalarda sıralamanın farklı olmasına karşın kendini gerçekleştirme alt boyutunun ilk sırada olması çalışmamızla paralellik göstermektedir.

Araştırmamızda kadın sporcuların fiziksel aktivite ve beslenme düzeylerinin erkeklerden yüksek olduğu bulunmuştur. Öğretmenler üzerine yapılan bir çalışmada kadın öğretmenlerin beslenme düzeyinin erkeklerden yüksek olduğu saptanmıştır (Üçdal, 2019). Sınıf öğretmenleri üzerinde yapılan bir çalışmada erkek öğretmenlerinin egzersiz ve stres yönetimi düzeylerinin kadın öğretmenlerden yüksek olduğu sonucu bulunmuştur (Karakoç,2006).Cinsiyet ile SYBD puanlarının karşılaştırıldığı bir başka çalışmada erkeklerin fiziksel aktivite ve stres yönetiminden, kadınların ise sağlık sorumluluğundan daha yüksek puan aldıkları saptanmıştır (Alır,2018). Asistanlar üzerinde yapılan bir araştırmada ise cinsiyet ve alınan puanlar arasında bir fark bulunamamıştır (Güneş ve Türkol, 2012). Çukurova Üniversitesi Sağlık Bilimleri öğrencilerinin sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının değerlendirilmesi çalışmasında erkek öğrenciler fiziksel aktiviteden, kız öğrenciler diğer tüm alt gruplardan daha yüksek puan almışlardır (Bozhüyük,2010). Cinsiyet değişkeniyle ilgili literatürdeki çalışmalar farklılık göstermektedir.

Çalışmamızda sporcuların medeni durumu ve SYBD puanları arasında anlamlılık bulunamamıştır. İran'da yapılan bir çalışmada medeni durum ile SYBDÖ puanı arasındaki ilişkinin anlamlı olmadığı belirtilmiştir (Rakhshani vd. 2014). Çalışmamızda sporcuların medeni durumu ve SYBD puanları arasındaki ilişki saptanamamıştır. Beden eğitimi öğretmenleri üzerinde yapılan bir çalışmada evlilerin bekarlara oranla SYBD puanlarının daha yüksek olduğu saptanmışken(Kılıç,2017), diğer çalışmalar araştırmamızdaki gibi SYBD puanları ile medeni durum arasında bir farklılık saptanamamıştır (Kafkas vd.2012;Özyazgan,2016).

Bu çalışmada eğitim düzeyi ile SYBD toplam puanları ve alt boyutları arasında bir anlamlılık bulunmamıştır. Çalışmamızı destekler nitelikte yetişkin bireyler üzerinde yapılan bir araştırma da eğitim düzeyinin SYBD puanlarına etkili olmadığı bulunmuştur (Özer,2018). Bir başka çalışmada ise eğitim düzeyi yükseldikçe SYBDÖ II den alınan puanların yükseldiği belirlenmiştir (Alemdar,2016). Yalçınkaya ve arkadaşlarının sağlık çalışanları üzerinde yaptıkları çalışmada bireylerin öğrenim düzeyleri arttıkça egzersiz alışkanlıkları alt ölçeği dışındaki tüm alt ölçeklerin puanları ve SYBDÖ puanının da anlamlı olarak arttığı belirtilmiştir (Yalçınkaya vd. 2007). Çin'de yapılan bir çalışmada öğrenim düzeyi ile SYBDÖ puanı ve tüm alt ölçek puanları arasında pozitif anlamlı ilişki olduğu belirtilmiştir (Cheng vd.2015). Altay'ın kadınlar üzerinde yaptığı çalışmada ise öğrenim düzeyi ile SYBDÖ puanı ve alt ölçek puanları arasındaki ilişkinin anlamlı olmadığı belirtilmiştir (Altay,2006). Literatürdeki çalışmaların çoğu çalışmamızı destekler niteliktedir.

Araştırmamızda herhangi bir sağlık problemi olan ve olmayan sporcular arasında SYBD puanları açısından bir farklılık bulunmamıştır. Literatürde çalışmamızı destekler nitelikte araştırmalar mevcuttur (Kaba,2018;Tokuç ve Berberoğlu 2007;Altay vd. 2015). Bir başka çalışmada ise sürekli izlem ya da tedavi gerektiren hastalığa sahip olanların egzersiz, kendini gerçekleştirme ve stres yönetimi alt ölçek puan ortalamaları düşük bulunmuştur (Uz ve Kitiş,2017).

Çalışmamızda başka branşla ilgilenen sporcularda ve daha genç yaş gruplarında fiziksel aktivite ve stres yönetimi alt boyut puanlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bir başka çalışmada yaş arttıkça beslenme alışkanlığı ve kendini gerçekleştirme alt ölçek puanlarının anlamlı olarak arttığı, yaş artışı ile egzersiz alışkanlığı alt ölçek puanının anlamlı olarak azaldığı belirtilmiştir (Bagwell and Bush,2000). Çin’de yapılan bir çalışmada yaş ile kendini gerçekleştirme ve kişiler arası destek alt ölçek puanları arasında pozitif anlamlı ilişki olduğu; SYBDÖ puanı, sağlık sorumluluğu, fiziksel aktivite ve stres yönetimi alt ölçek puanları arasında negatif anlamlı ilişki olduğu belirtilmiştir(Cheng vd., 2015). Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan çalışmada yaş arttıkça sağlık sorumluluğu alt ölçeği puan ortalamasının arttığı, stres yönetimi alt ölçek puan ortalamasının azaldığı saptanmıştır (Ayaz vd.2005). Sağlık hizmetlerinde çalışan bireyler üzerinde yapılan bir çalışmada ve Altay’ın kadınlar üzerinde yaptığı çalışmada ise, yaş ile SYBDÖ puanı ve alt ölçek puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (Altay,2006;Pasinlioğlu ve Gözüm,1998). Bir başka çalışmada ise yaş değişkenleri açısından sağlıklı yaşam biçimi davranışları ölçeği alt boyutlarında hiçbir anlamlı farklılığa rastlanmamıştır (Tortumluoğlu,2003).

Araştırmaya katılan sporculardan gelir düzeyi düşük olanların fiziksel aktivite dışında diğer alt boyutları ve SYBD toplam puan ortalamalarının anlamlı şekilde yüksek olduğu belirlenmiştir. Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bir çalışmada bireylerin ekonomik durumu iyileştikçe, beslenme alt grubu puanın da anlamlı olarak arttığı belirtilmiştir (Ayaz vd.2005). Bir başka çalışmada bireylerin algılanan ekonomik durumları iyileştikçe kendini gerçekleştirme ve stres yönetimi alt ölçek puanlarının da anlamlı olarak arttığı görülmektedir (Özyazgan,2016). Bir başka çalışmada bireylerin ekonomik düzeyleri arttıkça SYBDÖ puanı, beslenme alışkanlığı, kendini gerçekleştirme, egzersiz alışkanlığı ve stres yönetimi alt ölçek puanlarının da anlamlı olarak arttığı belirtilmiştir (Cihangiroğlu,2010). Literatürde pek çok çalışma araştırmamızın aksine ekonomik durum iyileştikçe SYBD puanlarının arttığı saptanmıştır (Karadeniz vd.,2008; Koçoğlu ve Akın, 2009).

Sonuç olarak ultra maraton ve maraton koşan sporcularda SYBDÖ II puanlarının iyi düzeyde olduğu, en yüksek puanın manevi gelişim alt boyutuna ait olduğu görülmektedir. Manevi gelişim alt boyutundaki bu puan yüksekliği uzun mesafe koşan kişilerde ruhsal dayanıklılık ve kendini gerçekleştirmiş olmanın verdiği huzurla açıklanabilir.

KAYNAKLAR

- Alemdar S. *Özel bir zayıflama merkezine devam eden yetişkin kadınlarda sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının ağırlık kaybına yansımalarının değerlendirilmesi*(Tez). Başkent Üniversitesi, Sağlık Bilimler Enstitüsü, Beslenme ve Diyetetik Anabilim Dalı Yüksek lisans tezi; 2016.
- Alır İ,Ankara Sincan Devlet Hastanesi Dahiliye Polikliniğine Başvuran Hastaların Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının Değerlendirilmesi. Gazi Üniversitesi. Halk Sağlığı Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi.2018.
- Altay B. Samsun 6 Nolu Sağlık Ocağı Bölgesindeki 15–49 Yaş Evli Kadınların Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Tıp Dergisi* 2006, 23(1): 1-8.
- Altay B, Çavuşoğlu F, Güneştaş İ. "Tıp Fakültesi Hastanesi’nde Çalışan Hemşirelerin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları ve Etkileyen Faktörler." *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi*, 2015, 8;1.
- Altun, İ., 2008, Effect of A Health Promotion Course on Health Promoting Behaviours of University Students, Eastern Mediterranean Health Journal, 14, s04, s880-s887.
- Ayaz S, Tezcan S, Akıncı F. Hemşirelik Yüksekokulu Öğrencilerinin Sağlığı Geliştirme Davranışları. *C.Ü.Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi* 2005, 9(2): 26-34.
- Al-Qahtani, M.F., 2015, Health-Promoting Lifestyle Behaviors among Nurses in Private Hospitals in Al-Khobar, Saudi Arabia, Journal of the Egyptian Public Health Association, 90, s01, s29-s34.
- Bagwell MM, Bush HA. Improving health promotion for blue-collar workers. *J Nurs Care Qual* 2000, 14(4): 65-71.
- Bozhüyük, A. 2010, Çukurova Üniversitesi Sağlık Bilimleri Öğrencilerinin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının Değerlendirilmesi, Tıpta Uzmanlık Tezi, Çukurova Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Aile Hekimliği Anabilim Dalı, Adana.

- Bozkuş, T. vd., 2013, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda Öğrenim Gören Öğrencilerin Fiziksel Aktivite Düzeyleri ile Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının Belirlenmesi ve İlişkilendirilmesi, *International Journal of Science Culture and Sport*, 1, s03, s49-s65.
- Can, G. et al, 2008, Comparison of The Health-Promoting Lifestyles of Nursing and Non-Nursing Students in İstanbul, Turkey, *Nursing & Health Sciences*, 10, s04, s273-s280.
- Cihangiroğlu Z. Elazığ Sağlık Yüksekokulu Öğrencilerinin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları ve Etkileyen Faktörler. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Halk Sağlığı Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Elazığ: Fırat Üniversitesi, 2010.
- Cheng J, Wang T, Li F, Xiao Y, Bi J, Chen J, Sun X, Wu L, Wu S, Liu Y, Luo R, Zhao X. Self-rated health status and subjective health complaints associated with health-promoting lifestyles among urban Chinese women: a crosssectional study. *PLoS One* 2015, 10(2): 1-13.
- Gochman DS .Health Behaviour Emerging Research Perspectives.Plenum Pres.NewYork,1988.
- Güneş, G., Türkol, E. (2012). İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi Hastanesine ihtisas yapan asistanların sağlıklı biçimi davranışları, *İNÖNÜ ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ DERGİSİ*, 19(3), 66-159.
- Hacıhasanoğlu, R., Yıldırım, A., Karakurt, P., Sağlam, R. (2011). Healthy Lifestyle Behaviour in University Students and Influential Factors in Eastern Turkey. *International Journal of Nursing Practice*, 17: 43-51.
- Kaba A, Malatya İlinde Özel Hastaneye Başvuran Bireylerin Beslenme Durumları ile Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları İlişkisi, İstanbul Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi.2018.
- Kafkas M. Emin , KAFKAS Armağan Şahin, ACET Mehmet. Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranış Düzeylerinin İncelenmesi. 2012 s.51.
- Karadamar, M. (2010). Ergenlerin Kiloları İle İlgili Algılarının Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları İle İlişkisi. Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Anabilim Dalı, Mersin.
- Karadamar, M. vd, 2014, Ergenlerin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının Değerlendirilmesi, *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 17,s03, s131-s139.
- Karadeniz G, Yanık E, Uçum K, Dedeli Ö, Karaağaç Ö. Üniversite Öğrencilerinin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları. *TAF Preventive Medicine Bulletin* 2008, 7(6): 497-502.
- Karakoç, A. Sınıf Öğretmenlerinin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları ve Bu Davranışları Etkileyen Bazı Faktörlerin Belirlenmesi ve İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Cumhuriyet Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sivas: Cumhuriyet Üniversitesi Yayınları.2006.
- Kılıç L.Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının Bazı Değişkenlere Göre Değerlendirilmesi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi,2017.
- Koçoğlu D, Akın B. Sosyoekonomik Eşitsizliklerin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları ve Yaşam Kalitesi İlişkisi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Elektronik Dergisi* 2009, 2(4): 145-54.
- Nacar, M. vd, 2014, Health Promoting Lifestyle Behaviour in Medical Students: a Multicentre Study from Turkey, *Asian Pacific Journal of Cancer Prevention*, 15, s20, s8969-s8974.
- Özer S, Edirne İl Merkezinde Yaşayan Yetişkinlerin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları ve Fiziksel Aktivite Durumu ile Kullandıkları Zayıflama Yöntemlerinin Saptanması. İstanbul Okan Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi.2018.
- Özkan, S. ve Yılmaz, E, 2008, Hastanede Çalışan Hemşirelerin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 3, s07, s90-s104.
- Özudođru E. *Üniversite personelinin fiziksel aktivite düzeyi ile yaşam kalitesi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi Programı, Yüksek Lisans Tezi., Burdur, 2013.
- Özyazgan A A, Elazığ Eğitim ve Araştırma Hastanesi Diyet Polikliniğine Zayıflamak İçin Başvuran Bireylerde Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları, Yeme Davranış Bozuklukları ve Etkileyen Faktörler, Yüksek Lisans Tezi, İnönü Üniversitesi.2016.
- Pasinlioğlu T, Gözüm S. Birinci Basamak Sağlık Hizmetlerinde Çalışan Sağlık Personelinin Sağlık Davranışları. *C. Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi* 1998, 2(2): 60-8.
- Rakhshani T, Shojaiezadeh D, Lankarani KB, Rakhshani F, Kaveh MH, Zare N. The Association of Health-Promoting Lifestyle With Quality of Life Among the Iranian Elderly. *Iran Red Crescent Med J* 2014, 16(9): 1-6.
- Sevindik, F., 2011, Fırat Üniversitesi Öğrencilerinde Problemler İnternet Kullanımı ve Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının Belirlenmesi, Doktora Tezi. İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

- Shaheen, A.M., Nassar, O.S., Amre, H.M., Hamdan-Mansour, A.M. (2015). Factors Affecting Health-Promoting Behaviors of University Students in Jordan. *Health*, 7;1-8.
- Sivrikaya, A. H. vd. 2013, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğretmenlik Bölümü Öğrencilerinin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının İncelenmesi, Balıkesir Sağlık Bilimleri Dergisi, 2, s03, s133-s138.
- Tokuç B, Berberoğlu U. "Edirne merkez ilçe ilköğretim okullarında çalışan öğretmenlerde sağlığı geliştirici davranışlar." *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni* 6.6 2007: 421-426.
- Tortumluoğlu G. Klimakterik Dönemdeki Kadınlara Verilen Planlı Sağlık Eğitiminin Menopozal Yakınma, Tutum ve Sağlık Davranışlarına Etkisi. 2003, Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, 146 sayfa, Erzurum.
- Ulla Díez, S.M. and Pérez Fortis, 2009, A. Socio-demographic predictors of health behaviors in Mexican college students, *Health Promotion International Oxford Journal*, 25, s01, s85-s93.
- Uz, D., & Kitiş, Y. *Bir Hastanede Çalışan Hemşirelerin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları ve Öz Etkililik Düzeylerinin Belirlenmesi. Gazi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2017. 2(3), 27-39.
- Üçdal C, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının İncelenmesi. Atatürk Üniversitesi Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü. Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi. 2019.
- Ünalın, D. vd, 2007, Meslek Yüksekokullarının Sağlık ve Sosyal Programlarında Öğrenim Gören Öğrencilerin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları ve Öz-Bakım Gücü Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, İ.Ü. Tıp Fakültesi Dergisi, 14, s02, s101-s109.
- Yalçınkaya M, Özer FG, Karamanoğlu AY. Sağlık Çalışanlarında Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının Değerlendirilmesi. *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni* 2007, 6(6): 409-20.
- Yıldırım, N., 2005, Üniversite Öğrencilerinin Bazı Sosyo-Demografik Özelliklerinin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarına Etkisi, Yüksek Lisans Tezi, Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYLERİNİN ÇEŞİTLİ
DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ
INVESTIGATION OF PHYSICAL ACTIVITY LEVELS OF SECONDARY SCHOOL STUDENTS
IN TERMS OF VARIOUS VARIABLES

Tahir Volkan ASLAN

Doktora Öğrencisi, İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü,
Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, (sorumlu yazar)

Faruk AKÇINAR

Dr. Öğr. Üyesi, İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi Antrenörlük Eğitimi Bölümü

Ayşe Eda KINACI

Doktora Öğrencisi, İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

ÖZET

Bu çalışma ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite seviyelerinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırma betimsel nitelikte bir çalışma olup veriler anket yöntemi ile toplanmıştır. Araştırmaya 232 erkek 170 kadın toplam 402 öğrenci katılmıştır. Veriler Mersin ili ve merkez ilçelerinden araştırmaya gönüllü olarak katılmak isteyen ortaokul öğrencilerinden kişisel bilgi formu ve Crocker ve diğerleri (1997) tarafından geliştirilen, Türkçe geçerlilik güvenilirlik çalışmaları Tanır (2013) tarafından yapılan Çocuklar için Fiziksel Aktivite Ölçeği'nin (Physical Activity Questionnaire for Older Children [PAQ-C]) Türkçeye uyarlanmış hali olan Çocuklar için Fiziksel Aktivite Ölçeği (ÇFAÖ) formu kullanılarak elde edilmiştir. İkili karşılaştırmalar için Mann Whitney U testi ve çoklu karşılaştırmalar için Kruscal Wallis H testlerinden faydalanılmıştır. Çoklu karşılaştırmalarda farkın kaynağını bulmak için non-parametrik veriler için kullanılan Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Araştırmada anlamlılık düzeyi olarak $p < 0.05$ olarak kabul edilmiştir. Çalışmamızın cinsiyet değişkenine göre erkek öğrencilerin kadın öğrencilere kıyasla daha yüksek fiziksel aktivite düzeyine sahip oldukları, söz konusu farklılığın istatistiksel açıdan anlamlı olduğu ($p < 0.05$), bunun yanında fiziksel aktivite düzeyinin beden kitle indeksi düşük olan öğrenciler lehine anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur ($p < 0.05$). Diğer demografik değişkenler açısından ele alındığı zaman ise öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin yaş değişkeninde istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Sonuç olarak araştırmaya katılan öğrenci grubunun fiziksel aktivite düzeylerinin düşük olduğu; cinsiyet, yaş ve beden kitle indeksi değişkenlerinin fiziksel aktivite düzeyi üzerinde önemli birer belirleyici olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Spor, Fiziksel Aktivite, Beden Kütle İndeksi, Ortaokul

ABSTRACT

The aim of this study was to investigate the physical activity levels of secondary school students.

The study was a descriptive study and the data were collected by questionnaire method. A total of 402 students (232 male, 170 female) participated in the study. The data were obtained from secondary school students who want to participate voluntarily from the central districts of Mersin. Personal information form and Physical Activity Scale For Children (PAQ-C) which was reformed by Crocker et al. (1997) and whose Turkish validity and reliability study conducted by Tanır (2013) as Turkish version of the Physical Activity Scale for Children (CFAQ) were used in the study. Mann Whitney U test was used for paired comparisons and Kruscal Wallis H test was used for multiple comparisons. The Mann Whitney U test for non-parametric data was used to find the source of the difference in multiple comparisons. In the study, $p < 0.05$ was considered significant.

It was found that according to the gender variable of our study, male students had higher physical activity levels than female students, the difference was statistically significant ($p < 0.05$), in addition, physical activity level was significantly higher in favor of students with low body mass index ($p < 0.05$). In terms of other demographic variables, it was found physical activity levels of the students showed statistically significant differences in age. As a result, it can be said that the physical activity levels of the students

who participate in are low; the variables of gender, age and body mass index are important determinants of physical activity level.

Keywords: Sports, Physical Activity, Body Mass Index, Secondary School

1.GİRİŞ

Fiziksel aktivite; organizmanın dinlenme sürecinde harcadığı enerjiye ek olarak iskelet kasları tarafından üretilen ve enerji harcamasında artışa zemin hazırlayan vücut hareketlerini ifade etmektedir. Tanımdan da anlaşılacağı gibi fiziksel aktivitenin en temel özelliği kas kasılması ile organizmada enerji oluşumu meydana gelmesidir. Bu kapsamda sadece egzersiz ve sportif etkinlikler değil, enerji harcaması ile sonuçlanan iş aktiviteleri, serbest zaman faaliyetleri ve günlük yaşam aktiviteleri de fiziksel aktivite kapsamına girmektedir (Taşkınöz, 2011: 7).

Vücudumuzun tamamını veya bir parçasını bir yerden bir yere taşıırken mutlaka hareket ederiz. Bu hareketler fiziksel aktivite olarak ta değerlendirilebilir. Yürümek, koşmak, sıçramak, yüzmek, bisiklete binmek, çömelmek, kalkmak, kol, bacak, baş ve gövde hareketleri gibi temel vücut hareketlerinin tümünü ya da bir kısmını içeren çeşitli spor dalları, dans, egzersiz, oyun ve gün içerisindeki aktiviteler fiziksel aktivite olarak kabul edilebilir (Bek, 2012).

Fiziksel aktivite hareketsiz bir hayat ve obezitenin de neden olduğu problemlere karşı önlem almayı amaçlayan stratejilerde olmazsa olmazlardan ve günlük yaşantısında aktif olan bireylerin hem fiziksel hem de zihinsel olarak daha sağlıklı oldukları, bunun sosyal bağlılığa ve yaşam kalitesi düzeyine de katkı sağladığı bilinmektedir. Sadece spor aktivitesi olarak düşünülen fiziksel aktivite insanların günlük hayatlarında sık sık karşılaşabildiği çalışma ortamlarında ve eğitim kuruluşlarında da rahatlıkla yapabileceği olanaklara sahip olduğu bilinmelidir (Edwards & Tsouros, 2006). Yapılan birçok çalışma da erişkinlik döneminde yapılan spor ve fiziksel aktivitenin beden sağlığını olumlu etkilediği görülürken ruhsal açıdan da yararı olduğu bilinmektedir. Ergen ortamını oluşturma da en önemli faktörlerden birisi bu dönem de katıldığı fiziksel aktivitelerdir. Bu aktivitelerle etkin katılım sağlayan ergenlerin kimlik ve benlik karmaşası yaşamadan kendine güven kazanması yönünde olumlu etkileri olmaktadır (Alpaslan, 2012).

Çocukların normal büyüme ve gelişmesini sağlaması sürecinde fiziksel aktivite çok önemli bir konu olarak karşımıza çıkmaktadır. Fiziksel aktivite toplum sağlığının geliştirilmesi içinde hayati unsurlardan biridir. Dolayısıyla fiziksel aktivite alışkanlığı gibi olumlu sağlık alışkanlıklarının erken yaşlarda kazanılıp geliştirilmesi ve hastalıklardan korunma programlarına da bu yaşlarda başlanması, enerji alımı ve harcaması arasındaki dengesizlikten kaynaklanan çocukluk obezitesinde de koruyucu olarak büyük rol oynayacak ve gelecekte daha sağlıklı bir toplum olma yolunda çok önemli bir adım olacaktır (Saygın, 2003)

Fiziksel aktiviteyle amaç, öncelikle bireylerin sağlık ve zindeliğini sağlamak, büyüme ve gelişimlerini desteklemek, hareketli bir yaşam tarzı oluşturarak ileride oluşacak osteoporoz riskine karşı kemik mineral yoğunluğunu arttırmak, şişmanlık, obezite ve kronik hastalıkların görülme sıklığını azaltmaktır (Baltacı, 2008). Düzenli olarak yapılması gereken fiziksel aktivite özellikle çocukluk ve ergenlik döneminde oldukça önemlidir. Kemik yapısının gelişimi bu yıllarda daha belirgin ortaya çıktığı için adolesanlarda fiziksel aktiviteye katılım ile sağlık arasındaki ilişki olumlu yönde artış sağlamaktadır. Ayrıca düzenli fiziksel aktivitenin, kan şekerini düşürmek, kolesterol, trigliserid ve LDL gibi kan yağlarını azaltmak, kan basıncını düşürmek, kanın pıhtılaşmasını önlemek ve insanın psikolojik durumunu düzelterek kendine olan güvenini sağlamak gibi daha sayamadığımız birçok faydaları vardır (Bayındır ve ark.,1995, Janssen, & LeBlanc, 2010).

Düzenli olarak yapılan fiziksel faaliyetler özellikle çocukların ve gençlerin sağlıklı büyümesi ve gelişmesinde önemli rol oynamaktadır. Fiziksel aktivite ve spor etkinliklerine katılım sosyal davranışların gelişimine katkı sağlamakla birlikte (Bailey, 2006: 397), özellikle yaşı küçük bireyler açısından önemli bir sosyalleşme aracı olarak da değerlendirilmektedir. Hemen hemen her çocuk oynadığı oyun ve katıldığı spor etkinlikleri sayesinde sosyalleşmektedir. Yine çocuklar açısından ele alındığı zaman spor etkinlikleri iyi bir öğrenci, iyi bir lider, iyi bir yurttaş ve iyi bir arkadaş olma

becerisini geliştirmektedir (Küçük ve Koç, 2004: 4). Yine düzenli olarak yapılan fiziksel aktivitelerin çocuk ve gençlerin sosyalleşmesinin yanında istenmeyen kötü alışkanlıkların önüne geçilmesi ve uzaklaştırılmasında, yetişkinlerin kronik hastalıklardan korunması veya tedavisinde, yaşlılıkta daha aktif bir yaşam sürdürmelerinde yani küçükten büyüğe herkesin yaşamları boyunca hayat kalitesinin artırılmasında önemli rol aldığı bilinmektedir (Baltacı, 2008).

2.MATERYAL VE YÖNTEM

2.1.Evren ve Örneklem

Araştırma evrenini, Mersin ili merkez ortaokullarda eğitim gören bireyler oluşturmaktadır. Örneklem gurubunu ise Mersin ili merkez ortaokullarında okuyan 232'si erkek, 170'i kadın toplam 402 öğrenci oluşturmaktadır.

2.2.Verilerin Toplanması

Araştırma grubundan elde edilen veriler araştırmacının kendisi tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu ve Crocker ve diğerleri (1997) tarafından geliştirilen, Türkçe geçerlilik güvenilirlik çalışmaları Tanır (2013) tarafından yapılan Çocuklar için Fiziksel Aktivite Ölçeği'nin (Physical Activity Questionnaire for Older Children [PAQ-C]) Türkçeye uyarlanmış hali olan Çocuklar için Fiziksel Aktivite Ölçeği (ÇFAÖ) kullanılmıştır. Ölçekte bireyin 7 gün boyunca yapmış olduğu fiziksel aktivite düzeyini hatırlamaya yönelik sorular yer almaktadır. Ölçek öğrencilerle yüz yüze görüşülerek yapılmıştır. Ölçekten elde edilen veriler bireyin fiziksel aktivite düzeyine ilişkin bilgiler vermektedir. Ölçekte yer alan maddeler 1-5 arasında derecelendirilmekte olup, ölçekte toplam 9 soru yer almaktadır. Katılımcıların fiziksel aktivite düzeylerinin belirlenmesinde soruların tamamının ortalamasından elde edilen veriler dikkate alınmaktadır. Ölçekte 1 puan en düşük fiziksel aktivite düzeyini, 5 puan ise en yüksek fiziksel aktivite düzeyini göstermektedir (Tanır, 2013: 51-52).

2.3.Beden Kütle İndeksi (BKİ)

Katılımcıların beden kütle indeksleri (BKİ) kilogram cinsinden vücut ağırlığının, metre cinsinden boyun karesine bölünmesi ile bulundu (Neyzi ve ark.,2008). Yorumlanmasında ise Dünya Sağlık Örgütü 2 -18 yaş arası çocuk ve gençlerde BKİ'yi değerlendirmek için yayınladığı yaşa ve cinse göre persentil tabloları kullanıldı. Bu tablolara göre BKİ'si 5.persentilden az olanlar zayıf, 5 ile 85. persentil arasında olanlar normal ya da sağlıklı kilolu, 85 ile 95. persentiller arasında olanlar fazla kilolu, 95. persentilin üzerinde olanlar ise obez olarak sınıflandırılmaktadır (WHO,1995).

2.4.Veri Analizi

Araştırma sonucu elde edilecek verileri çözümlemek amacıyla İstatistik paket programı (SPSS 22 Versiyon) kullanılmıştır. İstatistiksel analizler yapılmadan önce fiziksel aktivite düzeyine ilişkin verilerin normal dağılım gösterip göstermediği incelenmiştir. Yapılan Kolmogorov Smirnov testi sonucunda verilerin normal dağılım göstermediği tespit edilmiştir. Bu nedenle demografik değişkenlere göre karşılaştırma yapmak için non-parametrik analiz yöntemleri kullanılmıştır. İkili karşılaştırmalar için Mann Whitney U testi ve çoklu karşılaştırmalar için Kruscal Wallis H testlerinden faydalanılmıştır. Çoklu karşılaştırmalarda farkın kaynağını bulmak için non-parametrik veriler için kullanılan Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Araştırmada anlamlılık düzeyi olarak $p<0.05$ olarak kabul edilmiştir.

3.BULGULAR

Tablo 1: Araştırma grubunun frekans değerleri

Cinsiyet	N	%
Erkek	232	57,7
Kadın	170	42,3
Toplam	402	100
Yaş	N	%
11	87	21,6
12	103	25,6
13	145	36,1
14	67	16,7
Toplam	402	100
Beden Kütle İndeksi	N	%
Zayıf	73	18,2
Normal	285	70,9
Kilolu	44	10,9
Toplam	402	100

Tablo 2: Katılımcıların Fiziksel Aktivite Düzeylerine İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

	N	\bar{x}	SD
Fiziksel Aktivite Düzeyi	402	2,77	,86

Tablo 2 incelendiğinde, katılımcıların fiziksel aktivite düzeylerinin düşük seviyede olduğu görülmektedir.

Tablo 3. Araştırma grubunun Cinsiyet değişkenine göre analiz sonuçları

	Cinsiyet	n	\bar{x}	SD	Sıra Ortalaması	Sıra Top.	Z	P
Fiziksel Aktivite Düzeyi	Erkek	232	2,94	,86	222,98	51732,50	-4,331	,000**
	Kadın	170	2,55	,86	172,18	29270,50		

**p<0,01

Tablo 3 incelendiğinde, katılımcıların cinsiyetlerine göre fiziksel aktivite düzeylerinin arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu görülmektedir (p<0,05). Elde edilen bulgulara göre erkek öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri kadın öğrencilerden daha yüksektir.

Tablo 4. Araştırma grubunun yaş değişkenine göre analiz sonuçları

	Yaş	N	\bar{x}	SD	x^2	p	Fark U Test
Fiziksel Aktivite Düzeyi	a-11	87	3,05	,88	14,215	,003*	c<a, b d<a
	b-12	103	2,85	,88			
	c-13	145	2,62	,83			
	d-14	67	2,27	,72			

*p<0,05

Tablo 4 incelendiğinde, katılımcıların yaşlarına göre fiziksel aktivite düzeylerinin arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu görülmektedir (p<0,05). Elde edilen bulgulara göre 11 ve 12 yaş grubundaki bireylerin fiziksel aktivite düzeylerinin 13-14 yaş grubu öğrencilerden daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 5. Araştırma grubunun Beden Kütle İndeksi (BKİ) değişkenine göre analiz sonuçları

	BKİ	N	\bar{x}	SD	x^2	p	Fark U Test
Fiziksel Aktivite Düzeyi	a- Zayıf	73	2,71	,86	19,919	,000**	c<a, b
	b-Normal	285	2,87	,88			
	c- Kilolu	44	2,27	,72			

**p<0,01

Tablo 5 incelendiğinde, katılımcıların Beden Kütle İndekslerine (BKİ) göre fiziksel aktivite düzeylerinin arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu görülmektedir ($p<0,05$). Elde edilen bulgulara göre Beden Kütle İndekslerine göre kilolu grupta yer alan öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin zayıf ve normal gruptaki öğrencilere göre daha düşük olduğu görülmektedir.

4.TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırmada ortaokullarda eğitim-öğretime devam eden bireylerin fiziksel aktivite düzeyleri çeşitli değişkenler açısından incelenmiştir.

Araştırmaya katılan öğrenci grubunun fiziksel aktivite düzeylerinin düşük olduğu tespit edilmiştir. Eskiden çocuklar, parklarda, bahçelerde veya sokaklarda bolca hareket edip oynayarak vakit geçirirken, günümüzde ise hayat şartlarının da getirdiği yenilikler ve değişen sosyal yapının da etkisiyle artık zamanlarını genelde evlerde teknolojik aletlerin (tv, telefon,bilgisayar ve tablet) başında hareketsiz bir şekilde geçirmektedirler. Dolayısıyla bu tip hareketsiz yaşamla birlikte fiziksel aktivite düşüklüğü, hazır gıda ve fast food türü besin maddelerinin tüketilmesi de çocuklar arasında obezite ile birlikte; tip2 diyabet, hiperlipidemi, kardiyovasküler sorunlar gibi diğer sağlık problemlerini de beraberinde getirmekte ve bu sorunların yaygınlaşmasına neden olmaktadır (Yeşiller, 2013; Weis at al.,2004).Yapılan çalışmalar incelendiğinde de birçok araştırmada çocukların fiziksel aktivite düzeylerinin düşük olduğu, çalışma bulgularımızın literatürle paralellik gösterdiği sonucunu ortaya çıkarmaktadır. Nitekim Akman ve diğerleri tarafından 2012 yılında yapılan araştırmada adolesan dönemde bulunan çocuklarda sağlıklı beslenme konusundaki bilgi ve alışkanlık düzeyleri ile fiziksel aktivite düzeyi incelenmiş, araştırma sonunda öğrencilerin fiziksel aktiviteye katılım düzeylerinin düşük olduğu (haftada ortalama 2 gün), öğrencilerin %49,7'sinin düzenli spor yapma alışkanlığı bulunmadığı tespit edilmiştir (Akman ve ark.,2012). Uçar'ın 2014'de yaptığı adolesan dönemdeki kadın ve erkeklerde fiziksel aktivite düzeyinin belirlenmeyi amaçladığı araştırmada ise, adolesanların sadece %16,7'sinin fiziksel açıdan aktif oldukları, %32,2'sinin ise orta düzeyde aktif olduğu bulunmuştur. Aynı araştırmada adolesanların %51,1 gibi oldukça büyük bir bölümünün fiziksel açıdan inaktif olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Uçar, 2014).

Araştırma grubunun cinsiyet değişkenine göre fiziksel aktivite düzeyleri arasında erkek öğrenciler lehine istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu görülmüştür. Wang ve ark.'nın 2007 yılında ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeylerini inceledikleri araştırmada kadın öğrenciler ile kıyaslandığı zaman erkek öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur (Wang ve ark.,2007). 2015 yılında Hekim ve Yüksel tarafından yapılan benzer bir çalışmada ise ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri incelenmiş ve fiziksel açıdan yüksek düzeyde aktif olma durumunun erkek öğrenciler lehine yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Hekim ve Yüksel, 2015). Arslan'ın 2003 yılındaki fiziksel aktivite düzeylerinin belirlenmesi için yapmış olduğu çalışmada da erkeklerin düzeyinin kadınlardan yüksek olduğunu tespit ortaya koymuştur (Arslan, 2003). Erkeklerin kızlara oranla daha fazla aktif olmasının pek çok nedeni olmakla beraber, erkek sporları ve etkinliklerinin okul yaşamında daha fazla hakim olması nedeniyle hareketli oldukları ve çevre güvenliğinin kızlara oranla daha uygun olduğu düşünülmektedir (Crocker,1995). Araştırmamızda elde edilen bulgular ile literatür bulgular paralellik göstermektedir.

Araştırma grubumuzun yaşlarına göre fiziksel aktivite düzeylerinin arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Elde edilen bulgulara göre 11 ve 12 yaş grubundaki bireylerin fiziksel aktivite düzeylerinin 13-14 yaş grubu öğrencilerden daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Buna sebep olarak 7 ve 8. Sınıflardan yani 13-14 yaşlardan itibaren ailelerin de etkisiyle öğrencilerin sınav kaygısıyla akademik başarıyı ön plana almaları ve zamanlarının çoğunu merkezi sınavlara ağırlık vererek geçirmiş olmalarından kaynaklandığını düşündürmektedir. Kaymaz'ın 2016 yılında ortaokul öğrencilerinde fiziksel aktivite düzeyinin yaş değişkenine göre inceledikleri araştırma bulgularımızı destekler nitelikteki araştırmada, kadın ve erkek öğrencilerde fiziksel aktivite düzeyinin yaş artışına paralel olarak azaldığı tespit edilmiş, 13-14 yaş grubunda bulunan öğrenciler ile kıyaslandığı zaman 11-12 yaş grubunda bulunan öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Kaymaz, 2016). Yine 2001 yılında Dwyer ve ark. tarafından yapılan çalışmada da fiziksel aktivite düzeyinin yaş değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılık gösterdiği ortaya konmuştur (Dwyer ve ark.,2001).

Katılımcıların Beden Kütle İndekslerine (BKİ) göre fiziksel aktivite düzeylerinin arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Elde edilen bulgulara göre Beden Kütle İndekslerine göre kilolu grupta yer alan öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin zayıf ve normal gruptaki öğrencilere göre daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Gezgin tarafından 2012 yılında yapılan araştırmada ortaokul ve lise öğrencilerinde fiziksel aktivite düzeyi ile obezite sıklığı arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmış, araştırmanın sonunda vücut ağırlığı yüksek olan öğrencilerin serbest zamanlarında TV başında vakit geçirme sıklıklarının normal ya da düşük vücut ağırlığına sahip öğrencilerden daha yüksek olduğu rapor edilmiştir. Araştırma bulguları literatür bilgilerle benzerlik göstermektedir (Gezgin, 2012). Sonuç olarak araştırmaya katılan öğrenci grubunun fiziksel aktivite düzeylerinin düşük olduğu; kız öğrencilere kıyasla erkek öğrencilerin daha yüksek fiziksel aktivite düzeylerine sahip oldukları, aynı zamanda fiziksel aktivite düzeyinin beden kütle indeksi düşük olan öğrenciler lehine yüksek olduğu bulunmuştur. Dolayısıyla cinsiyet, yaş ve beden kütle indeksi değişkenlerinin fiziksel aktivite düzeyi üzerinde önemli birer belirleyici olduğu söylenebilir.

KAYNAKÇA

1. Alpaslan AH. Ergen Sağlığı ve Spor. Kocatepe Tıp Dergisi. 2012;13:181-185.
2. Arslan, UB. Fiziksel Aktivite Düzeyinin Farklı Yöntemlerle Değerlendirilmesi. Doktora 3. Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara, 2003
4. Bailey R (2006) Physical education and sport in schools: a review of benefits and outcomes. Journal of School Health, 76(8): 397-401.
5. Baltacı G. Çocuk ve Spor, Ankara, Klasmat 2008.
6. Bayındır Ü, Bayraktar E, Çağdaş A, ve ark. (Eds): Obezite. Nobel Tıp Kitapevleri Ltd 1995.
7. Bek N. Hacettepe Üniversitesi - Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü. Ankara 2012.
8. Crocker, P.R.E., Bouffard, M., Gessaroli, M.E. (1995). Measuring enjoyment in youth sport settings: A confirmatory factor analysis of the Physical Activity Enjoyment Scale. Journal of Sport and Exercise Psychology. 17(2): 200-5.
9. Crocker Pre, Bailey DA, Faulkner RA, Kowalski KC, McGrath R (1997) Measuring general levels of physical activity Preliminary evidence for the physical activity questionnaire for older children. Medicine and Science in Sports and Exercise, 29(10): 1344-1349.
10. Dwyer T, Sallis JF, Bazzard L, Lazarus R, Dean K (2001) Relation of academic performance to physical activity and fitness in children. Pediatric Exercise Science, , 13:225-238.
11. Edwards, P. ve Tsouros, A. Kentsel Çevrede Fiziksel Aktivite ve Aktif Yaşamın Desteklenmesi, Bilimsel Kanıtlar, Dünya Sağlık Örgütü. 2006.
12. Gezgin T (2012) Edirne İli İlköğretim Okul ve Liseleri 6-18 Yaş Grubu Öğrencilerinde Şişmanlık Sıklığının Araştırılması. Uzmanlık Lisans Tezi. Trakya Üniversitesi Tıp Fakültesi.
13. Hekim M, Yüksel Y (2015) Ortaokul öğrencilerinin beden kitle indeksi ve fiziksel aktivite düzeylerinin yaş, cinsiyet ve spor yapma durumlarına göre incelenmesi. Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 4(2): 259-269.
14. Janssen, I., & LeBlanc, A. G. (2010). Systematic review of the health benefits of physical activity and fitness in school-aged children and youth. International Journal of Behavioral nutrition and physical activity, 7(1), 40.
15. Kaymaz E (2016) Devlet ve Özel Okullarda Öğrenim Gören Ortaokul Öğrencilerinin Obezite, Fiziksel Aktivite Düzeyi ve Beslenme Alışkanlıklarının Karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
16. Küçük V, Koç H (2004) Psiko-sosyal gelişim süreci içerisinde insan ve spor ilişkisi. Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 10: 131-141.
17. Neyzi O, Günöz H, Furman A, Bundak R, Gökçay G, Darendeliler F, Baş F. Türk Çocuklarında Vücut Ağırlığı, Boy Uzunluğu, Baş Çevresi ve Vücut Kitle İndeksi Referans Değerleri. Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi 2008; 51: 1-14.
18. Janssen, I., & LeBlanc, A. G. (2010). Systematic review of the health benefits of physical activity and fitness in school-aged children and youth. International Journal of Behavioral nutrition and physical activity, 7(1), 40.
19. Saygın Ö.; 10-12 Yaş Çocukların Fiziksel Aktivite Düzeyleri ve Fiziksel Uygunluklarının İncelenmesi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Doktora Tezi, İstanbul 2003

- 20.Tanır H. İlköğretim 8. Sınıf öğrencilerinde Fiziksel Aktivite Düzeyi ve Bazı Antropometrik Özelliklerinin Akademik Başarı İle İlişkisi, Doktora Tezi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kırıkkale Üniversitesi 2013.
- 21.Taşkınöz C (2011) 9-11 Yaş İlköğretim Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite Düzeyinin Yaşa ve Cinsiyete Göre Araştırılması. Yüksek Lisans Tezi. Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
- 22.Yeşiller E. Bolu’da İlköğretim Çocukları Arasında Aşırı Kilo-Obezite Sıklığı ve Risk Faktörlerinin Belirlenmesi. Abant İzzet Baysal Üniversitesi Tıp Fakültesi, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Tıpta Uzmanlık tezi 2013.
- 23.Wang Y, Liang H, Tussing L, Braunschweig C, Caballero B, Flay B (2007) Obesity and related risk factors among low socio-economic status minority students in Chicago. Public Health Nutrition, 10(9):927-938.
- 24.Weiss R, Dziura J, Burgert TS, et al Obesity and the metabolic syndrome in children and adolescents. N Engl J Med 2004;350:2362-74.
- 25.World Health Organization Expert Committee (WHO). Physical Status: The Use and Interpretation of Anthropometry. WHO Technical Report Series no. 854. Geneva, World Health Organization 1995

9-10 YAŞ ERKEK HENTBOL SPORCULARINDA CORE ANTRENMANLARIN SEÇİLİ
BİYOMOTOR VE BRANŞA ÖZGÜ TEKNİKLERE ETKİSİNİN İNCELENMESİ
THE STUDY ABOUT EFFECTS OF CORE TRAINING IN 9-10 AGED MALE HANDBALL
PLAYERS ON SELECTED BIOMOTOR AND TECHNIQUES SPECIAL TO BRANCH

Faruk AKÇINAR

Dr. Öğretim Üyesi, İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Antrenörlük Eğitimi Bölümü,
(Sorumlu Yazar)

Suat MACİT

Yüksek Lisans Öğrencisi, İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü
Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

ÖZET

Çalışmanın amacı core egzersizlerin 9-10 yaş erkek hentbol sporcularında seçili biyomotor ve branşa özgü teknikler üzerindeki etkisinin incelenmesidir. Bu araştırma tarama modelinde deneysel bir araştırmadır. Çalışma deney (n=13) ve kontrol (n=13) grubu olmak üzere toplamda 26 erkek gönüllü öğrenciden oluşmaktadır. Çalışmanın verileri SPSS programına yüklenerek, istatistiksel işlemleri İndepended Sample T testi, Paired Sample T testi ile ölçülmüştür. Anlamlılık düzeyi $\alpha=0,05$ olarak benimsenmiştir. Deney grubuna 8 hafta boyunca haftada 3 gün, aynı saatlerde ve 25-30 dakika olmak üzere hentbol antrenmanına ek olarak kendi vücut ağırlıklarıyla core antrenmanı uygulanmıştır. Kontrol grubuna ise, sadece hentbol antrenmanı uygulanıp ek bir çalışma yapmadan günlük hayatına devam etmiştir.

Çalışmalar öncesi deney ve kontrol gruplarda fiziksel (boy, kg, bki), biyomotor (dikey sıçrama, esneklik, sırt-bacak kuvveti, 20 m. sürat, denge, çeviklik, pençe kuvveti) ve branşa özgü teknik parametrelerin (top sürme, hızlı pas atışı, isabetli şut atışı) ön test ölçümleri alınmıştır. Ön test sonuçlarına göre her iki grubun homojen dağılıma sahip olduğu görülmüştür ($p>0,005$). Deney grubunun ön test-son test ölçümleri sonucunda dikey sıçrama ($p=0.000^*$), esneklik ($p=0.000^*$), 20 m. sürat ($p=0.000^*$), denge ($p=0.000^*$), sağ el pençe kuvveti ($p=0.000^*$), çeviklik ($p=0.000^*$), sırt-bacak kuvveti ($p=0.000^*$), top sürme ($p=0.000^*$), hızlı pas atışı ($p=0.000^*$), isabetli şut atışı ($p=0.000^*$) parametrelerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmüştür ($p<0,005$). Sol el pençe kuvveti ($p=0.063$) parametresinde ise istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmemiştir ($p>0,005$). Çalışmaya katılan sporcuların baskın elini (sağ el) kullandıklarından dolayı bu farklılığın nedeni bundan dolayı olduğu düşünülebilir.

8 hafta boyunca hentbol antrenmanına ek olarak kendi vücut ağırlığıyla uygulatılan core antrenmanlar, hentbol sporcuların ölçülen biyomotor ve branşa özgü teknikler üzerinde olumlu gelişim sağlamıştır.

Anahtar Kelimeler: Hentbol, Antrenman, Kor, Fiziksel Performans, Beden Kitle İndeksi.

ABSTRACT

The aim of the study is to examine the effects of core training in 9-10 aged male handball players on selected biomotor and techniques special to the branch. This study is an observational research in survey model. The study is composed of 26 male volunteer students which are experiment (n=13) and control (n=13) group. The data of the study is measured by uploading to SPSS programme through Independent Sample Test for statistical and Paired Sample Test. The relevance level $\alpha=0,05$ is accepted. The core training has been applied to the experiment group for 25-30 minutes three days a week at the same time for 8 weeks with their own body weights along with handball training whereas only the handball training has just been applied to the control group without any extra work and they have continued to their daily life.

Before the study, the pretest measurements of physical (height, weight, bki), biomotor (vertical vault, flexibility, back-leg strength, 20 m. speed, balance, agility, clutch power) and the techniques peculiar to the branch (dribbling, quick pass, point shooting) have been taken in the experiment and control groups. According to the pretest measurements, it has been detected that both groups have homogeneous pattern ($p>0,005$). As a result of the pretest-posttest measurements in the experiment group, statistically remarkable difference has been detected in the parameters of vertical vault ($p=0.000^*$), flexibility ($p=0.000^*$), 20 m. speed ($p=0.000^*$), balance ($p=0.000^*$), right hand clutch power ($p=0.000^*$), agility

($p=0.000^*$), back-leg strength ($p=0.000^*$), dribbling ($p=0.000^*$), quick pass is ($p=0.000^*$), and point shooting ($p=0.000^*$). However, statistically significant difference hasn't been detected in the parameter of left hand grasping power ($p>0,005$). The reason of the difference can be thought that players have used their dominant(right) hand.

The core training that has been applied with their own body weights along with handball training for 8 weeks has provided positive improvements on measured biomotor and techniques special to the branch of the handball players.

Key words: Handball, Training, Core, Physical performance, Body –Mass Index.

8 HAFTALIK CORE ANTRENMANLARIN 11-12 YAŞ FUTBOL SPORCULARINDA SEÇİLİ BİYOMOTOR, TOP SÜRME VE PAS TEKNİKLERİ ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

8 WEEK CORE TRAINING 11-12 AGE FOOTBALL ATHLETES SELECTED BIOMOTOR, DRIBBLING AND PASSING TECHNIQUES ON THE EFFECT OF INVESTIGATION

Faruk AKÇINAR

Dr. Öğretim Üyesi, İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Antrenörlük Eğitimi Bölümü,
(Sorumlu Yazar)

Suat MACİT

Yüksek Lisans Öğrencisi, İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü
Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

ÖZET

Çalışmanın amacı, 8 hafta uygulanan core antrenmanların 11-12 yaş erkek futbol sporcularında seçili biyomotor ve branşa özgü top sürme ve pas teknikleri üzerindeki etkisinin incelenmesidir. Çalışmaya, 15 deney ve 15 kontrol grubu olmak üzere toplamda 30 gönüllü erkek öğrenci katılmıştır.

Elde edilen veriler SPSS programına yüklenerek istatistiksel işlemler yapıldı. Normallik analizi için Shapiro Wilk testi kullanıldı. Veriler normal dağılım gösterdiğinden dolayı parametrik testler ile analizler yapıldı. Ön ve son testlerin değerlendirmelerinde, grup içi karşılaştırmalarda Paired Sample T-testi ve gruplar arası karşılaştırmalarda ise Independent Sample T-testi kullanıldı. Bütün testlerde $p < 0.05$ anlamlılık düzeyi kullanıldı.

Deney grubuna 8 hafta boyunca haftada 3 gün, aynı saatlerde ve 20 dakika olmak üzere alt yapı futbol antrenmanına ek olarak kendi vücut ağırlıklarıyla core antrenmanı uygulanmıştır. Kontrol grubuna ise, sadece alt yapı futbol antrenmanı uygulanmıştır.

Çalışmalar öncesi ve sonrasında deney ve kontrol gruplarına fiziksel, antropometrik, biyomotor ve branşa özgü top sürme ve pas atışı ön ve son test ölçümleri uygulanmıştır. Ön test sonuçlarına göre her iki grubun homojen dağılıma sahip olduğu görülmüştür ($p > 0,005$).

Deney grubunun ön test-son test ölçümleri sonucunda dikey sıçrama, esneklik, 20 m. sürat, denge, çeviklik, sırt-bacak kuvveti, top sürme ve pas parametrelerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmüştür ($p < 0,005$).

Sonuç olarak 8 hafta boyunca erkek futbolculara kendi vücut ağırlığıyla uygulatılan core antrenmanlar, futbol sporcuların ölçülen biyomotor, top sürme ve pas teknikleri üzerine olumlu etkiler sağlamıştır. Bu nedenle 10-11 yaş grubu erkek sporculara uygulanacak altyapı futbol çalışmaları içerisinde kendi vücut ağırlığıyla uygulanan core antrenman programlarının kullanılması sporcular için yararlı olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Futbol, Antrenman, Kor, Fiziksel Performans, Beden Kitle İndeksi.

ABSTRACT

The aim of the study was to examine the effect of core training on selected biomotor and branch-specific dribbling and passing techniques in male football athletes aged 11-12 years of 8 weeks. A total of 30 volunteer male students participated in the study, including 15 experiments and 15 control groups.

The data obtained was uploaded to the SPSS program and statistical operations were performed. The Shapiro Wilk test was used for normality analysis. Since the data showed normal distribution, parametric tests and analyses were performed. Preliminary and final tests were evaluated, Paired Sample T-test was used for intra-group comparisons and Independent Sample T-test was used for inter-group comparisons. $P < 0.05$ was used in all tests.

The experimental group underwent core training with their own body weights in addition to sub-structure football training, which was 3 days a week for 8 weeks, at the same hours and 20 minutes. Only infrastructure football training was applied to the control group.

Before and after the studies, physical, anthropometric, biomotor and branch-specific dribbling and rust firing preliminary and final test measurements were applied to the experimental and control groups. The preliminary test results showed that both groups had a homogeneous distribution ($p > 0,005$).

Vertical jump, flexibility, 20 m as a result of pre-test-final test measurements of the experiment group. there were statistically significant differences in speed, balance, agility, back-leg strength, dribbling and passing parameters ($p < 0,005$).

As a result, core training, which was applied to male football players with their own body weight for 8 weeks, provided positive effects on football athletes ' measured biomotor, dribbling and passing techniques. For this reason, it can be said that it is beneficial for athletes to use core training programs applied with their own body weight within the infrastructure football studies to be applied to male athletes in the age group of 10-11.

Key words: Football, Training, Core, Physical performance, Body –Mass Index.

**TÜRKİYE FUTBOL SÜPER LİĞİ BTC TÜRK MALATYA SPOR MAÇI İZLEYİCİLERİNİN
ÖFKE VE SALDIRGANLIK DAVRANIŞLARININ İNCELENMESİ**

SÜMEYYE KARAKOÇ

Yüksek Lisans Öğrencisi, Giresun Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü
Spor Bilimleri Fakültesi Anabilim Dalı, (Sorumlu Yazar)

UĞUR AKTAŞ

Yüksek Lisans Öğrencisi, Giresun Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü
Spor Bilimleri Fakültesi Anabilim Dalı

MUSAP KARAKOÇ

Lisans Öğrencisi, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Antrenörlük Bölümü

OĞUZCAN SARICI

Yüksek Lisans Öğrencisi, Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü
Spor Bilimleri Fakültesi Anabilim Dalı

ÖZET

Türkiye'de şiddet olaylarının en fazla futbol karşılaşmalarında ortaya çıktığı görülmektedir. Bu çalışmanın amacı; futbol karşılaşmalarında 6222 Sayılı Kanun gereğince ceza alan taraftarların şiddete yönelik davranışlarının incelenmesidir. Çalışma, spordaki yasal düzenlemeleri içeren “5149 Sayılı Kanun” üzerinde yapılan tartışmalara dayanarak sporda şiddetin önlenmesine dair 2004 sonrası çözümlenmiştir. Ayrıca “6222 Sayılı Kanun”u eski kanunları yürürlükten kaldırması bağlamında ortaya koyduğu yeni düzenlemeleri ele almıştır. Bu amaçla çalışma, 5149 sayılı Yasanın hem ilk halini hem de değişiklikler yapıldıktan sonraki halini yeni çıkan 6222 sayılı Yasayla kıyaslamalı olarak içerik analizi yöntemiyle ele almıştır. Çalışma bu alanda yapılacak yasal düzenlemelerin sosyolojik anlamda taşıdığı değeri sorgulama çabası güderek, futbolun bu düzenlemelerde ayrıca taşıdığı öneme dikkat çekmiştir. Çalışma, ulaştığı sonuçlar bakımından, Türkiye’de yapılan yasal düzenlemelerin taraftar kimliğini ve duruşunu arka planda bıraktığı anlaşılmış, ancak kadın ve çocuk taraftar kitlesine pozitif bir yenilik getirmesi bakımından da dikkat çekici bulunmuştur. Yasada net tanımlamaların yapılmamış olması, şiketeşvik-şiddet gibi temel problemlere uzun vadede çözümler sunamadığı tespit edilmiştir.(Sağır,2012)

Araştırma 2015/2016 sezonunda 37 taraftarın 2016/2017 sezonunda 70 kişi 2018/2019 sezonunda 64 kişi toplam olarak 171 taraftarın deplasman ve kendi sahasında aldığı ceza ve nedenleri belirtilmiştir. Bu bilgiler Malatya Spor Güvenliği Şube Müdürlüğü tarafından kişilerin özel hayatı ve şahsi bilgilerini kullanmamak kaydı ile paylaşılmıştır.

Araştırma metodu olarak 171 kişiye Ziya Korumcu tarafından kullanılan bir anket uygulanmıştır. Anket, taraftara stadyum çevresinde ve toplandıkları özel mekânlarında birebir uygulanmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde frekans analizi uygulanmıştır. Araştırmaya katılan futbol taraftarların sosyal profilleri ön plana çıkarıldığında, taraftarların büyük bölümünü genç yaş grubunun oluşturduğu, eğitim düzeylerinin beklenenin aksine yüksek olduğu, maçlar dışında da sahaya gittikleri, tribün liderlerinin olduğu ve bunu gerekli gördükleri, takım arkadaşlarıyla fazlaca özdeşleştikleri, dış sahada %18,7'nin yol ücretini dernek/kulübün karşıladığı belirlenmiştir. Ayrıca maç günü taraftarın %28,3'nün düzenli olarak alkol kullandığı, iyi taraftarların takımı uğruna her şeyi göze alabilmesi gerektiğini, şiddetin başlıca sorumlusu olarak holigan, kulüp yöneticileri ve medyayı gördükleri, sahaya aile ile gidilmesinin güvenlik açısından tehdit oluşturacağı görüşünü taşıdıkları saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Futbol Taraftarı, Şiddet, Sosyal Kimlik, öfke

ABSTRACT

Turkey Turkish Football Super League Malatya Btc Sports Match Monitor Investigation Of The Behavior Of Anger And Aggression

Violence in Turkey is seen to occur in most football matches. The aim of this study is; According to Law No. 6222 in football matches, the supporters who have been punished for violent behavior. Based

on the ongoing discussions with the “Law No. 5149 içeren which includes the legal regulations in the sport, the study analyzed the leading department of violence in sport after 2004. In addition, the Law “Law No. 6222 ele deals with the new regulations on the repeal of old laws. The work on this computer can be described as comparative to the new Law of 6222, the first version of the Law in 5149, and the new version of the Law since its inception. In this field, the sociological path of the legal arrangements in this field by making an effort to question the status of the stone, the importance of the stone in making these arrangements has attracted attention. The supporter closed his identity and goal in the background agreement, but completed the investigation into bringing a positive innovation to the masses of women and children. The fact that there are clear formations in the law means that it cannot offer long-term fundamental problems such as violence and violence. (Sağır, 2012)

Research of 37 fans in 2015/2016 season 70 people in 2016/2017 season 64 people in 2018/2019 season total of 171 fans' displacement and the reasons and penalties in their own field were specified.

This information was shared in some of Malatya Sports Security Branch Office with the condition of not using private life and personal users.

A questionnaire which was used by Ziya Koruç was applied to 171 people as a research method. The questionnaire was applied one-to-one to the fans at the stadium and the special places. Frequency analysis was used to evaluate the data. Social networks of football fans for research were brought to the fore, large rooms of the fans formed by the young age group, one of those in the field of education, one of those in the case, the end of the association there. In addition, 28.3% of the fans used alcohol regularly on the day of the match, good fans need to be able to afford everything for the sake of the team, responsible for the violence hooligan, port bus and the media, although they see the level of security with the family to go to the field.

Key Words: Football Supporter, Violence, Social Identity, Anger

**10-12 YAŞ YÜZME BRANŞINDAKİ SPORCULARIN 8 HAFTALIK KUVVETTE
DAYANIKLILIK ANTREMAN SONUCU 50 M SERBEST KOL FREKANSINDAKİ
FARKLILIKLARIN İNCELENMESİ**

INVESTIGATION OF THE DIFFERENCES OF THE 10-12 YEARS SWIMMING BRANCHES AT
50 m FREE ARM FREQUENCY AS A RESULT OF 8 WEEKS FORCE

SÜMEYYE KARAKOÇ

Yüksek Lisans Öğrencisi, Giresun Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü
Spor Bilimleri Fakültesi Anabilim Dalı, (Sorumlu Yazar)

UĞUR AKTAŞ

Yüksek Lisans Öğrencisi, Giresun Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü
Spor Bilimleri Fakültesi Anabilim Dalı

MUSAP KARAKOÇ

Lisans Öğrencisi, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Antrenörlük Bölümü

OĞUZCAN SARICI

Yüksek Lisans Öğrencisi, Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü
Spor Bilimleri Fakültesi Anabilim Dalı

ÖZET

Bu çalışmada amaç, 10 – 12 yaş arasında, yüzme branşındaki sporcuların 8 haftalık kuvvette devamlılık antrenmanı sonucu serbest branşının kol frekansındaki farklılıkların incelenmesidir. Çalışmaya Marmaris Yıldızları Spor Kulübü'nden 8 erkek sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Sporcuların Marmaris Belediyesi Kapalı Yüzme Havuzunda sualtı çekimleri yapılmıştır. Bu çekimler 8 haftalık kuvvette devamlılık antrenmanları öncesi ve sonrası olmak üzere iki evre halinde yapılmıştır. Çekimler video kamera yöntemi ile yapılmıştır. (Kodak WP1 Sualtı) Sporcuların kol frekansındaki farklılıkların incelenmesi için deparsız 50 m serbest stilde yüzerken sualtı çekimleri ile alınıp kol frekanslarının aritmetik ortalamaları hesaplanmıştır. Elde edilen veriler Microsoft Excel programına kaydedilerek aritmetik ortalamaları alınmıştır.

Sonuç olarak sporcuların kol frekanslarında pozitif yönde değişimler saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Frekans, Yüzme, Antrenman, Kulaç, Serbest Stil, Kuvvet, Kuvvette Devamlılık

ABSTRACT

The aim of this study was to investigate the differences in the arm frequency of the free branch as a result of 8 weeks strength training of swimming athletes between 10 and 12 years of age. Eight male athletes from Marmaris Yıldızlar Sports Club participated in the study voluntarily. Underwater shots of the athletes were taken in Marmaris Municipality Indoor Swimming Pool. These shootings were performed in two stages, before and after 8-week strength training. Filming was done with video camera method. (Kodak WP1 Underwater) In order to examine the differences in the arm frequency of the athletes, the arithmetic mean of the arm frequencies were calculated by taking underwater shots while swimming in 50 m free style without a tank. The arithmetic means were obtained by saving the data to Microsoft Excel program.

As a result, positive changes in the arm frequencies of the athletes were determined.

Keywords: Frequency, Swimming, Training, Stroke, Free Style, Strength, Strength Continuity

FARKLI BÖLÜMLERDE EĞİTİM ALAN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN FARKLI
DEĞİŞKENLERE GÖRE SPORDA ŞİDDETE BAKIŞ AÇILARI
VIOLENCE VIEWS OF UNIVERSITY STUDENTS IN EDUCATION IN DIFFERENT
DEPARTMENTS ACCORDING TO DIFFERENT VARIABLES

Nahit ÖZDAYI

Dr. Öğr. Üyesi, Balıkesir Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu
Antrenörlük Eğitimi Bölümü

Alp Kaan KİLCİ

Arş. Gör., Balıkesir Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Spor Yöneticiliği Bölümü

ÖZET

Bu çalışmanın amacı, farklı bölümlerde öğrenim görmekte olan üniversite öğrencilerinin şiddete bakış açılarını farklı değişkenlere göre araştırmaktır. Çalışmada veri toplama aracı olarak Kiper (1984) tarafından geliştirilen “Saldırganlık Envanteri” kullanılmıştır. Envanterde yıkıcı saldırganlık, atılganlık ve edilgen saldırganlık olmak üzere 3 alt boyut bulunmaktadır. Çalışmaya 2019-2020 eğitim öğretim yılında Balıkesir Üniversitesi’nde öğrenimine aktif olarak devam eden 201 beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencisi ve 199 Necatibey Eğitim Fakültesi öğrencisi katılmıştır. Elde edilen verilerin analizinde Shapiro Wilk testi yapılmış ve verilerin normal dağılıma uymadığı belirlenerek, iki değişkeni bulunan gruplar için parametrik olmayan test yöntemlerinden olan Mann Whitney-U, ikiden fazla değişkene sahip gruplar için Kruskal Wallis testleri uygulanmıştır. Çalışma sonucunda, eğitim fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin atılganlık düzeyleri ile spor yüksekokulunda öğrenim gören öğrencileri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilirken ($p<0,05$), envanterin diğer alt boyutlarında ve genel saldırganlık puanında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Erkek öğrencilerin yıkıcı saldırganlık düzeylerinin kadın öğrencilere göre daha yüksek olduğu ve bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenirken ($p<0,05$), atılganlık, edilgen saldırganlık alt boyutlarında ve genel saldırganlık puanları arasında anlamlılık görülmemektedir ($p>0,05$). Öğrencilerin anne ve baba eğitim durumları ile saldırganlık envanteri genel puanı ve alt boyutları arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı belirlenmiştir ($p>0,05$).

Anahtar Kelime: Bireysel, risk, spor, takım

ABSTRACT

The aim of this study is to investigate the perspectives of university students in different departments on violence according to different variables. “Aggression inventory” developed by Kiper (1984) was used as a data collection tool in the study. There are 3 sub-dimensions in the inventory: destructive aggression, assertiveness and passive aggression. In the 2019-2020 academic year, 201 students from the school of physical education and sports and 199 Necatibey Faculty of education students who actively continue their education at Balıkesir University participated in the study. Shapiro Wilk test the data obtained in the analysis of the data did not follow normal distribution, which by determining the two variable groups for non-parametric test methods, Mann Whitney-U, for variables with more than two groups Kruskal-Wallis test was applied. The study as a result of the assertiveness levels of the students who are studying in the Faculty of education in the school of students who study detected a statistically significant difference between sports ($p<0.05$), the inventory of the other sub-dimensions and general aggression score has a statistically significant difference detected ($p>0.05$). Destructive aggression level of male students higher than female students and this difference were found to be statistically significant ($p<0.05$), assertiveness, passive aggression and general aggression scores between the size is not significant ($p>0.05$). It was determined that there was no statistically significant difference between the parents' educational status and the overall score and lower dimensions of the aggression inventory ($p>0.05$).

Key Words: individual, risk, sport, team.

1. GİRİŞ

İnsanda doğal bir eğilimin ürünü olarak kabul edilen saldırganlığın, birden fazla insan tarafından gerçekleştirilen şiddet niteliğinde bir grup davranışı olarak ortaya çıkmasında insanın doğuştan getirdiği biyolojik özellikleri kadar aile, kültür ve bunların şekillendirdiği yaşam biçimlerinin ve hayata bakış tarzlarının etkisini de göz ardı etmemek gerekir. Çünkü tüm bu etkenlerin birbiri ile etkileşerek ortaya çıkardığı “Fanatikleşen fert ve topluluklar kendi kendilerini topluma kabul ettirme yollarını ararlar”. Bu arayış spordan siyasete, dinsel inanışlardan ideolojik ön kabullere kadar uzanan bir çizgide değişik biçimlerde ve toplumsal bütünlüğe zarar verici düzeylerde yaşanır (Erkal ve Diğerleri, 1997).

Şiddet olgusunun en iyi toplumsal ilişkilerin dinamikleri içinde, bütüncül bir bakış açısıyla anlaşılabilirliğini savunanlar ise, çatışmaların birbiri ile ilişki içinde olan, birlikte bir şeyler paylaşan ve ortak bir gelecek beklentisi olan bireyler ya da gruplar arasında olduğu düşüncesinden hareket ederler (Zülal, 2001).

Şiddeti sosyo-psikolojik açıdan ele alanlara göre, şiddetin ortaya çıkışında toplumlarının yapılarının ve hareketliliğinin, toplumsal değişimin rolü vardır. Hızlı toplumsal değişimin şiddete yol açan yeni engellemeleri doğurduğu, bu değişimin ancak hızlı bir ekonomik gelişmeyle birlikte olmasının şiddeti azalttığı, çalışmalarda izlenmektedir (Campbell ve Muncer, 1990).

Şiddet olaylarının, bireysel ve toplumsal etkenlerin birlikte şekillendirdiği olaylar olduğu, bireysel düzeyde yaşanan şiddet olaylarının, bireyin içinde bulunduğu toplumsal koşullardan ayrı düşünülemeyeceği, aynı zamanda toplumsal düzeyde yaşanan şiddet olaylarının da, bireyin kişilik özelliklerinden ayrı tutularak değerlendirilemeyeceği söylenebilir. Böylece gelişimini sağlıklı toplumsal koşullarda tamamlamış bireylerin sağlıklı toplumsal yapılar meydana getireceği, toplumsal koşulların yetersizliğinin ise sağlıklı bireysel gelişimlere, sağlıklı bireysel gelişim geçiren bireylerin de doğal ve toplumsal çevrelerinde saldırgan davranışlara ve şiddet eylemlerine neden olacağı düşünülebilir (Ayan,2006).

Şiddet, şiddet eğilimli kişiliklerin gelişiminde rol oynayan etkenlerin harekete geçmesi olarak da tanımlanabilir. Yapılan araştırmalarda, şiddeti besleyen en önemli faktörleri üç noktada toplanmaktadır. Bunlardan birincisi aile ve çevre, ikincisi eğitim seviyesi ve üçüncüsü ve beklide en önemlisi medyadır. Kişilik gelişiminde önemli etkilere sahip bu kurum ve araçların şiddete yönelik tutum ve davranışların, dünya görüşlerinin ve hayata bakış tarzlarının gelişiminde önemli bir etkiye sahip olduğuna şüphe yoktur. Tıpkı spor alanında, din alanında ve siyasi alanda yaşanan şiddet eylemlerinin ortaya çıkmasında rol oynayan fanatik eğilimlerin gelişiminde oynadığı rol gibi (Ayan, 2006).

Sporcular açısından şiddet içerikli eylemlerin sergilenmesinde; seyircilerin taşkınlıklarının, hakemin kendileri aleyhine yanlış verdiğini düşündükleri kararların, rakip takım oyuncularının kendilerine yönelik kural dışı müdahalelerinin ve kasıtlı eylemlerinin etkisi olabilmektedir. Seyircilerin şiddet içerikli eylemlerin sergilenmesinde ise sporcuların kendilerine yönelik tahrik edici hareketleri, hakemin kendi takımlarının aleyhine yanlış verdiğini düşündükleri kararları ve rakip takım oyuncularının kendi taraftarı oldukları takım oyuncularına karşı kural dışı müdahaleleri etkili olabilmektedir (Tanrıverdi, 2012).

Şiddetin evrenselliğine karşın, şiddet dilinin kültürel arka planı, çeşitliliği yadsınamaz. Toplumda geleneksel değerlerin içerik ve yoğunluğu ya da simgelere bağlılık derecesinde farklılık sergilemektedir şiddet davranışı. Buna ek olarak, toplumdaki güncel eğilimler, benzer değerlerin kültürel içerik ve şiddetini de etkileyebilmektedir (Bulgu, 2005).

Türkiye'nin genellikle sosyal ve siyasi rahatsızlıklardan dolayı toplumsal eylemleri sıkça yaşayan ülkelerden biri olduğu göz önünde bulundurulursa, en azından birtakım şiddet hareketlerinin Türk toplumu tarafından diğer birçok topluma nazaran daha fazla kabul edildiği söylenebilir. Bu tür şiddet olaylarını daha fazla yaşayan bir toplumun, sporda şiddeti “sosyal bir problem” olarak algılaması beklenemez. Bütün bu ifadelerden, kamuoyunun sporda şiddet olaylarına tepki göstermediği anlamı çıkarılmamalıdır. Az da olsa özellikle yazılı ve görsel basında yoğun ama kısa süren tepkiler gösterilmektedir. Sporda şiddetin diğer sosyal sorunlarla ilişkisi göz ardı edilmektedir. Sonuç olarak,

problemin çözümü ile ilgili gerekli olan sosyal politikalar üretecek zemin oluşmamaktadır (Çağlayan, 2003).

2. YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Modeli

Çalışmada nicel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Çalışmada, ilişki tarama yaklaşımı benimsenmiştir.

2.2. Evren ve Örneklem

Çalışmaya 2019-2020 eğitim öğretim yılında Balıkesir Üniversitesi'nde öğrenimine aktif olarak devam eden 201 beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencisi ve 199 Necatibey Eğitim Fakültesi öğrencisi katılmıştır.

2.3. Veri Toplama Araçları

Çalışmada veri toplama aracı olarak Kiper (1984) tarafından geliştirilen "Saldırganlık Envanteri" kullanılmıştır. Envanterde yıkıcı saldırganlık, atılgenlik ve edilgen saldırganlık olmak üzere 3 alt boyut bulunmaktadır.

2.4. Verilerin Analizi

Verilerin analizinde Shapiro Wilk testi yapılmış ve verilerin normal dağılıma uymadığı belirlenerek, iki değişkeni bulunan gruplar için parametrik olmayan test yöntemlerinden olan Mann Whitney-U, ikiden fazla değişkene sahip gruplar için Kruskal Wallis testleri uygulanmıştır.

3. BULGULAR

Tablo 1. Saldırganlık Envanteri ve Envanter Alt Boyutlarının Normallik Test Sonuçları

Alt Boyutlar	Shapiro-Wilk		
	İstatistik	df	p
Yıkıcı Saldırganlık	,992	400	0,03
Atılgenlik	,974	400	0,00
Edilgen Saldırganlık	,991	400	0,01
Saldırganlık	,995	400	0,04

Saldırganlık envanteri genel puanı ve envanterin alt boyutları olan yıkıcı saldırganlık, atılgenlik ve edilgenlik puanlarının veri dağılımını incelemek için Shapiro-Wilk testi normallik testi yapılmış ve verilerin normal dağılmadığı tespit edilmiştir ($p < 0,05$).

Tablo 2. Saldırganlık Envanterinin ve Envanter Alt Boyutlarının Öğrencilerin Öğrenim Gördükleri Fakülte Durumlarına Göre Dağılımı

Risk Alt Boyut	Bölüm	N	Sıra Ortalaması	Sıralar Toplamı	u	p
Yıkıcı Saldırganlık	Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu	201	206,48	41503,00	18797,00	0,29
	Necatibey Eğitim Fakültesi	199	194,46	38697,00		
Atılgenlik	Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu	201	183,49	36881,50	16580,50	0,00*
	Necatibey Eğitim Fakültesi	199	217,68	43318,50		
Edilgen Saldırganlık	Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu	201	204,67	41138,50	19161,50	0,46
	Necatibey Eğitim Fakültesi	199	196,29	39061,50		
Saldırganlık	Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu	201	196,54	39505,00	19204,00	0,49
	Necatibey Eğitim Fakültesi	199	204,60	40695,00		

Eğitim fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin atılgenlik düzeyleri ile spor yüksekokulunda öğrenim gören öğrencileri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilirken ($p < 0,05$), envanterin diğer alt boyutlarında ve genel saldırganlık puanında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir ($p > 0,05$).

Tablo 3. Saldırıcılık Envanterinin ve Envanter Alt Boyutlarının Öğrencilerin Cinsiyetlerine Göre Dağılımı

Risk Alt Boyut	Cinsiyet	N	Sıra Ortalaması	Sıralar Toplamı	u	p
Yıkıcı Saldırıcılık	Erkek	186	220,01	40922,00	16273,000	0,00*
	Kadın	214	183,54	39278,00		
Atılganlık	Erkek	186	197,81	36792,00	19401,000	0,66
	Kadın	214	202,84	43408,00		
Edilgen Saldırıcılık	Erkek	186	210,64	39178,50	18016,500	0,10
	Kadın	214	191,69	41021,50		
Saldırıcılık	Erkek	186	211,74	39384,50	17810,500	0,07
	Kadın	214	190,73	40815,50		

Erkek öğrencilerin yıkıcı saldırıcılık düzeylerinin kadın öğrencilere göre daha yüksek olduğu ve bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenirken ($p < 0,05$), atılganlık, edilgen saldırıcılık alt boyutlarında ve genel saldırıcılık puanları arasında anlamlılık görülmektedir ($p > 0,05$).

Tablo 4. Saldırıcılık Envanterinin ve Envanter Alt Boyutlarının Öğrencilerin Annelerinin Eğitim Durumlarına Göre Dağılımı

Risk Alt Boyut	Eğitim Durumu	N	Sıra Ort.	sd	χ^2	p
Yıkıcı Saldırıcılık	İlkokul	157	188,67	3	3,698	,296
	Ortaokul	106	205,69			
	Lise	105	204,89			
	Lisans	32	226,97			
Atılganlık	İlkokul	157	201,77	3	,215	,975
	Ortaokul	106	203,27			
	Lise	105	197,16			
	Lisans	32	196,06			
Edilgen Saldırıcılık	İlkokul	157	192,17	3	2,288	,515
	Ortaokul	106	214,02			
	Lise	105	199,86			
	Lisans	32	198,70			
Saldırıcılık	İlkokul	157	193,62	3	1,675	,643
	Ortaokul	106	209,44			
	Lise	105	197,71			
	Lisans	32	213,80			

Tablo 5. Saldırıcılık Envanterinin ve Envanter Alt Boyutlarının Öğrencilerin Babalarının Eğitim Durumlarına Göre Dağılımı

Risk Alt Boyut	Eğitim Durumu	N	Sıra Ort.	sd	χ^2	p
Yıkıcı Saldırıcılık	İlkokul	101	198,27	3	1,719	,633
	Ortaokul	92	188,50			
	Lise	138	208,15			
	Lisans	69	204,46			
Atılganlık	İlkokul	101	188,85	3	3,091	,378
	Ortaokul	92	215,76			
	Lise	138	195,67			
	Lisans	69	206,88			
Edilgen Saldırıcılık	İlkokul	101	200,46	3	,650	,885
	Ortaokul	92	193,41			
	Lise	138	205,83			
	Lisans	69	199,34			
Saldırıcılık	İlkokul	101	195,13	3	,572	,903
	Ortaokul	92	197,32			
	Lise	138	203,51			
	Lisans	69	206,59			

Öğrencilerin anne ve baba eğitim durumları ile saldırıcılık envanteri genel puanı ve alt boyutları arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı belirlenmiştir ($p > 0,05$).

4. TARTIŞMA VE SONUÇ

Çalışma sonucunda, eğitim fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin atılganlık düzeyleri ile spor yüksekokulunda öğrenim gören öğrencileri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilirken ($p<0,05$), envanterin diğer alt boyutlarında ve genel saldırganlık puanında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir ($p>0,05$). Erkek öğrencilerin yıkıcı saldırganlık düzeylerinin kadın öğrencilere göre daha yüksek olduğu ve bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenirken ($p<0,05$), atılganlık, edilgen saldırganlık alt boyutlarında ve genel saldırganlık puanları arasında anlamlılık görülmemektedir ($p>0,05$). Erşan ve ark.(2009)'nın yapmış olduğu çalışmada, erkeklerin bayanlara göre yıkıcı saldırganlık puan ortalamalarının daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Öğrencilerin anne ve baba eğitim durumları ile saldırganlık envanteri genel puanı ve alt boyutları arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı belirlenmiştir ($p>0,05$).

KAYNAKLAR

1. Ayan, S. (2006). "Şiddet ve fanatizm." *CÜ İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi* 7.(2).191-209.
2. Bulgu, N. (2005) "Sporda şiddet ve alt-kültür." *Spor Bilimleri Dergisi* 16.4: 229-250.
3. Cambell, A. & Muncer, S. (1990), "Couses Of Crime, Uncervering A Lay Model", *Criminal Justice And Behavior*, Vol. 17, No. 4, December.
4. Çağlayan, HS. (2003). Futbol Seyircisinin Sosyo-Ekonomik Kültürel Yapısının Şiddet Eğilimindeki Rolü (Konyaspor Örneği), Yüksek Lisans Tezi, Konya: Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
5. Erkal, M., Baloğlu, B., Baloğlu, F. (1997), *Ansiklopedik Sosyoloji Sözlüğü*, Der Yayınları, İstanbul.
6. Erşan EE. Doğan O. (2009). Doğan S.Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin Sosyodemografik Açından Değerlendirilmesi, *Cumhuriyet Tıp Dergisi*:31. 231-238
7. Tanriverdi, H.(1994) "Spor ahlaki ve şiddet." *The Journal of Academic Social Science Studies*. Publication of Association Esprit, Société et Rencontre Strasbourg/FRANCE 5.8 (2012): 1071-1093.Weiner, B.
8. Zülal, A. (2001). "Şiddet", *Bilim ve Teknik Dergisi*, Tübitak, Sayı: 399; 34-39.

TAKIM SPORU VE BİREYSEL SPORLAR İLE UĞRAŞAN BİREYLERİN RİSK ALMA
DÜZEYLERİNİN ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ
INVESTIGATION OF RISK TAKING LEVELS OF INDIVIDUALS ATTENDED BY TEAM
SPORT AND INDIVIDUAL SPORT IN TERMS OF VARIOUS VARIABLES

Alp Kaan KILCI

Arş. Gör., Balıkesir Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Spor Yöneticiliği Bölümü

ÖZET

Bu çalışmanın amacı, takım sporu ve bireysel sporlar ile uğraşan bireylerin risk alma düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelemektir. Çalışmada veri toplama aracı olarak Weber, Blais ve Betz (2002) geliştirilen, Weber ve Blais (2006) tarafından kısaltılmış ve Gürsel (2010) tarafından Türkçeye uyarlanan “Risk Alma Ölçeği” kullanılmıştır. Ölçek, bireylerin ahlaki, sosyal, sağlık, eğlence ve finansal alanlardaki risk alma düzeylerini ölçmektedir. Çalışmaya aktif olarak spor yapmakta olan 191 sporcu katılmıştır. Elde edilen verilerin analizinde Shapiro Wilk testi yapılmış ve verilerin normal dağılıma uymadığı belirlenerek, iki değişkeni bulunan gruplar için parametrik olmayan test yöntemlerinden olan Mann Whitney-U, ikiden fazla değişkene sahip gruplar için Kruskall Wallis testleri uygulanmıştır. Çalışmanın sonucunda; kadın sporcuların erkek sporculara göre sağlık alanında risk alma düzeylerinin anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu ($p<0,05$) görülürken diğer alanlarda istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmemektedir. Bireysel sporlar ile uğraşan bireylerin, takım sporu ile uğraşan bireylere göre ahlaki alanlarda daha fazla risk almaya istekli oldukları ($p<0,05$), diğer alanlarda ise gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$). 5 yıl ve daha uzun süredir aktif spor yapan bireylerin sosyal alanlarda ve eğlence alanlarındaki risk alma düzeylerinin, 5 yıldan daha az süredir spor yapan bireylere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir ($p<0,05$). Haftanın her günü branşı ile ilgili antrenmanlar yapan bireylerin sosyal, sağlık ve eğlence alanlarındaki risk alma düzeylerinin, branşı ile ilgili daha az antrenman yapan bireylere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Anahtar Kelimeler: Bireysel, Risk, Spor, Takım.

ABSTRACT

The aim of this study is to examine the risk taking levels of individuals engaged in team sports and individual sports in terms of various variables. Weber, Blais and Betz (2002) developed and shortened by Weber and Blais (2006) and Gürsel (2010) adapted the Turkish version of the risk taking scale as the data collection tool. The scale measures the risk taking levels of individuals in moral, social, health, entertainment and financial fields. 191 athletes actively involved in the study participated in the study. Shapiro Wilk test was used in the analysis of the obtained data and Mann Whitney-U, one of the non-parametric test methods for groups with two variables, and Kruskall Wallis tests were applied for groups with more than two variables. As a result of the study; it was seen that the risk taking levels of female athletes were significantly higher in the field of health than male athletes ($p<0.05$). Individuals engaged in individual sports were more likely to take more risk in moral areas than individuals engaged in team sports ($p<0.05$), but no statistically significant difference was found between groups in other areas ($p>0.05$). It was determined that the risk taking levels of individuals who have been active in sports for 5 years or more in social and recreational areas are higher than those who have been in sports for less than 5 years ($p<0.05$). It was found that the risk taking levels of the individuals who were training on the branch every day of the week in social, health and entertainment areas were higher than those who had less training on the branch ($p<0.05$).

Key Words: individual, risk, sport, team.

1. GİRİŞ

Risk, insan zihninde tehlikeli bir kavram olarak yer edinmekte ve ileride ortaya çıkması beklenen, kesin olmayan olayları belirtmektedir. Dolayısıyla, risk istenmeyen bir olayın meydana gelebilmesinin belirsiz olma durumu olarak açıklanmaktadır. Ayrıca risk önceden planlanan amaçlara ulaşmayı etkileyen her türlü engel olarak ifade edilmektedir (Özer, 2005).

Riskle ilgili iki temel görüşten söz edilebilir; bunlardan ilki riskin bireyin bir olayın niceliğinden bağımsız bir biçimde bireyde yarattığı tehlike algısını ifade ettiği yani riskin bireysel olduğu görüşü diğeri ise riskin bireyden bağımsız olarak var olduğu görüşüdür. Bireyin tüm yaşamı boyunca yaptığı etkinliklerin neredeyse hepsinde risk her zaman bir olasılık olarak var olmuştur. Risk her ne kadar belirsizliği ve beklenmedik olasılıkları ifade etse de bireyin etkinlik alanına göre risk belli bir düzeyde tahmin edilebilir. Örneğin bir doktor için nasıl ki her zaman hastalık bulaşma riski var ise bir sporcu için de birçok risk faktörü söz konusudur. Sporcunun maç sırasında sakatlanması, hakem kararlarındaki hatalar, saha ile ilgili teknik aksaklıklar, hava koşullarını yarattığı olumsuzluklar vb. buna örnek olarak gösterilebilir (Özdemir, 2018).

1970'lerde psikologlar insanların risklere karşı tepkilerinin belirlenmesi için riskli davranışların, riskli kararların ve risk algılarının araştırılması gerektiğini belirtmişlerdir. Teknolojik gelişimle birlikte risk algısı yaşamın her alanında kullanılmaya başlanmıştır. 1970'lerden bu yana risk algısına yönelik yapılan çalışmalar, bazı tehlikelerin neden daha riskli algılandığını ya da bazı kişilerin neden aynı riski farklı şekilde algıladığını araştırmaktadır. Algılanan risk, özellikle 20. yüzyılın ilk yarısında bir davranış biçimi olarak ortaya çıkmış özellikle nükleer teknoloji gibi yeni kullanılmaya başlanan teknolojilere karşı insanların olup olmadığının göstergesi olarak belirtilmiştir. (Yıldırım, 2007).

Risk alma davranışı modern toplumun bir uzantısı olarak da ele alınmaktadır. Modern toplumun özellikleri ve toplumdaki değişimler, bireylerde risk alma davranışını etkilemektedir. Ekonomik ve sosyolojik değişimler, bireylerde “yenilik arayışına” ve “farklı arayışlara” yönelmeye yol açmaktadır. Modern toplumun bir getirisi olarak, risk almada ilerlemek ve birtakım kazanımlar sağlamak güç görünmektedir (Beck, 1992).

Risk almanın farklı türleri olduğunu söyleyen Neihart (1999), bu türleri beşe ayırmıştır. Bunlar: a) zihinsel risk alma, b) sosyal risk alma, c) duygusal risk alma, d) fiziksel risk alma ve e) manevi risk almadır. Eğitimde risk alma daha çok zihinsel risk alma ile ilgili bir durumdur. Zihinsel risk almada, öğrencilerin bir konu veya bir problem hakkında derinlemesine düşünmesi, bu düşüncelerini başkalarıyla paylaşarak eleştirilerini dinlemeleri ve çözüm için bu deneyimlerini geliştirmeleri amaçlanır (Dweck, 2000; Weiner, 1994). Korkmaz (2002)'a göre zihinsel risk alma, öğrencilerin öğrenme zorluk ve güçlükleriyle mücadele etme istekliliği veya isteksizliğini gösteren bir davranıştır. Clifford ve Chou (1991)'ya göre okullarda öğrencilerin karşılaşabilecekleri zihinsel risklerden bazılarının; sınıfta öğretmen veya arkadaşlarına sorular sorma, işlenen konular hakkında açıklamalar yapma, cevabını bilmedikleri halde soruları cevaplama eğilimi gösterme, sonucundan emin olunmayan durumlar için sorumluluk alma davranışları olabileceği ileri sürülmektedir. Bu çalışmada Beghetto (2009)'nun zihinsel risk alma ile ilgili olduğunu belirttiği yukarıda da değinilen değişkenlere ilişkin açıklamalar ayrıntılı olarak aşağıda yapılmıştır.

Sporda her etkinlik için farklı bir risk kapasitesi söz konusudur. Spor branşının bireysel mi takım sporu mu olduğu, branşa ilişkin özellikler, sporcunun fiziksel ve psikolojik çevresi, iklim koşulları, tesise ilişkin özellikler gibi birçok değişken sporda farklı risk faktörlerinin ortaya çıkmasına sebep olabilir (Bağrıaçık, 2005, Ergen, 2004, Sezgin, 1999). Bu risk sporun tüm tarafları için söz konusudur. Yani spor etkinliklerinde her ne kadar önlem alınsa bile hem sporcu hem antrenör hem hakem, hem spor kulübü yöneticileri hem de taraftar için farklı tür ve düzeylerde risk her zaman vardır (Nohr 2009).

Spor dünyasında da her gün sporcular çeşitli risklerin altında aktivitelerine devam etmektedir. Bu risklerin bir bölümü sporcuların performansını olumsuz yönde etkilerken, bir bölümü de sportif yaralanmalara yol açmaktadır. Risk sporun ayrılmaz bir unsurudur. Sportif faaliyetlerin değişkenliği, karmaşıklığı ve sportif beklentilerin hızla değişmesi, spor kulüplerinin mevcut durumlarını yeniden ortaya koymalarını, belirsizliklerin saptanmasını, geleceğin tanımlanmasını ve hızlı değişime uyum sağlayabilmeleri için yeni stratejilerin belirlenmesini ve uygulanmasını gerektirir. Spor örgütlerinin ve takımlarının başarısı; varlıklarını ve başarılarını sürdürebilmek ve geliştirebilmek için faaliyet gösterdikleri tüm alanlarda karşı karşıya kalabilecekleri risklerin üstesinden gelebilmesiyle doğru orantılıdır (Gök, 2006; Gök, Balcı, 2006).

2. YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Modeli

Çalışmada nicel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Çalışmada, ilişkisel tarama yaklaşımı benimsenmiştir.

2.1. Evren ve Örneklem

Çalışmaya Balıkesir Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda 2019-2020 eğitim öğretim yılında aktif olarak spor yapmakta olan 191 sporcu katılmıştır.

2.2. Veri Toplama Araçları

Çalışmada veri toplama aracı olarak Weber, Blais ve Betz (2002) geliştirilen, Weber ve Blais (2006) tarafından kısaltılmış ve Gürsel (2010) tarafından Türkçeye uyarlanan “Risk Alma Ölçeği” kullanılmıştır. Ölçekte bireylerin ahlaki, sosyal, sağlık, eğlence ve finansal alanlardaki risk alma düzeylerini ölçmek üzere 5 alt boyut bulunmaktadır.

2.3. Verilerin Analizi

Elde edilen verilerin analizinde Shapiro Wilk testi yapılmış ve verilerin normal dağılıma uymadığı belirlenerek, iki değişkeni bulunan gruplar için parametrik olmayan test yöntemlerinden olan Mann Whitney-U, ikiden fazla değişkene sahip gruplar için Kruskal Wallis testleri uygulanmıştır.

BULGULAR

Tablo 1. Risk Alma Ölçeği ve Alt Boyutlarının Normallik Test Sonuçları

	Shapiro-Wilk		
	İstatistik	df	p
Ahlaki Alan	,944	191	,00
Sosyal Alan	,985	191	,03
Sağlık Alanı	,976	191	,00
Eğlence Alanı	,988	191	,04
Finansal Alan	,975	191	,00

Risk alma ölçeği ve ölçeğin alt boyutları olan ahlaki alan, sosyal alan, sağlık alanı, eğlence alanı ve finansal alanın veri dağılımlarını incelemek için Shapiro-Wilk testi normallik testi yapılmış ve verilerin normal dağılmadığı tespit edilmiştir ($p < 0,05$).

Tablo 2. Risk Alma Ölçeği Alt Boyutlarının Cinsiyet Değişkenine Göre Karşılaştırılması

Risk Alt Boyut	Cinsiyet	N	Sıra Ortalaması	u	p
Ahlaki Alan	Kadın	79	102,35	3922,00	0,18
	Erkek	112	91,52		
Sosyal Alan	Kadın	79	92,39	4138,50	0,44
	Erkek	112	98,55		
Sağlık Alanı	Kadın	79	105,93	3639,50	0,03*
	Erkek	112	89,00		
Eğlence Alanı	Kadın	79	101,23	4010,50	0,27
	Erkek	112	92,31		
Finansal Alan	Kadın	79	102,45	3914,50	0,17
	Erkek	112	9145		

Takım sporu ve bireysel sporlar ile uğraşan bireylerin risk alma düzeyleri ahlaki, sosyal, sağlık, eğlence ve finansal alt boyutları cinsiyet durumlarına göre değerlendirilmesini içeren “Mann-Whitney U testi” sonuçları incelenmiş; sağlık alanı alt boyutuna göre anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. ($p < 0,05$). Ahlaki alan, sosyal alan, eğlence alanı ve finansal alan alt boyutlarında ise istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık belirlenmemiştir ($p > 0,05$).

Tablo 3. Risk Alma Ölçeği Alt Boyutlarının Branş Değişkenine Göre Karşılaştırılması

Risk Alt Boyut	Cinsiyet	N	Sıra Ortalaması	u	p
Ahlaki Alan	Takım Sporları	101	88,54	3791,50	0,04*
	Bireysel Sporlar	89	103,40		
Sosyal Alan	Takım Sporları	101	97,51	4291,50	0,59
	Bireysel Sporlar	89	93,22		
Sağlık Alanı	Takım Sporları	101	90,93	4032,50	0,22
	Bireysel Sporlar	89	100,69		
Eğlence Alanı	Takım Sporları	101	95,74	4470,50	0,94
	Bireysel Sporlar	89	95,23		
Finansal Alan	Takım Sporları	101	95,94	4450,50	0,90
	Bireysel Sporlar	89	95,01		

Takım sporu ve bireysel sporlar ile uğraşan bireylerin risk alma düzeyleri ahlaki, sosyal, sağlık, eğlence ve finansal alt boyutları branş durumlarına göre değerlendirilmesini içeren “Mann-Whitney U testi” sonuçlarında; ahlaki alanı alt boyutuna göre anlamlı bir farklılık tespit edilirken ($p>0,05$), sosyal alan, sağlık alanı, eğlence alanı ve finansal alan alt boyutlarında herhangi bir anlamlı farklılık görülmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 4. Risk Alma Ölçeği Alt Boyutlarının Spor Yapma Sıklığına Göre Karşılaştırılması

Risk Alt Boyut	Spor Yapma sıklığı	N	Sıra Ort.	df	H	p
Ahlaki Alan	Ayda bir kaç kez	23	85,33	3	6,60	0,33
	Hafta da bir kez	47	86,90			
	Haftada üç dört kez	70	100,92			
	Haftanın her günü	51	102,44			
Sosyal Alan	Ayda bir kaç kez	23	77,54	3	14,20	0,02*
	Hafta da bir kez	47	81,30			
	Haftada üç dört kez	70	102,03			
	Haftanın her günü	51	107,74			
Sağlık Alanı	Ayda bir kaç kez	23	87,52	3	3,06	0,00*
	Hafta da bir kez	47	75,01			
	Haftada üç dört kez	70	101,74			
	Haftanın her günü	51	111,29			
Eğlence Alanı	Ayda bir kaç kez	23	76,28	3	10,46	0,00*
	Hafta da bir kez	47	79,38			
	Haftada üç dört kez	70	102,80			
	Haftanın her günü	51	108,64			
Finansal Alan	Ayda bir kaç kez	23	85,37	3	4,94	0,07
	Hafta da bir kez	47	81,62			
	Haftada üç dört kez	70	100,39			
	Haftanın her günü	51	108,02			

Araştırmaya katılan sporcuların spor yapma sıklıkları ile risk alma ölçeği alt boyutları arasında yapılan Kruskal Wallis testi sonuçlarına göre; eğlence, sosyal ve sağlık alanı alt boyutunda anlamlı fark tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Tablo 5. Risk Alma Ölçeği Alt Boyutlarının Spor Yapma Yılına Göre Karşılaştırılması

Risk Alt Boyut	Spor Yapma Yılı	N	Sıra Ort.	df	H	p
Ahlaki Alan	Bir yıldan az	9	63,83	4	6,60	0,15
	Bir-iki yıl arası	30	86,23			
	İki-üç yıl arası	44	90,72			
	Üç-dört yıl arası	40	100,68			
	Bes yıldan fazla	68	105,24			
Sosyal Alan	Bir yıldan az	9	53,11	4	14,207	0,00*
	Bir-iki yıl arası	30	82,22			
	İki-üç yıl arası	44	85,42			
	Üç-dört yıl arası	40	103,30			
	Bes yıldan fazla	68	110,31			
Sağlık Alanı	Bir yıldan az	9	78,33	4	3,06	0,54
	Bir-iki yıl arası	30	86,53			
	İki-üç yıl arası	44	92,52			
	Üç-dört yıl arası	40	101,49			
	Bes yıldan fazla	68	101,54			
Eğlence Alanı	Bir yıldan az	9	53,61	4	10,46	0,03*
	Bir-iki yıl arası	30	92,72			
	İki-üç yıl arası	44	85,18			
	Üç-dört yıl arası	40	99,58			
	Bes yıldan fazla	68	107,96			
Finansal Alan	Bir yıldan az	9	72,11	4	4,94	0,29
	Bir-iki yıl arası	30	85,42			
	İki-üç yıl arası	44	90,86			
	Üç-dört yıl arası	40	104,19			
	Bes yıldan fazla	68	102,34			

Araştırmaya katılan sporcuların spor yapma yılları ile risk alma ölçeği alt boyutları arasında yapılan Kruskal Wallis testine göre; sosyal ve eğlence alanı alt boyutunda anlamlı fark tespit edilirken ($p < 0,05$), diğer alt boyutlar istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmemektedir ($p > 0,05$).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Çalışmanın sonucunda; kadın sporcuların erkek sporculara göre sağlık alanında risk alma düzeylerinin anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu ($p < 0,05$) görülürken diğer alanlarda istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmemektedir. Özdemir (2018), çalışmasında risk alma eğilimi cinsiyet açısından incelendiğinde ise kadın sporcuların sosyal alanda, erkek sporcuların ise ahlaki alan ve sağlık alanında daha fazla risk alma eğiliminde oldukları gözlenmiştir. Bireysel sporlar ile uğraşan bireylerin, takım sporu ile uğraşan bireylere göre ahlaki alanlarda daha fazla risk almaya istekli oldukları ($p < 0,05$), diğer alanlarda ise gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p > 0,05$). Yine Özdemir (2018), Bireysel sporlarda sorumluluğun sadece sporcunun kendisine ait olmasının, takım sporlarında ise sorumluluğun takım üyeleri arasında paylaşıyor olmasının sonucu olarak bireysel spor yapan sporcuların takım sporu yapanlara göre daha yüksek risk alma eğilimi taşımasına sebep olduğu söylenebilir. 5 yıl ve daha uzun süredir aktif spor yapan bireylerin sosyal alanlarda ve eğlence alanlarındaki risk alma düzeylerinin, 5 yıldan daha az süredir spor yapan bireylere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir ($p < 0,05$). Haftanın her günü branşı ile ilgili antrenmanlar yapan bireylerin sosyal, sağlık ve eğlence alanlarındaki risk alma düzeylerinin, branşı ile ilgili daha az antrenman yapan bireylere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir ($p < 0,05$).

KAYNAKLAR

1. Bağrıaçık A., Açak M. Spor Yaralanmaları ve Rehabilitasyon, Yaylacık Matbaası, İstanbul, (2005).
2. Beck U. Risk Society: Towards A New Modernity, Sage Publication, London. 1992.
3. Clifford, M.M., ve Chou, F.C. (1991). Effects of payoff and task context on academic risktaking. *Journal of Educational Psychology*, 83, 499-507.
4. Dweck, C.S. (2000). Self-theories: Their role in motivation, personality, and development. Philadelphia, Taylor & Francis Group.
5. Ergen E. Spor Bilimleri ve Hekimliği Yazıları, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara, 2004
6. Gök, Y. (2006). Türkiye Voleybol Birinci Liginde Yer Alan Spor Kulüplerinin Risk Yönetimi Açısından Değerlendirilmesi, Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
7. Gök, Y., Balcı, V. (2006). Türkiye Birinci Voleybol Liginde Yer Alan Spor Kulüplerinin Risk Yönetimi Açısından Değerlendirilmesi, 9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Muğla.
8. Korkmaz, H. (2002). Fen eğitiminde proje tabanlı öğrenmenin yaratıcı düşünme, problem çözme ve akademik risk alma düzeylerine etkisi. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
9. Neihart, M. (1999). Systemtatic risk-taking. *Roeper Review*, 21(4), 289-292.
10. Nohr, K. (2009) *Managing Risk in Sport and Recreation: The Essential Guide for Loss Prevention*, Human Kinetics, ISBN-10:0-7360-6933-X.
11. Özdemir, N; Şentuna, N; Şentuna, M. (2018). Sporda Risk Alma Davranışının İncelenmesi. *Kongre Başkanı*, 155.
12. Özer L, Gülpınar S. Hizmet sektöründe tüketicilerin algıladıkları riskler: Hava yolları sektöründe bir araştırma. *Journal of Commerce*, 2005: 49.
13. Sezgin İ. Spor Ergonomisinin Spor Yaralanmalarında ve Spor Sakatlanmalarındaki Yeri ve Önemi, Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara, 1999.
14. Weiner, B. (1994). Integrating social and personal theories of achievement striving. *Review of Educational Research*, 64(4), 557-573.
15. Yıldırım F. Üniversite Öğrencilerinin Yaşamdaki Riskleri Algılamaları Üzerinde Toplumsal Cinsiyet Etkisinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Ankara Üniversitesi, 2007.

MUŞ İLİNDEKİ ORTAÖĞRETİM KURUMLARI İDARECİLERİNİN SPORTİF
FAALİYETLERE KARŞI TUTUMLARI
THE ATTITUDES OF THE ADMINISTRATORS OF SECONDARY EDUCATION
INSTITUTIONS IN MUŞ PROVINCE TOWARDS SPORTING ACTIVITIES

Hülya BİNGÖL

Dr. Öğr. Üyesi, İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı
(Sorumlu Yazar)

Seçkin Koşar

Yüksek Lisans Öğrencisi, Malatya İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve
Spor Anabilim Dalı

Şükrü BİNGÖL

Dr. Öğr. Üyesi, Hakkari Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü

ÖZET

Ülkemizin ulusal alanda sportif başarılar elde edebilmesi ve her branşta kaliteli sporcular yetiştirebilmesi için sporcularımızın ortaöğretim (lise) dönemine denk gelen profesyonel sporculuğa geçiş dönemi olan 14-18 yaşlarında yarışma tecrübe kazanmaları büyük önem taşımaktadır. Sportif faaliyetler aynı zamanda öğrencilerin sosyalleşmesinde, olumlu bir öz-benlik geliştirmelerinde ve işbirliği içerisinde çalışma becerilerinin gelişmesinde çok önemlidir. Bu bağlamda Ortaöğretim Kurumlarında görevli idarecilerin sportif etkinliklere destek vererek gerekli imkanları sağlamaları, öğrencileri sportif faaliyetlere katılma konusunda teşvik etmeleri ve okulun beden eğitimi öğretmenini bu konuda desteklemeleri beklenmektedir. İdarecilerin verdiği destekler ile katılım arttıkça düzenlenen sportif faaliyetlerin sayısının da artması sonucu doğacaktır. Verilen bilgilere dayanarak planlanan bu bildirinin temel amacı; Muş ilindeki Ortaöğretim Kurumlarında görev yapan idarecilerin spor faaliyetlerine karşı tutumlarını ortaya koymaktır. Çalışmanın amaçlarından biri de branşı beden eğitimi olan idareciler ile branşı beden eğitimi olmayan idarecilerin tutumlarındaki farklılıkları ortaya koymaktır.

Çalışmanın evreni Muş ilindeki ortaöğretim kurumu idarecilerinden oluşmaktadır. Bu çalışmada örnekleme oluşturan 20 idareciye yarı yapılandırılmış görüşme formu uygulanmış, görüşme formlarından elde edilen nitel verilere içerik ve betimsel analiz yapılmıştır. Elde edilen verilere göre idareci katılımcıların sportif faaliyetlere karşı olumlu bir tutum sergiledikleri sonucuna varılmıştır. Yine elde edilen verilere göre branşı beden eğitimi olan idarecilerin, branşı beden eğitimi olmayan idarecilere göre sportif faaliyetlere karşı daha olumlu bir tutum sergiledikleri sonucuna da varılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre yapılacak önerilerin Muş ilinde düzenlenen lise düzeyindeki sportif faaliyetlerin sayısını idarecilerin desteği ile beraber arttırması ve daha fazla sporcu yetişmesini sağlaması beklenmektedir. Çalışma aynı zamanda bu alanda yapılacak olan gelecek çalışmalar için bir örnek teşkil edecektir.

Anahtar Kelimeler: İdareci, Sportif Faaliyet, Orta Öğretim

ABSTRACT

In order for our country to achieve sporting success in the national field and to train qualified athletes in every branch, at the 14-18 years of age which corresponds to secondary school (high school), which is the period of transition to professional sports it is of great importance that our athletes gain experience in the competition. Sporting activities, at the same time, are very important for the socialization of students, developing a positive self-esteem and developing the skills of working in cooperation. In this context, administrators in secondary education institutions are expected to support the sports activities by providing the necessary facilities, encouraging students to participate in sports activities and supporting the physical education teacher of the school in this regard. As the participation increases with the support of the administrators, the number of sporting activities organized will increase as well. The main purpose of this study, which is planned based on the information given; administrators in secondary education institutions in Muş Province to show their attitudes towards sports activities. Another aim of the study is to reveal the differences in the attitudes of managers whose branch are physical education and whose branch are not physical education.

The population of the research consists of administrators of secondary education institutions in Muş. In this study, semi-structured interview forms were applied to 20 administrators who form the sample, content and descriptive analysis were applied to the qualitative data obtained from the interview forms. According to the data obtained, it was concluded that the administrators exhibited a positive attitude towards sporting activities. According to the data obtained, it is concluded that the managers who have physical education in the branch have a more positive attitude towards the sporting activities than the managers who have no physical education in the branch. According to the results, the recommendations are expected to increase the number of high school level sports activities organized in the province of Muş with the support of the administrators and provide more athletes to be trained. The study will also serve as an example for future studies in this area.

Keywords: Executive, Sportive Activity, Secondary Education

**ORTAÖĞRETİMDE OKUYAN ÖĞRENCİLERİN VELİLERİNİN BEDEN EĞİTİMİ
DERSİNE YÖNELİK TUTUMLARININ İNCELENMESİ**
INVESTIGATION OF THE ATTITUDES OF PARENTS OF SECONDARY SCHOOL STUDENTS
ABOUT PHYSICAL EDUCATION COURSE

Hülya BİNGÖL

Dr. Öğr. Üyesi, İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı
(Sorumlu Yazar)

Enes GÜN

Yüksek Lisans öğrencisi, İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

Selim KELEŞ

Yüksek Lisans öğrencisi, İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

Şükrü BİNGÖL

Dr. Öğr. Üyesi, Hakkari Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü

ÖZET

Çalışmanın amacı, ortaöğretimde okuyan öğrencilerin velilerinin beden eğitimi dersine yönelik tutumlarının bazı parametrelere göre incelenmesidir. Çalışmaya çocukları 9. 10. ve 11. Sınıfta okuyan 183 veli katılmıştır. Çalışma için velilerden; çocuğun cinsiyeti, çocuğun spor yapma durumu, çocuğun sınıfı, velinin spor yapma durumu ve velinin eğitim durumu gibi bilgileri kaydedilmiştir. Velilere 22 maddeden oluşan Erman ÖNCÜ ve Özbay GÜVEN'in hazırladığı "Ana-Babalar için Beden Eğitimi Dersi Tutum Ölçeği" uygulanmıştır. Verilerin analizi için SPSS 25 paket program kullanılmıştır. Verilerin normal dağılıma uyup uymadığına Kolmogorov-Smirnov ile bakılmıştır. Bağımsız Örneklem T testi ve ANOVA testi kullanılarak veriler analiz edilmiştir. Çalışmada öğrencinin spor yapma durumu, öğrencinin sınıfı ve ebeveynin spor yapma durumuna göre beden eğitimi dersine yönelik tutum puanlarında anlamlı fark tespit edilirken çocuğun cinsiyeti ve ebeveynin eğitim durumuna göre anlamlı fark bulunamamıştır.

Sonuç olarak çalışmada spor yapan öğrencilerin velilerinin ve spor yapan velilerin beden eğitime yönelik tutum puanları, spor yapmayan öğrenci ve velilere göre yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca çocuğu 9. Sınıfta öğrenim gören velilerin beden eğitimi dersine yönelik tutum puanları 10. ve 11. sınıfta çocuğu olan velilerden daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Ortaöğretim, Beden Eğitimi, Tutum

ABSTRACT

The aim of this study is to examine the attitudes of parents of secondary school students towards physical education course according to some parameters. 183 parents whose children are in 9th, 10th and 11th grade participated in the study. For the study; the gender of the child, the child's sporting status, the child's class, the parent's sporting status and the parent's educational status were recorded from the parents. "Attitude Scale for Physical Education Course for Parents" prepared by Erman ÖNCÜ and Özbay GÜVEN, consisting of 22 items, was applied to the parents. Data were analyzed using SPSS 25 package program. Kolmogorov-Smirnov was used to determine whether the data fit the normal distribution. Data were analyzed using Independent Sample T test and ANOVA test. In the study, a significant difference was found in the attitudes towards physical education course according to the sports status of the student, the class of the student and the sports status of the parent, while no significant difference was found according to the gender of the child and the education level of the parent. As a result, it was found that the attitude scores of the parents doing sports and the parents of the students doing sports were higher than the students and parents who did not do sports. In addition, it was found that the attitude scores of the parents whose children were studying in the 9th grade were higher than those who had children in the 10th and 11th grade.

Keywords: Secondary Education, Physical Education, Attitude

BİR KARDEŞLİK İKLİMİ OLAN GENÇLİK MERKEZLERİNE GENEL BAKIŞ
OVERVIEW OF YOUTH CENTERS WITH A BROTHERHOOD CLIMATE

Elif NARİNÇ

Yüksek Lisans Öğrencisi, İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü,
Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

Cemal GÜNDOĞDU

Prof. Dr. İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü

ÖZET

Gençlerimizin zorunlu eğitim iş ve kişisel faaliyetlerini gerçekleştirme sürelerinin dışında kalan zamanlarda gençlerin ilgi, istek ve becerilerini ön planda tutarak serbest zamanlarını birçok sportif ve çeşitli kültürel etkinliklerle değerlendirmelerini, yaşamış oldukları topluma aktif birey olarak katılmalarını sağlayan gençleri zararlı alışkanlıklardan korumak amacıyla birçok kurum ya da kuruluş mevcuttur. Bu kurum ve kuruluşlardan biride oldukça geniş kitlelere hitap eden Gençlik ve Spor Bakanlığı Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğü bünyesinde 81 il ve ilçede 15-29 yaş arası gençlere hizmet veren Gençlik Merkezleri'dir. Bu çalışmanın amacı Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü bünyesinde hizmet veren gençlik merkezlerinde yürütülen faaliyetler ve Gençlik Merkezleri'nin amaçlarının açıklanarak gençlik merkezleri konusunda farkındalık oluşturmaktır. Araştırmanın evrenini Gençlik ve Spor Bakanlığı Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğüne bağlı 321 Gençlik Merkezi oluştururken örneklemini ise Malatya Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğüne bağlı Fırat ve Beydağı Gençlik Merkezi oluşturmuştur. Araştırmada veri toplamak amacıyla nitel veri toplama araçlarından doküman analizi kullanılmıştır. Gençlik ve Spor bakanlığı resmi sayfasında yer alan mevzuat ve yönetmeliklerden, malatya Gençlik merkezleri birim faaliyet raporlarından kitaplardan vb. bilimsel kaynaklardan yararlanılmıştır. Elde edilen bilgiler ışığında 81 il ve ilçede 2017 yılında 259 gençlik merkezi 2018 yılında 287 gençlik merkezi 2019 yılında ise 321 gençlik merkezi vardır. Malatyada ise Beydağı Gençlik Merkezi ve Fırat Gençlik Merkezi olmak üzere iki gençlik merkezi bulunmakta, bu gençlik merkezlerinde toplam 24.871 gönüllü birey kayıtlıdır. Gençlik merkezlerinde gençlerin manevi ve milli değerlerine sahip çıkan, çevrelerine ve diğer kişilere karşı tutum ve davranışlarında insani, ahlaki, kültürel ve toplumsal duyarlılığın artırılması amacıyla gençlik merkezleri atölyesi oluşturulmuş ve bu kapsamda; Değerler, Dini İlimler, İnovasyon, Sosyal Bilimler, Kişisel Gelişim Atölyeleri faaliyetleri gençlik merkezlerinde gerçekleştirilmektedir. Sonuç olarak Gençlik Merkezleri Anayasa'nın devlete vermiş olduğu Gençliğin Korunması konu başlıklı maddesinde yer alan gençleri alkol düşkünlüğünden, uyuşturucu maddelerden, suçluluk, kumar ve benzeri kötü alışkanlıklardan ve cehaletten korumak için gerekli tedbirleri almış olmakla birlikte sosyal uyum, öz saygı, bulunmuş olduğu çevrede kendini geliştirme imkanı sağlanmasıyla 14-29 yaş arasında bireylerinin gelişimine katkı sağladığı görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Gençlik, Gençlik Merkezi, Gönüllülük, Gençlik Merkezleri Atölyesi, Kardeşlik İklimi

ABSTRACT

There are many institutions or organizations in order to protect young people from harmful habits that enable young people to evaluate their free time with many sporting and various cultural activities and to participate in the society in which they lived as active individuals by keeping the interests, desires and skills of the young people in the foreground during the periods other than the compulsory education work and personal activities. One of these institutions and organizations is the Youth Centers that serve young people between the ages of 15-29 in 81 provinces and districts under the Ministry of Youth and Sports Provincial Directorate of Youth Services and Sports, which appeal to a wide audience. The aim of this study is to raise awareness about youth centers by explaining the activities carried out in the youth centers serving within the Provincial Directorate of Youth and Sports and the aims of the Youth Centers. The population of the research consisted of 321 Youth Centers affiliated to the Provincial Directorate of Youth Services and Sports of the Ministry of Youth and Sports, and Fırat and Beydağı Youth Center affiliated to the Malatya Youth Services and Sport Provincial Directorate constituted the sample. In the study, document analysis, one of the qualitative data collection tools, was used to collect data. Ministry of Youth and Sports official page of the legislation and regulations, malatya Youth centers, unit activity

reports, books, etc. scientific sources were used. In light of the information obtained, there are 259 youth centers in 2017 and 287 youth centers in 2018 and 321 youth centers in 2019 in 81 provinces and districts. Malatya has two youth centers, namely Beydağı Youth Center and Fırat Youth Center, with a total of 24.871 volunteers registered in these youth centers. In order to increase human, moral, cultural and social sensitivity in their attitudes and behaviors towards their environment and other people, youth centers workshop was established in the youth centers. Values, Religious Sciences, Innovation, Social Sciences, Personal Development Workshops are carried out in youth centers. As a result, the Youth Centers have taken the necessary measures to protect the youth from alcohol addiction, drugs, guilt, gambling and similar bad habits and ignorance in the article entitled Kor Protection of Youth Anayasa of the Constitution. development of the individuals between the ages of 14-29 has been found to provide multiple storeys.

Key Words: Youth, Youth Center, Volunteering, Youth Centers Workshop, Brotherhood Climate

1. GİRİŞ

Gençlerimizin zorunlu eğitim iş ve kişisel faaliyetlerini gerçekleştirme sürelerinin dışında kalan zamanlarda gençlerin ilgi, istek ve becerilerini ön planda tutarak serbest zamanlarını birçok sportif ve çeşitli kültürel etkinliklerle değerlendirmelerini, yaşamış oldukları topluma aktif birey olarak katılmalarını sağlayan gençleri zararlı alışkanlıklardan korumak amacıyla birçok kurum ya da kuruluş mevcuttur.

Bu kurum ve kuruluşlardan biride oldukça geniş kitlelere hitap eden Gençlik ve Spor Bakanlığı Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğü bünyesinde 81 il ve ilçede 15-29 yaş arası gençlere hizmet veren sayıları günden güne artan 2019 yılı Aralık ayı itibariyle toplam 321 adet Gençlik Merkezleridir.

Bu gençlik merkezlerine üye gençlere, Atatürk ilke ve inkılâpları doğrultusunda, kendilerini geliştirme, vatana ve millete ve yaşadıkları topluma yararlı, yaratıcı ve birleştirici kişiler olarak katılmalarını sağlarken, serbest zamanlarını ilgi istek ve becerileri doğrultusunda değerlendirmelerini, yeni insanlar ile tanışmalarını, yapılacak projeler ile gençler arası değişim programlarının hayata geçirilmesini, gençlerin sosyalleşerek kişiliklerinin gelişmesi ve yaşadıkları topluma adapte olmalarını sağlamaktır (Gençlik Merkezleri Yönetmeliği md.5).

2. MATERYAL METOT

Bu araştırmada veri toplamak amacıyla nitel veri toplama araçlarından Doküman Analizi kullanılmıştır. Araştırmada Gençlik ve Spor Bakanlığı resmi sayfasında yer alan mevzuat ve yönetmeliklerinden, Gençlik Merkezleri Yönetmeliği'nden, Malatya Gençlik Merkezi birim faaliyet raporlarından, kitaplardan vb. bilimsel kaynaklardan yararlanılmıştır.

3. GENEL BİLGİLER

3.1. Anayasa'da Spor

1982 Anayasası 58.madde de gençliğin korunması, 59. Maddesinde Sporun Geliştirilmesi başlıklarıyla devlete sorumluluk vermiştir(1982 Anayasası, md.58 ve 59).

3.2. Gençlik Merkezleri

Gençlik ve Spor Bakanlığı 03/06/2011 tarihinde,638 sayılı KHK(Kanun Hükmünde Kararname) ile gençliğe ve spora yönelik hizmetlerin tek çatı altında toplanması ve koordinasyonun sağlanması amacıyla kurulmuştur(GSB Teşkilat ve Görevleri Hakkında KHK,2011).

Gençlik Merkezleri Gençlik ve Spor Bakanlığı'na bağlı Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlükleri'ne bağlı olarak kurulan, gençlerin serbest zamanlarını ilgi, istek ve yetenekleri doğrultusunda değerlendirmelerini sağlamak, onları sosyal, kültürel, sanatsal ve sportif faaliyetlere yönlendirerek sosyal kişiliklerin gelişmesine katkıda bulunmak amacıyla çalışmalar yapılmaktadır (Bozgeyikli, 2013).

3.3. Gençlik Merkezlerinde Yürütülen Faaliyetler

3.3.1. Değerler Atölyesi

Değerler atölyesinde gençler manevi değerlerimizi gençlik merkezlerinde yaşayarak, gözleyerek ve hissederek öğrenme imkânı bulmaktadırlar(Gençlik Merkezleri El Kitapçığı,2018).

3.3.2. Dini İlimler Atölyesi

Dini İlimler Atölyesinde ise İslam dininin insanlığa sunduğu güzellikleri gençler, alanında ehli kişilerden öğrenme fırsatı bulmaktadırlar(Gençlik Merkezleri El Kitapçığı,2018).

3.3.3. İnovasyon Atölyesi

Girişimci, yeniliğe açık, bilimsel gelişmeleri takip eden bir neslin yetişmesi için kurulan inovasyon atölyesinde gençlere yepyeni imkânlar sunulmaktadır(Gençlik Merkezleri El Kitapçığı,2018).

3.3.4. Sosyal Bilimler Atölyesi

Sosyal bilimler atölyesinde farklı alanlarda ufuk açıcı eğitimler verilmektedir. Tarih, Edebiyat, 2023 Hedefleri, Türkiye Tarihi, Haklar ve Sorumluluklar, Uluslararası İlişkiler, Coğrafya, Felsefe-Mantık, Hukuk başlıklarında faaliyetler gerçekleştirilmektedir(Gençlik Merkezleri El Kitapçığı,2018).

3.3.5. Kişisel Gelişim Atölyesi

Gençlik merkezlerine gelen gençler, kişisel gelişim atölyesinde kendilerini her alanda yetiştirme imkanlarını bulmaktadır(Gençlik Merkezleri El Kitapçığı,2018).

3.3.6. Dil Eğitimleri Atölyesi

Bir dil bir insan, iki dil iki insan düşüncesiyle hareket ederek dil eğitimleri atölyesinde Osmanlıca, İngilizce, Arapça, İşaret Dili faaliyetleri gerçekleştirilmektedir(Gençlik Merkezleri El Kitapçığı,2018).

3.3.7. Güzel Sanatlar Atölyesi

Hayatın her alanında aktif rol alan gençlerin en verimli en üretken yaşlarda gençlik merkezlerinde alanında uzman kişilerden güzel sanatların her alanında nitelikli atölye çalışmalarının gerçekleştirilmesi amaçlanmıştır(Gençlik Merkezleri El Kitapçığı,2018).

3.3.8. Sağlıklı Yaşam ve Spor Atölyesi

Güçlü Türkiye için sağlıklı nesillerin yetiştirilmesi amaçlanmıştır. Yaşam Tarzı Geliştirme, Beslenme, Spor, Bağımlılıkla Mücadele başlıkları altında faaliyetler gerçekleştirilmektedir(Gençlik Merkezleri El Kitapçığı,2018).

3.4. Gençlik Merkezi Kulüpleri

3.4.1. Sosyal ve Kültürel Faaliyetler Kulübü Merkezimiz Her Yerde

İlgi ve ihtiyaçlar doğrultusunda hem sosyalleşmek hem de kültürel olarak katılımcıların kendilerini geliştirmeleri amaçlanmıştır(Gençlik Merkezleri El Kitapçığı,2018).

3.4.2. Güzel Sanatlar Kulübü

Fotoğrafçılık, Resim, Müzik, Yöresel Halk Oyunları, Tiyatro, Karikatür ve Mizah, El Sanatları, Sinema, Mimari faaliyetler gerçekleştirilmektedir(Gençlik Merkezleri El Kitapçığı,2018).

3.4.3. Bilim ve Teknoloji Kulübü

Proje Uygulamaları, Münazara Uygulamaları, Tasarım, Sosyal Medya, Medya, Bilim ve Teknoloji Dünyası, Yenilikçi Uygulamalar, Uygulamalı Girişimcilik Çalışmaları gerçekleştirilmektedir(Gençlik Merkezleri El Kitapçığı,2018).

3.4.4. Sağlıklı Yaşam ve Spor Kulübü

Hayatı etkin yaşamının bedensel ve ruhsal sağlıktan geçtiğine inanan sağlıklı beslenme kadar aktiviteyi de hayatın merkezine koyarak çevresine duyarlı arkadaşlarla sağlıklı yaşam için gençlik merkezinde buluşmak amaçlanmıştır(Gençlik Merkezleri El Kitapçığı,2018).

3.4.5. Gönüllülük kulübü

Gençlerin iyilik Ağacı kulüp alt başlığıyla Ensar Muhacir Kardeşliği, Her Gençlik Merkezinin Bir Yetim Kardeşi Olsun, Genç Dönüşüm vb. konu başlıklarıyla çeşitli gönüllülük faaliyetleri gerçekleştirilmektedir. (Gençlik Merkezleri El Kitabı,2019).

4. BULGULAR

4.1. Verilerle Gençlik Merkezleri

Gençlik ve Spor Bakanlığı bünyesinde 2019 yılı Aralık ayı itibariyle 321 Gençlik Merkezi hizmet vermektedir (GHGM, 2019)

YIL	GM SAYILARI
2016	229
2017	259
2018	287
2019	321

Malatya’da Fırat Gençlik Merkezi ve Beydağı Gençlik Merkezi olmak üzere iki tane gençlik merkezi bulunmaktadır.

Yıllara Göre Malatya Beydağı Gençlik Merkezi Üye Sayıları(Beydağı GM Brifing Dosyası,2019).

YIL	ÜYE SAYISI
2017	1295
2018	3140
2019	5618

Beydağı Gençlik Merkezi 2017 yılında kurulmasına rağmen kısa sürede üye sayısını arttırarak çeşitli faaliyetlerini gerçekleştirmektedir.

Yıllara Göre Malatya Fırat Gençlik Merkezi Üye Sayıları(Fırat GM Brifing Dosyası,2019).

YIL	ÜYE SAYILARI
2013	4050
2014	9928
2015	13869
2016	16099
2017	18337
2018	19212
2019	19253

Fırat Gençlik Merkezinin üye sayısının fazla olmasında eskiden kurulmasının etkisi vardır. Gençlik Merkezleri üye sayıları kamp dönemlerinde gelen öğrencilerin sayısı ile artış göstermektedir. Gençlik merkezlerinin hitap ettiği yaş grubu 15-29 yaş aralığı olduğu için 29 yaş üzeri olan kişiler sistem üzerinden üyelikten çıkarılmaktadır. Mevcut olarak iki Gençlik Merkezi olmasına karşın 3 tane daha gençlik merkezi açılma durumu vardır.

2019 verileri 19.12.2019 tarihi itibariyledir.

5. SONUÇ VE ÖNERİLER

Sonuç olarak Gençlik Merkezleri Anayasa’nın devlete vermiş olduğu Gençliğin Korunması maddesinde yer alan sorumlulukları yerine getirerek bireylerin sosyal uyum ve öz saygılarını geliştirmede etkili olmuş 15-29 yaş arası bireylerin gelişimine katkı sağlamıştır.

Gençlik Merkezlerinin il ve ilçe çapında tanıtım faaliyetleri arttırılmalı,

Gençlik merkezlerinde yapılan faaliyet ve etkinliklerin programlanması; yapılan ihtiyaç analizleri ve anket sonuçlarına göre gerçekleştirilmeli,

Akran iletişiminin güçlü olduğu düşünülerek ihtiyaç belirleme sürecinde liderlik özelliğine sahip üyelerden akran desteği alınabilir.

Ailelere Gençlik Merkezlerinin amaçları ve gerçekleştirilen faaliyetler hakkında bilgi verici programlar düzenlenerek aileler de bilgilendirilebilir.

Gençlik merkezleri faaliyetlerinde genç dostu yaygın eğitim metotları daha fazla kullanılmalı ve bu metotları kullanabilen gençlik çalışanı sayısı artırılmalıdır.

6. KAYNAKÇA

1. Gençlik Merkezleri Yönetmeliği. T.C. Resmi Gazete, Sayı:25167, 13 Temmuz.2003.
2. Çelik S. İlköğretim Okullarındaki Eğitim Yöneticilerinin Yönetim Modelleri İle Öğretmenlerin Mesleki Adanmışlığının İlişkisi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul:Yeditepe Üniversitesi, 2008
3. 1982 Anayasası. T.C. Resmi Gazete, Sayı:17863, 9 Kasım 1982
4. Gençlik ve Spor Bakanlığının Teşkilat ve Görevleri Hakkında Kanun Hükmünde Kararname. T.C. Resmi Gazete, Sayı:27958, 3 Haziran 2011.
5. Bozgeyikli H. Üniversite gençlerinin serbest zaman kullanım alışkanlıkları araştırması, *Karadeniz Sosyal Bilimler Dergisi*, 2013, 5, 72.
6. Gençlik Merkezleri El Kitapçığı,2018
7. Malatya Beydağı Gençlik Merkezi Brifing Dosyası, 2019
8. Malatya Fırat Gençlik Merkezi Brifing Dosyası, 2019

**SON BEŞ DÖNEM İÇERİSİNDE DÜZENLENMİŞ OLİMPİYAT OYUNLARININ
EKONOMİK KAZANIMLARININ İNCELENMESİ
THE RESEARCHING OF THE ECONOMIC GAINS OF THE OLYMPIC GAMES
ARRANGED IN THE LAST FIVE PERIODS**

Hülya BİNGÖL

Dr. Öğr. Üyesi, İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı
(Sorumlu Yazar)

Şükrü BİNGÖL

Dr. Öğr. Üyesi, Hakkari Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü
İsmail ÖNER

Doktora Öğrencisi, İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü
Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

ÖZET

Olimpiyat Oyunları, gün geçtikçe ülkeler için stratejik önemini arttırmaktadır. Bu öneme paralel olarak, branşlara göre spor tesislerinin de kapasitesi artmaktadır. Ancak, özellikle 2000'li yıllarda gerçekleştirilen Olimpiyat Oyunları aşırı büyümüş ve kentler, bu büyümeye adapte olma sürecinde belli sıkıntılar yaşayarak ekonomik anlamda büyük zorluklar yaşamışlardır.

Araştırmamızda, son beş dönem içerisinde (Sidney, Atina, Pekin, Londra, Rio De Janeiro) düzenlenmiş yaz olimpiyat oyunlarının ülkeler açısından ekonomik kazanımlarına göre incelenmesi amaçlanmıştır.

Araştırmada, nitel araştırma yöntemlerinden literatür taraması ve içerik analizi yöntemi kullanılmıştır. Son beş dönem içerisinde düzenlenen Sidney (2000), Atina (2004), Pekin (2008), Londra (2012) ve Rio De Janeiro (2016) yaz olimpiyatlarının tamamında ev sahibi ülkenin ekonomik açıdan zarardan daha çok kazancının büyük olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Olimpiyat Oyunları, Ekonomik Kazanım, Ev Sahibi Şehir

ABSTRACT

The Olympic Games are increasing their strategic importance for countries day by day. Parallel to this importance, also the capacity of sports facilities increases according to the branches. However, the Olympic Games, especially performed in the 2000s, have overgrown and cities have experienced major difficulties in the economic sense by experiencing certain nuisances in the process of adapting to this growth.

In our research was aimed to research the Summer Olympic Games performed in the last five terms (Sydney, Athens, Beijing, London, Rio De Janeiro) according to the economic gains of the countries.

In the research, literature survey and content analysis method which is of the qualitative research methods were used.

It was concluded that has more profits than the economic harm of the host country in all of the Summer Olympics Sydney (2000), Athens (2004), Beijing (2008), London (2012) and Rio De Janeiro (2016) performed in the last five terms

Keywords: Olympic Games, Economic Gain, Host City.

1. GİRİŞ

Olimpiyat Oyunlarının ev sahipliği yapan kentler için ciddi bir gelir ve gelişim fırsatı olduğunun anlaşılması ile Olimpiyatlar, siyasi, kültürel, bilimsel, ekonomik pek çok etki unsurunun bir arada kullanıldığı farklı bir aşamaya taşınmıştır. Bu konudaki en büyük etken ise; organizasyonun hazırlıkları için ayrılan bütçenin, bir kentin belki de 50 yılda tamamlayabileceği alt yapı, ulaşım, açık alan, yeni yapı gibi gereksinmelerini karşılamada, kentin sosyal, ekonomik ve çevresel anlamda değerinin artırılması için hazırlanacak bir kalkınma planına sahip olmada önemli katkılar sağlamasıdır (1).

Günümüzde bütün sportif etkinlikler ve organizasyonlar artık çok önemli bütçelerle organize ediliyor. Bu bağlamda bakıldığında şüphesiz ki, Dünyanın en önemli, en değerli ve en pahalı sportif organizasyonu olarak karşımıza Olimpiyat Oyunları çıkıyor.

Aynı zamanda, bu organizasyonu düzenleyebilmek, ülkeler için çok büyük bir prestij meselesi. Her dört sene bir bu etkinliğe aday iddialı şehirler, hükümetleri aracılığıyla sonraki olimpiyat oyunlarına ev sahipliği yapmak için sıkı bir yarış içerisine girerler.

Olimpiyatlar sayesinde o ülke, oyunların yapılacağı kente metrosundan konaklama yerlerine, spor komplekslerinden iletişim alt yapısına kadar birçok alanda ciddi alt yapı yatırımları yapıyorlar. Bu yatırımlar için Milyar Euro'lar varan devasa bütçelere ihtiyaç duyuluyor.

Araştırmamızda, son beş dönem içerisinde düzenlenmiş yaz olimpiyat oyunlarının ekonomik kazanımlarının ne boyutta olduğu öğrenilmek istenmiştir.

2.OLİMPİYAT OYUNLARI TANIMI

Beden, irade ve zekâ arasındaki harmonik dengeyi yaratma amacıyla, spor, kültür ve eğitimin bir arada bulunduğu bir yaşam felsefesi olarak "olimpizm" literatüre geçmiştir (2).

Olimpiyat Oyunları veya kısaca Olimpiyatlar. Yaz ve Kış Olimpiyatları olmak üzere iki ayrı kategoride, dört yılda bir düzenlenen uluslararası çok sporlu etkinlik olarak ifade edebiliriz.

3.OLİMPİYATLARIN EV SAHİBİ KENTLER ÜZERİNDEKİ OLUMLU ETKİLERİ

Oyunlara ev sahipliği yapan şehirlerdeki ve bölgelerdeki temel mekânsal iyileşmeler, Olimpiyatları'nın yarar sağladığı en güçlü yanlardan biridir. En belirgin uzun vadeli değişimler ise, Olimpiyatları'nın yer aldığı şehirlerdeki spor tesislerinin ve çok amaçlı tesislerin yapımı veya yenilenmesidir. Bunun yanı sıra, ulaşım ağının ve diğer altyapı (su, elektrik; sağlanması ve dağıtımı vb.) sistemlerinin modernize edilmesi de önemli yararlar arasında bulunmaktadır. Uzun vadeli değişimler birkaç şekilde olmaktadır; havaalanı kapasitesini arttırmak, yeni yollar ve tramvay hatları oluşturmak, daha iyi toplu taşıma sistemleri geliştirmek ve devasa kongreler/toplantılar için büyük tesisler inşa etmek. Bunlara ek olarak yeni otel imkânları sadece yerel halk için önemli bir gelişme olmayıp aynı zamanda 'uluslararası turistler için uygun hale gelen altyapı standardındaki gelişmeler ile' şehir, bölge ve ülke için önemli bir turizm mirasına dönüşmektedir (3).

Oyunlar süresince kullanılan spor tesisleri ve Oyunlara hizmet eden altyapı projeleri, etkinlik sonrasında kente miras olarak kalmaktadır. Bundan dolayı Olimpiyat Oyunları ev sahibi kentin kentsel dönüşümü için önemli bir katalizördür ve kent politikaları için de kilit bir rol üstlenmektedir (4).

4.OLİMPİYATLARIN EV SAHİBİ KENT ÜZERİNDEKİ OLUMSUZ ETKİLERİ

Olimpiyatlar genellikle bilinen bakış açıları (şehir planlama, spor kompleksleri) dışında daha az fark edilen, uluslararası saygınlık, gelişen toplum refahı, şehir canlanması, artan turizm olanakları, ek iş fırsatları, toplumsal değişiklikler, pazar çeşitliliğinin artması, fikir ve kültürel değerlerin üretilmesi, eğitim, tecrübe ve konuyla ilgili teknik uzmanlık gibi manevi mirasları da bulunmaktadır. Tüm bu olumlu miraslar yanında, yapılan inşaatlar sebebiyle oluşan borçlar, yüksek fiyatlar, etkinlikten sonra kullanılmayacak olan alt yapı çalışmaları, geçici kalabalık, kira artışı, adaletsiz dağılım gibi olumsuz birtakım etkileri de bulunmaktadır (5).

Oyunlarda kullanılan tesisler, etkinlik sonrasında başlangıçta yalnızca önemli birkaç etkinliğe ev sahipliği yapmakta, sonrasında zaman içerisinde kullanım sıklığı seyrekleşerek neredeyse hiç kullanılmayan yapılara dönüşmektedirler. Dev bütçelere mal edilen bu yapıların, sonrasında kullanılmaması da halka vergi vb. şekillerde yansımaktadır (6).

5.TÜRKİYE'NİN OLİMPİYATLARA ADAYLIK SÜRECİ

Türkiye, Olimpiyat Oyunları'na İstanbul'da ev sahipliği yapmak için 2000,2004,2008,2012 ve 2020 Oyunları'na aday olmak için başvurmuş; bu başvurularından 2008 ve 2020 Yaz Olimpiyat Oyunları'na Aday Kent statüsüne ulaşmış ancak ev sahibi olmaya hak kazanamamıştır. Buna ek olarak İzmir gibi

başka şehirler için de Olimpiyat Oyunları'na adaylık girişimlerinde bulunulduysa da resmi olarak yalnızca İstanbul Olimpiyat Oyunları'na ev sahipliği yapmak için aday gösterilmiştir.

6.OLİMPİYAT OYUNLARININ EKONOMİK KATKILARI

21. yüzyılda Olimpiyat Oyunları, sporcuların performansları kadar ev sahibi şehir ve ülkelerin önceliklerinden daha iyi, daha güçlü ve daha farklı olduklarını gösterebilecekleri oyunlar olarak önem taşımaktadır. Oyunlar sayesinde ev sahibi ülkelerin elde ettikleri gelirler kadar, geliştirilen alt yapının daha sonradan halk tarafından kullanılmasıyla da önemli bir fayda ve refah artışı sağlandığı fikri genel kabul görmektedir.1980'lere kadar ev sahibi ülkelere önemli bir ekonomik yük getiren büyük spor organizasyonları, 215 milyon Sterlin kazanç elde edilen 1984 Los Angeles Olimpiyat Oyunlarından itibaren önemli birer ekonomik kazanç kaynağı ve ekonomik gelişme sürecine destek veren "ilave lokomotif" olarak değerlendirilmektedir (7).

Kısa dönemde istihdam ve gelir artışı gibi etkileri olan bu organizasyonlar, uzun dönemde ve doğru planlamaları halinde ev sahibi kentlerin spor tesisi, konut ya da alt yapı gereksinimi gibi ihtiyaçlarını karşılayabilmektedir. Olimpiyat Oyunları ekonomik gelişmeyi desteklemenin yanında ülkelerin politik başarılarının pekiştirici bir unsuru olarak da değerlendirilmektedir. İletişim teknolojilerindeki gelişme ve ülkelerin Olimpiyat Oyunlarına giderek artan biçimde verdikleri önem, spora olan ilginin ve aktif katılımın da artmasını dolayısıyla daha sağlıklı ve verimli bireylerin çoğalmasını da sağlamaktadır (8).

7.ÇALIŞMANIN AMACI VE YÖNTEMİ

Son beş dönem içerisinde düzenlenen Sidney (2000), Atina (2004), Pekin (2008), Londra (2012) ve Rio De Janeiro (2016) yaz olimpiyatlarının ev sahibi kentler üzerindeki olumlu ve olumsuz etkilerinin yanı sıra ülkeler açısından ekonomik kazanımlarına göre incelenmesi amaçlanmıştır.

Bu çalışmada, "Olimpiyat Oyunlarının tanımı ve ev sahibi kentler üzerindeki olumlu- olumsuz etkileri", Türkiye'nin Olimpiyatlara Adaylık Süreci ", "Olimpiyatların ekonomik katkıları" araştırılmıştır. Çalışmamızda, nitel araştırma yöntemlerinden literatür taraması ve içerik analizi yöntemi kullanılmıştır.

8.BULGULAR

Bulgular bölümünde, son beş dönem içerisinde (Sidney, Atina, Pekin, Londra, Rio De Janeiro) düzenlenmiş yaz olimpiyat oyunlarının ülkeler açısından ekonomik kazanımların toplam maliyet ve toplam kar durumunun sayısal dağılımlarını gösteren bulgular yer almaktadır.

Tablo 1. Son Beş Dönem İçerisinde Düzenlenmiş Olimpiyatların Toplam Maliyet -Kar Durumu

OLİMPİYAT	TOPLAM MALİYET (\$)	TOPLAM KAR (\$)
2000 Sydney	8,4 Milyar	1,8 Milyar
2004 Athens	11,2 Milyar	1,4 Milyon
2008 Beijing	14,2 Milyar	1,6 Milyar
2012 London	13,9 Milyar	1,9 Milyar
2016 Rio De Jeneiro	11,6 Milyar	4, Milyar

Tablo 1 incelendiğinde; Sydney (2000), Athens (2004), Beijing (2008), London (2012), Rio De Jenerio (2016) olimpiyatlarının toplam kar oranının maliyetinin altında kaldığını ifade edebiliriz (9,10).

8.1.Son Beş Dönem İçerisinde Düzenlenmiş Olimpiyatların Ekonomik Kazanımları

2000 Sydney Olimpiyatları'ndan 7 sene sonra yapılan bir analizde, 'dolaylı faktörler' de katıldığında, Avustralya ekonomisine olan net zararının 2 milyar dolar olduğu hesaplanmıştır.

Yine 2004 Atina olimpiyatlarının devlete maliyeti yaklaşık 8,9 Milyar Euro'ya ulaşmıştı. Ne yazık ki, Yunan ekonomisi daha sonra bu maliyetlerin altından kalkamadı ve beklenen getiri ile gerçekleşen getiri arasında ciddi farklar oluştu.

2008'de Pekin'deki Olimpiyatlara Çin hükümetinin yaptığı müthiş harcama çok büyük sosyal tepkiye sebep olmuştu. Sadece finansal açıdan bakıldığında Pekin'de büyük harcamalarla gerçekleştirilen 2008

Pekin olimpiyatlarının, kısa ve orta vadede ekonomiye ciddi bir katkısının olmadığı yapılan araştırmalarla ortaya çıktı.

Yine, 2012 Londra Olimpiyatlarının mali portresi de 19 Milyar dolara ulaştı. İngiliz yetkililerin yaptığı açıklamalar, Londra Olimpiyatlarının ekonomide beklenen gelişmeye ulaşamadığını ortaya koyuyor (11).

2016 Rio De Janeiro Olimpiyatları Brezilya'ya 11 milyar dolara mal olan olimpiyatlarda aslan payını ulaşım ve altyapı çalışmaları aldı. Olimpiyatların sponsor geliri ise 1 milyar doları buldu. Ayrıca bilet satışları, yayın hakları toplamı da 3 milyar dolara ulaşacak (10).

Buradan da çıkan sonuç şu ki: Olimpiyatların dışsal pozitif etkileri dikkate alındığında, bu oyunların ekonomiye her zaman dolaylı net bir katkı sağladığını, söylemek mümkün görünmüyor.

9.SONUÇLAR VE ÖNERİLER

Araştırmamızda son dönem içerisinde düzenlenen olimpiyatların mali külfeti, yarattıkları nimetlerin çok üstünde. Genel olarak bu oyunlara harcanan devasa paralar, ev sahibi ülke ekonomilerine net bir ekonomik katkı sağlamıyor. Aksine, katlanılan yüksek maliyetler zaman içinde ekonomik gidişattaki olumsuzlukları daha da artırabiliyor, bu bağlamda bir ülke için Olimpiyat düzenleme kararı almak, ekonomik bir karardan daha çok siyasi bir karar olarak önümüze çıkıyor.

Diğer yandan, olimpiyatlarla ilgili tüm sosyal ve ekonomik faydaları ve maliyetleri rakamlara dönüştürmenin kolay bir iş olmadığını ifade edebiliriz. Olayın ekonomik yönünün dışında orta ve uzun vadede sosyal fayda sağlayıcı özelliğinin de olması, örneğin olimpiyatların, genç nüfusu spora teşvik ederek, o ülkenin bir spor ülkesi olması yolunda atımlar atılması ve uzun vadede bundan ekonomik ve mali anlamda bir gelir elde edilmesi stratejisi de günümüzde show business'a dönüşmüş bulunan spor ekonomisinin yadsınmaz gerçeklerinden birisi olarak karşımızda duruyor. Biz sadece burada ancak 'ölçülebilir' kalemlerle bir olimpiyatın masrafını kurtarıp kurtarmadığını analiz edebiliyoruz.

Bir diğer önemli konu da Olimpiyatların toplam maliyetinin, hazırlık sürecinde hazırlanan adaylık dosyalarında öngörülen rakamların oldukça üzerinde olmasıdır.

Sonuç olarak; Son beş dönem içerisinde düzenlenen Sidney (2000), Atina (2004), Pekin (2008), Londra (2012), Rio De Janeiro (2016) yaz olimpiyatlarının tamamında ev sahibi ülkenin ekonomik zararı, ekonomik kazancından çok daha büyük olmuştur.

Çalışmamızın; yapılacak farklı çalışmalara yönelik literatür bilgi niteliğinde önem arz edeceği düşünülmektedir.

Bu sebeple son beş dönem içerisinde düzenlenmiş olimpiyat oyunlarının ekonomik kazanımlarının düzeylerinin incelenmesi üzerine aşağıdaki öneriler sıralanabilir;

-Olimpiyatların düzenleneceği ülkelerde ilgili tüm kurumlar spora daha organize olarak yaklaşmalı ve uzun vadeli planlar yapmalı.

-Tesisler mümkün olduğunca ekonomiklik açısından birden çok fonksiyonu bir arada bulundurabilen çok amaçlı yapılar olarak tasarlanmalıdır.

-Tesisler arasındaki mesafenin artması, ulaşım ağlarıyla desteklenmesi ve bu da daha çok dolaylı yatırım maliyeti anlamı taşımasından ve ayrıca tesisler arası seyahat mesafesinin mümkün olduğunca az olmasının talep edilmesinden dolayı, tesisler kompakt bir düzende konumlandırılmalıdır.

-Olimpiyat Oyunları mekânsal stratejisine karar verilirken, ev sahibi kentin mevcut altyapısı da göz önünde bulundurulmalı ve çok yüksek maliyetli ek altyapı projelerine ihtiyaç duyulacak bir mekânsal düzense, mevcut altyapının maksimumda kullanıldığı bir düzen tercih edilmelidir.

-Olimpiyat Oyunları'nda kullanılan tesislerin etkinlik sonrasındaki işlev-geçicilik vb. kriterleri oyunlara adaylık sürecinde belirlenmeli ve bu aşamada devlet özel sektörden paydaşlarla iş birliği içerisinde bulunmalıdır.

-Olimpiyat Oyunları yalnızca devlet finansmanı ile değil mutlaka özel sektör-kamu paydaşlığında gerçekleştirilmelidir.

- Olimpiyat Oyunları'nın tasarımı sürecinde akademisyenlerin, sivil toplum kuruluşlarının, meslek odalarının fikirlerine danışılmalı ve şeffaf bir süreç sonucunda adaylık gerçekleşmeli ve katılımçılık esasına önem verilmelidir.
- Olimpiyat Oyunları'nın bir spor etkinliği olduğu gözden kaçırılmamalı ve sponsorluk sağlanması için gerekli planlar önceden yapılmalıdır.

KAYNAKLAR

1. Doralp, B. Barkul, Ö. (2011) Olimpiyat Yerleşkeleri Tasarımında Bir Girdi Olarak Sürdürülebilirlik MEGARON 2011;6(2):123-137
2. The Olympic Movement, The Olympic Museum, 2rd Edition 2007
3. Essex, S.ve Chalkley, B.1994, "Urban development through hosting international events: a history of the Olympic Games". Planning Perspectives, 14, pp. 369-394.
4. Essex, S.ve Chalkley, B. (1998). The Olympics as a Catalyst of Urban Renewal: A Review, Leisure Studies, Vol.17, No.3, s.187-206.
5. Mangan, J.A. (2008). Prologue: Guarantees of Global Goodwill: Post-Olympic Legacies – Too Many Limping White Elephants? The International Journal of the History of Sport Vol. 25, No. 14, December 2008, 1869–1883
6. Chen, Y. (2012). Urban Strategies And Post-Event Legacy: The Cases Of Summer Olympic Cities, AESOP 26th Annual Congress 11-15 July 2012 METU, Ankara
7. (IOC, 2006). International Olympic Committee. (2006). IOC Guide on Sport. Environment and Sustainable Development, 161.
8. (Doğu ve Sunay, 2010). Doğu G, Sunay H. (2010). Uluslararası İlişkiler ve Spor. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3, 93-100
9. Yıldız E, Aydın AS, Olimpiyat Oyunlarının Sürdürülebilir Kalkınma Açısından Değerlendirilmesi Spor Bilimleri Dergisi *Hacettepe Journal of Sport Sciences* 2013, 24 (4), 269–282.
10. https://www.itohaber.com/Olimpiyat_ateşi_15_milyar_dolar
https://www.itohaber.com/haber/guncel/203861/olimpiyat_ateşi_15_milyar_dolar.html Erişim Tarihi 22.011.2019
11. Akşer T. (2013). Olimpiyat Düzenlemek Akıl Kararı mı? Ülkeler Neden Olimpiyat Düzenlerler? <http://www.futbolekonomi.com/index.php/haberler-makaleler/genel/122-tugrul-aksar/2730-olimpiyat-duezenlemek-akl-kar-m-uelkeler-neden-olimpiyat-duezenlerler.html> Erişim Tarihi: 20.11.2019.

FUTBOL KULÜPLERİNİN TESİS ALTYAPI PROBLEMLERİNİN İNCELENMESİ
(GÜNEYDOĞU ANADOLU BÖLGESİ ÖRNEĞİ)
INVESTIGATION OF FACILITY INFRASTRUCTURE PROBLEMS OF FOOTBALL
CLUBS (EXAMPLE SOUTHEASTERN ANATOLIA)

İsmail ÖNER

Doktora Öğrencisi, İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü
Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, (Sorumlu Yazar)

Eyyüp NACAR

Doç. Dr. Fırat Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı
Cemal GÜNDOĞDU

Prof. Dr. İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

ÖZET

Futbol, din, dil, ırk ayrımı yapmaksızın insanların sınıf ve eğitimi ne olursa olsun tüm yaşamlarını renklendiren, yenilenme ve verimliliklerini arttırabilmeleri bakımından potansiyeli yüksek bir spordur. Günümüzde spor branşlarına baktığımızda, ülkemizde en yaygın olarak yapılan spor dalı futboldur. Futbol branşının gelişiminde tesis alt yapısı önem arz etmektedir. Ülkemizde futbol branşına özgü tesis alt yapısı incelendiği zaman, nicelik ve nitelik olarak bölgesel farkların ön plana çıktığı görülmektedir. Bu araştırmada, Güneydoğu Anadolu Bölgesinde Gençlik ve Spor İl Müdürlüklerine ait (Şanlıurfa, Mardin, Gaziantep, Kilis, Adıyaman, Siirt, Diyarbakır, Batman ve Şırnak) futbol tesis sayısının nüfus, lisanslı sporcu ve spor kulüpleri açısından yeterliliğinin belirlenmesi ve tesis altyapı problemlerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Literatür taraması ve içerik analizi yönteminin kullanıldığı araştırmanın evrenini Güneydoğu Anadolu Bölgesinde yer alan Gençlik ve Spor İl Müdürlüklerine ait olan 107 adet futbol tesisi oluştururken, Örneklem grubumuzu ise evrenin tamamını oluşturan 107 futbol tesisi oluşturmaktadır.

Araştırmada verilerin elde edilme sürecinde araştırmacı tarafından ilgili kurumlardan doğrudan veri elde edilmesinin yanı sıra ilgili kurumların web sitelerinden yararlanmıştır.

Güneydoğu Anadolu Bölgesindeki futbol kulüplerinin mevcut spor tesisleri dağılımları incelendiğinde, il nüfusu ve lisanslı sporcu sayısı oranlarına göre tesis sayısının yetersiz olduğu belirlenmiştir. Araştırmanın yapılacak farklı çalışmalara için fayda sağlayıcı bir nitelikte olduğu düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Spor Kulübü, Tesisler, Futbol, Güneydoğu Anadolu Bölgesi

ABSTRACT

Football is a sport with high potential in terms of renewing and enhancing their productivity, color all their lives regardless of class and education regardless of religion, language and race. Today, when we look at sports branches, football is the most common sports branch in our country. The infrastructure of the facility is important in the development of the football branch. When the facility infrastructure specific to football branch in our country is examined, it is seen that regional differences in quantity and quality come to the forefront.

In this research, it was aimed to determine the adequacy of the number of football facilities belonging to the Provincial Directorates of Youth and Sports (Şanlıurfa, Mardin, Gaziantep, Kilis, Adıyaman, Siirt, Diyarbakır, Batman and Şırnak) in Southeastern Anatolia Region in terms of population, licensed athletes and sports clubs and to investigate the infrastructure problems of the facility.

The universe of the research, which uses the literature review and content analysis method, consists of all football facilities in our country affiliated to the Provincial Directorates of Youth and Sports. The sample of the research consists of 107 football facilities belonging to the Provincial Directorates of Youth and Sports in the Southeastern Anatolia Region.

In the process of obtaining the data, the researcher benefited from the web sites of the relevant institutions as well as obtaining direct data from the relevant institutions.

According to the results of the distribution of the existing sports facilities of the football clubs in the Southeast Anatolia Region, it was found to be insufficient both in terms of the number of facilities and the number of licensed athletes. The research is thought to be beneficial for different studies.

Keywords: Sports Club, Facilities, Football, Southeastern Anatolia Region

1. GİRİŞ

Sporun ilk ortaya çıkma döneminde, sporun yapılacağı özel yerler yoktu. Çünkü ilk insanların avı ile karşı karşıya geldiği veya düşman ile mücadele ettiği yerler, onun için doğal spor alanlarını oluşturmaktaydı. Ancak bu doğal alanlar zamanla yerini özel yer ve özel mekânlara bırakmaya başladı. Doğum ve ölüm günlerinde yapılan sporlar için saha ve tesisler kuruldu. Düğün ve bayramlarda yapılan etkinlikler ve müsabakalar için özel alanlar tertip edildi. Teknolojinin tesis yapımına getirdiği kolaylıklar ile de daha kaliteli ve daha modern tesisler inşa edildi. Günümüzde spor tesislerinin bir ticari kazanç kaynağı olabileceğinin fark edilmesi ile birlikte, kişilerin spora dayalı meslekleri seçmeleri ve bunun doğal bir sonucu olarak spor saha ve tesislerinin çoğalmasında neden olduğu söylenilebilmektedir. Sporcu – seyirci – antrenör etkileşiminin sağlandığı bir sosyal alan olan spor tesisleri, aynı zamanda birer eğitim alanı olarak öğretmen ve antrenörlerin, öğrencilerini ve sporcularını eğitip yetiştirdiği yerler olarak da görülmelidir (1).

Sporun yaygınlaşmasında ve geliştirilmesinde spor tesisleri çok önemli role sahiptirler. Uluslararası platformda da başarılı olabilmek büyük ölçüde spor tesislerinin nitelik ve nicelik olarak yeterliliği ile yakından ilgilidir. O halde sporun yaygınlaşmasında hayati önem taşıyan spor tesislerinin belirli bir politika çerçevesinde ele alınması gerekmektedir. Bu konuda belirlenecek bir politikanın etkin olabilmesi için toplumun spora ilişkin beklenti ve ihtiyaçları, eğilim ve tercihlerini öncelikle araştırılması gereken hususlar olarak görülmelidir (2).

Bütün spor dalları içerisinde futbol, kuşkusuz bütün dünyada çeşitli spor organizasyonları içinde, insanların en fazla ilgisini çeken, aktif ve pasif olarak onların spora katılımını sağlayan, bütün ülkelerde hükümet ve diğer kuruluşları yatırıma zorlayan en popüler spordur (3).

Bugün spor branşlarına baktığımızda, ülkemizde en yaygın olarak yapılan spor dalı futboldur. Tesisleşme açısından ise bölgesel farkların yanı sıra yeterli imkânlar sağlanamamaktadır.

Çalışmamızın amacı, Güneydoğu Anadolu Bölgesinde (Şanlıurfa, Mardin, Gaziantep, Kilis, Adıyaman, Siirt, Diyarbakır, Batman ve Şırnak) faaliyet gösteren futbol kulüplerine ait spor tesislerinin sayılarına ulaşarak, tesis altyapı problemlerini incelenmek istenmiştir.

2. FUTBOL TANIMI

Futbol, din, dil, ırk ayrımı yapmaksızın insanların sınıf ve eğitimi ne olursa olsun tüm yaşamlarını renklendiren, yenilenme ve verimliliklerini arttırabilmeleri bakımından potansiyeli yüksek bir spordur. Futbola izleyici olarak katılan, büyük kitlelerin gözü ile değerlendirilecek olursa, bu seyri yüksek oyun, kendini bir kimliğe, bir gruba ait hissetmenin, kendini ifade etmenin bir yöntemi olarak da ifade edilebilir (4).

3. SPOR TESİSİNİN TANIMI

Saha ve tesislerden, her türlü gençlik ve spor aktivitelerinin yapıldığı açık ve kapalı, merkezi ve semt niteliğinde olan sportif tesis ve sosyal hizmet üniteleri şeklinde anlaşılmasıdır (5). Günümüzde sportif faaliyetler birçok yapı ve alanda yapılabilmektedir. Bu itibarla günümüzde birçok yapı, sportif aktivitelerin çeşitliliği ve buna bağlı olarak sportif uygulama alanlarının nitelik değiştirmesi gibi nedenlerden dolayı spor tesisi olarak ele alabilmektedir. Bununla ilgili olarak, spor tesisi kavramı, içerisinde sportif aktivitelerin yapıldığı her türlü yapı (stadyum, pist, saha, salon, velodrom vs.) olarak tanımlanabilmektedir (6).

4. SPOR TESİSLERİNİN ÖNEMİ

Günümüzde beden ve ruh sağlığı, sporla iç içe bir yaşamla mümkün olabilmektedir. Bu amaca ulaşabilmenin en önemli faktörlerinden birisinin de spor tesisi olduğu bilinmektedir (7). Öyle ki sporda genel amaç kişilerin ve toplumların beden ve ruh sağlığının gelişiminde, dengeli ve ahenkli bir bütünlük sağlamak olmaktadır (8). Bu amaca ulaşmanın önemli faktörlerinden birisi, spor tesisleridir. Çünkü spor, spor tesislerinde yapılmaktadır.

Ancak çağımızda sporun geniş çevrelerce bilinmesi ve başarının elde edilmesinin yanı sıra spor tesislerinin yeterlilik açısından donanımlı olmasına, tesisleşme hedeflerinin belirlenmesi ve özellikle tesislerin işletilmesi söz konusudur. Fakat ülkemizde illerin ekonomik düzeyi, coğrafi konumu, eğitim düzeyleri, sporcu sayıları, sosyo-ekonomik durumları, illerin nüfus oranları temel alınarak spor tesislerinin inşa edilmediği ortadadır (9).

5. SPOR TESİSİ YAPILMASININ ÜLKELER AÇISINDAN ÖNEMİ

Günümüzde ülkelerin kalkınmışlığını gösteren önemli etkenlerden biride spora verdikleri önem ve spor politikaları, spora ayırdıkları zaman, eğitim ve hükümetlerin tesisler ve spor çalışmaları için ayırdıkları bütçeleridir ve fonlarıdır. Ayrıca ülkeler, sportif faaliyetler ile ülkelerinin teknolojik, ekonomik, tarihi ve kültürel zenginliklerini çeşitli spor yarışmalarında sergileme ve propaganda imkânları elde etmektedirler (10).

Bir ülkede sporun gelişip yaygınlaştığını anlayabilmek için spor ortamının oluşturulmuş olmasına ve sayıca tesis ve sporcunun yeterli olup olmadığına bakılmalıdır. Bilindiği gibi spor ortamı, spor saha ve tesisleri, spor araç ve gereçleri, spor öğretmenleri ve yöneticileri ile sportif organizasyonlardan oluşmaktadır. Bu unsurlardan birinin veya birkaçının olmaması halinde o ülkede sporun sağlıklı bir gelişiminin olduğu söylenemez (10).

Spor alanında gelişmiş ülkelere baktığımızda; sporun gelişimi açısından gerekli tesisleşmeye önem vermekle kalmayıp bunu müfredatlarında bilim dalı olarak kabul görmektedirler. Ülkemizde ise; tesisleşme ilk zamanlarda geliştirilmek istenmiş fakat savaş durumlarından dolayı gerekli planlamalar yapılmamıştır. 1960'lardan sonra Spor Toto gelirleriyle az da olsa tesisleşme planları yapılmış fakat yetersiz kalmıştır. 1986'dan sonra ise ülkenin gerek kalkınma planları gerekse de özel teşebbüsleri ile tesisleşme konusuna öncelik verilmiştir (5).

6. ÇALIŞMANIN AMACI VE YÖNTEMİ

Türkiye' de sporun gelişiminde ön görülen faktörlerin başında, spor tesislerindeki dağılımı ve kalite eksikliği ile bunların optimal ölçülerde kullanılmaması ön plana çıkmaktadır. Sporun gelişiminde ihtiyaç duyulan ve yapımına başlanan tesisler, gerek yeterli ve sürekli kaynak aktarılamamasından, gerekse yeterli kontrol mekanizmaları oluşturulmadığından zamanında bitirilememektedir. Ayrıca sporun gelişimi, spor tesislerinin çeşitliliği ve eksikliği gibi problemlerden dolayı yetersiz kalmaktadır. Futbol tesis sayısının nüfus, lisanslı sporcu ve spor kulüpleri açısından yeterliliğinin belirlenmesi ve tesis altyapı problemlerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Araştırma;2019-2020 Güneydoğu Anadolu Bölgesinde (Şanlıurfa, Mardin, Gaziantep, Kilis, Adıyaman, Siirt, Diyarbakır, Batman ve Şırnak) faaliyet gösteren futbol tesisleri ile sınırlandırılmıştır.

Bu çalışmada Güneydoğu Anadolu Bölgesinin mevcut nüfusu, mevcut futbol tesislerine, lisanslı sporcu ve spor kulüpleri sayılarına ulaşıp bunlar ayrıntılı olarak tabloya dönüştürülmüştür.

Literatür taraması ve içerik analizi yönteminin kullanıldığı araştırmanın evrenini Güneydoğu Anadolu Bölgesinde yer alan Gençlik ve Spor İl Müdürlüklerine ait olan 107 adet futbol tesisi oluştururken, Örneklem grubumuzu ise evrenin tamamını oluşturan 107 futbol tesisi oluşturmaktadır.

Çalışmada Türkiye İstatistik Kurumundan (TÜİK) Güneydoğu Anadolu Bölgesi Mevcut Nüfusu sayısı, <http://sgm.gsb.gov.tr/tr/> web sitesinden alınan Güneydoğu Anadolu Bölgesine Ait Lisanslı, Faal Sporcu Sayısı, Güneydoğu Anadolu Bölgesi Spor Kulüpleri sayısı ve 2019 yılına ait Güneydoğu Anadolu

Bölgesi genelindeki futbol kulüplerinin mevcut spor tesisleri sayısal dağılımı envanterine ulaşıp bunlar ayrıntılı olarak tabloya dönüştürülmüştür.

7. BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın alt problemlerine ilişkin bulgulara yer verilmiştir. Bulgular bölümünde, Güneydoğu Anadolu Bölgesinin mevcut nüfusu, lisanslı sporcu sayısı, Spor Kulüpleri sayısı ve Güneydoğu Anadolu Bölgesi Genelinde Futbol Kulüplerinin Mevcut Spor Tesisleri Sayısal dağılımlarını gösteren bulgular yer almaktadır.

Tablo 1. 2017-2018 Yıllarına Göre Güneydoğu Anadolu Bölgesi Mevcut Nüfusu

İL	Toplam		Yıllık nüfus artış hızı (%) 2017-2018
	2017	2018	
Toplam	8.665.165	8.847.980	(%)2,11
Adıyaman	615 076	624 513	1,52
Diyarbakır	1 699 901	1 732 396	1,89
Batman	585 252	599 103	2,34
Şırnak	503 236	524 190	4,08
Kilis	136 319	142 541	4,46
Siirt	324 394	331 670	2,22
Şanlıurfa	1 985 753	2 035 809	2,49
Gaziantep	2 005 515	2 028 563	1,14
Mardin	809 719	829 195	2,38

Tablo 1 incelendiğinde: Güneydoğu Anadolu Bölgesi; Adıyaman, Batman, Diyarbakır, Gaziantep, Kilis, Mardin, Siirt, Şanlıurfa ve Şırnak olmak üzere 9 il bulunmaktadır. Bölgenin 2017 yılına ait toplam nüfusu 8.665.165 kişiye ulaşmıştır (11).

2018 yılındaki toplam nüfusuna baktığımızda ise 8.847.980 olarak görülmektedir. Güneydoğu Anadolu Bölgesi Yıllık nüfus artış hızı ise; (%)2,11 olduğu anlaşılmaktadır.

Tablo 2. 31.12.2018 Tarihi İtibariyle Güneydoğu Anadolu Bölgesine Ait Lisanslı ve Faal Sporcu Sayısı

İL	LİSANSLI			FAAL		
	ERKEK	KIZ	TOPLAM	ERKEK	KIZ	TOPLAM
ADİYAMAN	36.741	13.537	50.278	3.526	2.027	5.553
BATMAN	26.343	12.829	39.172	2.422	1.033	3.455
GAZİANTEP	74.529	44.119	118.648	5.872	3.065	8.937
SİİRT	18.434	6.813	25.247	1.926	655	2.581
ŞANLIURFA	47.552	19.338	66.890	7.693	3.081	10.774
ŞIRNAK	17.918	8.914	26.832	1.346	742	2.088
KİLİS	9.826	6.014	15.840	812	373	1.185
MARDİN	27.010	12.010	39.020	2.364	1.044	3.408
DİYARBAKIR	46.473	27.455	73.928	6.115	3.567	9.682
TOPLAM	304.826	151.029	455.855	32.076	15.587	47.663

Tablo 2 incelendiğinde: Güneydoğu Anadolu Bölgesi geneline ait lisanslı erkek sporcu sayısı 304.826 iken lisanslı kadın sporcu sayısı 151.029 olduğu görülmektedir (12). Toplam da kadın ve erkek lisanslı sporcu sayısı 455.855 olarak hesaplanmıştır.

Güneydoğu Anadolu Bölgesi genelinde erkek faal (aktif) sporcu sayısı bakıldığında ise 32.076 iken kadın faal (aktif) sporcu sayısı 15.587 olduğu görülmektedir. Toplam da kadın ve erkek faal (aktif) sporcu sayısı 47.663 olduğu anlaşılmaktadır.

Tablo 3. Güneydoğu Anadolu Bölgesi Spor Kulüpleri Sayısı

LOKASYON-İL	ASKERİ	MÜESSESE	OKUL	SPOR KULÜBÜ	İHTİSAS	Genel Toplam
GENEL TOPLAM	0	82	73	838	9	1.002
ADİYAMAN		11	22	113	1	147
BATMAN		5	1	75		81
DİYARBAKIR		18	9	129		156
GAZİANTEP		6	8	224	4	242
KİLİS		9	16	37		62
MARDİN				92		92
SİİRT		4	1	33		38
ŞANLIURFA		24	8	94	4	130
ŞIRNAK		5	8	41		54

Tablo 3 incelendiğinde: Türkiye genelinde 31/12/2018 yılı spor kulüplerinin sayısal dağılımına baktığımızda askeriye ait 0 adet spor kulübü, İhtisasa (uzmanlık) ait 9 adet spor kulübü, Müessesese (kurum) ait 82 adet spor kulübü, Okullara ait 73 adet spor kulübü ve Spor kulübüne ait ise 838 spor kulübü bulunmaktadır. Toplamda Güneydoğu Anadolu Bölgesi genelinde 1.002 spor kulübü bulunmaktadır (12).

Tablo 4. 2019 Yılına Ait Güneydoğu Anadolu Bölgesi Genelinde Futbol Kulüplerinin Mevcut Spor Tesisleri Sayısal Dağılımı

TESİSLE R	STAD	ÇİM SAHA	SENTETİK SAHA	TOPRAK SAHA	TOPLAM
GÜNEYDOĞU BÖLGESİ	23	5	62	17	107
DİYARBAKIR	1	3	14	2	20
GAZİANTEP	9	0	0	0	9
ŞANLIURFA	2	1	11	0	14
BATMAN	1	0	7	0	8
ADİYAMAN	1	0	17	3	21
SİİRT	2	0	4	2	8
ŞIRNAK	4	0	0	2	6
MARDİN	3	1	7	6	17
KİLİS	0	0	2	2	4

Tablo 4 incelendiğinde: Güneydoğu Anadolu Bölgesi Genelinde Futbol Kulüplerinin Mevcut Spor Tesisleri 23 adet stadyum, 5 adet çim saha, 62 adet sentetik saha, 17 adet toprak saha olmak üzere toplamda 107 spor tesisi bulunmaktadır.

Bu tesisler bireylerin gelişimleri, amaçları, zevkleri, meslek ve statüleri ile diğer istekleri doğrultusunda hizmet vermektedir.

8.SONUÇLAR VE ÖNERİLER

Çalışmamızda; 2018 yılına ait Güneydoğu Anadolu Bölgesi mevcut nüfusuna baktığımızda 8.847.980 olarak belirlenmiştir. Güneydoğu Anadolu Bölgesi Yıllık nüfus artış hızı ise; (%)2,11 olarak

belirlenmiştir. Güneydoğu Anadolu Bölgesinde en fazla nüfus 2.035.809 ile Şanlıurfa yer alırken en az nüfus 142.541 ile Kilis yer almaktadır.

Güneydoğu Anadolu Bölgesi geneline ait lisanslı erkek sporcu sayısı 304.826 iken lisanslı kadın sporcu sayısı 151.029'dır. Toplam da kadın ve erkek lisanslı sporcu sayısı 455.855 olarak görülmektedir. Güneydoğu Anadolu Bölgesi genelinde erkek faal (aktif) sporcu sayısı baktığımızda ise 32.076 iken kadın faal (aktif) sporcu sayısı 15.587'dir. Toplam da kadın ve erkek faal (aktif) sporcu sayısı 47.663 olarak gözlemlenmiştir. Toplamda Gaziantep ilinde lisanslı erkek ve kadın sporcu sayısı 118.648 ile en fazla iken, Kilis ilindeki toplamda lisanslı erkek ve kadın sporcu sayısı 15.840 ile en az olarak gözlemlenmiştir.

Kilis ili hem nüfus hem de lisanslı sporcu sayısı olarak Güneydoğu Anadolu bölgesinde sıralama olarak en sonlarda yer alırken tesis sayısı açısından da en az il olarak görülmektedir.

Güneydoğu Anadolu Bölgesi Genelinde; 23 adet stadyum, 5 adet çim saha,62 adet sentetik saha, 17 adet toprak saha olmak üzere toplamda 107 spor tesisi bulunmaktadır.

Güneydoğu Anadolu Bölgesindeki mevcut spor tesisleri dağılımlarını gösteren bulgulara baktığımızda il bazında mevcut futbol tesis sayısı olarak en fazla Adıyaman ilinin ve en az ise Kilis ilinin olduğu gözlemlenmiştir.

Türkiye de futbolcu transferlerinde çok büyük miktarda paralar söz konusu iken, tesisleşme konusunda Güneydoğu Anadolu Bölgesine yeterli kaynaklar aktarılamayıp, aktarılan kaynaklarda sporcu yetiştirmeye ve ileri düzeye hitap eden vizyoner bir düşünce ile tesisleşme planları yönelik olmadığı ifade edilebilir

Yeni yapılan spor tesislerinde tek tip spor tesisleri olduğunu, illerin ekonomik düzeyi, coğrafi konumu, eğitim düzeyleri, sporcu sayıları, sosyo-ekonomik durumları ve illerin nüfus oranları temel alınarak spor tesislerinin inşa edilmediği ifade edilebilir.

Güneydoğu Anadolu Bölgesindeki tesislerin bir diğer sıkıntısı ise de yeni yapılan spor tesislerinin inşa edildikten sonra geç faaliyete geçtiğini ya da faaliyete geçildikten sonra da teknik ve personel eksikliğinden dolayı faaliyet göstermediğini gözlemlenmiştir. Özellikle de vurgulanması gereken önemli noktalardan bir tanesi de bir tesis ne kadar faaliyette ise kullanılmışlık ömrünün daha uzun olduğu ifade edilebilir.

Sonuç olarak; Güneydoğu Anadolu Bölgesindeki futbol kulüplerinin mevcut spor tesisleri dağılımları incelendiğinde, il nüfusu ve lisanslı sporcu sayısı oranlarına göre tesis sayısının yetersiz olduğu belirlenmiştir.

Bu sebeple Güneydoğu Anadolu Bölgesindeki futbol tesislerinin yeterlilik düzeylerinin iyileştirilmesi için aşağıdaki öneriler sıralanabilir;

1. Bölgeler arası ekonomik düzey göz önüne alındığında; Güneydoğu Anadolu bölgesinde spor tesislerinin geliştirilmesi için, devlet ile birlikte sponsor ve özel sektörlerin desteği alınarak maddi imkanlar sağlanmalıdır.
2. Spor tesislerinde görev yapan personel ve yöneticilere, hizmet içi eğitim seminerleri verilerek, sportif organizasyonların ve işletmecilik anlayışının daha verimli olması sağlanmalıdır.
3. Şu andaki mevcut sorunların bir an önce giderilmesi ve kurumsal anlamda ileriye dönük spor planlaması ve tesis yatırımı çalışmalarının bir an önce oluşturulması ve oluşmasına yönelik çalışmalara hız verilmesi gerekmektedir.
4. Spor tesisi yapımında, öncelikle yöre halkının kültürel özellikleri ile ilgi, istek ve ihtiyaçları, ilin coğrafi yapısı, tesislerin kullanımında çok amaçlılık ilkesi, dikkate alınmalıdır.
- 5- Spor tesislerinin, sağlıklı spor ortamına uygun şartları kendi bünyesinde bulundurabilmesi için etkili bir denetimin sağlanması gerekmektedir.

6. Spor tesislerinin yapımı ve iyileştirilmesi için destekleyici hizmetlerden yararlanılarak maliyetin azaltılması saklanılabılır. Tesislerin bakımı, onarımı ve iyileştirilmesi için sponsorluk hizmetlerinden yararlanılabılır.

Araştırmamız; bundan sonra yapılacak olan spor tesislerine yönelik araştırmalara ışık tutacağı ve bu konu ile ilgili çalışmalarda literatür bilgi olarak bilime destek olacağı düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

- 1.Acar, Z. A. 1994. Bursa Yöresinde Halkın Spora Eğilimi ve Yeni Spor Tesis Politikasının Yönü Üzerindeki Etkileri. Doktora Tezi, Bursa Uludağ Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Bursa.
- 2.Okan, İ. 1994. Sporun Yaygınlaştırılması Açısından Spor Tesisleri Politikası, Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara
- 3.Genç, D.A. (1999). Futbol Kulüplerinin Stratejik Yönetimi, Bağırhan Yayinevi, Ankara, s:8.
- 4.Tekin, A. ve TOPKAYA, İ. (2005). Futbol Genel Kuramsal Bir Çerçeve Teknik Taktik Öğretim. Nobel Yayın Evi, 1.Baskı. s. 3-4.
- 5.Demirci, N. Sporda Yönetim, Teşkilatlanma ve Organizasyonlar, Milli Eğitim Basımevi, Ankara, 1986.
- 6.Güçlü M. Spor Tesislerinin İşletmesi: Ankara Özel Yükseliş Koleji Spor Tesisleri Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi. Sayı; 4. Denizli, 1998;33-39.
- 7.Sunay A. Türkiye’de Spor Teknolojisi Politikası. Popüler Bilim Dergisi, Yıl;5.Sayı;55, İsm Yayınıncılık. Ankara, 1998;12-14
- 8.Gürripek O. Spor Tesisleri, Spor Şurası Bildirileri. Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü Yayınları. Ankara;201, 1990.
- 9.Mollaoğulları H. Türk Spor Yönetiminde Yapısal Değişikler ve Güncel Sorunlar (1922-1998). Doktora Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü,1998.
- 10.Salman, M., “Ülkemizde Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğüne Ait Olan Spor Salonlarının Kapasite ve Dağılım Yönünden Değerlendirilme ve Mevcut Durumun Tespiti”, II. Ulusal Spor Sempozyumu Bildirileri, Ankara, 1992.
- 11.www.tük.gov.tr. Adrese Dayalı Nüfus Kayıt Sistemi Sonuçları, (Erişim Tarihi:26.10.2019).
- 12.http://sgm.gsb.gov.tr/ (Erişim Tarihi:27.10.2019).

**DOWN SENDROMLU BİREYLERDE ÇOCUKLUK ÇAĞI OBEZİTESİ İLE
EBEVEYNLERİNİN BESLENME ZAMANI ALIŞKANLIĞI ARASINDAKİ İLİŞKİ**
**THE RELATIONSHIP BETWEEN CHILDHOOD OBESITY IN THE INDIVIDUALS WITH
DOWN SYNDROME AND THE NUTRITION TIME HABIT OF THEIR PARENTS**

Burak CANPOLAT

Arş.Gör.İnönü Üniversitesi,Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı,
(Sorumlu Yazar)

Faruk AKÇINAR

Dr. Öğr. Üyesi İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi,
Antrenman ve Hareket Bilimi Anabilim Dalı

Tülay DEMİR

Doktora Öğrencisi, İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

ÖZET

Günümüzde beslenmeye ve diğer koşullara bağlı obezite ve fazla kiloya sahip olmak hem fiziksel hem de psikolojik olarak insan hayatında önemli bir problem durum olarak düşünülebilir. Öyle ki çocukluk çağında ortaya çıkabilecek obezite durumu bireylerin hayatlarını olumsuz etkileyebilir. Down sendromlu bireylerin fizyolojik olarak obezite ve kilo almaya müsait bir yapılarının olduğu yapılan bilimsel çalışmalarla ortaya konulmuştur. Bununla birlikte down sendromlu bireylerin çocukluk çağı obezite durumlarının bu bireylerin ebeveynlerinin beslenme zamanı alışkanlıklarıyla ilişkili olabileceği düşünülmüştür. Bu bağlamda yapılan çalışmanın amacını down sendromlu bireylerde çocukluk çağı obezitesi ile ebeveynlerinin beslenme zamanı alışkanlığı arasındaki ilişkinin incelenmesi oluşturmıştır.

Malatya ilinde Down Sendromlular Derneğine üye olan 30 down sendromlu bireyin ebeveynlerine Türkçe'ye Erol & Arslan (2012) tarafından uyarlanan Ebeveyn Yemek Zamanı Davranışları Ölçeği uygulanmıştır.Aynı zamanda ebeveynlerden elde edilen veriler ile ilişkilendirmek amacıyla down sendromlu bireylerin bazı demografik bilgileri (boy, kilo, cinsiyet vb.) toplanmıştır. Elde edilen veriler SPSS (Sosyal Bilimler İçin İstatistik Paketi)22.0 Program ile analiz edilmiştir.

Elde edilen veriler sonrası ortaya çıkan bulgular çalışma ekibi tarafından analiz edilerek yorumlanmıştır. Çocukluk çağı obezitesinin ebeveynlerin beslenme zamanı alışkanlıklarıyla ilgili bu bulgular sonrası çıkarımlarda bulunularak daha kapsamlı araştırmalar için sonuç ve öneriler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Down Sendromu, Çocukluk Çağı, Obezite, Ebeveyn, Beslenme Zamanı

ABSTRACT

Nowadays, obesity and overweight due to nutrition and other conditions can be considered as an important problem situation in human life both physically and psychologically. Obesity that may occur in childhood may affect the lives of individuals negatively. It has been demonstrated by scientific studies that individuals with Down syndrome have a structure suitable for obesity and weight gain. However, it is thought that childhood obesity status of individuals with down syndrome may be related to feeding time habits of their parents. The aim of this study was to investigate the relationship between childhood obesity in individual with Down Syndrome and feeding time habits of their parents.

Parental Mealtime Behavior Scale, which was adapted to Turkish by Erol & Arslan (2012), was administered to the parents of 30 down syndrome members who are members of Down Syndrome Association in Malatya. At the same time, some demographic data (height, weight, gender, etc.) of the individuals with down syndrome were collected in order to correlate with the data obtained from the parents. The data were analyzed with SPSS 22.0 (Statistical Package for the Social Sciences) Program.

The findings obtained after the data were analyzed and interpreted by the study team. After these findings about the feeding time habits of parents of childhood obesity, inferences were made and results and recommendations were presented for more comprehensive research.

Key words:Down Syndrome, Childhood Obesity, Parent, Feeding Time

1.GİRİŞ

Teknolojik gelişmeler nedeniyle sedanter yaşam tarzlarında bir artış söz konusudur ve bu durumun da günümüzde çeşitli sağlık problemlerini ortaya çıkardığı bilinmektedir. Sağlık sorunlarından biri de, bu yaşam biçiminin sonrasında obezite durumunu ortaya çıkarmasıdır. Ulusal ve uluslararası literatürdeki birçok çalışma, obezite prevalansındaki artışa dikkat çekmektedir. Obezite ayrıca bazı sağlık problemlerini de (hipertansiyon, diyabet, vb.) beraberinde getirir. Obeziteye bağlı sağlık sorunlarının artması nedeniyle devletlerin obezite prevalansını en aza indirmek için bazı önlemler aldığı da görülmektedir. Günümüzde bazı gruplar ela alındığında sedanter yaşamdan kaynaklı obezitenin çocuklarda sıklıkla görüldüğü bilinmektedir (Hekim, 2018).

Çocukluk çağı obezitesi, 21. yüzyılın en ciddi halk sağlığı sorunlarından biridir. Bu sorun dünyanın her yerinde yaşanmakta ve özellikle çoğu düşük ve orta gelirli ülkeyi ilgilendiren ciddi bir problem olarak görülmektedir. Çocukluk çağı obezitesinin yaygınlığı endişe verici bir oranda artmıştır. Dünya genelinde, 2016 yılında beş yaşın altındaki kilolu çocukların sayısının 41 milyonun üzerinde olduğu tahmin edilmektedir. 5 yaşın altındaki tüm kilolu çocukların neredeyse yarısı Asya'da ve dörtte biri Afrika'da yaşamaktadır. Aşırı kilolu ve obez çocukların erişkinlikte obez kalması ve daha genç yaşta diyabet ve kardiyovasküler hastalıklar gibi bulaşıcı olmayan hastalıklara yakalanma olasılığı daha yüksektir. Bu nedenle çocukluk çağı obezitesinin önlenmesi yüksek önceliğe ihtiyaç duyulan bir durumdur. (WHO 2019).

Aşırı kilo ve obezite, sağlık için risk teşkil eden anormal veya aşırı yağ birikimi olarak tanımlanmaktadır. Genel olarak aşırı kilo ve obezite ölçüsü, bir kişinin kilosunun (kilogram cinsinden) boyunun karesine (metre olarak) bölünmesi sonrası ortaya çıkan vücut kitle indeksidir (VKİ). VKİ'si 30 veya daha fazla olan bir kişi genellikle obez olarak kabul edilir. VKİ 25 veya daha büyük olan bir kişinin ise aşırı kilolu olduğu kabul edilir (WHO 2019-2).

Bertapelli ve ark. (2016) çocuklukta obezite ile ilgili bir dizi sistematik incelemenin var olduğunu fakat down sendromlu gençlere yönelik sistematik bir literatür taraması yapılmadığını ifade etmiştir. Down sendromlu çocuk ve ergenlerde obezite ve aşırı kilo üzerine yapılan çalışmalarında genel olarak, down sendromlu gençlerin down sendromlu olmayan gençlerden daha yüksek kilo ve obezite oranlarına sahip olduğunu göstermektedir (Bertapelli ve ark.,2016).

Aileler çocuklarının yeme alışkanlıklarının ortaya çıkmasında önemli bir etken olabilir. Ailelerin besin ve gıda tüketimleri ve bu konudaki alışkanlıkları çocuklarının da beslenme ve tüketim alışkanlıklarını etkileyen bir unsur olarak düşünülebilir (Birch and Fisher 1998).Ailelerin çocuklarına sunmuş oldukları beslenme ortamını kapsayan ebeveyn yemek zamanı davranışları çocuklar ve ailelerinin beslenme anlamındaki ilişkilerini yansıtabilir. Son zamanlarda yapılan araştırmalarda görüleceği üzere ailelerin beslenme alışkanlıklarının çocuklarının erken yaşlarda obezite veya aşırı kilo durumlarından etkilenmesine neden olduğu ve bu iki değişken arasında bir ilişkinin olduğu ortaya konulmuştur (Baughcum et al 2001, Birch et al 2001, Hughes 2005)

Bu çalışma sonuçları itibariyle, yukarıda yazan bilgiler doğrultusunda down sendromlu çocuklarda çocukluk çağı obezitesinin ailelerin yemek zamanı davranışlarının ortaya çıkması ile ilişkilendirilmesinin başka bir niteliğini taşımaktadır.

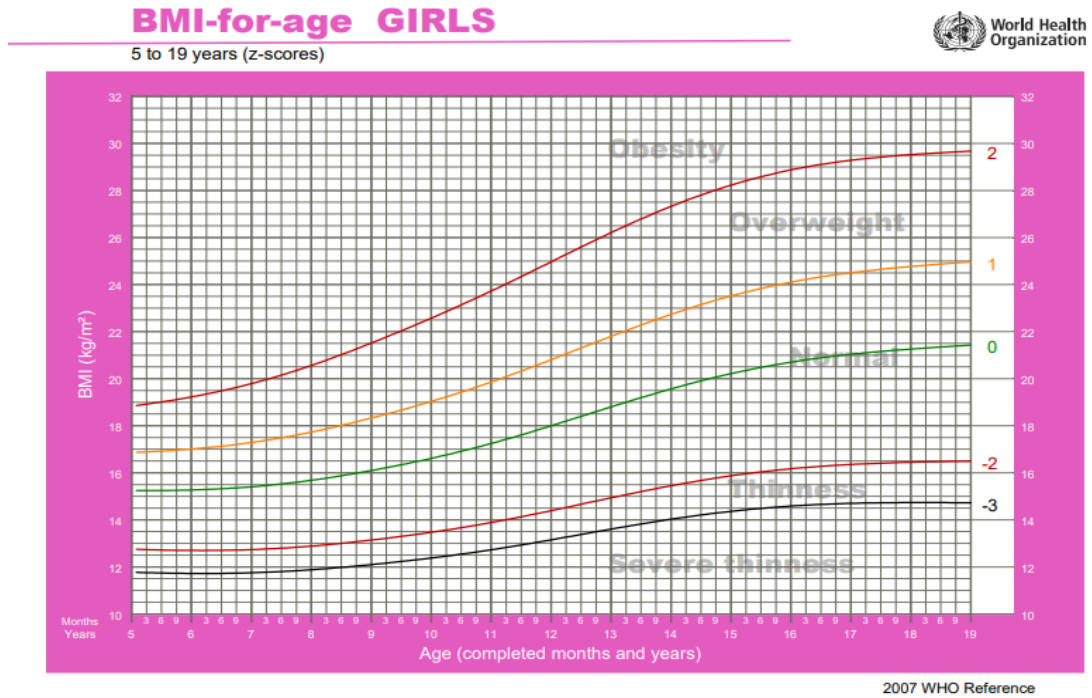
2. ARAŞTIRMANIN AMACI VE YÖNTEMİ

Bu bölümde; araştırma aşamasında uygulanan araştırma modeli, araştırma örneklemini oluşturan grubun nasıl belirlendiği, araştırmanın yapılmasından hangi veri toplama araçlarının kullanıldığı, istatistik analizler ve kullanılan veri toplama aracının geçerlilik ve güvenilirliği açıklanmıştır.

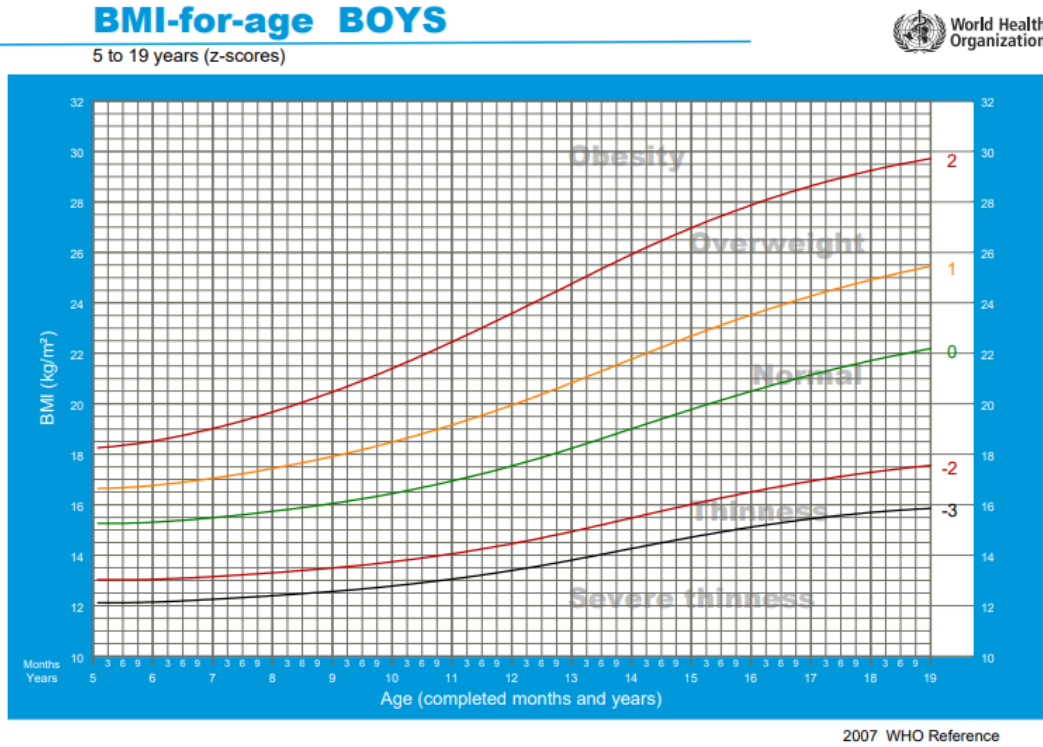
Yapılan araştırmanın amacını çocukluk çağı obezitesi ile ailelerin beslenme alışkanlıkları hakkında bazı bilgilerin ilişkilendirmesi oluşturmaktadır. Ailelerin beslenme alışkanlıkları hakkında bazı bilgilerin elde edilmesini sağlayan Ebeveyn Yemek Zamanı Davranışları Ölçeği'nin (EYZDÖ) kullanılması ile elde edilen bilgiler çocukların vücut kitle indeksi (VKİ) ile karşılaştırılarak tanımlayıcı bir çalışma yapılmak istenilmiştir.

Araştırma evreni, Malatya ilinde bulunan Down Sendromlular Derneği'ne üye olup aktif bir şekilde dernek faaliyetlerinde yer alan down sendromlu bireyler ve bu bireylerin ebeveynlerinden oluştu. Araştırmanın örneklemini ise bu derneğe üye yaşları 5-19 arasında değişen ve randomize olarak seçilen 30 down sendromlu birey ile bu bireylerin ebeveynlerinden oluştu. Evrenin tamamına ulaşıldığı için power analizine gerek duyulmadı. Araştırma kapsamında çalışma ekibi tarafından Çocuklukların VKİ'si ile EYZDÖ'nin alt boyut puan ortalamaları arasında bir ilişkinin olup olmadığı, çocukların günlük sebze/meyve tüketim miktarı ile EYZDÖ'nin alt boyut puan ortalamaları arasında ilişkinin olup olmadığı ve çocukların günlük atıştırmalık tüketim miktarı ile alt boyut puan ortalamaları arasında ilişki olup olmadığı soruları üzerinde inceleme yapılmıştır.

Her çocuk için boy ve kilosuna göre VKİ değeri ayrı ayrı hesaplandı ve çocukların VKİ'si Dünya Sağlık Örgütü (WHO) tarafından 2007 yılında belirlenen 5-19 yaş arası çocukluk çağı VKİ sınıflandırma tablosuna göre belirlendi (WHO, 2007).



Şekil 1.5-19 yaş kızlar için VKİ Sınıflandırması (WHO, 2007)



Şekil 2.5-19 yaş erkekler için VKİ Sınıflandırması (WHO, 2007)

2.1. Ebeveyn Yemek Zamanı Davranışları Ölçeği

Helen M. Hendy ve arkadaşları tarafından 2009 yılında geliştirilen Ebeveyn Yemek Zamanı Davranışları Ölçeği 31 madde ve 9 alt boyuttan oluşan, ailelerin çocuklarının yemek yemesiyle ilgili tutumlarını değerlendiren bir ölçektir. Üçlü likert tipi (1= hiç bir zaman, 2= bazen, 3=her zaman) anketten oluşan ölçekte ailelerin son bir haftada kendilerinin ve çocuklarının beslenmesiyle ilgili davranışlarının cevaplarını isteyen sorular yer almaktadır. Ailelerin hangi alt boyutla ilgili davranışları daha sık gerçekleştirdiği alt boyutlara verdikleri cevaplar ve karşılığında aldıkları puanlara göre belirlenir. Aileler hangi alt boyut sorularından daha fazla puan almışsa bu davranışları daha çok yaptıkları anlamına gelir (Hendy ve ark. 2009). Ölçeği oluşturan 31 madde aynı zamanda 9 alt boyutu oluşturmaktadır. Alt boyutlar atıştırma miktarı, olumlu ikna, günlük meyve ve sebze seçenekleri, ödül kullanımı, yeme konusunda ısrar, atıştırma modeli, özel yemekler, hayvansal yağların azaltılması ve birden fazla yemek seçeneği başlıkları altında sıralanmaktadır. Ölçeğin güvenilirlik geçerlilik çalışması Arslan (2012) tarafından yapılmıştır (Nesrin,2012).

Ölçeğin orijinal çalışmasında iç geçerlilik (internium validity) Cronbach alfa-güvenilirlik katsayılarına bakıldığında okul çağı çocuklarının anneleri, okul öncesi ve okul çağı anneleri, ve okul öncesi ile okul çağı çocuklarının babaları için sırasıyla .33-.51 arasında, .26 ile .52 arasında ve .28 ile .56 arasında bulunmuştur. Bizim çalışmamızda ise EYZDÖ'nin alt boyutlarının güvenilirliği .47-.79 arasında çıkmıştır.

3. BULGULAR

Tablo 1. Dünya Sağlık Örgütü (WHO) 5-19 yaş kız çocukları için VKİ sınıflandırması.

Yaş	Çok Zayıf	Zayıf	Normal	Kilolu	Obez	Ort. Vki.
5-8	10-12	12-14	14-16	16-18	18<	27
9-13	12-14	14-16	16-20	18-24	24<	22,2
14-19	14-16	16-18	18-22	22-26	26<	20,8

Tablo 2. Dünya Sağlık Örgütü (WHO) 5-19 yaş erkek çocukları için VKİ sınıflandırması.

Yaş	Çok Zayıf	Zayıf	Normal	Kilolu	Obez	Ort. Vki.
5-8	12-14	14-16	16-18	18-20	20<	20,8
9-13	14-16	16-18	18-22	22-26	26<	20,7
14-19	14-16	16-18	18-24	24-28	28<	25

Tablo 1. ve Tablo 2.'de yer alan Dünya Sağlık Örgütü 5-19 yaş çocukların vücut kitle indeksi değerlerine göre kız ve erkek çocukların bazı yaş aralıklarına göre sınıflandırılması yapılmıştır. Bu değerlere göre örneklem grubumuzdaki 5-8 yaş arası down sendromlu kız çocuklar obez, 9-13 yaş arası down sendromlu kız çocuklar kilolu ve 14-19 yaş arası down sendromlu kız çocuklar normal kilolu kabul edilmektedir. Diğer yandan örneklem grubumuzdaki 5-8 yaş arasındaki down sendromlu erkek çocuklar obez, 9-13 yaş arası down sendromlu erkek çocuklar normal kilolu ve 14-19 yaş arası down sendromlu erkek çocuklar kilolu olarak değerlendirilmektedir.

Tablo 3. Yaş ve VKİ değişkeni arasındaki ilişki

		VKİ	Yaş
VKİ	Pearson Correlation	1	,222
	Sig. (2-tailed)		,239
	N	30	30
yaş	Pearson Correlation	,222	1
	Sig. (2-tailed)	,239	
	N	30	30

Tablo 3.'de yaş ve VKİ değişkeni arasındaki ilişki Pearson moment çarpım korelasyon katsayısı ile ölçülmüştür. VKİ ile Yaş değişkeni arasında anlamlı doğrusal bir ilişkinin olup olmadığını ortaya koymak için yapılan Pearson moment çarpım korelasyon analizi sonucunda bu iki değişken arasında anlamlı bir doğrusal ilişkiye rastlanmamıştır ($r=0.222$, $p>0.05$).

Tablo 4. Cinsiyet ile VKİ değerleri arasındaki ilişki

		cinsiyet	VKİ
cinsiyet	Pearson Correlation	1	,058
	Sig. (2-tailed)		,761
	N	30	30
VKİ	Pearson Correlation	,058	1
	Sig. (2-tailed)	,761	
	N	30	30

Tablo 4.'de cinsiyet ile VKİ değerleri arasındaki ilişkiye korelasyon analizi ile bakılmıştır. Değişkenlerden biri kategorik diğeri nicel ve sürekli bir değişken olduğu için değişkenler arasındaki doğrusal ilişki Nokta çift serili korelasyon katsayısı ile ölçülmüştür. Cinsiyet değişkeni ile VKİ değişkeni arasında anlamlı bir doğrusal ilişki olup olmadığını ortaya koymak için yapılan Nokta çift serili korelasyon analizi cinsiyet ile VKİ arasında anlamlı düzeyde bir ilişkinin olmadığını göstermektedir ($r=0.05$, $p>0.05$).

Tablo 5. Regresyon Modeli ile VKİ değişkeni ile alt boyutlar arasındaki ilişki

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	Atıştırma Miktarı	5,284	2,410	,549	2,192	,040	,020	50,229
	Olumlulukna	2,734	2,568	,273	1,065	,299	,019	52,521
	Günlük Meyve Sebze	-5,172	2,007	-,515	-2,577	,018	,031	31,986
	Ödül Kullanımı	-2,041	2,925	-,173	-,698	,493	,020	49,028
	Yeme Konusunda_Israr	3,199	2,030	,237	1,576	,130	,055	18,105
	Atıştırma Modeli	8,171	1,967	,686	4,154	,000	,046	21,838
	Özel Yemekler	2,628	3,212	,237	,818	,422	,015	67,370

1. ULUSLARARASI MALATYA GASTRONOMİ VE KÜLTÜR KONGRESİ KİTABI
20-22 Aralık 2019 / MALATYA

	Hayvansal Yağların Azaltılması	1,649	2,299	,160	,717	,481	,025	39,952
	Birden Fazla Yemek Seçeneği	-4,733	3,055	-,444	-1,549	,136	,015	65,837
2	Atıştırma Miktarı	5,915	2,208	,615	2,679	,014	,023	43,154
	Olumlu İkna	1,684	2,057	,168	,819	,422	,029	34,476
	Günlük Meyve Sebze	-4,862	1,934	-,484	-2,514	,020	,033	30,418
	Yeme Konusunda Israr	2,559	1,790	,189	1,430	,167	,069	14,403
	Atıştırma Modeli	7,758	1,854	,651	4,185	,000	,050	19,860
	Özel Yemekler	2,640	3,174	,238	,832	,414	,015	67,367
	Hayvansal Yağların Azaltılması	,837	1,959	,081	,427	,673	,034	29,712
	Birden Fazla Yemek Seçeneği	-4,774	3,019	-,448	-1,581	,128	,015	65,813
3	Atıştırma Miktarı	6,304	1,975	,655	3,192	,004	,028	35,803
	Olumlu İkna	1,875	1,971	,187	,951	,351	,030	32,846
	Günlük Meyve Sebze	-4,680	1,853	-,466	-2,526	,019	,035	28,952
	Yeme Konusunda Israr	2,625	1,751	,194	1,499	,148	,070	14,297
	Atıştırma Modeli	7,731	1,819	,649	4,249	,000	,050	19,837
	Özel Yemekler	2,922	3,049	,264	,959	,348	,016	64,447
	Birden Fazla Yemek Seçeneği	-5,043	2,899	-,473	-1,739	,095	,016	62,948
4	Atıştırma Miktarı	6,626	1,942	,688	3,412	,002	,029	34,754
	Günlük Meyve Sebze	-4,345	1,815	-,433	-2,394	,025	,036	27,906
	Yeme Konusunda Israr	2,788	1,739	,206	1,603	,122	,071	14,160
	Atıştırma Modeli	7,797	1,814	,655	4,297	,000	,050	19,808
	Özel Yemekler	2,405	2,994	,217	,803	,430	,016	62,391
	Birden Fazla Yemek Seçeneği	-3,442	2,357	-,323	-1,461	,157	,024	41,749
5	Atıştırma Miktarı	7,463	1,627	,775	4,586	,000	,040	24,751
	Günlük Meyve Sebze	-4,189	1,792	-,417	-2,337	,028	,036	27,583
	Yeme Konusunda Israr	3,232	1,637	,239	1,974	,059	,079	12,727
	Atıştırma Modeli	7,635	1,790	,641	4,265	,000	,051	19,563
	Birden Fazla Yemek Seçeneği	-2,389	1,944	-,224	-1,229	,231	,035	28,829
6	Atıştırma Miktarı	6,721	1,526	,698	4,405	,000	,047	21,348
	Günlük Meyve Sebze	-3,897	1,794	-,388	-2,173	,039	,037	27,100
	Yeme Konusunda Israr	2,561	1,558	,190	1,643	,112	,088	11,308
	Atıştırma Modeli	6,102	1,296	,512	4,707	,000	,099	10,062
7	Atıştırma Miktarı	6,029	1,512	,626	3,987	,000	,051	19,723
	Günlük Meyve Sebze	-2,551	1,645	-,254	-1,551	,133	,047	21,443
	Atıştırma Modeli	7,544	,984	,633	7,667	,000	,183	5,452
8	Atıştırma Miktarı	3,997	,773	,415	5,172	,000	,204	4,906
	Atıştırma_Modeli	7,061	,956	,593	7,382	,000	,204	4,906

Tablo 5.'deki analizde geriye doğru eleme yöntemi ile regresyon analizi kullanılmıştır. İlk olarak bütün değişkenler kullanılarak model kullanılmıştır. Ardından anlamsız olan değişkenler teker teker modelden çıkarılarak modeldeki büyük değişkenler anlamlı çıkana kadar eleme işlemine devam edilmiştir.

Sonuç Olarak yapılan regresyon analizi sonucunda atıştırma miktarı ve atıştırma modeli değişkenleri ile VKİ arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Atıştırma miktarındaki bir birimlik artış diğer değişkenler sabitken VKİ değişkeninde 3,99 birimlik bir artışa sebep olmaktadır. Atıştırma modelindeki bir birimlik artış ise diğer değişkenleri etkilemiyorken, VKİ değişkeninde 7.06 birimlik bir artışa sebep olmaktadır. Bu iki boyut dışındaki diğer boyutların VKİ değişkeni üzerinde anlamlı bir etkisine bu örneklem grubu için rastlanmamıştır.

Tablo 6. Ebeveynleri ve çocuklarının günlük sebze meyve tüketimi ile diğer alt boyutlar arasındaki ilişki

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	Atıştırma Miktarı	,380	,243	,396	1,564	,132	,022	45,202
	Olumlu İkna	,301	,265	,301	1,134	,269	,020	49,619
	Ödül Kullanımı	-,323	,303	-,274	-1,065	,298	,021	46,624
	Yeme Konusunda İsrar	,411	,197	,306	2,087	,049	,066	15,114
	Atıştırma Modeli	,093	,208	,079	,448	,659	,046	21,641
	Özel Yemekler	,132	,340	,120	,388	,701	,015	66,910
	Hayvansal Yağların Azaltılması	,340	,233	,332	1,457	,159	,027	36,435
	Birden Fazla Yemek Seçeneği	-,273	,319	-,258	-,856	,401	,016	63,714
2	Atıştırma Miktarı	,420	,216	,438	1,943	,064	,027	37,147
	Olumlu İkna	,285	,257	,285	1,107	,280	,021	48,394
	Ödül Kullanımı	-,326	,297	-,277	-1,095	,285	,021	46,596
	Yeme Konusunda İsrar	,437	,182	,325	2,399	,025	,075	13,405
	Atıştırma Modeli	,087	,204	,073	,426	,674	,047	21,503
	Hayvansal Yağların Azaltılması	,360	,223	,351	1,609	,121	,029	34,714
	Birden Fazla Yemek Seçeneği	-,203	,259	-,192	-,786	,440	,023	43,357
	Atıştırma Miktarı	,433	,210	,452	2,060	,050	,027	36,378
3	Olumlu İkna	,272	,251	,273	1,085	,289	,021	47,781
	Ödül Kullanımı	-,289	,280	-,245	-1,033	,312	,023	42,642
	Yeme Konusunda İsrar	,445	,178	,331	2,497	,020	,075	13,270
	Hayvansal Yağların Azaltılması	,342	,216	,334	1,585	,126	,030	33,559
	Birden Fazla Yemek Seçeneği	-,150	,223	-,141	-,675	,506	,030	33,251
	Atıştırma Miktarı	,388	,197	,404	1,968	,060	,031	32,640
4	Olumlu İkna	,196	,222	,196	,885	,385	,026	38,117
	Ödül Kullanımı	-,333	,269	-,283	-1,241	,226	,025	40,254
	Yeme Konusunda İsrar	,415	,171	,309	2,432	,023	,080	12,462
	Hayvansal Yağların Azaltılması	,386	,204	,376	1,892	,070	,033	30,579
5	Atıştırma Miktarı	,485	,163	,506	2,982	,006	,045	22,449
	Ödül Kullanımı	-,148	,168	-,126	-,884	,385	,063	15,793
	Yeme Konusunda İsrar	,398	,169	,296	2,357	,026	,081	12,303
	Hayvansal Yağların Azaltılması	,336	,195	,328	1,722	,097	,035	28,253
6	Atıştırma Miktarı	,501	,161	,522	3,110	,004	,045	22,182
	Yeme Konusunda İsrar	,283	,108	,211	2,634	,014	,199	5,024
	Hayvansal Yağların Azaltılması	,279	,184	,272	1,522	,140	,040	25,210
7	Atıştırma Miktarı	,720	,073	,751	9,803	,000	,227	4,408
	Yeme Konusunda İsrar	,341	,103	,253	3,305	,003	,227	4,408

Tablo 6.'daki regresyon analizi sonucuna göre günlük meyve tüketimi üzerinde etkisi anlamlı bulunan iki değişken olduğu görülmüştür. Biri atıştırma miktarı diğeri ise yeme konusundaki ısrar değişkeni. Atıştırma miktarındaki bir birimlik artış günlük meyve sebsze tüketimini 0.72 birim artırırken, yeme konusundaki ısrardaki bir birimlik artış günlük meyve ve sebze tüketimini 0.341 birim artırmaktadır.

Tablo 7.Ebeveynler ve çocuklarının atıştırma miktarı ile diğer alt boyutlar arasındaki ilişki.

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	Olumlu İkna	,284	,219	,273	1,299	,207	,020	48,781
	Ödül Kullanımı	-,456	,240	-,371	-1,899	,071	,024	42,121
	Yeme Konusunda Israr	-,179	,175	-,128	-1,021	,318	,058	17,286
	Atıştırma Modeli	,102	,173	,082	,589	,562	,047	21,499
	Özel Yemekler	,497	,264	,432	1,886	,073	,017	57,997
	Hayvansal Yağların Azaltılması	,496	,174	,464	2,855	,009	,034	29,152
	Birden Fazla Yemek Seçeneği	-,026	,270	-,023	-,096	,924	,015	65,809
	Günlük Meyve Sebze	,263	,168	,252	1,564	,132	,035	28,785
2	Olumlu İkna	,274	,187	,263	1,465	,156	,027	37,231
	Ödül Kullanımı	-,456	,235	-,371	-1,945	,064	,024	42,086
	Yeme Konusunda Israr	-,180	,172	-,128	-1,046	,306	,058	17,276
	Atıştırma Modeli	,094	,151	,076	,625	,538	,058	17,123
	Özel Yemekler	,482	,205	,419	2,346	,028	,027	36,760
	Hayvansal Yağların Azaltılması	,500	,165	,467	3,026	,006	,036	27,550
	Günlük Meyve Sebze	,267	,162	,255	1,650	,112	,036	27,677
	3	Olumlu İkna	,290	,183	,278	1,585	,126	,027
Ödül Kullanımı		-,409	,219	-,333	-1,866	,074	,027	37,657
Yeme Konusunda Israr		-,173	,169	-,123	-1,022	,317	,058	17,206
Özel Yemekler		,523	,192	,455	2,726	,012	,030	32,948
Hayvansal Yağların Azaltılması		,471	,157	,440	3,008	,006	,039	25,403
Günlük Meyve Sebze		,273	,159	,262	1,714	,099	,036	27,570
4	Olumlu İkna	,347	,174	,333	1,991	,058	,030	33,126
	Ödül Kullanımı	-,553	,167	-,450	-3,303	,003	,046	21,973
	Özel Yemekler	,459	,182	,399	2,529	,018	,034	29,487
	Hayvansal Yağların Azaltılması	,531	,145	,497	3,658	,001	,046	21,803
	Günlük Meyve Sebze	,212	,148	,203	1,435	,164	,042	23,713
	5	Olumlu İkna	,402	,174	,386	2,317	,029	,032
Ödül Kullanımı		-,608	,166	-,495	-3,654	,001	,048	20,832
Özel Yemekler		,546	,175	,474	3,121	,004	,038	26,259
Hayvansal Yağların Azaltılması		,656	,119	,613	5,529	,000	,071	13,988

Tablo 7.'de atıştırma miktarı üzerinde anlamlı etkisi olan 4 değişken olduğu görülmektedir. Olumlu iknadaki bir birimlik artış atıştırma miktarını değişkenini 0.402 birim artırmaktadır.Ödül kullanımındaki bir birimlik artış Atıştırma miktarını 0.608 birim azaltmaktadır.Özel yemeklerdeki bir birimlik artış atıştırma miktarını 0.546 birim artırır.Hayvansal yağların azaltılmasındaki bir birimlik artış atıştırma miktarını 0.656 birim artırmaktadır.

Tablo 8.Alt boyutların ebeveynler tarafından kullanım sıklığı

Atıştırma Miktarı	Olumlu İkna	Günlük Meyve Sebze	Ödül Kullanımı	Yeme Konusunda Israr	Atıştırma Modeli	Özel Yemekler	Hayvansal Yağların Azaltılması	Birden Fazla Yemek Seçeneği
2,344	2,266	2,233	1,891	1,622	1,883	2,075	2,188	2,133

Tablo 8.'de ebeveynlerin hangi alt boyutlarda ne sıklıkla davranış sergilediklerini gösteren puanlamalar görülmektedir. Bu bağlamda ebeveynler 2,4 puanla atıştırma miktarı davranışını en fazla kullanmakta ve 1,62 puanla yeme konusunda ısrar davranışını en az kullanmaktadır.

5. SONUÇLAR VE ÖNERİLER

Tablo 1. ve Tablo 2.'deyer alan Dünya Sağlık Örgütü 5-19 yaş çocukların vücut kitle indeksi değerlerine göre down sendromlu5-8 yaş aralığındaki kız ve erkek çocukların obez grupta değerlendirildi, 9-13 yaş arası kız ve erkek çocukların kilolu ve 14-19 yaş arası kız ve erkek çocukların ise normal kilolu oldukları görülmektedir. Melville (2005), yapmış olduğu araştırmada down sendromlu kadınların boy ve kilo olarak olmasa da VKİ olarak çalışma grubundaki diğer bireylerden daha yüksek değerlere sahip olduklarını ifade etmişlerdir(Melville, 2005). Down sendromlu çocukların obezite ve fazla kilo değerlerine sahip olmaları ailelerinin beslenme alışkanlıklarına veya hareketsiz bir yaşama sahip olmalarına bağlanabilir.

Tablo 3.'de VKİ ile Yaş değişkeni arasında anlamlı doğrusal bir ilişkinin olup olmadığını ortaya koymak için yapılan Pearson moment çarpım korelasyon analizi sonucunda bu iki değişken arasında anlamlı bir doğrusal ilişkiye rastlanmamıştır ($r=0.222$, $p>0.05$)

Tablo 4.'deCinsiyet ile VKİ değerleri arasındaki ilişkiye korelasyon analizi ile bakılmıştır. Değişkenlerden biri kategorik diğeri nicel ve sürekli bir değişken olduğu için değişkenler arasındaki doğrusal ilişki Nokta çift serili korelasyon katsayısı ile ölçülmüştür.Cinsiyet değişkeni ile VKİ değişkeni arasında anlamlı bir doğrusal ilişki olup olmadığını ortaya koymak için yapılan Nokta çift serili korelasyon analizi cinsiyet ile VKİ arasında anlamlı düzeyde bir ilişkinin olmadığını göstermektedir ($r=0.05$, $p>0.05$).Bizim çalışmamızdaki sonuçlara paralel olarak bazı çalışmalarda Down sendromlu bireylerde cinsiyetin tek başına obezite için bir risk faktörü oluşturmadığı görülmektedir (AbdAllah ve ark.2013; Chad ve Frail, 1990). Fakat down sendromlu kadınların fazla kilo ve obezite durumlarına sahip olduğunu gösteren çalışmalar da vardır (Aguero, ve ark. 2011)

Tablo 5'de yapılan regresyon analizi sonucunda down sendromlu bireylerin ebeveynlerinin atıştırma miktarı ve atıştırma modeli değişkenleri ile VKİ arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Atıştırma miktarındaki bir birimlik artış diğer değişkenleri etkilemezken VKİ değişkeninde 3,99 birimlik bir artışa sebep olmaktadır. Atıştırma modelindeki bir birimlik artış ise diğer değişkenleri etkilemiyorken, VKİ değişkeninde 7.06 birimlik bir artışa sebep olmaktadır.Bu iki boyut dışındaki diğer boyutların VKİ değişkeni üzerinde anlamlı bir etkisine bu örneklem grubu için rastlanmamıştır.Bu sonuçlara göre; down sendromlu bireylerin VKİ olarak kilolu veya obezite grubunda yer almalarının ebeveynlerinin atıştırma miktarına ve atıştırma modeline bağlı olduğu söylenebilir. Hendy ve arkadaşları (2009) yapmış oldukları çalışmada annelerin atıştırma miktarı alt boyutunda fazla puana sahip olduklarını belirtmişlerdir (Hendy 2009). Bu durum çalışmamızdaki down sendromlu bireylerin model aldığı annelerinin atıştırma miktarından etkilendikleri sonucunu doğurabilir.

Tablo 6.'daki regresyon analizi sonucuna göre günlük meyve tüketimi üzerinde etkisi anlamlı bulunan 2 değişkenden birinin atıştırma miktarı diğerinin ise yeme konusundaki ısrar değişkeni olduğu görülmektedir. Atıştırma miktarındaki bir birimlik artış günlük meyve sebsze tüketimini 0.72 birim artırırken, yeme konusundaki ısrardaki bir birimlik artış günlük meyve ve sebze tüketimini 0.341 birim artırmaktadır.Bu durum ailelerin atıştırma davranışlarının meyve ve sebze tüketimini de arttırdığı sonucunu çıkarabilir.Aynı şekilde yeme konusundaki ısrar kendilerinin ve çocuklarının meyve sebze tüketimini de arttırdığı sonucunu düşünebilir. Bazı çalışmalarda, ebeveynlerin yemek konusundaki ısrarcı tavırlarının çocukların VKİ'ni arttırdığı göstermiştir (Fisher ve ark. 2002, Campbell ve ark. 2006).

Tablo 7.' bakıldığında atıştırma miktarı üzerinde anlamlı etkisi olan 4 değişken olduğu görülmektedir.Olumlu iknadaki bir birimlik artış atıştırma miktarını değişkenini 0.402 birim artırmaktadır.Ödül kullanımındaki bir birimlik artış atıştırma miktarını 0.608 birim azaltmaktadır.Özel yemeklerdeki bir birimlik artış atıştırma miktarını 0.546 birim artırır.Hayvansal yağların azaltılmasındaki bir birimlik artış atıştırma miktarını 0.656 birim artırmaktadır.Olumlu ikna alt boyutu, özel yemekler alt boyutu ve hayvansal yağların azaltılması alt boyutundaki artışlar ebeveynlerin atıştırma miktarını etkilediğini göstermektedir.Bu durum down sendromlu bireylerin ailelerinin artan atıştırma miktarına bağlı olarak VKİ olarak fazla değerlere sahip olduklarını düşünebilir. Şayet Williams ve arkadaşları (2011) ebeveynler için kullandığı EYZDÖ ölçek sonucu elde edilen verilerde

atıştırma miktarı, olumlu ikna, özel yemekler alt boyutlarının çocukların kilolarını etkileyen faktörler olarak göstermişlerdir (Williams 2011).

Tablo 8.'de ebeveynlerin hangi alt boyutlarda ne sıklıkla davranış sergilediklerini gösteren puanlamalar görülmektedir. Bu bağlamda ebeveynler 2,4 puanla atıştırma miktarı davranışını en fazla kullanmakta ve 1,62 puanla yeme konusunda ısrar davranışını en az kullanmaktadır. Yapılan bazı araştırmalarda yeme baskısı yapan ebeveynlerin çocuklarının daha zayıf olduğu görülmüştür (Birch ve ark. 2001, Galloway ve ark. 2006). Yaptığımız çalışmada ise ebeveynlerin en az puan aldıkları alt boyutun yeme konusundaki ısrar olduğu ve araştırmamız dahilinde yer alan down sendromlu çocukların genelinin normal kiloların üstünde olması düşünüldüğünde yeme konusunda ısrar alt boyutunun VKİ'yi etkilediği söylenebilir.

Yapılan bazı çalışmalarda da görüldüğü üzere down sendromlu bireylerin down sendromlu olmayan bireylere göre daha fazla kilolu ve obez olma durumları ebeveynlerinin yemek zamanı davranışlarıyla ilişkili olabilir. Bu durum üzerine çalışma ekibimizin incelediği ebeveyn yemek zamanı davranışları ve down sendromlu çocukların vücut kitle indeksleri de benzer sonuçları ortaya çıkarmıştır. Nitekim çalışmamızın sonuçları doğrultusunda örneklem grubumuzun normalden fazla kilolu oldukları ve bu durumun ailelerinin yemek zamanı davranışları ile ilişkili olabileceği birkaç noktada tespit edilmiştir. Bu bağlamda özellikle down sendromlu çocukları olan ailelerin atıştırma durumlarının kontrolünü sağlaması var olan problemin ortadan kalkmasına yardımcı olabilir. Aksi takdirde down sendromlu bireylerin daha fazla kiloya sahip olmalarını tetikleyen bir unsur olabilir. Sonuç olarak ailelerin yemek zamanı davranışlarının kontrolü sayesinde down sendromlu bireylerin kilo almasının önüne geçilebilir.

KAYNAKLAR

1. AbdAllah, A. M., Raffa, S., Alaidaroos, T., Obaid, R., & Abuznada, J. (2013), Nutritional status of some children and adolescents with Down syndrome inJeddah. *Life Science Journal*, 10, 1310–1318.
2. Arslan N. (2012),Ebeveyn Yemek Zamanı Davranışları ÖlçeğininTürkçe'ye Uyarlanması Ve Çocukluk ÇağıObezitesi İle Ebeveyn Yemek Zamanı DavranışlarıArasındaki İlişki Yüksek Lgsans Tezi Halk Sağlığı Hemşireliği Anabilim Dalı, İstanbul.
3. Baughcum AE, Powers SW, Johnson SB, Chamberlin LA, Deeks CM, Jain A. (2001), Maternal feeding practices and beliefs and their relationships to overweight in early childhood. *Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics*, 22: 391–408.
4. Bertapelli, F., Pitetti K., Agiovasitis S., Guerra-Junior G. Overweight and obesity in children and adolescents with Down syndrome-prevalence, determinants, consequences, and interventions: A literature review.*Research in Developmental Disabilities* 57 (2016) 181–192.
5. Birch LL, Fisher JO, Grimm-Thomas K, Markey CN, Sawyer R, Johnson SL. (2001), Confirmatory factor analysis of the child feeding questionnaire: a measure of parental attitudes, beliefs and practices about child feeding and obesity proneness. *Appetite*, 36: 201–210.
6. Birch LL, Fisher JO. (1998), Development of eating behaviors among children and adolescents. *Pediatrics*, 101(3Pt2): 539–549.
7. Chad, K., Jobling, A., & Frail, H. (1990),Metabolic rate: a factor in developing obesity in children with Down syndrome? *American Journal of MentalRetardation*, 95, 228–235.
8. Campbell MW, Williams CJ, Hampton A, Wake M (2006), Maternal concern and perceptions of overweight in Australian preschoolaged children. *Med J*, 184: 274–277.
9. Fisher JO, Mitchell DC, Smiciklas-Wright H, Birch LL (2002), Parental influences on young girls' fruit and vegetable, micronutrient, and fat intakes. *J Am Diet Assoc*, 102: 58–64.
- 10.Galloway AT, Fiorito LM, Francis LA, Birch LL. (2006), Finish your soup: counterproductive effects of pressuring children to eat on intake and affect. *Appetite*, 46: 318–323.
- 11.Gonzalez-Aguero, A., Vicente-Rodriguez, G., Gomez-Cabello, A., Ara, I., Moreno, L. A., & Casajus, J. A. (2011),A combined training intervention programmeincreases lean mass in youths with Down syndrome. *Research in Developmental Disabilities*, 32, 2383–2388.
- 12.Hekim, M. (2015), *Journal of International Social Research*. Vol. 8 Issue 37, p1102-1106.
- 13.Hendy HM, Williams KE, Camise TS, Eckman N, Hedemann A. (2009), The Parent Mealtime Action Scale (PMAS). Development and association with children's diet and weight. *Appetite*, 52(2): 328–339.

14. Hughes SO, Power TG, Fisher JO, Mueller S, Nicklaus TA. (2005), Revisiting a neglected construct: parent styles in a child feeding context. *Appetite*, 44: 83–92.
15. Melville, C.A., Cooper, S.A., McGrother, C.W., Thorp, C.F., Collacott, R. (2005), Obesity in adults with Down syndrome: a case–control study *Journal of Intellectual Disability Research*, 49(2): 125–133.
16. Ventura AK, Birch LL. (2008). Does parenting affect children’s eating and weight status? *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 5-15.
17. WHO (2017), https://www.who.int/growthref/who2007_bmi_for_age/en/ Erişim Tarihi: 17.12.2019
18. WHO (2019), <https://www.who.int/dietphysicalactivity/childhood/en/> Erişim Tarihi: 17.12.2019
19. Williams KE, Hendy HM, Seiverling LJ, Can SH. (2011), Validation of the parent mealtime action scale (PMAS) when applied to children referred to a hospital-based feeding clinic. *Appetite*, 56: 553–557.

**13-14 YAŞLARI ARASINDAKİ ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN OBEZİTE
FARKINDALIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ**
INVESTIGATION OF OBESITY AWARENESS LEVELS OF SECONDARY SCHOOL
STUDENTS BETWEEN 13-14 YEARS

Tülay DEMİR

Doktora Öğrencisi, İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı,
(Sotumlu Yazar)

Faruk AKÇINAR

Dr. Öğr. Üyesi, İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi
Hareket ve Antrenman Bilimi Anabilim Dalı

Burak CANPOLAT

Arş. Gör. İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

ÖZET

Bu araştırmanın amacı, 13-14 yaşları arasında ortaokulda eğitim gören öğrencilerin obezite farkındalık düzeylerinin incelenmesidir.

Bu araştırma tarama modelinde betimsel bir araştırmadır. Araştırmaya Ağrı ilinde yer alan Hacıhalit Ortaokulu, Mehmet Melik Özmen Ortaokulu, Atatürk Ortaokulu, Diyadin Yatılı Bölge Ortaokulu, İmam Hatip Ortaokulu ve 14 Nisan Ortaokulunda eğitim gören 255'i kız, 242'si erkek olmak üzere toplam 497 öğrenci katıldı. Araştırmada veri toplama aracı olarak 20 maddeden oluşan "Obezite Farkındalık Ölçeği" kullanıldı. Ölçek; obezite farkındalığı, fiziksel aktivite farkındalığı ve beslenme farkındalığı alt boyutlarından oluşmaktadır. Ölçeğin genel iç tutarlılık Cronbach Alpha değeri 0.87'dir. Araştırmada istatistiksel analiz yöntemi olarak Mann Whitney U, Kruskall Whallis H testi kullanıldı. Anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak kabul edilmiştir.

BKİ değişkenlerine göre öğrencilerin 279'unun zayıf, 212'sinin normal ve 6'sının hafif kilolu olduğu bulundu. Araştırmada yer alan öğrenciler arasında obez birey bulunmamaktadır. BKİ ile cinsiyet değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmadı ($p > 0,05$). Öğrencilerin obezite farkındalık puanları ($X=2,58$), fiziksel aktivite farkındalık puanları ($X=2,76$), beslenme farkındalık puanları ($X=2,83$) olarak bulundu. Öğrencilerin cinsiyet, BKİ değişkenlerine göre obezite farkındalık ölçek alt boyutları arasında anlamlı bir fark ($p > 0,05$) bulunmadı.

Araştırmada; öğrencilerin obezite farkındalık, fiziksel aktivite farkındalık ve beslenme farkındalık ortalama puanlarının iyi düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Obezite, Farkındalık, Fiziksel Aktivite, Beslenme, Öğrenci, Ortaokul

ABSTRACT

The aim of this study was to investigate the obesity awareness levels of secondary school students aged 13-14 years.

This research is a descriptive research model. 255 girls, 242 boys, including a total of 497 students studying in Hacıhalit Secondary School, Mehmet Melik Özmen Secondary School, Atatürk Secondary School, Diyadin Boarding Regional Secondary School, İmam Hatip Secondary School and 14 Nisan Secondary School in the province of Ağrı participated in the study. In the study, Obesity Awareness Scale consisting of 20 items was used as data collection tool. Scale; consists sub-dimensions of obesity awareness, physical activity awareness and nutrition awareness. The overall internal consistency of the scale was 0.87. Mann Whitney U, Kruskall Whallis H test were used as statistical analysis method. Significance level was accepted as $p < 0.05$.

According to BMI variables, 279 of the students were weak, 212 of them were normal and 6 of them were slightly overweight. There were no obese individuals among the students in the study. Obesity awareness scores ($X = 2.58$), physical activity awareness scores ($X = 2.76$), and nutrition awareness

scores ($X = 2.83$) were found as the students' scores. There was no significant difference between obesity awareness scale sub-dimensions according to gender and BMI ($p > 0.05$).

In the study; students' obesity awareness, physical activity awareness and nutrition awareness were found to be good level.

Key Words: Obesity, Awareness, Physical Activity, Nutrition, Student, Secondary School

1. GİRİŞ

Günümüzde gelişmiş ve gelişmekte olan ülkelerin en önemli sağlık sorunlarından biride obezitedir. Genel olarak obezite; bedenın yağ kütlesinin yağsız kütleyle oranının aşırı artması sonucu boy uzunluğuna göre vücut ağırlığının istenilen düzeyin üstüne çıkmasıdır. Erkeklerde vücut ağırlığının %15-%18'i, kadınlarda ise %20-%25'i yağ dokularından oluşmaktadır. Bu oranların erkeklerde %25 kadınlarda %30'u aşması halinde obezite görülmeye başlamaktadır (T.C. Sağlık Bakanlığı 2019). Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) obeziteyi 'insan sağlığını bozacak şekilde vücutta aşırı veya anormal yağ birikmesi' olarak tanımlamıştır (WHO, 2019). Obezite ve fazla kilo, vücutta aşırı yağ birikimi sonucunda, fiziksel ve psikolojik problemlere neden olabilen enerji metabolizması bozukluğudur (Alıkaşifoğlu, 2000). Yetişkin yaşta daha sık görülmekle birlikte özellikle son yıllarda çocukluk döneminde de sıklığının artması nedeniyle önemsizliği gereken bir sağlık problemidir (Günöz, 2010). Yetişkinlerin büyük çoğunluğunda obezitenin başlangıcının çocukluk dönemlerine uzandığı bilinmektedir. Bu nedenle çocukluk ve ergenlik dönemlerinde obeziteden korunmak ve obezite tedavisi giderek önem kazanmaktadır (Adıyaman ve ark 2005). Yetişkin dönemde mortalite ve morbidite artışına neden olan çocukluk çağı obezitesinin erken dönemde tanınması ve müdahale edilmesi oldukça önem taşımaktadır (Ulutaş ve ark, 2014).

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) verilerine göre, 2016'da, Dünyada 1.9 milyarı aşkın yetişkin fazla kilolu, 650 milyondan fazla yetişkin ise obezdir. Dünyadaki fazla kilolu yetişkin sayısı toplam Dünya nüfusunun yaklaşık %39'u, obez sayısı toplam nüfusun %13'üdür. Dünyada obezite prevalansı 1975 ile 2016 yılları arasında yaklaşık 3 kat artmıştır. 2016'da, beş yaşın altında 41 milyon çocuğun aşırı kilolu ya da obez oldukları tahmin edilmektedir. 5 ve 19 yaş arası çocuk ve gençler arasında aşırı kiloluluk ve obezite prevalansı, 1975 yılında %4 iken 2016 yılında %18'e yükselerek dünya genelinde 340 milyonu aşkın genç ve çocuk aşırı kilolu ya da obez olmuştur. Bu artış, erkek ve kızlar arasında benzer şekilde gerçekleşmiştir (WHO, 2019).

Sınıflandırma	Beden Kitle İndeksi (BKİ)
Zayıf	< 18,5
Normal	18,5 – 24,9
Fazla Tartılı	25 – 29,9
Obez	>30
Birinci Derece Obez	30 – 34,9
İkinci Derece Obez	35 – 39,9
Üçüncü Derece Obez (Morbid)	>40

Beden Kitle İndeksi Değerlerine Göre Obezitenin Sınıflandırılması (Çapan, 2013).

Son yıllarda önemli bir sağlık sorunu haline gelen ve prevalansı giderek artan obezite ve riskleri konusunda toplumun bilgi düzeyini arttırmak ve obezite ile kapsamlı bir şekilde mücadele etmek için çeşitli Obezite Farkındalık projeleri düzenlenmektedir. Obezite farkındalık kişinin kendisini tanıması ve obezite hakkında ne bildiği ya da bilmediğidir. Dolayısıyla çocukların obezitenin önemsizliği gereken bir sağlık sorunu olduğunu bilmesi ve bunun farkında olması bir farkındalık göstergesidir. Bu farkındalığa sahip olan çocuk, sağlıklı yaşamaya önem verir ve ona göre davranır. Yani televizyon, bilgisayar ve telefon başında hareketsiz zaman geçirmek yerine dışarıda oyunlar oynar, düzenli ve dengeli beslenmeyi bir yaşam şekli haline getirir. Obezitenin bir hastalık olduğunu ve normal kiloda olmanın sağlıklı yaşam için önemli olduğunu bilir (Günay Kara, 2017).

1. ÇALIŞMANIN AMACI VE YÖNTEMİ

Bu araştırmada tarama modeli benimsenmiştir. Tarama modeli, geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan bir yöntemdir (Karasar, 2016).

Araştırmanın evrenini Ağrı ilinde ortaokullarda eğitim gören 13-14 yaşları arasında toplam 13.602 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma örneklemini Ağrı ilinde ortaokullarda (13-14 yaşları arasında) okuyan ve basit tesadüf örnekleme yoluyla seçilen, örneklem büyüklüğü saptamada evreni 50000 kişi olan ve %5 tolerans gösterilebilir hata için hesaplanan örneklem sayısı en az 381 olarak bulunmuştur (Balcı, 2005). Bu bilgilere dayanılarak araştırma örneklemini Ağrı ilinde Hacihalit Ortaokulu, Mehmet Melik Özmen Ortaokulu, Atatürk Ortaokulu, Diyadin Yatılı Bölge Ortaokulu, İmam Hatip Ortaokulu ve 14 Nisan Ortaokulunda eğitim gören 255'i kız, 242'si erkek olmak üzere toplam 497 öğrenci oluşturmuştur.

Bu araştırma tarama modelinde betimsel bir araştırmadır. Araştırmaya Ağrı ilinde yer alan Araştırmada veri toplama aracı olarak 20 maddeden oluşan “Obezite Farkındalık Ölçeği” kullanıldı. Ölçek; obezite farkındalığı, fiziksel aktivite farkındalığı ve beslenme farkındalığı alt boyutlarından oluşmaktadır. Ölçeğin genel iç tutarlılık Cronbach Alpha değeri 0.87'dir. Araştırmada istatistiksel analiz yöntemi olarak Mann Whitney U, Kruskal Wallis H testi kullanıldı. Anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak kabul edilmiştir.

Araştırmada Allen (2011) tarafından geliştirilen (Obesity Awareness Scale) ve Türkçe uyarılması Kafkas ve Özen tarafından yapılan “Obezite Farkındalık Ölçeği” kullanıldı.

Obezite farkındalık ölçeği 20 maddeden ve üç alt boyuttan (obezite farkındalık, beslenme farkındalık ve fiziksel aktivite farkındalık) oluşmaktadır. Ölçeğin genel iç tutarlılık Cronbach Alpha değeri 0.87 olarak iyi düzeyde bulunmuştur (Kafkas ve Özen, 2014). Bu çalışmada ölçek ortalamaları toplamı soru sayısına bölünerek elde edilen Obezite farkındalık puanlama skalası kullanıldı. Bu puanlama yöntemine göre 0-1 arası düşük, 1.1-2.0 arası vasat, 2.1-3.0 arası iyi, 3.1-4.0 arası yüksek düzeyde farkındalık puanı olarak kabul edilmektedir (Kafkas ve Özen, 2014).

Araştırmada elde edilen verilerin çözümlenmesi için istatistik paket program kullanılmıştır. Elde edilen ham veriler, aritmetik ortalama ve standart sapmaları ile birlikte sunulmuştur. Verilere Kolmogrov-Smirnov Z testi ile normallik sınaması yapılmış ve sınama sonucunda verilerin obezite farkındalık, beslenme farkındalık ve fiziksel aktivite farkındalık boyutlarının normal dağılımadıkları görülmüştür. Bu nedenle normal dağılmayan veri analizlerinde ikili karşılaştırmalar için Mann Whitney U testi, çoklu karşılaştırmalar için Kruskal Wallis H testi kullanıldı.

2. BULGULAR

Tablo 3.1 Öğrencilerin Cinsiyetlerine Göre Obezite Farkındalık Ölçeğinin Alt Boyutlarına İlişkin Puanların Karşılaştırılması

Ölçeğin Alt Boyutları	Cinsiyet	N	X	SS	Sıra Ortalamaları	Sıra Toplamları	Mann Whitney U	P
Obezite Farkındalık Boyutu	erkek	242	2,55	0,52	243,06	58820,00	29417,000	0,368
	bayan	255	2,61	0,53	254,64	64933,00		
	toplam	497	2,58	0,53				
Beslenme Farkındalık Boyutu	erkek	242	2,83	0,60	250,57	60638,50	30474,500	0,811
	bayan	255	2,82	0,55	247,51	63114,50		
	toplam	497	2,83	0,57				
Fiziksel Aktivite Farkındalık Boyutu	erkek	242	2,74	0,52	240,82	58278,00	28875,000	0,212
	bayan	255	2,79	0,50	256,76	65475,00		
	toplam	497	2,76	0,57				

$p > 0,05$

Tablo 3.1'de öğrencilerin obezite farkındalık ortalama puanlarının $x=2,58$ beslenme farkındalık ortalama puanlarının $x=2,83$ ve fiziksel aktivite farkındalık ortalama puanlarının $x=2,76$ yüksek olduğu bulunmuştur.

Tablo 3.1'e göre bayan öğrencilerin obezite farkındalık ortalama puanları ($x=2,61$) erkek öğrencilerin ortalama puanlarından ($x=2,55$) yüksek olduğu görülmektedir. Ancak öğrencilerin cinsiyetlerine göre ortalama puanları arasındaki bu fark istatistiksel açıdan anlamlı ($p=0,368$) değildir ($p>0,05$). Ayrıca erkek öğrencilerin beslenme farkındalık ortalama puanları ($x=2,83$) bayan öğrencilerin ortalama puanlarından ($x=2,82$) yüksek olduğu görülmektedir. Ancak öğrencilerin cinsiyetlerine göre ortalama puanları arasındaki bu fark istatistiksel açıdan anlamlı ($p=0,811$) değildir ($p>0,05$). Bunlarla birlikte bayan öğrencilerin fiziksel aktivite farkındalık ortalama puanları ($x=2,79$) erkek öğrencilerin ortalama puanlarından ($x=2,74$) yüksek olduğu görülmektedir. Ancak öğrencilerin cinsiyetlerine göre ortalama puanları arasındaki bu fark istatistiksel açıdan anlamlı ($p=0,212$) değildir ($p>0,05$).

Tablo 3.2 Öğrencilerin Beden Kitle İndekslerine Göre Obezite Farkındalık Ölçeğinin Alt Boyutlarına İlişkin Puanların Karşılaştırılması

Ölçeğin Alt Boyutları	Beden Kitle İndeksi	N	X	SS	Sıra Ortalamaları	Kruskal Wallis Testi	p
Obezite Farkındalık Boyutu	18,4 ve altı (zayıf)	279	2,56	0,49	243,09	1,164	0,559
	18,5-24,9 arası (normal)	212	2,62	0,57	256,09		
	25-29,9 arası (kilolu)	6	2,64	0,76	273,17		
	toplam	497	2,58	0,53			
Beslenme Farkındalık Boyutu	18,4 ve altı (zayıf)	279	2,82	0,57	249,60	0,019	0,991
	18,5-24,9 arası (normal)	212	2,83	0,58	248,38		
	25-29,9 arası (kilolu)	6	2,86	0,28	243,25		
	toplam	497	2,83	0,57			
Fiziksel Aktivite Farkındalık Boyutu	18,4 ve altı (zayıf)	279	2,79	0,51	255,59	3,306	0,192
	18,5-24,9 arası (normal)	212	2,72	0,51	238,30		
	25-29,9 arası (kilolu)	6	3,03	0,44	320,42		
	toplam	497	2,76	0,51			

$p>0,05$

Tablo 3.1'e göre 18,4 ve altı BKİ' ne sahip öğrencilerin obezite farkındalık ortalama puanı ($x=2,56$), 18,5- 24,9 arası BKİ' ne sahip öğrencilerin obezite farkındalık ortalama puanı ($x=2,62$), 25-29,9 arası BKİ' ne sahip öğrencilerin obezite farkındalık ortalama puanı ($x=2,64$) olduğu görülmektedir. Öğrencilerin BKİ'ne göre obezite farkındalık ortalama puanları arasındaki bu farklar istatistiksel açıdan anlamlı değildir ($p>0,05$).

Tabloya göre 18,4 ve altı BKİ' ne sahip öğrencilerin beslenme farkındalık ortalama puanı ($x=2,82$), 18,5-24,9 arası BKİ' ne sahip öğrencilerin beslenme farkındalık ortalama puanı ($x=2,83$), 25-29,9 arası BKİ' ne sahip öğrencilerin beslenme farkındalık ortalama puanı ($x=2,86$) olduğu görülmektedir. Yani öğrencilerin BKİ'ne göre beslenme farkındalık ortalama puanları arasındaki bu farklar istatistiksel açıdan anlamlı değildir ($p>0,05$).

Yine tabloya göre 18,4 ve altı BKİ' ne sahip öğrencilerin fiziksel aktivite farkındalık ortalama puanı ($x=2,79$), 18,5- 24,9 arası BKİ' ne sahip öğrencilerin fiziksel aktivite farkındalık ortalama puanı ($x=2,72$), 25-29,9 arası BKİ' ne sahip öğrencilerin fiziksel aktivite farkındalık ortalama puanı ($x=3,03$) olduğu görülmektedir. Yani öğrencilerin BKİ'ne göre fiziksel aktivite farkındalık ortalama puanları arasındaki bu farklar istatistiksel açıdan anlamlı değildir ($p>0,05$).

3. TARTIŞMA

Bu çalışmada bayan öğrencilerle erkek öğrencilerin obezite farkındalık düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Yapılan bir çalışmada bayan öğrencilerin obezite farkındalık düzeyi erkek öğrencilere göre yüksek bulunmuştur (Günay Kara, 2017). Başka bir çalışmada ise erkek öğrencilerde obezite olma durumu kız öğrencilerden anlamlı düzeyde düşük bulunmuştur (Yıldırım, 2010).

Bu çalışmada öğrencilerin beslenme farkındalık ortalama puanı iyi düzeyde bulunmuştur. Bayan ve erkek öğrenciler arasında beslenme farkındalık ortalama puanları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Yapılan bir çalışmada öğrencilerin beslenme farkındalık ortalama puanı orta düzeyde

bulunmuştur. Bayan ve erkek öğrencilerin beslenme farkındalık ortalama puanları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır (Günay Kara, 2017).

Bu çalışmada öğrencilerin obezite farkındalık düzeyi iyi düzeyde bulunmuştur. Bayan ve erkek öğrencilerin fiziksel aktivite farkındalık ortalama puanları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Yapılan bir çalışmada öğrencilerin fiziksel aktivite farkındalık değerini orta düzeyde bulunmuştur. Bayan ve erkek öğrencilerin fiziksel aktivite farkındalık ortalama puanları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır (Günay Kara, 2017).

Bu çalışmada BKİ'ne göre obezite farkındalık, beslenme farkındalık ve fiziksel aktivite farkındalık ortalama puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Yapılan bir çalışmada çalışmada öğrencilerin BKİ' ne göre obezite farkındalık, beslenme farkındalık ve fiziksel aktivite farkındalık ortalama puanları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır (Günay Kara, 2017).

Yapılan bir çalışmada öğrencilerin obezite farkındalık toplam ortalama puanı iyi düzeyde bulunmuştur. Ölçeğin alt boyutlarından obezite farkındalık ve fiziksel aktivite farkındalık ortalama puanları iyi düzeyde, beslenme farkındalık ortalama puanı ise yüksek düzeyde bulunmuştur (Yüksel, 2019). Bu çalışmada ise öğrencilerin obezite farkındalık, beslenme farkındalık ve fiziksel aktivite farkındalık ortalama puanları iyi düzeyde bulunmuştur.

5. SONUÇ VE ÖNERİLER

Ağrı ilinde ortaokullarda eğitim gören 13-14 yaşları arasındaki öğrencilerin obezite farkındalık düzeylerini incelemeyi amaçlayan bu çalışmaya ilişkin sonuçlar aşağıda verilmiştir.

Cinsiyet değişkenine göre öğrencilerin obezite farkındalık ve alt boyutları (obezite farkındalık, beslenme farkındalık ve fiziksel aktivite farkındalık) arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Yani bayan ve erkek öğrencilerin obezite farkındalık, beslenme farkındalık ve fiziksel aktivite farkındalık düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Öğrencilerde obezite farkındalığı, beslenme farkındalığı ve fiziksel aktivite farkındalığı ile BKİ arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Öğrencilerin obezite farkındalık ortalama puanı, beslenme farkındalık ortalama puanı ve fiziksel aktivite farkındalık ortalama puanı düşük, vasat, iyi ve yüksek sınıflandırma biçimine göre iyi düzeyde bulunmuştur. Yani öğrencilerin obezite farkındalık, beslenme farkındalık ve fiziksel aktivite farkındalık ortalama puanları iyi düzeydedir.

Okullarda eğitim programlarında beslenme eğitimine yer verilmelidir.

Aileler ve öğrenciler beslenme ve obezite konusunda bilgilendirilmelidir.

Okullarda spor alanları genişletilmeli, öğrenci ve ailelerin birlikte fiziksel aktivite yapabilecekleri ortam ve alanlar oluşturulmalıdır.

Öğrencilere ölçeği cevaplamaları için yeterli süre verilmelidir.

Ölçeklerin uygulanmasında öğretmenlerden yardım alınabilir.

KAYNAKLAR

1. Adıyaman P, Başkan Gülnar S, Berberoğlu M, Öcal G, Şimşek F, Ulukol B. (2011), Ankara'da Bir İlköğretim Okulu ve Lisede Obezite Sıklığı. Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Mecmuası, 58:163-166.
2. Alikashişoğlu A, Yordam N. (2000). Obezitenin Tanımı ve Prevalansı, Katkı Pediatrik Dergisi, 21 (4): 475-481.
3. Balcı A. (2005), Sosyal bilimlerde Araştırma, Ankara: Pegem A yayıncılık.
4. Çapan N. (2013), Astım ve Obezite. Solunum Hastalıkları Dergisi, 24(2): 82-84.
5. Günöz H. Obezite. Ed: Neyzi O, Ertuğrul T. (2010), Pediatri 1. Nobel Tıp Kitapevi, 109:252-257.

6. Kafkas M.E, Özen G. (2014), Obezite Farkındalık Ölçeği'nin (OFÖ) Türkçeye Uyarlanması: Bir Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışması. İnönü Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 1(2), 1- 15.
7. Karasar N. (2016), Bilimsel Araştırma Yöntemi Kavramlar İlkeler Teknikler, 31. Baskı. Ankara, Nobel Akademik Yayıncılık, 109.
8. Meltem, G.K. (2017). Ortaokul Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite Düzeyleri ve Obezite Farkındalık Düzeylerinin Araştırılması, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek lisans tezi.
9. T.C. Sağlık Bakanlığı . (2019), <https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/obezite/obezite-nedir.html>
10. Ulutaş P, Atla P, Say ZA, Sarı E, Kamil Z. (2014), Okul Çağındaki 6-18 Yaş Arası Obez Çocuklarda Obezite Oluşumunu Etkileyen Faktörlerin Araştırılması, Kadın ve Çocuk Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Kırklareli Devlet Hastanesi Zeynep Kamil Tıp Bülteni, 45:192-96
11. World Health Organization (WHO). (2018), <https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
12. Yıldırım B. (2010), Elazığ Kent Merkezinde Bulunan Ortaöğretimde Okuyan Öğrencilerde Obezite Sıklığı ve Etkileyen Faktörlerin İncelenmesi, Fırat Üniversitesi Tıp Fakültesi.

**TOKLU RASYONLARINDA EKMEK MAYASI KULLANIMININ BESİN MADDELERİNİN
SİNDİRİLME DERECELERİ, AZOT BİRİKİMİ, RUMEN SIVISI PARAMETRELERİ VE
KAN METABOLİTLERİ ÜZERİNE ETKİSİ¹**

THE EFFECTS OF BAKER'S YEAST SUPPLEMENTATION IN RAMS DIETS ON
DIGESTIBILITY OF NUTRIENTS, NITROGEN RETENTION, SOME RUMEN FLUID
PARAMETERS AND BLOOD METABOLITES

Hüseyin NURSOY

Bingöl Üniversitesi, Veteriner Fakültesi, Hayvan Besleme ve Beslenme Hastalıkları Anabilim Dalı,
12000 Bingöl

Erol BAYTOK

Erciyes Üniversitesi, Veteriner Fakültesi, Hayvan Besleme ve Beslenme Hastalıkları Anabilim Dalı

ÖZET

Bu çalışma, tokluların konsantre yemlerinde protein kaynağı olarak soya küspesi yerine ekmek mayasının kullanılma olanaklarını araştırmak amacıyla yapılmıştır. Araştırma, 4 erkek toklu kullanılarak yürütülmüş ve 4x4 Latin kare deneme planı uygulanmıştır. Denemede kullanılan konsantre yemlerin bileşiminde canlılık oranı 3.56×10^8 *Saccharomyces cerevisiae* hücre/g olan ekmek mayası % 0.0 (Kontrol yemi), % 6.6 (1.yem), % 13.2 (2.yem) ve % 19.8 (3.yem) oranlarında bulundurulmuştur. Kaba yem olarak yonca kuru otu kullanılmıştır. Hayvanlara günlük kuru madde ihtiyaçlarının % 80'i kadar kaba ve konsantre yem iki öğün halinde yedirilmiştir. Besin maddelerinin sindirilme dereceleri ve azot birikimi bakımından kontrol yemi ve mayalı yemleri tüketen hayvanlar arasında bir farklılık bulunmamış, 3. yemi tüketen hayvanlarda azot sindirilebilirliğinin düşük olduğu saptanmıştır ($p<0.05$). Mayalı yemleri tüketen hayvanlarda genel olarak rumendeki $\text{NH}_3\text{-N}$ miktarı, asetik asit ve propiyonik asit miktarlarının yüksek olduğu belirlenmiştir. Maya içeren yemleri tüketen tokluların kan serumlarındaki trigliserid düzeylerinin önemli derecede ($p<0.001$) arttığı belirlenirken, protein, üre, glikoz, kalsiyum ve fosfor miktarları ile Gamma Glutamyl Transferase (GGT) ve Aspartate Aminotransferase (AST) enzimlerinin düzeyleri bakımından farklı yemleri tüketen hayvanlar arasında önemli bir farklılık gözlenmemiştir. Araştırmada, toklu rasyonlarında soya küspesi yerine kullanılan ekmek mayasının ele alınan kriterler üzerinde olumsuz bir etkisinin olmadığı sonucuna varılmıştır.

Anahtar Sözcükler: Ekmek mayası, toklu, sindirilme derecesi, azot birikimi, rumen sıvısı parametreleri, kan metabolitleri

ABSTRACT

The objective of this study was to investigate the possible use of baker's yeast as protein supplement in rams diets instead of soybean meal. Four rams were utilized in 4x4 Latin Square design in experiment. Diets included 0.0 % (Control Diet), 6.6 % (Diet 1), 13.2 % (Diet 2), and 19.8 % (Diet 3) baker's yeast containing 3.56×10^8 live *Saccharomyces cerevisiae* cell/g. Eighty percentage of dry matter intake of rams was supplied from forage (alfalfa hay) and concentrate twice a day in experiment. Digestibility's of nutrients and nitrogen retention were not significantly different among diets, but N digestibility was significantly lower ($p<0.05$) in rams consumed Diet 3 compared with rams consumed other diets. In general, rumen $\text{NH}_3\text{-N}$, acetic acid, and propionic acid concentrations were significantly greater in rams fed diets containing baker's yeast than those fed control diet. While serum triglyceride levels were significantly higher rams ($p<0.001$) consumed diets containing baker's yeast than rams consumed control diet, serum protein, urea, glucose, calcium, phosphorus, Gamma Glutamyl Transferase (GGT) and Aspartate Aminotransferase (AST) examined were similar among rams consumed different diets. It was concluded from this study that using baker's yeast in rams diets instead of soybean meal as protein supplement had no negative effects on parameters examined.

Key Words: Baker's yeast, ram, digestibility, nitrogen retention, rumen fluid parameters, blood metabolites.

* :Bu makale YYÜ Araştırma Fonu'nun desteklediği 96-VF-024 nolu doktora tezinin bir bölümünün özetidir.

1. GİRİŞ

Mayalar besin maddelerinin sindirilme derecelerinin yüksek oluşu, B vitaminleri ve iz elementler yönünden zengin kaynaklar olmalarından ötürü ruminant rasyonlarında kullanılmaktadır (1, 2). Ruminantlara verilen mayaların rumende oluşan amonyak miktarını azaltmaları (3, 4) ve mikrobiyel populasyonu selülitik mikroorganizmalar yönünde arttırmalarından dolayı (3, 5) yemlerdeki organik madde, ve NDF sindirilebilirliğini yükselttiği bildirilmektedir (6, 7). Tokluların karma yemlerine ayçiçeği küspesi yerine % 0, 3, 6 düzeylerinde ekme mayası katılmasının besi performansı üzerine etkisini inceleyen Yalçın ve ark. (8), yemden yararlanma derecesini % 6 oranında yükselttiğini ve ekme mayasının alternatif bir protein kaynağı yem olarak kullanılabilceğini bildirmişlerdir. Johnson ve Remillard (9), besinlerin sindirimi açısından tokluların rasyonlarında mayanın % 20 oranında bulundurulmasının uygun olacağını kaydetmişlerdir. Adams ve ark. (10) ise kuzularda yapılan bir çalışmada rasyonda % 1.85 oranında maya kültürü kullanımının besin maddelerinin sindirimine bir etkisinin olmadığını, azot sindirilebilirliğini ise azalttığını belirlemişlerdir. Mayaların rumendeki asetik ve propiyonik asit konsantrasyonlarını arttırdıkları bildirilmiştir (3, 11, 12). Mayaların rumendeki metan (CH₄) oluşumunu azalttıkları (13), kapsadıkları B grubu vitaminleri sayesinde rumen metabolitlerinin oluşumuna katkıda buldukları da (14) saptanmıştır. Ruminant rasyonlarına düşük düzeylerde katılan mayaların genel olarak serum metabolitleri üzerine belirgin bir etki yapmadığı (15, 16, 17), aşırı verilmesi halinde rumen fermentasyonu sonucu oluşan etanolün karaciğerde asetik asite dönüşmemesinden dolayı Gamma Glutamyl Transferase (GGT) ve Aspartate Aminotransferase (AST) enzimlerinde aşırı bir artışa neden olduğu bildirilmektedir (18, 19, 20).

Bu çalışma, tokluların konsantre yemlerinde protein kaynağı olarak soya küspesi yerine ekme mayasının kullanılabilirliğini saptamak amacıyla yapılmıştır.

2. MATERYAL VE METOT

Çalışmada hayvan materyali olarak Yüzüncü Yıl Üniversitesi Veteriner Fakültesi Araştırma ve Uygulama Çiftliği'nde bulunan 1,5 yaşında, 4 baş Morkaraman erkek toklu kullanıldı. Bileşimi Tablo 1'de ve ham besin madde miktarları Tablo 2'de verilen konsantre yemler ile yonca kuru otu kullanıldı. Konsantre yeme katılan ekme mayası Pakmaya® İzmit Fabrikası'ndan temin edildi. Bu mayanın canlılık oranının tespiti için, önerilen bir agara (21) ekim yapılarak 37 °C'de 3 gün süreyle üreme izlendi ve mayanın canlılık oranı 3.56×10^8 hücre/g olarak belirlendi. Tokluların önlerindeki yemleri tamamen tüketebilmeleri için, NRC (22) standartlarına göre belirlenen günlük kuru madde ihtiyaçlarının, % 80'i kadar yem verildi. Kaba yem günlük 1000 g, konsantre yem ise 500 g verildi. Bu miktarlar deneme boyunca sabit tutuldu. Deneme için yemlik ve sulukları mevcut, alt kısımları idrarın toplanabilmesine elverişli, toklular için özel yapılmış sindirim kafesleri kullanıldı. Polyester çadır bezinden 25x40 cm ebatlarında dört tarafında bağlama kuşakları bulunan ve bir tarafı fermuarlı gübre toplama torbalarından yararlanıldı. Araştırmada 4x4 Latin kare deneme düzeni uygulandı. Deneme her dönemi 10 günlük alıştırmaya ve bunu izleyen 7 gün örnek almak üzere 17 günlük 4 dönemde yürütüldü. Karşılaştırma dönemlerinde her gün aynı saatte torbalarda biriken gübreler alınarak tartıldı ve % 10'u derin dondurucuda saklandı. Sindirim kafeslerinin altındaki plastik şişelere her gün 30 cc HCl dökülerek idrar azotunun kaybı önlendi. Yem, gübre ve idrar örneklerindeki kimyasal analizler Weende Analiz Metodu'na göre (23), yem ve gübredeki NDF ve ADF miktarları ise Cloge ve Menke (24) tarafından bildirilen metoda göre belirlendi. Karşılaştırma dönemlerinin son günlerinde sabah yemlemesinden sonra 3., 6. ve 12. saatlerde sonda yardımıyla rumenden 100 ml rumen sıvısı alındı ve pH metre ile pH'ları ölçüldü. Rumenden alınan sıvılarda Markham distilasyon metoduna göre (25), amonyak azotu tayini yapıldı. Bu sıvılardaki UYA ve laktik asit konsantrasyonları ise Cecil 1100 Series marka likit kromatografi cihazında ve EC 250/4.6 Nucleosil 100-5C-8 Macherey-Nagel marka ayırıcı kolon kullanılarak saptandı. Rumen sıvılarıyla eş zamanlı olarak kanül yardımıyla Vena jugularis'ten yaklaşık 10 ml alınan kanların serumları çıkartıldıktan sonra total protein, üre, glikoz, trigliserid, kalsiyum ve fosfor miktarları ile AST ve GGT enzim konsantrasyonları Bayer Opera Chemistry marka otoanalizör yardımıyla belirlendi. Denemede toplanan verilerin varyans analizleri ve önemlilik kontrolleri SAS istatistik programı (26) kullanılarak değerlendirildi.

3. BULGULAR

Toklulara verilen yemlerdeki besin maddelerinin sindirilme dereceleri ve azot dengelerine ait sonuçlar Tablo 3 ve 4'te verilmiştir. Toklulardan yemlemeden sonra 1.5, 3, 6, ve 12. saatlerde alınan rumen sıvılarının pH değerleri ve amonyak azotu miktarları Tablo 5'te sunulmuştur. Hayvanlardan alınan rumen

sıvılarının UYA konsantrasyonları Tablo 6’da gösterilmiştir. Rumen sıvılarıyla eş zamanlı olarak alınan kanların bazı metabolit miktarları Tablo 7’de, kan serumundaki GGT ve AST enzim düzeyleri ise Tablo 8’de verilmiştir.

4. TARTIŞMA

Araştırmada soya küspesi yerine farklı oranlarda ekmekek mayası kullanılmasının besin maddelerinin sindirilme derecelerini etkilemediği gözlenmiştir (Tablo 3). Bu konuda yapılan bazı çalışmalarda da (3, 4, 10) besin maddelerinin sindirilme derecelerinin etkilenmediği bildirilmiştir.

Azot birikimi bakımından yem grupları arasında önemli bir farklılık oluşmamıştır (Tablo 4). Benzer bulgular Fiems ve ark. (28) ve Wohlt ve ark. (29) tarafından da bildirilmektedir. Ancak maya içeriğinin % 19.8 olduğu konsantre yemi (3.yem) tüketen hayvanların sindirdikleri azot miktarı, diğer yemleri tüketen hayvanlardan daha düşük bulunmuştur ($p<0.05$). Azot sindiriminin az olması, canlı mayaların bir bölümünün rumende ve alt sindirim organlarında canlı kalması veya parçalanmamasına bağlanabilir. Nitekim Adams ve ark.’da (10) mayanın fazla yedirilmesinden (130g/gün) ötürü azot sindiriminin azaldığını kaydetmişlerdir.

Bazı çalışmalarda (4, 6, 15) olduğu gibi bu çalışmada da rumen sıvılarının pH değerleri bakımından maya içeren gruplar ile kontrol grubu arasında önemli bir fark bulunmamıştır (Tablo 5). Rumen sıvısı NH_3-N miktarları yemlemeden 1,5 ve 6 saat sonra genel olarak mayalı yemleri tüketen hayvanlarda yüksek bulunmuştur. Bruning ve Yokoyama’nın da (18) belirttiği gibi bu yükseklik canlı mayanın rumen fermentasyonu sırasında etanol oluşturmasından ve etanolün de amonyağı kullanabilen mikroorganizmaların aktivitelerini baskılamasından kaynaklanmış olabilir.

Rumen sıvılarındaki asetik ve propiyonik asit konsantrasyonları genel olarak maya içerikli yemleri tüketen hayvanlarda kontrol grubuna göre daha fazla oluşmuştur (Tablo 6). Karbonhidrat sindiriminin artmasının bir sonucu olarak bu fazlalığın meydana geldiği tahmin edilmektedir. Nitekim bazı araştırmacılar da (29, 30) aynı görüşü paylaşmaktadırlar. Çalışmada maya tüketiminin bütirik asit konsantrasyonunu azalttığı, laktik asit konsantrasyonunu ise etkilemediği gözlenirken, bulunan değerlerin başka çalışmalarla (3, 4, 31) uyumlu olduğu belirlenmiştir.

Kontrol yemi ve mayalı yemleri tüketen hayvanların serumlarındaki protein, üre, glikoz, kalsiyum ve fosfor miktarları arasında önemli bir farklılık gözlenmemiştir (Tablo 7). Bu metabolitlerin miktarları koyunlar için belirlenen normal değerlerle (32) paralellik göstermektedir. Bazı çalışmalarda da (15, 16, 17) bu metabolitlerin maya kullanımından etkilenmediği bildirilmektedir. Canlı mayanın verilmesinden dolayı rumen fermentasyonu sırasında oluşan etanolün rumen ve karaciğerde asetik asite çevrildiği bildirilmektedir (18, 19). Alkol karaciğerde Gamma Glutamyl Transferase (GGT) ve Aspartate Aminotransferase (AST) enzimlerinde aşırı bir salgılanmaya neden olabilmektedir (20). Sığırlarda GGT’nin 22-64 U/l ve AST’nin 34-132 U/l koyunlarda ise GGT’nin 33-55 U/l ve AST’nin 60-307 U/l olması normal kabul edilmektedir (32). Mayalı yemler ile kontrol yemini tüketen hayvanlar arasında GGT ve AST enzimlerinin serumlardaki düzeyleri bakımından önemli bir farklılığa rastlanılmamıştır (Tablo 8). Deneme hayvanlarındaki GGT düzeyinin, normal değerlerden yüksek bulunmasının nedeni anlaşılabilmiştir. Enzim testlerinden elde edilen bu verilere göre ekmekek mayasının konsantre yemde % 19.8’e kadar bulundurulmasının, karaciğerde etanol oluşumundan kaynaklanan fizyolojik bir bozukluğa yol açmadığı söylenebilir.

Sonuç olarak bu çalışmada kullanılan 3.56×10^8 hücre/g canlılık oranına sahip ekmekek mayasının, azot sindirilebilirliğini düşürmekle birlikte tokluların konsantre yemlerine katılabileceği görülmüştür.

5. KAYNAKLAR

1. Waterworth DG : Single cell protein. ICI Agric. Division 403-408 (1981).
2. Reed G: Yeast technology. 2th Ed Van Nostrand Reinfield, Nagodawithana (1991).
3. Harrison GA, Hemken RW, Dawson KA and Harmon RJ : Influence of yeast culture supplement to diets of lactating cows on ruminal fermentation and microbial populations. J. of Dairy. Sci. 71 (11): 2967-2975 (1988).
4. Hatch CF, Perry TW, Mohler MT and Beeson WM: Effect of corn distillers solubles and brewers dried grains with yeast in urea containing rations on steer performance. J. of Anim. Sci. 34 (2): 327-331 (1972).
5. Wiedemeier RD, Arambel MJ and Walters JL: Effect of yeast culture and *Aspergillus oryzae* fermentation extract on ruminal characteristics and nutrient digestibility. J. of Dairy. Sci. 70 (10): 2063-2068 (1987).
6. Mpofo IDT and Ndlovu L R: The potential of yeast and natural fungi for enhancing fibre digestibility of forage and roughages. Anim. Feed Sci. and Technol. 48:39-47(1994).
7. Olson KC, Caton JS, Kirby DR and Norton PL : Influence of yeast culture supplementation and advancing season on steers grazing mixed-grass in the northern great plains: ii ruminal fermentation, site of digestion and microbial efficiency. J. of Anim. Sci. 72 (8): 2158-2170 (1994).
8. Yalçın S, Koçak D, Önel AG, Şehu A ve Akdeniz C: Ekmek mayasının erkek toklularda besi performansı ve bazı rumen metabolitleri üzerine etkisi. Lalahan Hay. Araş. Derg. 32 (1- 4): 40-50 (1992).
9. Johnson DE and Remillard RL: Nutrient digestibility of brewers single cell protein. J. of Anim. Sci. 56 (3): 735-739 (1983).
10. Adams DC, Galyean ML, Kiesling HE, Wallace JD and Finker MD: Influence of viable yeast culture, sodium bicarbonate and monensin on liquid dilution rate, rumen fermentation and feedlot performance of growing steers and digestibility in lambs. J. of Anim. Sci. 53 (3): 780 –789 (1981).
11. Piva G, Masoero F, Belladonna S, Fuscini G and Prandini A: Effects of inactivated yeasts on ruminal fermentation: *in vitro* and *in vivo* trials. Microbiol. Aliment. Nutr. 7: 303-310 (1989).
12. Steckley JE, Macleod GGK and Moran ET: Brewer's yeast slurry II A source of supplementary protein for lactating dairy cattle. J.of Dairy. Sci. 62 (6): 947-953 (1979).
13. Cartwright C, Juroszek J, Beavan M, Rugby F, Morais DS and Rose A: Ethanol dissipates the proton motive force across the plazma membrane of *Saccharomyces cerevisiae*. J. of Gen. Microbiol. 132: 369-377 (1986).
14. Seymour WM, Nocek JE and Jones JS: Effects of colostrum substitute and dietary brewer's yeast on the health and performance of dairy calves. J. of Dairy. Sci. 78 (2): 412- 420 (1993).
15. West JW, Ely LO and Martin SA: Wet brewers grain for lactating dairy cows during hot, humid, weather. J. of Dairy. Sci. 7 (1): 197- 204 (1994).
16. Kobayashi T, Oda S, Takenaka A and Itabashi H: Effects of yeast culture supplements on milk protein yield, ruminal fermentation and blood components in early and mid lactation dairy cows. Dairy. Sci. Abstr. 57 (8): 4860 (1995).
17. Petukhova EA, Verkin VA, Avdeeva EP and Kurilova NM: Major element metabolism in male calves kept on diets containing yeasts, gaprin or kkl–g feed lysine concentrate. Nutr. Abstr. and Rev. (Series B) 64 (2): 776 (1991).
18. Bruning CL and Yokoyama MT: Characteristics of live and killed brewer's yeast slurries and intoxication by intra ruminal administration to cattle. J. of Anim. Sci. 66 (2): 585-591(1988).
19. Randby AT, Selmerolsen I and Baevre L: Effect of ethanol in feed on milk flavor and chemical composition. J. of Dairy. Sci. 82 (2): 420-428 (1999).
20. Gültekin F, Gürbilek M, Vatanssev H, Akkuş İ, Karaeren Z ve Kalak S: Alkolün indüklediği oksidatif stresin bazı antioksidanlar üzerine etkileri. Genel Tıp Derg. 8(3):105-109 (1998).
21. Anonim: Approved methods of the American association of cereal chemistry. 9th Ed Knob Road (1995).
22. National Research Council: Nutrient requirements of sheep. National Academy Press, Washington, DC.(1985)
23. Akkılıç M ve Sürmen S: Yem maddeleri ve hayvan besleme laboratuvar kitabı. Ankara Üniv. Vet. Fak. Yayın No: 357, Ankara (1979).
24. Cloge WH and Menke, KH: Selected topics in animal nutrition. 2th ed Inst. of Anim. Nutr. Hohenheim (1986).

25. Markham R: A steam distillation apparatus suitable for micro-kjeldahl analysis. J. of Biochem. 36: 790 (1942).
26. SAS: Sas user's guide:statistics. (version 5 ed) SAS Inst. Inc, Carry, NC (1985).
27. Başbakanlık Türk Standartları Enstitüsü : Hayvan Yemleri Metabolik Enerji Tayini. TSE 9610, Ankara (1991).
28. Fiems LO, Cottyn BG, Dussert L and Vanacker, JM : Effect of a viable yeast culture on digestibility and rumen fermentation in sheep fed different types of diets. Reprod. Nutr. Division 33: 43-49(1993).
29. Wohlt JE, Finkelstein AD and Chung CH:Yeast culture to improve intake, nutrient digestibility, and performance by dairy cattle during early lactation. J. of Dairy. Sci. 74 (4): 395-400 (1991).
30. Williams PEU, Tait CAG, Innes GM and Newbold CJ: Effects of inclusion of yeast culture (*Saccharomyces cerevisiae* plus growth medium) in the diet of dairy cows on milk yield and forage degradation and fermentation patterns in the rumen of steers. J. of Anim. Sci. 69 (7): 3016-3026 (1991).
31. Erasmus LJ, Botha PM and Kistner A: Effect of yeast culture supplement on production, rumen fermentation, and duodenal nitrogen flow in dairy cows. J.of Dairy. Sci. 75 (11): 3056-3062 (1992).
32. Anonim: Veterinary reference guide conventional units Kodak Diagnostics Estman Kodak Co Newyork (1993).

Tablo 1. Araştırmada kullanılan konsantre yemlerin bileşimi, (%).

Yemler	Kontrol yemi	1.yem	2.yem	3.yem
Arpa	20,0	20,0	20,0	20,0
Mısır	44,3	43,7	43,1	42,5
Soya Küspesi	18,0	12,0	6,0	0,0
Ekmek Mayası	0,0	6,6	13,2	19,8
Kepek	14,0	14,0	14,0	14,0
Mermer tozu	3,0	3,0	3,0	3,0
Tuz	0,4	0,4	0,4	0,4
Vitamin premiksi ¹	0,2	0,2	0,2	0,2
İzelement tuzları ²	0,1	0,1	0,1	0,1

¹ : Rovimix 302-F120 : 1 kg'nda 15000000 İÜ vitamin A, 3000000 İÜ Vitamin D, ve 20000 mg vitamin E bulunmaktadır.

² : Remineral 2 : 1 kg'nda demir 50000 mg, bakır 10000 mg, manganez 50000 mg, çinko 50000 mg, kobalt 150 mg, iyot 800 mg, selenyum 150 mg bulunmaktadır.

Tablo 2. Araştırmada kullanılan yemlerin ham besin madde miktarları ve enerji düzeyleri.

	Kontrol yemi	1.yem (% 6.6 M)	2. yem (%13.2M)	3. yem (%19.8M)	Yonca Kuru otu
Kuru madde, %	90,70	90,83	90,64	90,03	92,12
Ham kül,%	7,11	7,60	6,00	6,61	8,14
Organik madde,%	83,59	83,23	84,64	83,42	83,93
Ham protein,%	16,93	16,11	16,65	16,42	12,01
Ham yağ,%	2,54	2,40	2,00	2,19	1,21
NDF,%	27,40	26,75	26,11	26,33	54,73
ADF,%	7,38	8,28	7,56	5,03	49,19
Hemiselüloz,%	20,00	18,47	18,55	21,25	5,54
NFC,%	51,04	51,99	53,99	63,61	29,47
ME,kkal/kg *	2793	2796	2798	2800	1351

* : TSE 9610'a göre (27) hesaplanmıştır.

NFC (%)=100-(NDF (%)+Ham protein (%)+Ham yağ (%)+Ham kül (%))

1. ULUSLARARASI MALATYA GASTRONOMİ VE KÜLTÜR KONGRESİ KİTABI
20-22 Aralık 2019 / MALATYA

Tablo 3. Araştırmada Kullanılan Yemlerin Besin Maddelerinin Sindirilme Dereceleri,%.

Yemler	Kuru madde		Organik madde		Ham protein		NDF		ADF		Hemiselüloz	
	\bar{X}	$\pm S\bar{x}$	\bar{X}	$\pm S\bar{x}$	\bar{X}	$\pm S\bar{x}$	\bar{X}	$\pm S\bar{x}$	\bar{X}	$\pm S\bar{x}$	\bar{X}	$\pm S\bar{x}$
Kontrol yemi	52,35	3,50	59,92	2,88	81,36	0,94	45,38	4,38	48,84	2,84	23,60	6,86
1.yem (% 6.6 Maya)	52,02	1,49	58,90	1,45	78,40	2,80	43,44	1,36	49,50	2,04	21,56	7,51
2.yem (% 13.2 Maya)	50,12	2,08	57,87	1,70	82,69	0,92	39,55	2,66	43,70	3,64	24,70	3,93
3.yem (% 19.8 Maya)	49,17	3,62	56,26	3,36	79,42	1,49	39,78	3,54	42,31	3,00	31,69	6,35
F	0,28	-	0,39	-	1,25	-	0,79	-	1,51	-	0,56	-

: p>0.05.

Tablo 4. Araştırmada Kullanılan Yemlerin Azot Dengeleri.

	Kontrol yemi		1.yem (%6.6 Maya)		2.yem (%13.2 Maya)		3.yem (%19.8 Maya)		F
	\bar{X}	$\pm S\bar{x}$	\bar{X}	$\pm S\bar{x}$	\bar{X}	$\pm S\bar{x}$	\bar{X}	$\pm S\bar{x}$	
Tüketilen azot, g/gün	32,76		32,42		32,54		32,35		
Gübre azotu, g/gün	10,25	0,23	10,59	0,30	9,09	0,26	11,00	0,36	2,03 -
Absorbe edilen azot, g/gün	22,51	0,23 ^{ab}	21,83	0,30 ^{ab}	23,45	0,26 ^a	21,35	0,36 ^b	2,50 *
İdrar azotu, g/gün	9,10	0,48	7,70	0,44	8,26	0,60	10,23	1,30	0,49 -
Azot birikimi, g/gün	13,41	0,42	14,13	0,57	15,19	0,73	11,12	1,63	0,79 -
Tüketilen azotun									
Gübredeki oranı, %	31,29	0,70	32,67	0,93	27,93	0,78	34,00	1,09	2,16 -
Absorbe edilme oranı, %	68,71	0,70 ^{ab}	67,33	0,93 ^{ab}	72,07	0,78 ^{ab}	66,00	1,09 ^b	2,16 *
İdrardaki oranı, %	27,78	1,47	23,75	1,34	25,38	1,83	31,62	4,01	0,49 -
Birikim oranı, %	40,93	1,65	43,58	1,76	46,69	2,24	34,38	5,05	0,72 -
Absorbe edilen azotun									
İdrardaki oranı, %	40,43	2,06	35,27	2,18	35,22	2,62	47,91	7,25	0,62 -
Birikim oranı, %	59,57	2,06	64,73	2,18	64,78	2,62	52,09	7,25	0,62 -

* : p < 0.05 - : p > 0.05 a.b.: Aynı satırda farklı harfleri taşıyan değerler arasındaki fark önemlidir.

1. ULUSLARARASI MALATYA GASTRONOMİ VE KÜLTÜR KONGRESİ KİTABI
20-22 Aralık 2019 / MALATYA

Tablo 5. Denemede Kullanılan Yemlere Göre Rumen Sıvısının pH Değerleri ve Amonyak Azotu Miktarları.

Yemler	pH								NH ₃ -N, mg/dl							
	1,5. Saat		3.saat		6.saat		12.saat		1,5 saat		3.saat		6.saat		12.saat	
	$\bar{X} \pm S\bar{x}$	$\bar{X} \pm S\bar{x}$	$\bar{X} \pm S\bar{x}$	$\bar{X} \pm S\bar{x}$	$\bar{X} \pm S\bar{x}$	$\bar{X} \pm S\bar{x}$	$\bar{X} \pm S\bar{x}$	$\bar{X} \pm S\bar{x}$	$\bar{X} \pm S\bar{x}$	$\bar{X} \pm S\bar{x}$	$\bar{X} \pm S\bar{x}$	$\bar{X} \pm S\bar{x}$	$\bar{X} \pm S\bar{x}$	$\bar{X} \pm S\bar{x}$	$\bar{X} \pm S\bar{x}$	
Kontrol yemi	6,38	0,80	6,35	0,11	6,65	0,11	7,05	0,17	31,26	1,54 ^b	27,56	1,06	18,88	1,46 ^b	19,68	0,92
1.yem (% 6.6 Maya)	6,36	0,11	6,29	0,10	6,48	0,11	6,70	0,23	44,52	3,94 ^a	32,64	2,67	18,63	0,97 ^b	20,39	1,99
2.yem (% 13.2 Maya)	6,57	0,09	6,36	0,90	6,39	0,13	7,10	0,15	40,98	2,76 ^a	28,22	0,82	24,05	1,79 ^a	18,14	0,65
3.yem (% 19.8 Maya)	6,46	0,03	6,33	0,03	6,43	0,10	6,62	0,24	37,35	1,99 ^a	30,93	1,00	22,35	1,09 ^{ab}	18,22	0,56
F	1,15	-	0,11	-	1,03	-	2,86	-	3,81	*	2,26	-	3,78	*	2,19	-

* : (p < 0.05) - : p > 0.05 a.b... : Aynı sütunda farklı harfleri taşıyan değerler arasındaki fark önemlidir.

Tablo 6. Yemlere Göre Rumen Sıvısı UYA Konsantrasyonları, mmol/l.

	Saat	Kontrol yemi		1.yem (% 6.6 Maya)		2.yem (% 13.2 Maya)		3.yem (% 19.8 Maya)		F	
		X	S _x	X	S _x	X	S _x	X	S _x		
Asetik asit	1,5	64,60	0,83 ^b	64,06	0,60 ^b	66,13	0,62 ^a	67,19	0,45 ^a	0,05	**
	3	64,61	0,89 ^b	68,12	0,80 ^a	66,21	0,37 ^{ab}	66,44	0,52 ^{ab}	0,02	*
	6	63,15	1,49	65,50	2,24	70,79	4,12	66,90	1,78	0,80	-
	12	60,78	1,57	61,25	0,71	63,90	0,72	60,56	1,52	0,23	-
Propiyonik asit	1,5	22,74	0,93	20,94	0,80	23,11	0,74	22,06	1,10	0,38	-
	3	20,51	0,60 ^b	21,90	1,07 ^{ab}	19,95	0,69 ^b	23,67	0,60 ^a	0,02	*
	6	19,81	0,46	20,52	0,51	19,67	0,31	21,89	1,35	0,21	-
	12	18,76	0,31 ^b	19,94	0,56 ^{ab}	21,94	0,82 ^a	20,06	1,71 ^{ab}	0,38	*
Bütirik asit	1,5	9,10	0,76	9,61	0,49	9,20	0,44	8,26	0,90	0,70	-
	3	10,15	1,11	10,61	1,12	9,71	0,44	10,12	0,37	0,19	-
	6	13,10	0,41 ^a	11,26	0,43 ^{ab}	12,61	0,99 ^a	10,14	0,59 ^b	4,25	*
	12	14,20	0,91	12,26	0,89	13,26	1,60	14,26	0,79	0,73	-
Toplam UYA	1,5	96,44	1,14 ^{ab}	94,61	0,22 ^b	98,44	0,69 ^a	97,51	0,73 ^{ab}	0,02	*
	3	95,27	1,17	100,63	2,08	95,87	1,63	100,23	1,73	0,08	-
	6	96,06	3,16	97,28	1,69	103,07	1,94	98,93	2,85	0,26	-
	12	93,74	0,55 ^b	93,45	1,12 ^b	99,10	2,78 ^a	94,88	0,85 ^{ab}	0,09	-
Asetat/ Propiyonat	1,5	2,84	0,11	3,06	0,07	2,86	0,07	3,05	0,03	0,11	-
	3	3,15	0,04 ^{ab}	3,11	0,07 ^{ab}	3,32	0,22 ^a	2,81	0,17 ^b	0,13	-
	6	3,19	0,22	3,19	0,19	3,60	0,27	3,06	0,13	0,31	-
	12	3,24	0,16	3,07	0,12	2,91	0,11	3,02	0,03	0,31	-
Laktik asit	1,5	2,24	0,05	2,04	0,03	2,67	0,49	2,34	0,08	1,31	-
	3	2,02	0,31 ^b	2,36	0,19 ^{ab}	2,68	0,16 ^a	2,23	0,04 ^{ab}	2,24	-
	6	2,13	0,03	2,30	0,13	2,54	0,17	2,29	0,15	1,68	-
	12	2,67	0,32	2,03	0,35	2,05	0,43	2,25	0,23	0,76	-

** : p < 0.01 * : p < 0.05 - : p > 0.05 a, b,...: Aynı satırda farklı harfleri taşıyan değerler arasındaki fark önemlidir.

1. ULUSLARARASI MALATYA GASTRONOMİ VE KÜLTÜR KONGRESİ KİTABI
20-22 Aralık 2019 / MALATYA

Tablo 7. Yemlere Göre Bazı Kan Metabolitlerinin Miktarları, ($\bar{X} \pm S\bar{x}$).

	Saat	Kontrol yemi		1.yem (% 6.6 Maya)		2. yem (% 13.2 Maya)		3. yem (% 19.8 Maya)		F	
Protein, g/dl	1,5	7,00	0,24	6,80	0,13	6,62	0,25	6,75	0,09	0,65	-
	3	6,90	0,17	6,70	0,25	6,50	0,32	6,60	0,09	0,46	-
	6	6,70	0,07	6,40	0,15	6,40	0,12	6,50	0,23	1,26	-
	12	6,20	0,26	6,30	0,27	6,20	0,15	6,10	0,15	0,06	-
Üre, mg/dl	1,5	18,75	2,25	18,25	2,10	19,00	1,08	18,50	0,51	0,03	-
	3	17,50	0,29	18,00	1,22	18,50	0,65	17,25	1,76	0,47	-
	6	16,50	1,44	17,50	1,94	16,50	1,19	16,50	0,75	0,10	-
	12	11,50	1,10	12,25	1,31	12,50	1,44	14,50	1,55	1,03	-
Glikoz, mg/dl	1,5	33,50	9,77	32,75	8,42	34,50	5,84	37,25	1,44	0,07	-
	3	38,25	1,11	36,75	4,48	35,75	4,37	39,00	5,07	0,16	-
	6	42,50	7,62	44,00	4,78	41,50	4,92	41,50	3,42	0,04	-
	12	57,50	4,29	55,00	5,85	58,00	3,70	67,50	3,80	1,44	-
Trigliserid,mg/dl	1,5	10,00	0,91	15,50	0,65 ^b	19,00	1,22 ^a	20,00	0,71 ^a	25,10	***
	3	12,00	1,08 ^c	16,60	0,96 ^b	19,80	1,25 ^a	19,20	0,88 ^a	11,26	***
	6	13,50	2,33 ^b	17,00	0,82 ^{ab}	19,66	1,65 ^a	18,50	4,14 ^{ab}	1,10	*
	12	13,50	1,71	14,50	2,90	13,25	1,93	16,50	2,25	0,43	-
Kalsiyum, mg/dl	1,5	7,50	1,17	8,60	0,17	7,40	1,35	7,85	0,31	1,26	-
	3	8,47	0,69	8,27	0,56	7,97	0,69	8,95	0,83	0,34	-
	6	8,90	1,37	8,00	1,07	8,93	0,59	8,90	0,65	0,20	-
	12	8,55	0,91	7,55	0,35	7,40	0,83	7,70	0,42	0,58	-
Fosfor, mg/dl	1,5	6,10	0,25	6,27	0,44	6,65	0,34	7,00	0,15	1,63	-
	3	6,20	0,45	6,70	0,56	6,80	0,34	7,30	0,23	1,68	-
	6	6,10	0,90	5,60	0,29	5,65	0,16	5,40	0,49	0,30	-
	12	5,47	0,56	5,15	0,52	5,47	0,68	4,05	0,83	1,29	-

*** : p<0.001 * : p<0.05 - : p >0.05 a, b,...: Aynı satırda farklı harfleri taşıyan değerler arasındaki fark önemlidir.

Tablo 8. Kan Serumundaki Gamma Glutamyl Transferase (GGT) ve Aspartate Aminotransferase (AST) Enzimlerinin Düzeyleri.

Yemler	GGT, U/l								AST, U/l							
	1,5. saat		3. saat		6. saat		12. saat		1,5 saat		3. saat		6. saat		12. saat	
	$\bar{X} \pm S$	\bar{x}	$\bar{X} \pm S$	\bar{x}	$\bar{X} \pm S$	\bar{x}	$\bar{X} \pm S$	\bar{x}	$\bar{X} \pm S$	\bar{x}	$\bar{X} \pm S$	\bar{x}	$\bar{X} \pm S$	\bar{x}	$\bar{X} \pm S$	\bar{x}
Kontrol yemi	70,00	3,34	65,75	4,96	82,50	3,01 ^a	80,50	2,97	90,50	4,29	87,25	4,42	85,50	2,60	88,00	3,81
1.yem (%6.6 Maya)	74,50	3,30	60,25	1,75	70,00	4,20 ^b	75,50	4,87	93,75	1,49	92,00	5,04	80,00	1,78	89,75	2,06
2.yem (% 13.2 Maya)	70,00	1,87	68,25	2,36	71,50	3,57 ^{ab}	82,25	2,50	92,00	3,58	90,00	4,02	76,50	3,88	82,25	3,45
3.yem (% 19.8 Maya)	66,50	3,40	62,00	4,22	73,00	7,61 ^{ab}	78,00	6,58	91,50	6,93	89,50	3,30	75,50	4,51	93,50	3,23
F	1,15	-	1,02	-	2,33	-	0,66	-	0,09	-	0,09	-	1,79	-	1,94	-

: p>0.05

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN İLETİŞİM BECERİLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ
EVALUATION OF COMMUNICATION SKILLS OF UNIVERSITY STUDENTS

Dr. Öğr. Üyesi Hülya BİNGÖL

İnönü Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Spor Bilimleri Fakültesi, Malatya / TÜRKİYE

Özlem TUNÇALP

İnönü Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Spor Bilimleri Fakültesi Yüksek Lisans Öğrencisi,
Malatya / TÜRKİYE

Dr. Öğr. Üyesi Şükrü BİNGÖL

Hakkari Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği

ÖZET

Bu araştırmanın amacı, İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Spor Yöneticiliği Bölümünde okuyan öğrencilerin İletişim becerilerini tespit etmektir. Araştırmanın evreni, 2019-2020 eğitim öğretim yılında İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Spor Yöneticiliği Bölümünde öğrenim gören 264 öğrencidir. Araştırmanın örneklem gurubu ise bu öğrenciler arasından tesadüfi örnekleme yöntemi ile belirlenmiş 160 öğrencidir. İlişkisel tarama modelinin kullanıldığı çalışmada öğrencilerin iletişim becerileri; sınıf, yaş, cinsiyet, yaşanan yer, spor yapma durumu ve spor yapma süresi değişkenleri üzerinden değerlendirilmiştir.

Araştırmada öğrencilerin iletişim becerilerini tespit edebilmek için anket formu kullanılmıştır. İki bölümden oluşan anket formunun birinci bölümünde öğrencilerin demografik bilgilerinin tespit edilmesi amacıyla 6 adet soru, anket formunun ikinci bölümünde ise öğrencilerin iletişim becerilerini tespit etmek amacıyla da “İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği” kullanılmıştır. Korkut (1996) tarafından geliştirilen İletişim Becerilerini Değerlendirme ölçeği, 5’li Likert tipi bir ölçek olup 25 maddeden oluşmaktadır ve ölçeğe verilen cevaplar hiçbir zaman, nadiren, bazen, sıklıkla ve her zaman ifadelerini içermektedir.

Anket formu ile elde edilen verilerin değerlendirilmesinde istatistiksel veri değerlendirme programı SPSS 20.0 kullanılmıştır. Araştırma verileri değerlendirilirken öncelikle öğrencilerin kişisel bilgilerinin yüzde ve frekans değerleri belirlenmiş, daha sonra ise demografik etkenlerin öğrencilerin iletişim becerilerine etkilerini belirlemek amacıyla t testi ve ANOVA testleri uygulanarak anlamlılık düzeyleri belirlenmiştir. Araştırmada anlamlılık düzeyi olarak $p>0,5$ seviyesi belirlenmiştir.

Araştırma sonucunda öğrencilerin cinsiyet ve sınıfları ile iletişim becerileri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilirken sınıf, yaş, yaşadıkları yer, spor yapma durumları ve spor yapma süreleri ile iletişim becerileri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir.

Anahtar Kelimeler: Spor, İletişim, İletişim Becerisi

ABSTRACT

The aim of this study is detecting communication skills of students who receive education in Sport Management program at Sport Sciences faculty, Inonu University. The population of research includes 264 university students who receive education in Sport Management program at Sport Sciences faculty, Inonu University in 2019-2020 academic year. The sample group of research consists of 160 students who are determined by random sampling method. Relational screening model was used in the study. The students were evaluated on the basis of variables which are grade, age, gender, place of residence, sporting status and duration of sports.

In the research, a questionnaire is used to determine the communication skills of the students. The questionnaire consists of two parts. In the first part of the questionnaire, 6 questions are used to gather the demographic information of the students, and in the second part, “The Communication Skills Evaluation Scale” is used to determine communication skills of students. The Communication Skills Evaluation Scale, developed by Korkut (1996), is a 5-point Likert-type scale consisting of 25 items and the responses of the scale include never, rarely, sometimes, often and always terms.

SPSS 20.0 statistical data evaluation program is used for the evaluation of the obtained data with the questionnaire. While evaluating the research data, firstly the percentage and frequency values of the personal information of the students were determined, and then the t-test and ANOVA tests were used to determine the effects of demographic factors on the communication skills of the students and their significance levels were determined. In the study, $p > 0.5$ level is determined as the level of significance.

As a result of the research, while there is a statistically significant relationship between students' gender and class and communication skills, there is no statistically significant relationship between class, age, place of residence, sporting situations, sporting time and communication skills.

Key Words: Sports, Communication, Communication Skills

GİRİŞ

Genel anlamıyla iletişim kavramı, çeşitli kitle iletişim araçlarıyla özleştirilse de iki kişinin karşılıklı konuşması, telefonla görüşmeler, bir kişiye yazılı ya da sözlü not bırakma da bir iletişim biçimidir. Kişiler arasındaki iletişim, iki insanın yalnızca birbiriyle konuşmasıyla gerçekleşmez. Birbirini fark ettiği halde selam vermeden, başı önde yürüyüp geçen iki insan arasında dahi bir iletişim söz konusudur. Bu gibi bir durumda karşıdaki kişiye selam vermeye degecek bir insan olmadığı ya da ben tanımadığım kadınla veya erkekle konuşan bir insan değilim" mesajı verilebilir. Yani kişiler arasında mesaj alışverişinin gerçekleştiği her durumda iletişim vardır. Hatta iki insanın birbirini fark ettiği andan itibaren söylediği, söylemediği, yaptığı ya da yapmadığı her şeyin bir anlamı vardır (Çağdaş, 2015: 3).

Bireyler arası iletişim; kişilerin birbirlerine bilinçli ya da bilinçsiz olarak iletmek istedikleri duygu ve düşüncelerini ilettikleri bir süreçtir. Bu sürece ait bazı öğeler vardır. İletişimin öğeleri olarak adlandırılan bu öğeler; kaynak, mesaj, kanal, alıcı ve geri bildirim olarak beş grupta toplanabilir. İletişim sürecini oluşturan bu öğeler arasında yakın bir ilişki vardır ve bu süreçte alıcı ve verici arasında çift yönlü bir iletişimin sağlanması iletişimin etkililiğini arttırmaktadır (Çelik, 2012: 112).

İletişimin Amacı

Bireyler çevreleriyle sürekli etkileşim ve iletişim halinde olan; gördüğünü, duyduğunu ve okuduğunu süreç içinde anlamlandıran; yorumlayan; ilişki kuran; doğuştan sahip olduğu donanımı kullanan; kişilerarası ilişkileriyle gelişen sosyal ve aktif bir canlıdır. Bu sebeple insanlar, aralarındaki gerekli bilginin üretilip aktarılması, bir arada yaşayabilme ve kendinden öncekilerin oluşturduğu bilgi, değer ve kuralları edinebilmek için iletişime gereksinim duyarlar (İkiz, 2012: 180).

İletişim, başkalarını etkilemek ve aynı zamanda onlardan etkilenmek olan iletişimin her zaman belirli bir amaç tarafından yönlendirilmektedir. Bunun yanı sıra iletişim amacı kişiler arasındaki ilişkilere göre çeşitlilik gösterir. Bu çeşitlilik kişiler arasındaki ilişkinin ve duygusal bağın özelliklerine göre hem kendi içinde hem de birbirinden farklılıklar gösterir. Örneğin bir alışveriş merkezinde kasa çalışanı ile kurulan ikili iletişim, alışverişin amacıyla sınırlı kalabileceği gibi, aynı yerde sürekli alışveriş sonucu kurulan yakınlığın kattığı bir farklılık da taşıyabilir. Benzer şekilde iki arkadaş arasındaki iletişim biçimi her zaman aynı olmayıp, her arkadaşlık birbirinden farklılıklar gösterir (Çağlar ve Kılıç, 2011: 11).

İletişimin Önemi

İnsanlar arasındaki iletişim, yaşamın kendisi kadar doğaldır. Yaşadığımız çağda insanlar, uyku dışında kalan zamanlarının çoğunu başkalarıyla ilişkiler kurarak geçirmekte, yalnız kaldığı zamanlarda da televizyon, internet, gazete, cep telefonu, kitap gibi iletişim araçlarından faydalanmaktadır. Bu durum iletişimin hayatımızda oldukça önemli bir yere sahip olduğunu göstermektedir. Amaçlanan sonuçları başarmak ve davranışları etkilemek amacıyla insanlar arasında sözlü ya da diğer araçlar vasıtasıyla anlayış sağlamak, iletişim aracılığıyla mümkündür. İster bir eğitim birimi, ister çok şirketli bir holding, isterse aile bireylerince çalıştırılan bir dükkân olsun etkili iletişim her örgütün başarısı için çok büyük önem taşımaktadır (Ergin, 2012: 208).

Bireyler arası iletişim, insanlar arasında farklı sosyal ilişkilerin kurulabilmesi ve sürdürülebilmesi için gereklidir. Bireylerin birbirlerini tanıyabilmeleri ve daha iyi anlayabilmeleri, toplumsal yaşam ve bir

örgüt içinde işlerin daha iyi yürütülmesi ve sorunların daha iyi çözülebilmesi sağlıklı bir iletişimle doğrudan ilişkilidir (Önder, 2004: 11).

İletişimin Engelleri

İletişim engelleri mesajın alıcıya aktarılması sırasında karşılaşılan tüm sorunları kapsamaktadır. İnsanlar arası ilişkilerde olumsuz ortam oluşturabilecek engeller aşağıda verilmiştir. Bu olumsuzlukların sürekli yaşanması iletişimi kötü yönde etkileyeceği gibi her zamanda engelleyici değildir (Korkut, 2004: 133).

1. Emir cümlesi ile konuşmak: “Boş durmada dediklerimi yap.”
2. Uyarmak, tehdit etmek: “Bu ödevi yapmazsan, sözlüne zayıf vereceğim.”
3. Ahlak dersi vermek: “Ailevi sorunların beni ilgilendirmez, burası okul.”
4. Öğüt vermek, çözüm ve öneri getirmek: “Tekrar ederek anlattıklarımı daha kolay öğrenebilirsin.”
5. Öğretmek, nutuk çekmek, mantıklı düşünceler önermek: “Şu anki durum bu. Sınava çalışman için sadece üç günün kaldı.”
6. Yargılamak, eleştirmek, suçlamak, aynı düşüncede olmamak: “Ya sen beni anlamıyorsun ya da anlamak istemiyorsun.”
7. Ad takmak, alay etmek: “Ağustos böceği gibisin zamanında çalışmıyorsun.”
8. Yorumlamak, analiz etmek, tanı koymak: “Anlaşılan sen bu işi yapmamak için bahaneler üretiyorsun.”
9. Övmek, aynı düşüncede olmak, olumlu değerlendirme yapmak: “Senin gibi bir öğrencim olduğu için çok mutluyum. Seninle gurur duyuyorum.”
10. Güven vermek, desteklemek, avutmak, duygularını paylaşmak: “Bu konuda sorun yaşayan tek sen değilsin elbette. Bende senin yaşlarındayken zorlanmıştım. Zamanla zor olmadığını göreceksin.”
11. Soru sormak, sınamak, sorguya çekmek, çapraz sorgulamak: “Bunu yapmak bu kadar mı zor? Bu saate kadar neredeydin? Bazı şeyler için çok geç kaldın.”
12. Sözüden dönmek, oyalamak, alay etmek, şakacı davranmak, konuyu saptırmak: “Bugün heyheylerin üzerinde galiba çatmak için yer arıyorsun resmen. Neyse bu konuyu kapatalım da sen Leyla'nın yaşadıklarını duydun mu?”
13. Kıyaslamak: “Komşunun kızı dereceye girmiş, sen daha yerinde say.”

Buradan hareketle karşılıklı iletişim sırasında üslup, kullandığımız dil, ben dili yerine sen dili kullanmak iletişimi güçlü tutar. Emir vererek konuşmak, tehdit etmek, yargılamak, eleştirmek, suçlamak, karşımızdakini dinlememek gibi olumsuz öğeler iletişimi engellemektedir.

Spor ve İletişim

Etkili iletişim becerileri, her türlü insan ilişkilerinde ve her türlü meslek alanında ilişkileri kolaylaştırıcı rol oynayabilmektedir (Yılmaz ve ark. 2009: 53). Sporcular günlük rutinleri ve sosyal statüleri sebebiyle özel kişilerdir. Yoğun antrenman programları ve uzun kamp dönemleri gibi programlar sosyo-kültürel yaşamlarını, aile ve takım dışındaki arkadaş ilişkilerini, okul ya da iş yaşamlarını olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Sporcular ayrıca hiç tanımadıkları binlerce insan önünde yarışmak zorunda olan ve bu hiç tanımadıkları insanlar tarafından ödüllendirilen ya da acımasızca eleştirilen, medya karşısında sürekli açıklama ya da hesap verme durumunda bırakılan bireylerdir. İletişim becerilerinin yüksek olması sporculara kendilerini daha iyi ifade etme olanağı sağladığı gibi, psikolojik beceri gelişiminin önemli bir parçası olarak da en az motor beceriler kadar performansı etkiler. Birçok yetenek ve ilgilere hitap eden çok çeşitli bireysel ve takım halinde yapılabilen sportif aktiviteler bulunmaktadır. Farklı yetenek ve ilgilere sahip olan bireylerin iyi bir beden eğitimi spor programıyla ve iyi spor organizasyonu bu yetenek ve özelliklerinin geliştirilmesi sağlanabilmektedir (Karademir ve Türkçapar, 2016: 69).

YÖNTEM

Araştırmanın Yöntemi

Çalışma, İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Spor Yöneticiliği Bölümüne devam etmekte olan öğrencilerin iletişim becerilerini değerlendirilmesi amacıyla ilişkisel tarama yöntemiyle yapılmıştır.

Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırmanın evreni, 2019-2020 eğitim öğretim yılında İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Spor Yöneticiliği Bölümünde öğrenim gören 264 öğrencidir. Araştırmanın örnekleme ise bu öğrenciler arasından tesadüfi örnekleme yöntemi ile belirlenmiş 160 öğrencidir. Araştırmanın örnekleme grubunun kişisel bilgileri tablo 2’dedir

Tablo 1. Katılımcıların kişisel bilgilerinin dağılımı

Kişisel Bilgiler		Frekans	Yüzde
Sınıf	1. sınıf	46	28,8
	2. sınıf	47	29,4
	3. sınıf	45	28,1
	4. sınıf	22	13,8
Yaş	18-21	82	51,3
	22-25	68	42,5
	26 ve üzeri	10	6,3
Cinsiyet	Kadın	47	29,4
	Erkek	113	70,6
Yaşanılan yer	Köy	19	11,9
	Belde	5	3,1
	İlçe	40	25,0
	Şehir	96	60,0
Spor yapma durumu	Evet	135	84,4
	Hayır	25	15,6
Spor yapma süresi	1 yıldan az	16	10,0
	1-4 yıl	66	41,3
	5-9 yıl	25	15,6
	10 yıl ve üzeri	28	17,5
	Spor yapmıyor	25	15,6
Toplam		160	100,0

Araştırmaya katılanların %29,4’ü 2 sınıfta okumakta, %51,3’ü 18-21 yaşlarında, %70,6’sı erkek, %60’ı şehirde yaşamakta, %84,4’ü spor yaparken, spor yapanların %41,3’ü 1-4 yıldır spor yapmaktadır.

Veri Toplama Aracı

Araştırmada öğrencilerin iletişim becerilerini tespit edebilmek için anket formu kullanılmıştır. İki bölümden oluşan anket formunun birinci bölümünde öğrencilerin demografik bilgilerinin tespit edilmesi amacıyla 6 adet soru, anket formunun ikinci bölümünde ise öğrencilerin iletişim becerilerini tespit etmek amacıyla da “İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği” kullanılmıştır. Korkut (1996) tarafından geliştirilen İletişim Becerilerini Değerlendirme ölçeği, 5’li Likert tipi bir ölçek olup 25 maddeden oluşmaktadır ve ölçeğe verilen cevaplar hiçbir zaman, nadiren, bazen, sıklıkla ve her zaman ifadelerini içermektedir.

Verilerin Değerlendirilmesi

Anket formu ile elde edilen verilerin değerlendirilmesinde istatistiksel veri değerlendirme programı SPSS 20.0 kullanılmıştır. Araştırma verileri değerlendirilirken öncelikle öğrencilerin kişisel bilgilerinin yüzde ve frekans değerleri belirlenmiş, daha sonra ise demografik etkenlerin öğrencilerin iletişim becerilerine etkilerini belirlemek amacıyla t testi ve ANOVA testleri uygulanarak anlamlılık düzeyleri belirlenmiştir. Araştırmada anlamlılık düzeyi olarak $p>0,5$ seviyesi belirlenmiştir.

BULGULAR

Bu bölümde üniversite öğrencilerinin kişisel özellikleri ile iletişim becerilerin karşılaştırılması yapılacaktır.

Tablo 2. Üniversite öğrencilerinin sınıf değişkenine göre iletişim becerileri puanlarının karşılaştırılması

Sınıf	N	X	ss	F	p
1. sınıf	46	4,25	0,35	4,464	0,005*
2. sınıf	47	4,11	0,37		
3. sınıf	45	3,96	0,55		
4. sınıf	22	4,29	0,46		
Toplam	160	4,14	0,45		

$P<0,05$

Üniversite öğrencilerinden iletişim beceri düzey ortalaması en yüksek olanlar 4. sınıfta olanlar (X=4,26), en düşük olanlar 3. Sınıfta olanlardır (X=3,96). Üniversite öğrencilerinin sınıf düzeyleri ile iletişim beceri düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Tablo 3. Üniversite öğrencilerinin yaş değişkenine göre iletişim becerileri puanlarının karşılaştırılması

Yaş	N	X	ss	F	p
18-21	82	4,16	0,43	0,324	0,724
22-25	68	4,10	0,48		
26 ve üzeri	10	4,11	0,45		
Total	160	4,14	0,45		

P<0,05

Üniversite öğrencilerinden iletişim beceri düzey ortalaması en yüksek olanlar 18-21 arası olanlar (X=4,16), en düşük olanlar 22-25 yaşları arasında olanlardır (X=4,10). Üniversite öğrencilerinin yaşları ile iletişim beceri düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 4. Üniversite öğrencilerinin cinsiyet değişkenine göre iletişim becerileri puanlarının karşılaştırılması

Cinsiyet	N	X	ss	t	p
Kadın	47	4,26	0,37	2,341	0,020*
Erkek	113	4,08	0,47		

P<0,05

Üniversite öğrencilerinden kadın öğrencilerin iletişim beceri düzey ortalaması (X=4,26) erkek öğrencilerin iletişim becerileri ortalamasından (X=4,08) daha yüksektir. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetleri ile iletişim beceri düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Tablo 5. Üniversite öğrencilerinin yaşadıkları yer değişkenine göre iletişim becerileri puanlarının karşılaştırılması

Yaşanan yer	N	X	ss	F	p
Köy	19	3,98	0,40	2,285	0,81
Belde	5	3,76	0,75		
İlçe	40	4,13	0,36		
Şehir	96	4,18	0,46		
Total	160	4,13	0,44		

P<0,05

Üniversite öğrencilerinden iletişim beceri düzey ortalaması en yüksek olanlar şehirde yaşayanlar (X=4,18), en düşük olanlar beldede yaşayanlardır (X=3,76). Üniversite öğrencilerinin yaşadıkları yer ile iletişim beceri düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 6. Üniversite öğrencilerinin spor yapma durumlarına göre iletişim becerileri puanlarının karşılaştırılması

Spor yapma durumu	N	X	ss	t	p
Evet	135	4,14	0,47		0,694
Hayır	25	4,10	0,34		

P<0,05

Üniversite öğrencilerinden spor yapanların iletişim beceri düzey ortalaması (X=4,14) spor yapmayanların iletişim becerileri ortalamasından (X=4,10) daha yüksektir. Üniversite öğrencilerinin spor yapma durumu ile iletişim beceri düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 7. Üniversite öğrencilerinin spor yapma sürelerine göre iletişim becerileri puanlarının karşılaştırılması

Spor yapma süresi	N	X	ss	F	p
1 yıldan az	16	4,34	0,43	1,097	0,360
1-4 yıl	66	4,11	0,49		
5-9 yıl	25	4,07	0,40		
10 yıl ve üzeri	28	4,16	0,45		
Spor yapmıyor	25	4,10	0,33		
Total	160	4,13	0,44		

P<0,05

Üniversite öğrencilerinden iletişim beceri düzey ortalaması en yüksek olanlar 1 yıldan az spor yapanlarken (X=4,34), en düşük olanlar 5-9 yıldır spor yapanlardır (X=4,07). Üniversite öğrencilerinin spor yapma süreleri ile iletişim beceri düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir (p>0,05).

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin bazı kişisel özelliklerine göre iletişim beceri düzeyleri incelenmiştir. Üniversite öğrencilerinin iletişim beceri düzeyleri incelenirken öğrencilerin sınıf, yaş, cinsiyet, yaşadıkları yer, spor yapma durumları ve spor yapma süre değişkenleri ile ilişkisi incelenmiştir.

Üniversite öğrencilerinden iletişim beceri düzey ortalaması en yüksek olanlar 4. sınıfta olanlarken, en düşük olanlar 3. Sınıfta olanlardır. Üniversite öğrencilerinin sınıf düzeyleri ile iletişim beceri düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir.

Çatır ve Karaçor (2017), üniversite öğrencilerinin iletişim beceri düzeylerini belirlemek amacıyla yaptıkları çalışmada öğrencilerin sınıf düzeyleri ile iletişim beceri düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit etmemişlerdir.

Üniversite öğrencilerinden iletişim beceri düzey ortalaması en yüksek olanlar 18-21 arası olanlarken, en düşük olanlar 22-25 yaşları arasında olanlardır. Üniversite öğrencilerinin yaşları ile iletişim beceri düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir.

Çatır ve Karaçor (2017), bizim çalışmamıza benzer şekilde üniversite öğrencilerinin yaşları ile iletişim beceri düzeyleri arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit etmemişlerdir.

Nacar (2010), sınıf öğretmenlerinin beceri düzeylerini belirlemek amacıyla yapmış olduğu çalışmada, bizim çalışmamızdan farklı şekilde yaş değişkeni ile iletişim beceri düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğunu tespit etmiştir.

Üniversite öğrencilerinden kadın öğrencilerin iletişim beceri düzey ortalaması erkek öğrencilerin iletişim becerileri ortalamasından daha yüksektir. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetleri ile iletişim beceri düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir.

Nacar (2010), yapmış olduğu çalışmada bizim çalışmamıza benzer şekilde cinsiyet değişkeni ile öğretmenlerin iletişim beceri düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğunu tespit etmiştir.

Koç ve ark. (2015), üniversite öğrencilerinin iletişim becerilerini inceledikleri çalışmada bizim çalışmamıza benzer şekilde kadınların iletişim becerilerinin erkeklere göre daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir.

Üniversite öğrencilerinin iletişim beceri düzeylerini inceleyen Çatır ve Karaçor (2017), bizim çalışmamızdan farklı şekilde öğrencilerin iletişim beceri ile cinsiyetleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit etmemişlerdir.

Üniversite öğrencilerinden iletişim beceri düzey ortalaması en yüksek olanlar şehirde yaşayanlarken, en düşük olanlar beldede yaşayanlardır. Üniversite öğrencilerinin yaşadıkları yer ile iletişim beceri düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir.

Çatır ve Karaçor (2017), bizim çalışmamıza benzer şekilde üniversite öğrencilerinin ikamet ettikleri yer ile iletişim beceri düzeyleri arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit etmemişlerdir.

Üniversite öğrencilerinden spor yapanların iletişim beceri düzey ortalaması spor yapmayanların iletişim becerileri ortalamasından daha yüksektir. Üniversite öğrencilerinin spor yapma durumu ile iletişim beceri düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir.

Üniversite öğrencilerinden iletişim beceri düzey ortalaması en yüksek olanlar 1 yıldan az spor yapanlarken, en düşük olanlar 5-9 yıldır spor yapanlardır. Üniversite öğrencilerinin spor yapma süreleri ile iletişim beceri düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir.

Ulukan ve ark. (2017). Spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinin iletişim düzeylerini inceledikleri çalışmada bizim çalışmamıza benzer şekilde öğrencilerin spor yapma durumları ile iletişim becerileri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit etmemişlerdir.

Bu sonuçlar ışığında aşağıdaki öneriler geliştirilmiştir.

Öğrencilerin iletişim becerilerini geliştirmek amacıyla ilkokuldan başlayarak üniversiteye kadar bütün yaş gruplarına iletişim becerilerini geliştirecek uygun ders planları hazırlanmalıdır.

Okul yöneticilerinin sosyal etkinlikler planlamaları, belirli aralıklarla bu etkinlikleri uygulamaları öğrencilerinin iletişim becerilerini geliştirmelerini sağlamak açısından önemlidir.

Geleceğin yetişkinleri olan gençlerin iletişim becerilerinin tespiti ve bu konuda geliştirici çalıştırmak için veri oluşturacak çalışmaların her yaş grubu, her bölge için yapılması gereklidir.

KAYNAKÇA

- Çağdaş, A. (2015). *Anne-Baba-Çocuk İletişimi*, 3. Baskı, Eğiten Kitabevi, Ankara.
- Çağlar, İ. Kılıç, S. (2011). *Eğitim Fakülteleri İçin Genel İletişim*, 2. Baskı, Nobel Akademik Yayıncılık, Ankara.
- Çatır, O. Karaçor, M. (2017). Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerilerinin Belirlenmesi: Ulubey Meslek Yüksekokulu Örneği. *International Journal of Academic Value Studies*, 3(16): 181-191.
- Çelik, V. (2012). *Sınıf Yönetimi*, 6. Baskı, Nobel Akademik Yayıncılık, Ankara.
- Ergin, A. (2012). *Eğitimde Etkili İletişim*, 6. Baskı, Anı Yayıncılık, Ankara.
- İkiz, E. (2012). *Öğrenmenin kapsamı ve etkileyen faktörler*. Eğitim Psikolojisi, 3. Baskı, Maya Akademi Yayınevi, Ankara.
- Karademir, T. Türkçapar, Ü. (2016). Bireysel ve Takım Sporcularında İletişim Becerilerinin İncelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 18(4): 67-80.
- Koç, B. Terzi, Y. Gül, A. (2015). Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerileri İle Kişilerarası Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişki. *Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim Dergisi*, 4(1): 369-390
- Korkut, F. (2004). *Okul Temelli Önleyici Rehberlik ve Psikolojik Danışma*. Anı Yayıncılık Ankara
- Nacar, F. S. (2010). *Sınıf Öğretmenlerinin İletişim ve Kişilerarası Problem Çözme Becerilerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Önder, A. (2004). *Ailede İletişim: "Konuşarak ve Dinleyerek Anlaşalım"*. 2. Baskı, Morpa Kültür Yayınları, İstanbul.
- Ulukan, H. Kartal, A. Zengin, S. Abanoz, E. I. Parlak, N. (2017). Spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinin iletişim düzeylerinin incelenmesi. *International Journal of Human Sciences*, 14(3): 2317-2325
- Yılmaz, İ. Çimen, Z. Bektaş, F. (2008). Sporcu Algılamalarına Göre Bireysel Ve Takım Spor Antrenörlerinin İletişim Beceri Düzeylerinin Karşılaştırılması. 10. Uluslararası Spor Bilimleri kongresi, 23-25 Kasım, 11(4), 52-57

BAHTİYAR VAHABZADE`NİN SANATINDA ULUSAL KİMLİK ÖZELLİKLERİ; ÇAĞDAŞ
ÖZBEK ŞİİRİYLE KONU VE İÇERİK ENLEMLERİ
THE CHARACTERISTIC FEATURES OF NATIONAL IDENTITY IN THE BAKHTIYAR
VAKHABZADE`S WORKS: THEMATIC AND IDEOLOGICAL PARALLELS IN MODERN
UZBEK POETRY

Terane Heşimova

Prof.Dr Azerbaycan Milli İlimler Akademisi, Doğubilimcilik Enstütütü, “Merkezi Asya” bölümü

ÖZET

Bahtiyar Vahabzade (1925-2009) Azerbaycan halkının, Türk dünyasının büyük oğlu, şairi, filozofu, dram yazarı, milli mücadele fedaisiydi. Azerbaycan ve Özbek halklarının ulusal edebiyatında milli konular bağlamında Bahtiyar Vahabzade sanatının etkisi büyük önem arz etmektedir. Yanı sıra Özbek halkının toplum-siyasal görüşlerinin gelişmesinde Bahtiyar Vahabzade`nin sanatının rolü büyüktür.

Geçen asrın ortalarından başlayarak Bahtiyar Vahabzade sanatının etkisi özbek şiirinde görülmeye başladı. “Ana Dili”, “Latın dili” başlıklı milli şiirleri özbek şiirinde yeni sanat yönlerini oluşturdu. Rauf Perfi, Erkin Vahidov, Camal Kemal, Aksad Muhtar və diğer özbek şairleri Vahabzade`nin kullandığı şiir ananeleri, konu ve fikir, üslup ve içerikden yola çıkarak şiirler kaleme aldılar. Özellikle, 60-80`lı yıllar Azerbaycan ve Özbek şiirinin ortak özelliklerini kıyaslarken bu şiirimsi etkini açıkça görebiliriz. Bahtiyar Vahabzade sanatının etkisinde gelişen Azerbaycan ve Özbek sanat ilişkileri çağdaş şiirin ortak özellikleri oluşturmakla genel Türk Şiirinin yeni aşamasını oluşturdu.

Anahtar Kelimeler: Azerbaycan, Özbek, Sanat İlişkileri, Milli, Bahtiyar Vahabzade

ABSTRACT

The paper is about the effect of the great Azerbaijani Bakhtiyar Vahabzadeh's (1925-2009) creation, works and literary translation activity to the Uzbek literary environment, and his role in the public opinion of the Uzbek people during the Soviet period. Bakhtiyar Vavabzadeh's poetry has great importance both in translation and in idea-theme parallels from the point of view of harmony, in Uzbek literature. Bakhtiyar Vahabzadeh, Rauf Parfi, Jamal Kamal, Abdulla Aripov, Khalil Rza Uluturk, Erkin Vahidov are poets who play important role in awakening of national spirit, in protection of the homeland from the effects of the known system, and in strengthening of national identity by the poems. B. Vahabzadeh and the well-known representatives of the 1960`s Azerbaijan and Uzbekistan, in the 80s poets` works with the same theme, content, idea works, parallels and soundings in national themes reveal the artistic effect of Bakhtiyar Vahabzadeh creation. These parallels have combined the evolution of the poetry of the Azerbaijani and Uzbek peoples, and have led to the awakening, liberation of literature in general literature. These parallels by the combining the common developmental features of the poetry of the Azerbaijani and Uzbek peoples, led to the awakening, and the liberation stage of the common turkish literature.

Keywords: Azerbaijan, Uzbek, literary links, national, Bakhtiyar Vahabzadeh

АНАЛИЗ НЕКОТОРЫХ ФРАЗЕОЛОГИЧЕСКИХ ЕДИНИЦ В ПРОИЗВЕДЕНИИ Ч. АЙТМАТОВА НА МАТЕРИАЛЕ КЫРГЫЗСКОГО, РУССКОГО И АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКОВ

Назаракунов Өмүрбек Үсөнович

Преподаватель, Ошский гуманитарно-педагогический институт

Фразеологизмы - это более красочная сторона любого языка. Фразеологизмы отличаются своим эмоциональным окрасом. В них находят мысли и культура. Однако, нельзя забывать, что главная цель фразеологизмов это все же передача информации. Оба этих аспекта являются причиной того, что переводом фразеологических единиц занимаются лучшие лингвисты мира. Данное направление лингвистики представляет особую важность в науке перевода. Быть писателем – это творчество, а творчество всегда основано на эмоциях, фразеологизмы помогают автору выразить желаемые эмоции на бумаге, без них автор не способен написать, а переводчик перевести ни одно художественное произведение. Толковый словарь Ушакова определяет фразеологию, как «Совокупность устойчивых оборотов речи и выражений, свойственных данному языку» [4].

Фразеология (от греч. выражение и учение) - раздел теоретической лингвистики, изучающий устоявшиеся в речи обороты и выражения, так называемые фразеологические единицы [2]. Мнения лингвистов о способах правильного перевода художественных текстов с языка оригинала расходятся. Одни считают, что фразеологизм, использованный автором, необходимо выражать иначе при переводе (как это делал А. Пушкин). Вторые придерживаются мнения отом, что порой нужно отдалиться от выражения для того, чтобы быть более точным, другими словами сохранить смысл, хотя это, возможно, и приведет к отличиям от оригинала (как это делал Н. Гоголь). Третьи утверждают, что не нужно переводить конкретные выражения, слова или даже сам смысл выражения. Главная цель - передать чувства, впечатления, задуманные автором (А. Толстой). Последняя группа призывает переводить путем передачи эмоций, например позитивных - смехом, улыбкой и т. д. (К. Чуковский).

Фразеология не так давно стала считаться независимой лингвистической дисциплиной. Вследствие чего до сих пор не существует единого мнения о вопросах ее изучения. Мнения лингвистов расходятся о способах изучения фразеологии. Даже в наше время методы изучения данной дисциплины проработаны не в достаточной мере. У ученых-лингвистов не существует общепринятого термина - фразеологизм. Соответственно не представляется возможным прийти к единству взглядов на классификацию, т.е. какие единицы должны входить в состав фразеологизмов, а какие нет. Теперь рассмотрим разные мнения: некоторые лингвисты (Л. Смит, В. Жуков, В. Телия, Н. Шанский и др.) считают, что нельзя исключать из состава фразеологии любые устойчивые сочетания. Следующие (Н. Амосова, А. Бабкин, А. Смирницкий и др.) – полагают, что к составу фразеологии можно относить только некоторые группы устойчивых выражений. Так, например, множество исследователей (в том числе и В. Виноградов) не относят, из-за их семантической и синтаксической структуры, такие устойчивые сочетания, как пословицы и поговорки. По их мнению, они имеют слишком много отличий от других фразеологизмов. В. Виноградов утверждал: «Пословицы и поговорки имеют структуру предложения и не являются семантическими эквивалентами слов» [3].

Выдающийся писатель кыргызского народа Ч. Айтматов в своих произведениях широко использует фразеологическое богатство кыргызского языка. Приемы использования фразеологических единиц с позиций автора, предназначенных для создания речевых портретов персонажей, делает воспроизведение повестей, романов Ч.Айтматова на тот или иной язык сложной задачей. Разработка проблемы перевода фразеологической единицы на материале (кыргызского, русского и английского языков) может представлять ценнейший научно-исследовательский материал для более глубокого проникновения в специфику перевода с разноструктурных языков, которая определяется не только степенью не близко родственности исходного и переводимого языков, но и характером тесного контактирования различных культур.

Литература:

1. Баранов А.Ю., Добровольский Д.А. «Основы фразеологии (краткий курс)» [cit. 01.04.2015].
2. Влахов С.И., Флорин С.П. «Непереводимое в переводе. 5-е изд.» Издательство: Р. Валент (2012).
3. Виноградов В. В. «Об основных типах фразеологических единиц в русском языке». Издательство: Наука, - 1986, - С. 243.
6. ПАТАЕВА Т. Г. «Семантические типы фразеологизмов в бурятском и английском языках» ВЕСТНИК.
4. Ушаков Д.Н. «Толковый словарь русского языка» [online] [cit. 01.04.2015] Доступен: <http://ushakovdictionary.ru/>
5. Шанский Н. М. «Лексика и фразеология русского языка: Пособие для студентов-заочников факультетов русского языка и литературы педагогических институтов», Издательство: Учпедгиз, (1957).

DÜNYA’NIN ORTASINDAN ÇIKAN GELENEKSEL LEZZET: PEYNİR BAKLAVASI
TRADITIONAL FLAVOUR RISING FROM THE MIDDLE OF THE EARTH: PEYNİR
BAKLAVASI

Yıldız ÜNLÜ

Yüksek Lisans Öğrencisi, Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Gastronomi ve
Mutfak Sanatları Anabilim Dalı

Hatice Ferhan NİZAMLIOĞLU

Prof. Dr. Necmettin Erbakan Üniversitesi Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü

ÖZET

Türk mutfağı tatlı konusunda çok geniş yelpazesi olan bir mutfaktır. Her yöresinin de kendine özgü birçok tatlı çeşitleri vardır. Bu tatlılar da bir bakıma o yörenin özelliklerini yansıtır, tanınırlığını etkilemektedir. Ancak bazı tatlılarda ismini duyduğumuzda direkt en meşhur olduğu yeri söyleyebiliriz. Örneğin; baklava deyince aklımıza Gaziantep, künefe deyince Hatay gelmektedir. Fakat sadece yapıldığı yörede meşhur olup, reklamı yapılmayıp ve sektörel pazara sürülmediğinden varlığını bilmediğimiz birçok tatlı çeşidimiz vardır. Bunlardan biri de Konya’nın Akşehir ilçesinde yapılan geleneksel lezzet olan; “Peynir Baklavası”dır. Hem baklava olup hem içerisinde peynir bulunan bu tatlının yapılışı, kullanılan malzemeleri ve varlığı çok bilinmemektedir. Bu yüzden yaptığımız çalışmada görüşme tekniği kullanılarak peynir baklavasının geleneksel üretim tekniklerinin tespit edilmesi amaçlanmıştır. Bu konunun da araştırma tekniği taşıyan ilk çalışma olması, hem de peynir baklavasının tanınırlığının artması ve geleneksel gıdaların belirlenip, korunması açısından son derece önemlidir.

Anahtar Kelimeler: Peynir Baklavası, Geleneksel gıda, Tatlı kültürü

ABSTRACT

Turkish cuisine is very varied in terms of dessert. Each region also has many different sweet varieties. These desserts, in a way, reflect the characteristics of that region and affect its recognition. But, even when we hear the name of some desserts, we can directly say where it is most famous. For example, when we say baklava, Gaziantep comes to our mind, and when we say künefe, Hatay comes to our mind however, there are many types of desserts that we do not know because they are known only in the region they produce, they are not advertised and are not presented in the sectoral market. One of them is “Peynir Baklava” a traditional flavor made in the Akşehir district of Konya. The ingredients and existence of this dessert, which is both baklava and has cheese in it, are very unknown. Therefore, our study aimed to determine the traditional production techniques of cheese baklava using interview technique. The fact that this subject is the first study carrying the research technique is very important both in terms of increasing the recognition of cheese baklava and determining and preserving traditional foods.

Keywords: Peynir Baklavası, Traditional food, Dessert culture

GİRİŞ

Yeme içme aktivitesi ve mutfak kavramı bir milletin kültür düzeyinin belirlenmesinde önemli bir ölçüt olmuştur. Yüzyıllar boyunca değişik coğrafi bölgelerde, farklı devlet, millet ya da kavimlerle etkileşim halinde olan Türkler, kendine has tatların ortaya çıktığı zengin, lezzetli ve bir o kadar da çeşitli bir yemek kültürüne sahip bir ulus olarak varlığını sürdürmektedir. Bu zengin mutfak kültürünün menüsünde bulunan, tatlı deyince akla gelen ürünlerden birisi de baklava olmuştur (Eliacıoğlu, 2012:1-9).

Baklava, başta Türkler ve Yunanlılar olmak üzere, Orta Doğu, Doğu Akdeniz, Balkanlar ve Kafkaslardaki birçok ulusun kültür mirası olarak gördüğü tatlıdır. Eski Türkçe’de “baklağı, baklağı” olarak geçmektedir. Genel özellikleri itibariyle de baklava, çok ince yufkadan yapılarak arasına kaymak, fıstık, leblebi, ceviz, badem vb. ürünler konulup pişirilen ve üzerine şerbet dökülen bir tür tatlı” olarak tanımlanmaktadır (Yerasimos, 2005: 279).

Baklava zaman içerisinde belirli bir tanımla yapılmış kalıbından çıkıp her yörede farklı tarzda yapılmaya başlanmıştır. Her bölge elindeki ürünleri kullanarak baklavanın çeşitlerinde artışa neden olmuştur. Fakat

bu baklavalar Gaziantep'in bir cevizli, bir fıstıklı baklavası kadar varlığını gün yüzüne çıkaramamış, sadece bulunduğu bölgede varlığını sürdürmeye devam etmiştir. Böyle durumların sebebi ise ülkemizde geleneksel ürünlerin bolluğu ama akademik alanda çalışmaların eksik olmasıdır. Bu bağlamda fazla sayıda olan geleneksel gıdalarımızın araştırılması, tanımlanması ve kayıt altına alınarak korunması önemli bir gerekliliktir (Cumhur, 2018:153).

Ülkemizin peynir çeşitliliği, peynirin tatlılarda da kullanılmasına olanak sağlamıştır. Anadolu'da bölge ve yörelere özgü çeşitli peynirli tatlılar bulunmaktadır; Peynir helvaları, hoşmerim, Künefe ile Kemalpaşa tatlısı, Hayrabolu tatlısı, Biga tatlısı ve lor tatlısı gibi isimlerle yöreselleşmiş peynirli hamur tatlıları, bu çeşitliliği oluşturan parçalardır (Ulu, 2019: 39).

Bu çalışma, geleneksel bir gıda olan fakat tanınırlığı bölge dışına çıkamamış bir lezzet "Peynir Baklavası" üzerinedir. Peynir baklavası Konya'nın Akşehir ilçesinde geleneksel yöntemlerle yapılan bir tatlı türüdür. İçerisinde bulunan peynirden dolayı Hatay'ın künefesine benzerlik düşünülse bile lezzet ve üretim şekli bakımından tamamen farklılık göstermektedir. Bu çalışmayla da geleneksel bir ürün olan peynir baklavasının üretim ve tüketim şeklinin kayıt altına alınması, tanıtılması ve gelecek kuşaklara aktarılacak unutulmaması amaçlanmıştır.

ARAŞTIRMA VE BULGULAR

Araştırma kapsamında geleneksel bir ürün olan peynir baklavası ve üretimiyle ilgili bilgiler iki aşamada ortaya çıkmıştır. İlk aşama nitel araştırma yöntemlerinden görüşme tekniğidir. Bu doğrultuda Akşehir'de peynir baklavasının kuşaktan kuşağa yapımını bilen 50-96 yaş aralığında olan kaynak kişi olma özelliğinde olabilecek kadın ve erkek bireylerle ve ticari olarak baklavayı üreten işletme sahipleriyle görüşülmüştür. Görüşmeler bireysel olarak yaklaşık 30 dakikalık süre zarfında yapılmıştır. Kişilere Tablo 1 ve 2'deki sorular sorulurken görüşme sırasında hazırlanan sorulara ek olarak konu dışına çıkmadan detaylandırmaların yapılması istenmiştir. İkinci aşamada ise çalışmanın üretim aşamaları gözlemlenip, üretim fotoğraflararak kayıt altına alınmıştır.

Tablo 1. Peynir Baklavasını geleneksel yolla üreten ticari satışını yapmayan kişilere sorulan sorular.

Tatlının bir hikayesi var mı? Özel günlerde mi yapılır? Tatlı yapımını nasıl kimden öğrendiniz? Kaç senedir bu tatlıyı yapıyorsunuz, üretiyorsunuz? İçerisine ne tür peynir kullanıyorsunuz? Belli bir reçetesi var mı? Malzemeleri nelerdir?
--

Tablo 2. Peynir Baklavasını geleneksel yolla üreten ticari satışını yapan işletme sahiplerine sorulan sorular.

Ne zamandır tatlının üretimini yapıyorsunuz? Sizce peynir baklavası hak ettiği değeri görüyor mu? Peynir baklavasına insanların ilgisi ne yönde, talep var mı? Pazara nüfuz edebilmek adına üretiminde yeni teknikler geliştirdiniz mi?
--

Çalışmada, bireysel görüşmelerde her bir soruya verilen cevaplar benzerliklerine göre sentez edilip yorumlanmıştır.

Hikayesi

Geleneksel gıdaların geldiği köken çoğunlukla antik tarihte kaybolur. Yaşam şekli, ekonomik koşullar ve kültür, yıllar boyunca geleneksel gıdaların gelişimini etkilemiştir (Ötleş ve ark., 2016: 85-98). Peynir baklavasının durumu da bu şekildedir. Tarihiyle ilgili yazılı bir kaynağı yoktur. İlk kim tarafından yapıldığı niçin ceviz, fıstık gibi ürünler yerine peynir kullanıldığı kesin olarak söylenmemektedir. Fakat katılımcıların verdiği bilgiler doğrultusunda "Peynir baklavasının 100 yılı aşkın süredir yapılan bir tatlı olduğu, içerisine de ceviz yerine peynir konmasının sebebi ise cevizin ekonomiye kazandırılıp evlere gelir getirmesi istenmiştir. Eskiden çoğu insan da hayvancılıkla uğraştığı için herkesin evinde süt ve o süttten yapılan peynirler bulunmaktaydı. Böylelikle baklavanın içerisine kullanılan cevizden daha az maliyetli olacağından bu tür ürün kullanımına geçilmiştir. Peynir baklavası eski zamanlarda evlerde her zaman yapılan bir tatlı değildir. Kız isteme merasimlerinde, bayramlarda, düğünlerde ve en önemlisi de

şehir dışından gelecek misafirlere özel olarak yapılan bir tatlıdır.” gibi hususlardan bahsedilmiştir (Akbulut, 2019; Candan, 2019; Güleray, 2019; Güvendik, 2019).

Yapılışı

Peynir baklavasında kullanılacak olan peynir son derece önemlidir. Tamamen doğal fabrikasyondan uzak, el yordamıyla yapılan %100 saf, katkısız inek sütünden geleneksel yöntemlerle hiçbir katkı maddesi içermeyecek şekilde üretilen tuzsuz taze beyaz peynir kullanılmalıdır. Peynir tuzsuz olduğu için yapılıp yapılmaz tüketilmesi gerekir (Candan, 2019; Tunar, 2019).

Taze peyniri yapmak için ilk olarak süt pişirilir ama sütün çok sıcak olmamasına dikkat edilmelidir. Sonrasında içerisine peynir mayası ilave edilir. Maya ilave edilen süt durmadan karıştırılarak kaynatılır. Süt kaynadıkça peynir suyuna dönüşmektedir ve yüzeyinde beyaz kümecik halinde peynir parçacıkları topaklaşmaya başlar. Topaklaşma bittiğinde suyun üzerinde toplanan bu parçacıklar peynir kepçeleriyle toplanarak süzmek için temiz bir beze doldurulur. Bezin içerisine alınan peynirler hiç suyun kalmadığından emin olunduktan sonra tüketilir (Akbulut, 2019; Tunar, 2019; Ünlü, 2019).



Şekil 1. Tuzsuz taze peynir

Standart Peynir Baklavası Reçetesi

Malzemeler:

- 700 gr un
- 2 adet yumurta
- 1 su bardağı süt
- ½ limon suyu
- 1 fincan sıvı yağ
- 1 çay kaşığı tuz
- 400 gr buğday nişastası
- 800 gr tuzsuz taze peynir
- 500 gr tereyağı
- Şerbet için;*
- 1,5 kg şeker
- 1 lt su
- 2 çay kaşığı limon suyu

Malzemelerle yumuşak kıvamlı bir hamur hazırlanır. Hamurdan 14 adet beze yapılıp ve hamur 2-3 saat dinlenmeye bırakılır. Sonrasında dinlenen hamurlar buğday nişastasıyla beraber açılır. Fırın tepsisine açılan ilk 7 kat hamur yerleştirilir. Peynirler ufalanarak hamurun üzerine eşit bir şekilde serpilir ve diğer 7 kat hamur da peynirlerin üzerine yerleştirilir. Baklava büyük kareler olacak şekilde kesilir. Tereyağı ve sıvı yağ bir tencereye alınıp eritilir. Sonrasında kesilen baklavalara eşit bir şekilde yağ gezdirilir. Önceden ısıtılmış fırında 200 derecede pişirilir. Yaklaşık 20-25 dakika pişirme süresi vardır. Şerbeti de baklava fırındayken kaynatılır ve soğutulur. Fırından çıkarılan baklavaya soğuk şerbet dökülerek servis yapılır. Bu peynir baklavasını diğer baklavalardan ayıran en önemli özelliği sıcak

olarak tüketilmesidir. Soğuk tüketildiğinde içerisinde bulunan peynir sertleşip, baklavanın lezzetini etkilemektedir (Akbulut, 2019; Candan, 2019; Güvendik, 2019; Ünver, 2019).

Şekil 2. Üretimi yapılan Peynir baklavasının fotoğrafları



2.1



2.2



2.3



2.4



2.5 2.6



2.7



2.8



2.9



2.10



2.11



2.12



2.13



2.14

Yöresel ürünlerin coğrafi işaret ile tescillenip markalaşarak üretiminin yapılması ve bu ürünlerin tanıtılması, kültürel değerlerimizin korunması açısından önemlidir. Akşehir peynir baklavası da 2018 yılında Türk Patent Enstitüsü tarafından coğrafi işaretli ürün olarak tescillenmiştir. Peynir baklavasını ticari olarak üreten belediye ve işletme sahipleri bu geleneksel lezzetin tanınırlığının henüz genele yayılmadığını, Akşehir halkı tarafından sevilen bir tatlı olduğunu fakat dışarıdan gelen insanların sadece Akşehir’de ne yenilebilir sorusuna cevap ararken Peynir baklavasının varlığını öğrendiklerini belirtmişlerdir (Doğancı, 2019; Güvendik, 2019; Kılınç, 2019).

Bazı işletme sahipleri peynir baklavasıyla ilgili çalışmalarını sürdürmekte olup, pazara nüfuz ettirebilmek adına girişimlerde bulunmaktadır (Güvendik, 2019). Bu amaçla sektörde rol alan üretici, perakendeci, toptancı ve sanayici ürünün gelişmesine katkıda bulunmalı ve beraber çalışmalıdırlar.

SONUÇ

Ülkemizde birçok geleneksel lezzette olduğu gibi Peynir baklavası da varlığından çok söz ettiremeyen bir üründür. Üzerinde yapılan çalışmaların yetersiz olmasından dolayı içinde bulunduğumuz zaman dilimi içerisinde hak ettiği yerlere ulaşamamıştır. Akademik alanda yapılan ilk çalışma özelliğini bu araştırma göstermektedir. Geleneksel ürünler için bu gibi çalışmalara her zaman yer verilmeli, ülkemizin zenginlikleri daha da gün yüzüne çıkartılmalıdır. Dünya’ya tanıtılmalıdır. Peynir baklavası için de reklam çalışmaları düzenlenip ilk olarak ülke çapında tanınırlığı artırılmaya gidilmelidir. Pazara satışının sunulması için de teknolojiye yararlanılarak çalışmalar yapılmalı, ürünün tüketim süresi arttırılmalıdır. Bu sayede ihraç edilebilmesine olanak sağlanabilecektir.

KAYNAKÇA

- Akbulut G, (2019, Kasım 21), “Peynir Baklavası Yapımı”. (Y. Ünlü, Röportaj Yapan), Konya, Akşehir, Yazla Mahallesi.
- Candan A, (2019, Kasım 19), “Peynir Baklavası Yapımı”. (Y. Ünlü, Röportaj Yapan), Konya, Akşehir.
- Cumhur Ö, (2018), “Geleneksel Bir Lezzet: Dartı”. International Gastronomy Tourism Studies Congress- Kocaeli University. s. 153.
- Doğancı Ş, (2019, Kasım 20), “Peynir Baklavası Yapımı”. (Y. Ünlü, Röportaj Yapan), Konya, Akşehir.
- Eliaçık M, (2012), International Journal of Social Science Volume 5 Issue 4, Baklavaname. p.1-9.
- Güleray M, (2019, Kasım 20), “Peynir Baklavası Yapımı”. (Y. Ünlü, Röportaj Yapan), Konya, Akşehir.
- Güvendik A, (2019, Kasım 23), “Peynir Baklavası Yapımı”. (Y. Ünlü, Röportaj Yapan), Konya, Akşehir.
- Kılınç A, (2019, Kasım 19), “Peynir Baklavası Yapımı”. (Y. Ünlü, Röportaj Yapan), Konya, Akşehir.
- Ötleş S, Özçelik B, Göğüş F. & Erdoğan F, (2016), "Traditional Foods in Turkey: General and Consumer Aspects", In: Traditional Foods: General and Consumer Aspects, Kristberg Kristbergsson and Jorge Oliveira (Eds.), New York: Springer, p. 85-98.
- Tunar R, (2019, Kasım 21), “Peynir Baklavası Yapımı”. (Y. Ünlü, Röportaj Yapan), Konya, Akşehir.
- Ulu EK, (2019), “Türk Mutfak Kültüründe Peynir Tatlıları”. AYDIN GASTRONOMY, 3 (1):37-42.
- Ünlü M, (2019, Kasım 22), “Peynir Baklavası Yapımı”. (Y. Ünlü, Röportaj Yapan), Konya, Akşehir.
- Ünver A, (2019, Kasım 21), “Peynir Baklavası Yapımı”. (Y. Ünlü, Röportaj Yapan), Konya, Akşehir.
- Yerasimos M, (2005), “500 Yıllık Osmanlı Mutfağı”. İstanbul: Boyut Yayıncılık, s.279.

SEBEN YEMEK KÜLTÜRÜ VE SÜRDÜRÜLEBİLİRLİĞİ ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA
A RESEARCH ON CULTURE AND SUSTAINABILITY IN SEBEN FOOD

Fatma İNCİ BOZKURT

Yüksek Lisans Öğrencisi, Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü,
(Sorumlu Yazar)

Melek YAMAN

Dr. Öğr. Üyesi, Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi Turizm Fakültesi
Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü

ÖZET

Seben yemek kültürüne geçmişten günümüze katkı sağlayan yemeklerin ve bu yemek kültürünün sürdürülebilirliğini tespit etmek amacıyla yapılan bu çalışmada nitel araştırma yöntemlerinden yüz yüze görüşme tekniğine başvurulmuştur. Bu çalışma kapsamında katılımcılara araştırmacılar tarafından oluşturulan yarı yapılandırılmış görüşme formu verilmiştir. Araştırmanın evreni Seben ilçesinde yaşayanlar olarak belirlenmiş, Seben ilçesi merkezinde bulunan "Keskinli Mahallesi" ve "Çarşı Mahallesi"nden rastgele örnekleme ile seçilen ve gönüllü olarak çalışmaya katılan 50 kişilik örneklem grubu ile çalışma yürütülmüştür. Katılımcıların verdiği cevaplar ses kaydı ve formlar aracılığıyla kayıt altına alınarak 69 tane yemek tarifi listelenmiştir. "Coş", "garalaıslaması", "acı mancar", "soğanlama", "miyana helvası", "suya atma", "kopma yapma ekmek", "tosmanagara helvası", "kül böreği", "şalgam galyesi" ve "gaydırma" yöreye özgü yemeklerden bazılarıdır. "Höşmeri hamuru", "hamur garması", "imik cortlatan (kedi batmaz)", "soğanlama", "suya atma hamur", "şalgam galyesi", "borana", "kül çöreği", "sütlü çorba" unutulmaya yüz tutmuş yemeklerdir. "Coş", "garalaıslaması", "acı mancar", "miyana helvası", "tosmanagara helvası", "gaydırma" yemeklerinin hala yapıldığı sonucuna ulaşılmıştır. Çalışmadan elde edilen bulgular sonucunda 27 kişi Seben yemek kültürünün devam ettiğini düşünmekte, 7 kişi devam etmediğini, 12 kişi ise kararsız olduğunu belirtmiştir. Elde edilen bulgular sonucunda yöreye özgü olarak bilinen yemeklerin fazla yapılan yemekler içerisinde yer almamış ve unutulmaya başlandığının göstergesi olmuştur. Bu çalışma Seben yemek kültürünün devamlılığı için önem arz etmektedir.

Anahtar Kelimeler: Yöresel Mutfak, Sürdürülebilirlik, Seben Yemek Kültürü

ABSTRACT

In this study, which was conducted in order to determine the sustainability of the dishes that contributed to Seben food culture from the past to the present day, this study was applied to face-to-face interview technique which is one of the qualitative research methods. In this study, the participants were given a semi-structured interview form formed by the researchers. The population of the study was determined as those living in Seben district, and the study was conducted with a sample of 50 volunteers who were randomly selected from "Keskinli neighborhood" and "Çarşı neighborhood" in Seben district center. The responses of the participants were recorded through audio recording and forms and 69 recipes were listed. "Coş", "garalaıslaması", "acı mancar", "soğanlama", "miyana helvası", "suya atma", "kopma yapma bread", "tosmanagara helvası", "kül pastry", "şalgam galyesi" and "gaydırma" are some of the specialties of the region. "höşmeri hamuru", "hamur garması", "imik cortlatan (kedi batmaz)", "soğanlama", "suya atma hamur", "şalgam galyesi", "borana", "kül çöreği", "sütlü çorba" are forgotten dishes. "Coş", "garalaıslaması", "acı mancar", "miyana helvası", "tosmanagara helvası", "gaydırma" dishes are still made. As a result of the findings obtained from the study, 27 people think that Seben food culture continues, 7 people do not and 12 people are undecided. As a result of the findings, the dishes known to be unique to the region were not included in the dishes that were made more frequently and it was an indication that they had started to be forgotten. This study is important for the continuity of Seben food culture.

Keywords: Local Cuisine, Sustainability, Seben Food Culture

1. GİRİŞ

Kültürel miraslar içine dahil edilen yerel yiyecekler yöre insanına ve çevreye sürdürülebilirlik kapsamında olumlu geri dönüşler sunmaktadır (Yaman ve Ayyıldız, 2018:1139). Günümüzde fizyolojik bir ihtiyaç olan yemek yeme eylemi ihtiyaçtan ziyade farklı bir deneyim elde etmek ve mutfak kültürünü tanımlamak için seyahat nedeni olmaktadır. Zengin bir yemek kültüründen ziyade bu yemek kültürünün sürdürülebilirliği de ön plana çıkmıştır (Karaca, Yıldırım ve Çakıcı, 2015:3).

Dünyada yiyecek içecek kültürüne verilen değer artmaktadır. Yemek kültürlerinin zenginliği ve çeşitliliği ülkelere fayda sağlamaktadır. Dünyada ki mutfaklardan biri haline gelmiş olan Türk Mutfağı ise en zengin mutfaklar arasındadır (Sormaz, 2017:160). Turistlerin seyahat kriterlerinden birini de sahip olunana kültürel değerler oluşturmaktadır. Mutfak kültürü çekiciliği bakımından bu değerler içerisinde yerini almaktadır. Türk mutfağının sahip olduğu mutfak kültürü de zengin kültürüyle dikkat çekmektedir. Bu dikkat çekicilik rekabet açısından önemli bir avantajı oluşturmaktadır (Girgin,2018: 793).

Farklı yörelerde kendine has yöresel yemeklerin sahibi olan bir İlde Bolu yöresidir. Tarihi ve turistik özelliklerinin yanı sıra yemekleri çeşitlilik göstermektedir. Özellikle Mengenli aşçılarıyla tanınan bu mutfak kültüründe Mengenli aşçıların ünü padişahlar dönemine kadar uzanmaktadır. Her yıl Eylül ayının ilk haftasında da Mengen'de Türkiye'nin tek "Aşçılık Festivali" düzenlenmekte ve yarışma, sergi, konser, panel, şov, spor karşılaşmaları gibi etkinliklerle devam etmektedir. Özellikle her yıl değişik türde bir şov yemeği hazırlanmaktadır (bolu.gov.tr, erişim: 2019).

SEBEN

Bolu İli'nin Mudurnu ilçesine bağlı bir bucak konumundayken 1946 da ilçe olan Seben eski bir yerleşim bölgesidir. Tarihte Roma, Doğu Roma, Abbasi, Selçuklu ve Osmanlı egemenliği altına girmiş olmakla birlikte Hitit, Frig, Lidya ve Persler tarafından da yönetilmiştir. Batı Karadeniz bölgesine giren Seben İlçesinde İç Anadolu bölgesi iklimi hâkimdir. Son yıllarda turizmde görülen canlılık etkisiyle yayla kültürünün önemi bölgede artmaya başlamıştır (Seben.bel.tr, erişim 2019).

Seben'in en önemli gelir ve geçim kaynağı meyvecilik ve hayvancılık olarak görülmektedir. Seben İlçesi'nde her yıl Ekim ayında Elma festivali, Hasat şenliği, hayvan ve emtia panayırı olmaktadır. Elma Festivalini içine alan Seben Panayırı genellikle 1 hafta ile 10 gün arasında devam etmektedir. Festival dahilinde en güzel elma yarışması yapılmaktadır ve akşam ses sanatçıları konser vermektedir. Hacet ve yayla bayramları da düzenlenen etkinlikler arasında yer almaktadır (Tunçay, 2018: 88-91).

SEBEN YEMEKLERİ

Seben ilçesinde "çiğerli tarhana çorbası", "kızılıklık tarhanası", "sütlü çorba", "nohutlu çorba" tüketilen çorbalar arasında sayılabilir. Ekmek türü olarak bazlama sofralarda yerini almaktadır. İlin genel özelliğini içinde barındıran Seben ilçesinde farklı mantar türleri bulunmaktadır. Bu mantarlar: "yarım kulak mantarı", "sanrak mantarı", "cincile mantarı", "tellice mantarı", "kulak mantarı", "kanlıca", "kum", "kayışkırın" olarak sayılabilir. Yabani ot sayısı az olmakla birlikte "acı mancar", "sızgıla" ve "sirken otu" bu kategoriye dahil edilir. Köy ve ilçe lezzetleri farklılık arz etmekle birlikte ilçenin tamamında "imik cortlatan", "soğanlı ekmek ıslaması" ve "kapama" görülmektedir. Çorbadan sonra "turp kavurması", "kurutulmuş taze fasulye yemeği", "kapuska", "patlıcan yemeği", "gelevür aşı", "manti" gibi yemekler tüketilmektedir. Tatlı türü sınırlı olan Seben ilçesinde özel günlerde "baklava" yapılmaktadır. "Tosmana Kara Helvası", "Kaymak Helvası" gibi helvalar tüketilmektedir. Mide hastalıkları ve ishal için "Kızılıklık Tarhanası Çorbası", "Üvez Ağacı Meyvesi", "Süt ve Bal Karışımı", "Çiğ İğde", kabak çekirdeği ve nohutun un haline dönüştürülmesiyle elde edilen "Kavut" kullanılmaktadır (Tuncer, 2017: 400-405).

Seben ilçesi Bolu Gibi zengin bir yemek kültürünü içinde barındırmaktadır. Kedi batmaz, ıslama, ıza bulguru pilavı, hoşmerim, coş, topal hoşafı Seben yemek kültürü içinde yer almaktadır. Kabaklı gözleme, gılı gılı yöresel lezzetler içinde bulunmaktadır (Tunçay, 2018: 118).

2. ARAŞTIRMANIN AMACI VE YÖNTEMİ

Seben yemek kültürüne geçmişten günümüze katkı sağlayan yemeklerin ve bu yemek kültürünün sürdürülebilirliğini tespit etmek amacıyla yapılan bu çalışmada nitel araştırma yöntemlerinden yüz yüze görüşme tekniğine başvurulmuştur.

Çalışma Seben İlçe Merkezinde bulunan iki mahallede yürütülmüştür. Bu mahalleler Keskinli Mahallesi ve Çarşı Mahallesi'dir. Çalışmanın evrenini bu iki mahalleden gönüllü olarak çalışmaya katılan 50 birey oluşturmaktadır. Sorular 23.06.2019-24.06.2019 tarihleri arasında görüşmecilere yöneltilmiştir. Görüşmeciler 3 yaş aralığına ayrılarak yemekler üzerindeki bilgileri sorgulanmıştır.

Bu üç yaş aralığı 65-74 "genç yaşlı" yaş grubu, 74-84 "yaşlı" yaş grubu, 85 ve üzeri "en yaşlı" yaş grubu olarak belirlenmiştir (hacettepe.edu.tr, erişim: 2019). Bu doğrultuda genç kesiminde 65 yaş altında "Genç" yaş grubunda bulunduğu çıkarımına ulaşılmıştır. Çalışmada görüşülen 50 kişiden 32 tanesi "genç", 9 tanesi "genç yaşlı" ve diğer 9 tanesi de "yaşlı" kategorisinde yer almaktadır.

Araştırma da durum çalışması yöntemi kullanılmıştır. Durum çalışmasının tarihsel süreç içinde 1960'lı yılların sonuna doğru kullanılmaya başlandığı görülmektedir. Güçlü veri arşivi için bir çok çalışmada bu yöntem benimsenmiştir. İstatistiksel genellemeler yapmak yerine analitik genelleme yapma imkanı sunmaktadır (Aytaçlı, 2012:1).

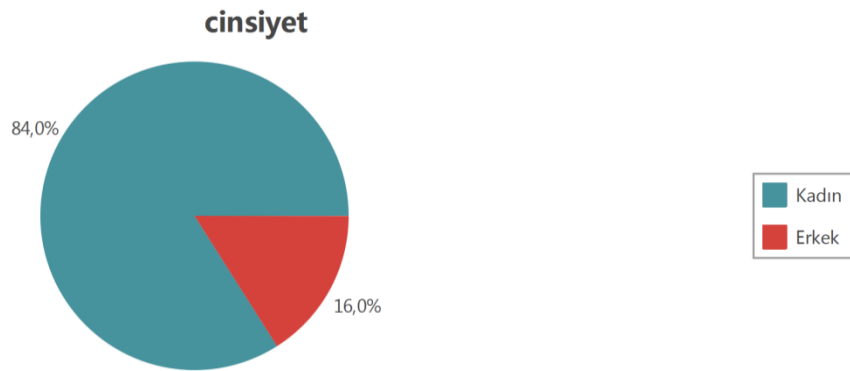
Veriler yarı yapılandırılmış görüşme tekniği ile toplanarak, ses kaydı, fotoğraf kayıtları analizi yapılmıştır. Yapılandırılmış görüşme tekniğine kıyasla daha esnek özellikler sunan bu teknikte araştırmacı sorular hazırlar ve bu sorulara görüşme anında yan yada ek sorular ekleyebilir. Sağladığı esneklik nedeniyle eğitim bilim araştırmalarına daha uygun olduğu düşünülmektedir (Türnüklü, 2000: 547).

Kullanılan görüşme tekniğinde görüşmecinin vermiş olduğu cevaplar neticesinde bazı sorular verdiği cevapların içinde bulunmasından dolayı yöneltilmemiştir. Bazı sorular eklenerek kişinin cevaplarını daha da açması sağlanmıştır.

3. BULGULAR

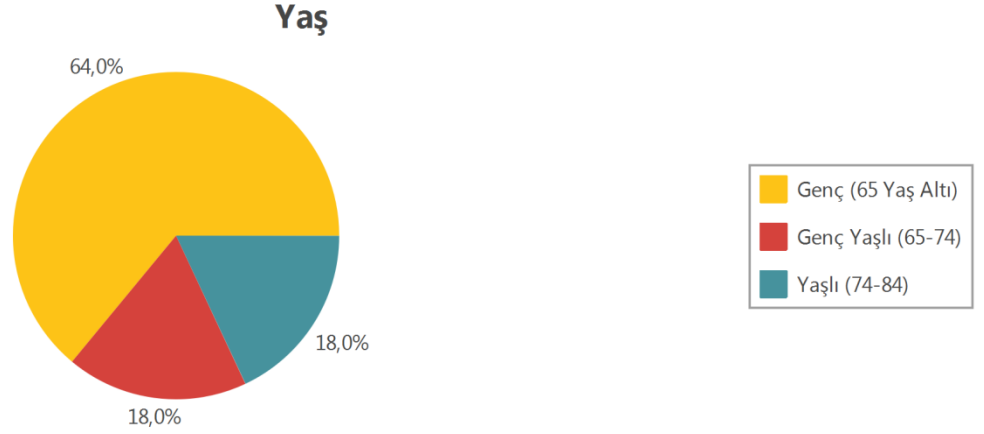
Bolu İli Seben İlçesinde yemek kültürünü belirlemek ve unutulmuş yemekleri tespit etmek amacıyla elde edilen bulgular 2 kategori altında incelenerek aşağıda sunulmuştur.

Demografik Özellikler ;



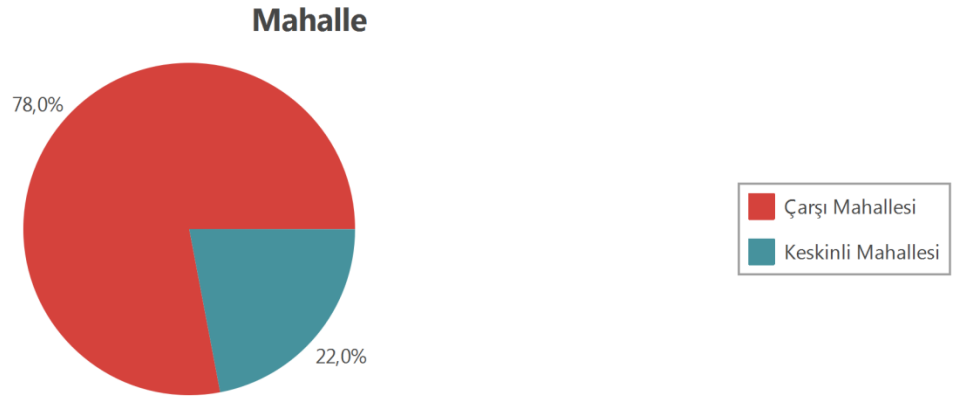
Grafik 1: Kişilerin Cinsiyet Dağılımı

Grafikte görüldüğü üzere 50 görüşmeciden 8 tanesi erkek, 42 tanesi kadın bireyi oluşturmaktadır. Kadın yüzdesi erkek yüzdesinden fazladır.



Grafik 2: Kişilerin Yaş Dağılımı

Grafik 2’de görüldüğü üzere kişiler 3 ayrı kategoriye ayrılmıştır. Genç (65 yaş altı) yaş aralığında 32 kişi, Genç Yaşlı (65-74) yaş aralığında) 9 kişi, Yaşlı (74-84) yaş aralığında 9 kişi bulunmaktadır.



Grafik 3: Kişilerin Yaşamış Oldukları Mahalle Dağılımı

50 kişiyle yapılan görüşmede keskinli mahallesinden 11 kişiyle, Çarşı Mahallesinden 39 kişiyle görüşme gerçekleştirilmiştir. Çarşı Mahallesiyle yapılan görüşmecilerin yüzde oranı %78 iken, Keskinli Mahallesiyle yapılan görüşmecilerin yüzde oranı %22’dir.

Seben Yemek Kültürü

1. Kaç yıldan beri Seben ilçesinde yaşıyorsunuz?

Yapılan görüşmelerden 31 tane ayrı tarih elde edilmiştir. 1941 yılı en uzak tarih olarak belirlenmiştir. İstatistik değerlerine baktığımızda ortalama 1984 senesinden beri kişiler Seben İlçesinde yaşamaktadır ve en yakın tarih 2018 olarak bulunmuştur.

‘yaşlı’ grubunda yer alan S22 buranın yerlisi olduğunu belirtmiştir ve en eski tarih olan 1941 senesinden bu yana Seben ilçesinde yaşadığı, 78 yaşında olduğu belirlenmiştir.

2018 yılından bu yana Seben ilçesinde yaşadığını belirten S7 şunları belirtmiştir:

‘Ben Seben’e yeni geldim daha 1 sene oldu. Köydeydim, solaklar köyüdeydim.’

2. Seben ilçesine özgü yöresel yemekler olduğunu düşünüyor musunuz? Bunları sayar mısınız? Görüşmecilere Seben yöresel yemekleri sorulmuş ve şu yanıtlar alınmıştır:

S1, S3, S5, S26, S31, S34, S42 ‘‘Coş (Çeleçöş)’’ yanıtını, S2, S4, S5, S8, S11, S17, S23 ‘‘Garalaıslaması’’ yanıtını, S2, S15, S36 ‘‘höşmeri’’ yanıtını, S2,S3, S5, S16 ‘‘Acı mancar’’ yanıtını, S3,S22, S32, S39 ‘‘Hamur garması’’ yanıtını, S9, S11, S17, S22, S27, S33, S34, S36, S41, S43, S49 ‘‘Kedi batmaz’’, S6, S11, S12, S18, S25, S26, S27, S34, S36, S38, S42, S43, S47, S49 ‘‘Kabaklı’’

yanıtını, S6, S7, S15, S48, S50 ‘‘Soğanlama’’ yanıtını, S9, S18, S23, S35 ‘‘Acem pilavı’’ yanıtını, S10, S11, S17, S18, S21, S26, S27, S36, S38, S42 ‘‘Cevizli Çörek’’ yanıtını, S11 ‘‘Papara’’ yanıtını, S12 ‘‘Çoban Helvası’’ yanıtını, S13, ‘‘Keşkek Çorbası’’ yanıtını, S15, S36 ‘‘Miyane Helvası’’, S15, S26, S30, S33, S39, S41 ‘‘Suya Atma Hamur’’, S16, S34 ‘‘Kül Çöreği’’ yanıtını, S17, S39 ‘‘Yağ Helvası’’ yanıtını, S17, S20 ‘‘Kelem dolması’’ yanıtını, S17, S28 ‘‘Paze’’ yanıtını, S19 ‘‘kopma yapma ekmek’’, S22, S37, S40 ‘‘İslama’’ yanıtını, S26 ‘‘İçli Katmer’’ yanıtını, S28 ‘‘Gara Helva’’, S28, S39 ‘‘Nişasta Helvası’’, S30, S34 ‘‘Saraylı’’ yanıtını, S31, S37 ‘‘Şalgam Galyesi (Şalgam yemeği)’’ yanıtını, S33 ‘‘Bulgur aşısı’’, S37 ‘‘Acı Pestil İslaması’’, S41 ‘‘Malak Makarnası’’, S43 ‘‘Kaymak Helvası’’, S43, S45 ‘‘Tosmanagara Helvası’’, S43 ‘‘Saray helvası (Çekme Helva)’’, S44 ‘‘Biberleme’’, ‘‘Fasulye Kuruşu’’, S46 Sırın (Koraçan) yanıtını vermiştir.

Yukarıdaki verilen cevaplardan Coş (Çeleçöş Hoşafı), Garalaıslaması, Höşmeri, Acı mancar, Hamur garması, kedi batmaz, kabaklı, soğanlama, acem pilavı, cevizli çörek, papara, çoban helvası, keşkek çorbası, miyane helvası, suya atma hamur, kül çöreği, yağ helvası, kelem dolması, paze, kopma yapma ekmek, ıslama, içli katmer, gara helva, nişasta helvası, saraylı, şalgam galyesi(şalgam yemeği), bulgur aşısı, acı pestil ıslaması, malak makarnası, kaymak helvası, toşmanagara helvası, saray helvası(çekme helva), biberleme, fasulye kuruşu, sırın (koraçan) olmak üzere 35 yemek ismine ulaşılmıştır.

Seben de en eski tarih olan 1941 senesinden beri yaşamakta olan S22 bu soruya şu yanıtı vermiştir:

‘‘ Kızım biz işte hamur garması deriz, kedi batmaz deriz. İşte unu önce suyunu kaynatırız tabi ununu eledikten sonra, suyu gayna unun şeyisini guyarız böyle üstüne gariştira gariştira gariştira yaparız, undan sonra onu keşinen cevzinen yaparız çıkarırız tabağa üstüne yağını dökeriz. İslamayıda biz kasap deden kasaptı biz her hayvanın yağlı kemiğinden gaynatıdık gaynatıdık kasap deden bazlamaçları biz ısıtıdık ortasından bide şüne yaradık unları iyice gevredi kızatıdık büne tepsiye tabağa doğraduk üstüne yağlı suyunu dökedik üne yinidi.’’

Verilen bu yanıtın hamur garması, kedi batmaz, ıslama, bazlamaç cevapları kabul edilmiştir. en yeni tarih olan 2018 yılından beri Seben’de yaşamakta olan S7 ise şu yanıtı vermiştir:

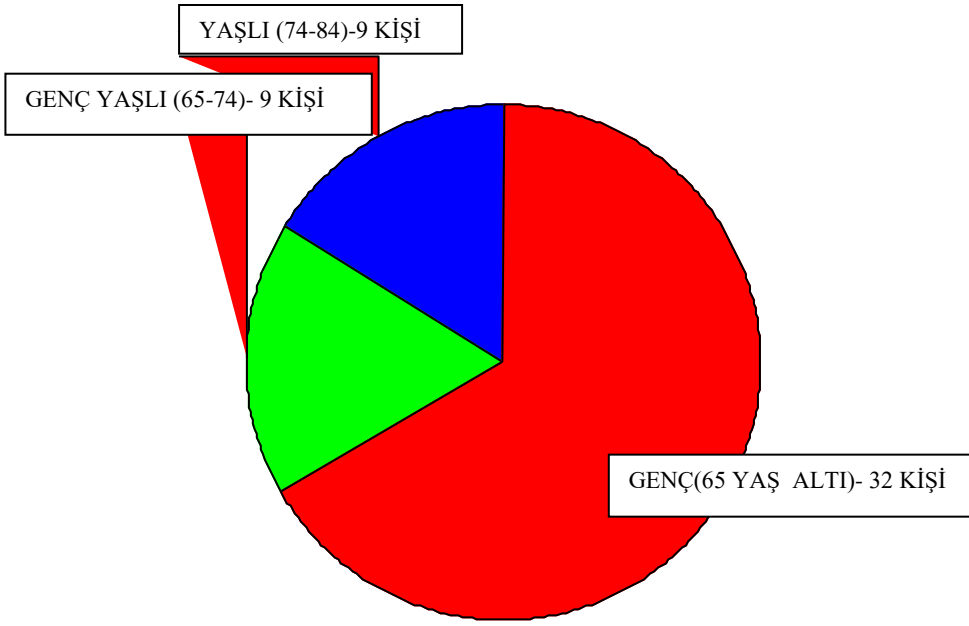
‘‘Ben düğüne ney gitmeyince fazla bilmiyon yemeklerini hani. Evde kendim ne yapasam bildiğimi yapıyon hani. Evde kendim her yemeği yaparın, soğanlamasından, pilavından her şeyinden bildiğim yemekleri yaparın.’’

S7’nin vermiş olduğu yanıtın Soğanlama, Pilav cevapları kabul edilmiştir.

Mutfak Kültürünün Sürdürülebilirliği

Görüşmecilere bu bölümde şu soru yöneltilmiştir:

1. Eskiden beri Seben yemek kültürünün devam ettiğini düşünüyor musunuz?



Grafik 4:Yemek Kültürünün Devamlılığı ve Yaş Dağılımı

Kişilere yemek kültürünün devamlılığı sorulmuştur. Genç kişilerden 16 kişi evet yanıtını, 4 kişi hayır yanıtını, 10 kişi kararsız kalmış, 2 kişi de cevapsız bırakmıştır. Genç yaşlı kişilerden 5 kişi evet yanıtını, 2 kişi hayır yanıtını, 1 kişi kararsız kalmış, 1 kişide cevapsız bırakmıştır. Yaşlı grubundan 6 kişi evet yanıtını, 1 kişi hayır yanıtını, 1 kişi kararsız kalmış, 1 kişi de cevapsız bırakmıştır. Toplamda 27 kişi "evet", 7 Kişi " hayır" yanıtını vermiştir.

S1, S2, S3, S4, S5, S6, S7, S8, S9, S12, S14, S15, S20, S21, S23, S24, S27, S31, S36, S37, S41, S43, S46, S50 Yemek kültürünün devam ettiğini düşünmektedir.

1941 senesinden bu yana Seben'de yaşamakta olan S22 bu soruyu cevapsız bırakmıştır. 1952 senesinden bu yana yaşamakta olan S47 şu yanıtı vermiştir:

"Etmiya gibi bi şey u yemekleri gençle şimdi hiç bilmiya. Biz gene ara sıra yaparız da yirüzde. Gençle bilmiyada yimiya da."

S47'nin vermiş olduğu bu cevap "hayır" olarak kabul edilmiştir. 1956 senesinden bu yana Seben'de yaşamakta olan S44 ise bu konu hakkında şu yanıtı vermiştir:

"Ara ara biz canımız iste yaparız. Gelen gençle onları beğenmezle. bu niymiş derlede yimiyverüle."

S44'ün vermiş olduğu bu yanıt neticesinde "kararsız" kaldığı kabul edilmiştir.

2. Bildiğiniz yemekleri ailenizdeki ve tanıdığınız çevredeki gençlerle paylaşıyor musunuz? Sizce gençlerin bu yemeklere ilgisi ne düzeydedir?

Sorulan bu soru neticesinde alınan cevaplar bakılacak olursa bilinen yemeklerin aktarılmasının gerçekleşmesi ve gençlerin ilgi düzeyleri belirlenmiştir. Genellikle verilen cevaplar neticesinde aktarımın sağlandığı ve gençlerin ilgi gösterdiklerini görüşmeciler belirtmiştir. "evet" veya "hayır"olarak cevaplar verilmediği için içerik analizi yapılarak bu sonuca ulaşılmıştır. Bu soruya verilen yanıtlardan bazıları şöyledir:

S2: “ Gençle ne bileyim bizden taa iyi biliyo gibi. Bilmiyoz ki gençle beğenmiyola şimdi bizim yaptıklarımızı. ”

S19: “ Paylaşırız unu, tabi kendimize göre yemeğimiz hep meşhurdur yani. ”

S24:” Gençle zati bize danışmıyo ki bizimkini beğenmiyola bile. Gençle bizimkini bilmiyo bizde gençlerinkini bilmiyoz. ”

S35: “ Tabi soran olursa paylaşırım. Soranlar tabi ilgili olanlar soruyor zaten onun haricinde işte gençler pek merakı olmuyor yemek konusunda. ”

S48:” Kendi aramızda paylaşıyoz, gelip gidenimizle. Pek sanman işte genç olupta evde gızım va, barı da gelip gidenim va. ”

S50:” İşte soran olusa böyle paylaşıyoruz, soran olmazsa paylaşmıyoruz kızım, gençle şimdi eskileri arıyola ama bulamıyola ki, yani şimdi hiç bi doğal bi şey kalmadı yani her şey ilaçlı olmaya başladı hiç doğal bi ürün galmadı. ”

Görüşmecilere eskiden yapımı olan fakat günümüzde unutulmaya yüz tutmuş yemekler olup olmadığı sorulmuştur. Bu soru neticesinde görüşmecilere göre unutulmaya yüz tutmuş yemekler olduğu belirtilmiştir fakat diğer verdikleri cevaplar neticesinde hala yapıldığı tespit edilen yemeklerde bulunmuştur:

1. Höşmeri hamuru
2. Kesme makarna
3. Manti
4. Hamur garması(imik cortlatan, kedi batmaz)
5. Soğanlama
6. Suyu atma
7. El el
8. Katmerli
9. Nişasta
10. Acem pilavı
11. Kaşığa atma
12. Paze
13. Turp kavurması
14. Uvmaç(ovmaç) çorbası
15. Keşkek, keşkek çorbası
16. Şalgam galyesi
17. Ekmek ıslaması
18. yumruktan çıkarma(malak makarnası)
19. borana, şalgam yemeği, şalgam turşusu
20. kapuska
21. acı pestil
22. garala ıslaması
23. kül çöreği
24. miyane
25. kabaklı
26. sütlü çorba

SONUÇ VE ÖNERİLER

Çalışmanın amacını Seben yemek kültürünü gün yüzüne çıkarmak ve bu yemek kültürünün sürdürülebilirliği açısından değerlendirmek oluşturmaktadır. Seben yemek kültürünü incelemek açısından sadece iki çalışmaya ulaşılmış olması bu konunun önemli olduğunu düşündürmüştür.

Yapılan görüşmelerde 96 yemek ismine ulaşılmış, 35 tanesi kabul edilmiş 34 tanesi gündelik hayatta yapıldığı ve diğer yörelerde farklı isimlerle barınıp isim değişikliği yaşasa da benzer olduğu fark edilip çıkartılmıştır. “Coş”, “garalaıslaması”, “acı mancar”, “soğanlama”, “miyana helvası”, “suya atma”, “kopma yapma ekmek”, “tosmanagara helvası”, “kül böreği”, “şalgam galyesi” ve “gaydırma” yöreye özgü yemeklerden bazılarıdır.”Höşmeri hamuru”, “hamur garması”, “imik cortlatan (kedi batmaz)”, “soğanlama”, “suya atma hamur”, “şalgam galyesi”, “borana”, “kül

çöreği”, “sütlü çorba” unutulmaya yüz tutmuş yemeklerdir. ‘Coş’, ‘garalasılaması’, ‘acı mancar’, ‘miyana helvası’, ‘tosmanagara helvası’, ‘gaydırma’ yemeklerinin hala yapıldığı sonucuna ulaşılmıştır. Yöre halkı yemeklerin devamlılığı konusunda devam ettiğini düşünmektedir. Fakat yapılan görüşmeler yaşlı kesimden insanlarla gerçekleştiği için bu sonuca ulaşıldığı düşünülmektedir. Özel günlerde gündelik hayattaki yemekler tercih edilmektedir.

Yemekler sözlü olarak tarif edilmekte bu tarifler yazılı hala dönüştürülmemektedir. Bu durum unutulmasına zemin hazırlamaktadır. Seben mutfak kültüründeki yemekler Gastronomi Turizmi için bir çekicilik unsuru oluşturabilir ve Slow- food kavramı dâhilinde bu ilçede çalışmalar yapılarak Seben ilçesinin Slow-Food adayı olarak gösterilebilir.

KAYNAKÇA

- AYTAÇLI, B. (2012). Durum Çalışmasına Ayrıntılı Bir Bakış. *Adnan Menderes Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi* , 1-9.
- Ayyıldız,S., Yaman,M. (2018). *Sürdürülebilir Turizm Kapsamında Gastronomik Kültürel Mirasın Önemi: Eflani Hindi Bandırması Örneği*, Atlas International Refereed Journal On Social Sciences, 4/13, 1139
- GİRGİN, G. K. (2018). Yerel Gıdaların Tüketilmesine Yönelik Turist Motivasyonlarının Ölçülmesi: Antalya’da Bir Uygulama. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* , 793.
- KARACA, O. B., YILDIRIM, O., & ÇAKICI, A. (2015). Girit Yemek Kültürü ve Sürdürülebilirliği. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies* , 3.
- KILINÇ, G. (2009). Bolu İli Seben İlçesi Ağzı. *Gazi Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi* .
- SORMAZ, Ü. (2017). Yöresel Mutfak Tanıtımında Yerel Restoranların Etkisi:Konya Örneği. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies* , 5 (2), 160.
- Tuncer, T. (2017). Seben . N. Doğan içinde, *Bolu ve Mutfak Kültürü* (s. 400-405). Bolu: Abant İzzet Baysal Üniversitesi.
- Tunçay, H. (2018). *Bolu'nun Saklı Cenneti Seben*. Seben Belediyesi Yayınları.
- Türnüklü, A. (2000). Eğitim Bilim Araştırmalarında Etkin Olarak Kullanılabilecek Nitel Bir Araştırma Tekniği: Görüşme. *Kuram ve Uygulama Eğitim Yönetimi* , 6 (4), 547.
- bolu.gov.tr. (tarih yok). Kasım 15, 2019 tarihinde <http://www.bolu.gov.tr/bolu-mutfagi> adresinden alındı
- hacettepe.edu.tr. (2018). Ekim Pazar, 2019 tarihinde <http://www.halksagligi.hacettepe.edu.tr/duyurular/halkayonelik/yasli2018.html> adresinden alındı.
- seben.bel.tr. (2019). *İlçemizin Tarihi*. Ekim 27.10.2019, 2019 tarihinde [seben.bel.tr: https://seben.bel.tr/seben/ilcemizin-tarihi](https://seben.bel.tr/seben/ilcemizin-tarihi) adresinden alındı
- seben.bel.tr. (2019). *Seben Hakkında*. Ekim Pazar, 2019 tarihinde [seben.bel.tr: https://seben.bel.tr/seben/seben-hakkında](https://seben.bel.tr/seben/seben-hakkında) adresinden alındı

VAKIF KÜLTÜRÜNDE HELVA
HALVA IN TRUST CULTURE

Dr. Mutlu ÖZGEN

Dr. Nilgün ÇEVİRİMLİ

ÖZET

Bilindiği üzere Türk ve İslam toplumunda ortaya çıkan ve Osmanlılar Döneminde zirveye ulaşan vakıf kurumu, toplumda eğitimden sağlığa bütün alanları kapsayan bir hizmet ağı oluşturmuştur. Özellikle açların doyurulması verilen yemeklerin türleri, miktarları, yemek verilen kişiler temel hayır hizmetlerinin kapsamındadır. İmaret, tekke, medrese, mektep ve zaviye gibi kurumlarda tatlı olarak sunulanların başında -zerde ve aşurenin yanı sıra- helva gelir. Helva, bir tatlı olmasının yanında özel günlerde pişirilmesi helvaya törensel bir kimlik ve işlev katmaktadır. Kültürümüzde helvaya duyulan ilginin dini nasrlara dayandırıldığı görülür. Anadolu'da helva pişirme geleneği, Âdem peygamber dönemine kadar götürülür. Tasavvufi açıdan ifade ettiği anlam sebebiyle de helva yapımına tarikatların tekke ve dergâh mutfaklarında ayrı bir ehemmiyet gösterilmiştir. Başta Hz. Mevlâna olmak üzere pek çok tasavvuf ehli eserlerinde helvadan sıkça bahsetmiştir. Tasavvufta helva, sabrın en önemli nişanelerinden biri olarak tarikat mutfağının tatlarından biri olmuştur. Nefsini terbiye etmek, hamken pişmek için bu yola giren dervişlerin tasavvufi açıdan geçirmiş oldukları eğitim süreci ile helvanın yapım aşamasındaki kavrulma vb. süreçler pek çok tarikat tarafından eşdeğer tutulmuştur. Tasavvuf eğitimi başarı ile tamamlayan dervişlere dergâhta helva kavurtulması da sabrın beratı olarak görülmüştür. İmaret, tekke, medrese, mektep ve zaviye gibi mekanlarda helva ve helvanın yapımına gösterilen önemin, vakfiyelerin bir kısmına hüküm olarak girdiği görülmektedir. Bu çalışmada, Vakıflar Genel Müdürlüğü Arşivinde bulunan 13. 19. Yüzyıllara ait vakfiyeler üzerinde yapılan araştırmada, helva yapımında kullanılan malzemeler, vâkıfların helva için ayırdığı tahsisatlar, helva türleri ve yaygın olarak pişirildiği bölgeler açısından vakıf kültüründe helvanın önemi vurgulanarak vakfiyelerden kısım örnekleri ile pekiştirilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Tatlı, Helva, Tasavvuf, Dergâh, Vakıf, Vakfiye

SUMMARY

As it is known, the trust institution which was founded in Turk and Islam society and reached its peak in Ottoman Era created a service network that covers all areas in the society from education to health. Especially, feeding the hungry, the types, amount of food given, the people that the foods are given are within the scope of charity services. Halva - aside from saffron and rice dessert and Noah's pudding - is the main dessert that is provided in institutions such as soup kitchen, dervish lodge, madrassah, school and zawiya. Halva, aside from being a dessert, being cooked on special days, gives it a ceremonial identity and function. It is seen that the interest shown to halva in our culture is based on religious dogmas. Tradition of cooking halva in Anatolia goes back to Prophet Adam era. Also due to its sufistic meaning, a special importance is shown to making halva in cult, dervish lodge and islamic monastery kitchens. Many sufistic master, especially His Holiness Mevlâna, mentions halva in their works often. Halva in sufism became one of the tastes of cult kitchen as one of the most important signs of patience. The training periods that dervishes go through in sufism to tame their desires, to cook when they are raw and the roasting etc. processes in the making of halva perceived as equal by many cults. Roasting halva at dervish lodge to dervishes who successfully complete their sufic training also seen as certificate of patience. Halva and the care shown to making halva in places such as soup kitchen, dervish lodge, madrassah, school and zawiya are seen as entering to some foundation certificates as decree. In this study, in the research made on foundation certificates from 13th, 19th Century in the Archive of General Directorate for Foundations, the importance of halva in trust culture is highlighted and reinforced with samples from foundation certificates in terms of the materials used for making halva, allowances that trusts put aside for halva, types of halvans and regions that they are commonly cooked.

Key Words: Dessert, Halva, Sufism, Dervish Lodge, Trust, Foundation Certificate

GASTRONOMİ TURİZMİ BAĞLAMINDA RİZE İLİNDE YEMEKLERDE KULLANILAN
OTLAR ÜZERİNE BİR ÇALIŞMA
A STUDY ON HERBS USED IN FOOD IN RIZE PROVINCE WITHIN THE CONTEXT OF
GASTRONOMY TOURISM

Gültekin ÇALIŞKAN

Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi

Dr. Öğretim Üyesi Gülsün YILDIRIM

Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi/Turizm Fakültesi

Dr. Öğretim Üyesi İsmail ŞENKARDEŞ

Marmara Üniversitesi/ Eczacılık Fakültesi

ÖZET

Dünya da gastronomi turizmine olan ilgi her geçen gün artmaktadır. Her geçen gün turizm faaliyetlerinin artması bu süreci tetiklemekte ve hızlandırmaktadır. Bu bağlamda Türk mutfağı ele alındığında zengin mutfak kültürü içerisinde otların kullanımı da oldukça yaygındır. Farklı bölgelerin farklı olanaklarından doğan bu zenginlik, ülkemizin gastronomi turizmi bağlamında ürün çeşitliliğini de oldukça artırmaktadır. Bu çalışmada, Karadeniz bölgesi içerisinde yer alan Rize iline ait ot envanterinin derlenerek yemeklerde kullanım durumlarının tespit edilmesi amaçlanmıştır. Literatür taraması olarak yapılan bu çalışmada Rize iline ait ot kullanımı araştırılmış ve yapılan çalışmaların çoğunluğunun tıbbi amaçlı ve ya genel bilgi aktarımı şeklinde olduğu ortaya çıkmıştır. Otların yemeklerde kullanımı ile ilgili yapılan çalışmalarda, herbaryum örnekleri ile ilgili bilgi yoktur. Elde edilen kullanılış bilgilerinin sadece görüşmeye dayalı olduğu, fakat bu bilgilerle bağlantılı herhangi bir bitki örneğinin toplanıp, teşhis edilip, herbaryum örneği haline getirilip, bir herbaryumda saklandığına dair bilgi yoktur. Bitkilerin Latince adlarının nasıl verildiği belli değildir. Buradan hareketle, otların gastronomi turizmi bağlamında kullanımı ile ilgili çalışmalarda özellikle botanik alanında uzmanlarla birlikte çalışmaların yapılması ve bu otların bilimsel anlamda daha geçerli tanımlamalarının yapılması gerekliliği sonucu ortaya çıkmıştır. Ayrıca Rize ili sınırları içerisinde yetişen otların yemeklerde kullanımı ile ilgili çalışmalar yapılırken öncelikle bu otların bilimsel anlamda tanımlanması gerekmektedir. Sonrasında yemeklerde kullanım durumları tespit edilerek bu otlardan yapılan ürünlerin bölgede hizmet veren işletmeler tarafından değerlendirilip bölgeye gelen ziyaretçilere sunulması için, bölge halkı ve bölgede ki turizm işletmeleri bu konuda bilinçlendirilmelidir. Bölgede faaliyet gösteren turizm işletmelerinin bu ürünlerin kullanımı ve gelen ziyaretçilere sunması konusunda teşvik edilmesi gerekmektedir.

Anahtar Kelimeler: Gastronomi Turizmi, Otlar, Etnobotanik, Rize

ABSTRACT

The interest in gastronomic tourism in the world is increasing day by day. The increase in tourism activities day by day triggers and accelerates this process. In this context, when the Turkish cuisine is considered, the use of herbs in the rich culinary culture is quite common. This richness in different regions also increases the variety of products in the context of gastronomic tourism of our country. In this study, compilation of grass inventory of Rize province in Black Sea region and determination of the usage of herbs in food are aimed. In this study conducted as a literature review, the use of herbs of Rize province was investigated and it was found that the majority of the studies were medical or general information transfer. There is no information about herbarium samples in studies on the use of herbs in food. In these studies, information obtained is based solely on negotiation, but there is no information about how the information about herbs is collected, identified, herbarium-sampled and stored in herbarium. It is not clear how the Latin names of plants are given. From this point of view, the studies related to the use of herbs in the context of gastronomic tourism have emerged a result of the necessity of working together with experts especially in the field of botany and making more valid scientific definitions of these herbs. In addition, during the studies related to the use of herbs grown in the province of Rize in food, these herbs should be defined scientifically. Then the use of food was determined

In order for the products made from these herbs to be evaluated by the enterprises serving in the region and presented to the visitors coming to the region, the people of the region and the tourism enterprises

in the region should be made aware of this issue. Tourism businesses operating in the region need to be encouraged to use these products and offer them to visitors.

Key Words: Gastronomic Tourism, Herbs, Ethno botany, Rize

SİNOP İLİ MUTFAK KÜLTÜRÜ ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA
A RESEARCH ON CUISİNE CULTURE IN SINOP

Yılmaz SEÇİM

Dr. Öğr. Üyesi Necmettin Erbakan Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Gastronomi ve Mutfak Sanatları,
(Sorumlu Yazar)

Nadide Afra GENÇ

YL. Öğr. Necmettin Erbakan Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Gastronomi ve Mutfak Sanatları

ÖZET

Farklı pek çok kültürü bünyesinde barındıran Türkiye, bu özelliği ile zengin bir mutfak kültürüne sahip olmuştur. Bu zengin ve çeşitli mutfak kültürü ekonomik yapı, tarihi olaylar, ekolojik çevre, coğrafi koşullar, gelenek, görenek ve yıllar boyunca süren kültürel etkileşimler sayesinde ortaya çıkmıştır. Türk mutfağı yörelere göre incelendiğinde Karadeniz bölgesi kendine özgü coğrafi yapısının, iklim şartlarının mutfak kültürüne yansıdığı görülmektedir. Karadeniz'in mutfak kültürü kendi içinde dahi farklılıklar gösterebilmektedir. Karadeniz bölgesinde yer alan Sinop mutfağı Karadeniz mutfağını temsil eden mutfakların başında gelmektedir. Sinop'ta farklı birçok kültürün yaşaması sebebiyle farklı yemekler ortaya çıkmıştır. Beslenme yapısı temel olarak tahıl ürünlerine dayanmaktadır. Sinop, Karadeniz'e kıyısı olmasından dolayı balık ve balık ürünlerinden yapılan birçok ürüne sahiptir. Sinop mutfağında pilaki, kaşık çıkartması, nokul, mısır pastası, ıslama, katlama gibi yöresel yemekler önemli yemekler arasında gösterilebilir. Sinop mutfağında özel günlerde yapılan yemekler mutfağı zenginleştiren etmenlerin başında gelmektedir. Araştırma, Sinop ilindeki mutfak kültürü ve özel günleri incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırma sırasında durumun değerlendirilmesine olanak tanıyan verilerin toplanabilmesi amacıyla, "mülakat (derinlemesine görüşme)" tekniği kullanılmıştır. Çalışma sonucunda Sinop mutfak kültürü ve özel günleri hakkında bilgiler toplanılmıştır. Ayrıca katılımcıların büyük kısmı özel günlerde yapılan adetlerin günümüzde yaşatılmadığını, bu adetlerin giderek unutulmaya başladığını ifade etmişlerdir. Bu nedenle bir kültür kaybı yaşandığı görülmektedir. Yapılacak görüşmeler sonrası tespit edilen kültürel etkinliklerin yeniden canlandırılması büyük önem taşımaktadır.

Anahtar Kelimeler: Karadeniz, Mutfak kültürü, Sinop, Sinop mutfağı, Türk mutfağı

ABSTRACT

Turkey, which has many different cultures, has a rich culinary culture with this characteristic. This rich and diverse culinary culture has emerged through economic structure, historical events, ecological environment, geographical conditions, traditions, customs, and cultural interactions over the years. When Turkish cuisine is examined according to the regions, it is seen that the geographical structure and climatic conditions of the Black Sea region are reflected in the culinary culture. The culinary culture of the Black Sea can differ even within itself. Sinop cuisine, which is located in the Black Sea region, is one of the cuisines representing the Black Sea Cuisine. Because of the fact that many different cultures live in Sinop, different dishes have emerged. Its nutritional structure is based mainly on cereal products. Sinop has many products made from fish and fish products due to its coast to the Black Sea. In Sinop cuisine, local dishes such as Sinop ravioli, Islama, chicken with chickpeas, stuffed duck, boyabat pide, katlama can be shown among the important dishes. The dishes made in Sinop cuisine on special occasions are one of the factors that enrich the cuisine. The research was conducted in order to examine the culinary culture and special occasions in Sinop province. During the research, "interview" technique was used in order to gather the data that allows the evaluation of the situation. As a result of the study, information about Sinop culinary culture and special days were collected. In addition, the majority of the participants stated that the made on special occasions are not alive today, and that these are gradually beginning to be forgotten. Therefore, it is seen that there is a loss of culture. It is very important to revive the cultural activities determined after the interviews.

Keywords: Karadeniz, Culinary culture, Sinop, Sinop cuisine, Turkish cuisine

1.GİRİŞ

Bütün canlılar için ortak biyolojik ihtiyaç beslenme gereksinimidir. Beslenme ihtiyacı zamanla ihtiyaç olmaktan çıkarak, kültürel davranışları da içinde barındıran bir zevk haline dönüşmüştür. Beslenme konusunda temel amaç karın doyurmak olsa da karın doyurma işlemi çok geniş yelpazede kültürel farklılıklar içermektedir. Bu sebeple yemek kültürü toplumlar arasında ki ayrımı net olarak ifade eden önemli bir unsur haline gelmiştir (Türk ve Şahin, 2004: 2). Ülkelerin her birinin beslenme ve kültürel alışkanlıkları farklılık göstermektedir. Bu farklılıkların temelinde ekonomik yapı, sosyokültürel yapı, tarımsal üretim ve tarihsel kimlik bulunmaktadır (Seçim ve Şen, 2018: 553). Toplumların yaşam biçimi ve sahip olduğu kültürel değerler, yeme- içme alışkanlıkları üzerinde oldukça etkilidir.

Türkiye’de yaşayan birçok etnik yapı zengin bir kültürel çeşitlilik oluşturmuştur. Yemek tatları, yemek çeşitleri ve özellikleri bakımından her etnik yapı kendi özelliğini yansıtan standartlar oluşturmuştur. Türk toplulukları, geçmişten günümüze, beslenme alışkanlıklarını yaşantılarına göre şekillendirmiştir. Yeme içme alışkanlığı Türklerde sosyal yaşam içerisinde her zaman önemli bir yere sahip olmuştur. Bu bağlamda Türk idarecileri, idaresinde ki topluluğu aç ve çıplak bırakmamayı temel amaç olarak görmüştür (Güler, 2010: 24). Türk mutfağı, Türk kültüründe en önemli unsurlar arasındadır. Bu nedenle dünya mutfakları arasında sayılı mutfaklardan biri olarak gösterilmektedir. Türk mutfak kültürü çeşitliliğini ve zenginliğini, coğrafi koşullara, tarihi olaylara, ekonomik yapısına, ekolojik çevresine, gelenek ve göreneklerine ve asırlardır süren kültürel etkileşimlere borçludur. Türkiye’de geçmişte yaşamış olan milletlerin ve günümüzde yaşayan insanların beslenmesinde kullanmış olduğu yiyecek- içecekler, bunların pişirilmesi, hazırlanması ve korunması; bu işlemler sırasında kullanılan araç- gereçler, teknikler, mutfak çevresinde gelişen tüm uygulamalar, yemek yeme alışkanlıkları ve inanışlar mutfak kültürü olarak tanımlanmaktadır. Asırlardır süre gelen devamlılığı sonucunda Türk mutfağı, pişirme teknikleri, sofraya düzenleri, yemek çeşitliliği, servis usulleriyle kendine özgü bir mutfak kültürü oluşturmuştur (Solmaz ve Dülger Altınar, 2018: 109). Orta Asya’dan Anadolu’ya göç eden Türkler, tarihi geçmişleri sebebiyle zengin bir kültüre sahip olmuşlardır. Orta Asya’da yaşayan göçebe toplumların mayalanmış süt ürünleri ve et kullanmaları, Mezopotamya’da yetişen çok çeşitli tahılları, Akdeniz bölgesinden gelen sebze ve meyveleri, Güney Asya’nın baharat zenginliği ile beraber çeşitli ve zengin bir Türk yemek kültürünün oluşumunda etkili olmuştur (Güler, 2010: 25). Türk mutfağına genel olarak bakıldığında, çorbalar, sebzeli, tahıllı etli hazırlanan sulu yemekler, hamur işi, zeytinyağlılar, geleneksel içecekler ve tatlılardan meydana gelmektedir. Ayrıca Türk mutfağı bulgur, yoğurt, tarhana, pekmez gibi özgün ve çeşitli gıdalar da barındırdığından dengeli ve sağlıklı beslenmeye kaynak olabilmektedir. Bölgeler arasında değişiklik gösteren beslenme şekilleri, sünnet, düğün ve özel günler gibi kutlamalarda adeta bir şölene dönüşmüştür (Solmaz ve Dülger Altınar, 2018: 110).

Türklerin, İslam dinine geçmelerle birçok gelenek ve uygulama ortaya çıkmıştır. 11. ve 12. yüzyıldan sonra dini kuruluşlar sosyal yaşamda etkisini artırmıştır. Tekkeler ve imarethaneler halkın mutfağı konumuna gelmiştir. Yemekten sonra sofraya dua yapılması önemli bir gelenek haline almıştır. Selçuklu devletinde sebze yemeklerinin tüketimi az olmasına rağmen, sakatat tüketimi yaygın hale gelmiştir (Seçim ve Şen, 2018: 553). İslam dininin yasakladığı tilki, kurbağa, domuz eti, sürüngen ve tek tırnaklı hayvanların (katır, eşek) eti Türk mutfağında tüketilmemiştir. İslamiyet ile beraber Türk mutfağında özellikle Güneydoğu mutfağında Arap mutfağının etkileri görülmüştür. Yemeklerde kullanılan fazla miktarda acı ve baharat bu etkiye örnek gösterilebilir. Türkler, Anadolu’ya göç ettiklerinde Anadolu’da yaşayan toplumların mutfak kültüründen etkilenmiştir. Güneyden şerbetli tatlılar, Bizans’tan Roma mutfağı, Ege adaları ve Ege kıyılarından zeytin yağı ve balık, Osmanlı’nın geniş topraklara hakim olması ile Güney Akdeniz, Ortadoğu ve Avrupa yemekleri Anadolu mutfak kültürünün zenginleşmesine katkı sağlamıştır (Ertaş ve Karadağ, 2013: 119).

Türkiye’nin Karadeniz bölgesi de kendine has bir mutfak kültürü geliştirmiştir. Karadeniz Bölgesi’nde kıyı ve iç bölgelerin mutfak kültürü farklılık göstermektedir. Her mevsim yağışlı, ılıman iklimde yaşayan Karadeniz halkı, Akdeniz Bölgesi gibi cömert bir iklimde yaşamadığından zaman içerisinde diğer coğrafyalar ile kıyaslanmayacak mutfak kültürü oluşturmuştur. Karadeniz Bölgesinde yaşayan halkın büyük kısmı gelirlerini tarımdan sağlamaktadır. Bu nedenler farklı otlardan, hububatlardan ve baklagillerden yapılan yemek sayısının fazla olduğu söylenebilir. Türkiye fındık üretiminin %80’inden fazlası, mısır üretiminin %45’i çay üretiminin %65’i Karadeniz Bölgesinden sağlamaktadır (Demirel ve Ayyıldız, 2017: 281).

Sinop ili Doğu ve Batı Karadeniz bölgesi arasında yer almaktadır. Türkiye'nin Karadeniz'e uzanan en kuzey ucunda üç tarafı denizlerle çevrili yarımada üzerine kurulmuştur (İl Turizm Müdürlüğü, 1992: 1). Sinop'ta farklı kültürlerin yaşaması nedeniyle beslenme yapısı temel olarak tahıl ürünlerine dayanmaktadır. Kış sebzeleri ile beraber ayva ve kestane meyvelerinin de yemeklerde kullanıldığı bilinmektedir. Ayrıca Sinop mutfağında pilaki, kaşık çıkartması, nokul, mısır pastası, ıslama, katlama gibi yöresel yemeklerinde bölgede sevilerek tüketildiği görülmektedir (Karaçar, Doğancılı ve Ak, 2018: 439).

2. LİTERATÜR İNCELEMESİ

Seçim ve Şen (2018) tarafından yapılan "Konya Mutfak Kültürü Üzerine Nitel Bir Araştırma" adlı çalışmada Konya ilinde yaşayan yerel halkla yaptıkları görüşmelerde Konya mutfak kültürü hakkında bilgi toplamışlardır. Çalışma sonucunda mutfak kültürüne çok önem verildiğini ancak özel günlerde yapılan adetlerin günümüzde devam ettirilmediğini ve değişmeye başladığını bildirmişlerdir.

Demirel ve Ayyıldız (2017) Giresun ili mutfak kültürünü ve günümüze kadarki değişimini değerlendirdiği bir çalışma hazırlamıştır. Çalışma sonucunda Giresun ilinin kıyı ve iç kesimlerinde pişirme şekillerinin ve alanlarının, kullanılan gıda maddelerinin farklılık gösterdiği tespit edilmiştir.

Kaya ve Akpınar (2017) yapmış oldukları "Kutadgu Bilig'de Türk Yemek Adabı ve Kültürü" adlı çalışmada Türk yemek adabı ve kültürü ile ilgili Kutadgu Bilig'de var olan beyitleri inceleyip, beyitleri konuya kaynaklık edecek şekilde değerlendirmişlerdir.

Avcı ve Şahin (2014) tarafından yapılan "Geleneksel Kastamonu Mutfağı ve Yemek Kültürü" adlı çalışmada Kastamonu ilinde uzun yıllardır yerel gastronominin gelişmesine katkı sağlamış yiyecek-içecek işletmesi sahipleri ile röportaj yapılmıştır. Kastamonu halkı ile söyleşiler yapılmış ve geleneksel mutfağın günümüze yansımaları belirlenmiştir.

Güler (2010)'in "Türk Mutfak Kültürü ve Yeme İçme Alışkanlıkları" adlı çalışmasında, Türk mutfak kültürü ve yeme-içme alışkanlıklarının zaman içerisindeki değişimi incelemiştir. Sonucunda Türk mutfak kültürünün geçmişten günümüze nasıl değiştiğini ve yeme-içme alışkanlıklarının bölgeden bölgeye nasıl değişiklik gösterdiğinin tespiti yapılmıştır.

Solmaz ve Dülger Altınar (2018) tarafından yapılan "Türk Mutfak Kültürü ve Beslenme Alışkanlıkları Üzerine Bir Değerlendirme" adlı çalışmada, Türk mutfak kültürünün genel özellikleri, Türk mutfağının Orta Asya'dan Cumhuriyet dönemine kadar olan süreçte değişimi, Türk mutfağının kültürel çeşitliliğini etkileyen faktörler ve geçmişten bugüne geleneksel yiyeceklerin günümüz yemek alışkanlıklarındaki yerinden bahsetmişlerdir.

3. YÖNTEM

Araştırma, Sinop ilinde uygulanmış veya uygulanmaya devam eden mutfak kültürü ve sofrada adabının incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Çalışma sorularının hazırlanmasında alanında bilgili, Karadeniz ve Sinop mutfağına hâkim gönüllü kişilerden faydalanılmıştır. Çalışma, 2019 Ağustos- Eylül ayı içerisinde gerçekleştirilmiştir. Araştırma sırasında durumun değerlendirilmesine olanak sağlayan verilerin toplanabilmesi amacıyla "mülakat (derinlemesine görüşme)" tekniği kullanılmıştır (İslamoğlu ve Alniaçık, 2016: 221). Görüşme yapılan kişilerden alınan yanıtlara göre ikinci soru ve gerekirse altında yatan sebebi öğrenmek amacıyla devam soruları sorulmuştur. Alınan cevaplara göre sorunun derinliği artırılmıştır. Mülakat yapılan kişinin kendini rahat hissetmesi için görüşme yapılan yer kişi tarafından belirlenmiştir. Alınan cevaplar yazılı ve ses kayıt cihazı ile kaydedildikten sonra çözümlemesi yapılmıştır.

4. BULGULAR VE TARTIŞMA

Sinop ilinde özel günler konusunda ritüeller, sofrada adabı ve bunlara bağlı olarak mutfak kültürü ile ilgili bilgilerin gün yüzüne çıkarılmasına yönelik araştırmalar kapsamında elde edilen bulgular bu bölümde yer almaktadır.

4.1. Düğünler

Araştırmaya dâhil olan katılımcıların tamamı düğünleri “*Düğün olduğunu bildirmek için okuyucu adı verilen kişi, düğüne davet edilecek kişilerin kapılarını çalarak düğünü bildirir ve yanında şeker dağıtır*”, “*Düğün hazırlıklarına 4 gün öncesinden başlanırdı, erkek tarafı, kız tarafına son 2 gün yemek verirdi*”. Katılımcılardan bazıları “*eski Sinop düğünleri kına, düğün, semet (gelini görmeye gitme töreni) olarak üç gün sürerdi*” diye bildirmişlerdir (K8, K10, K12, K20, K23, K24, K28, K29). Katılımcılardan K25 tarafından aktarılan bilgilerde ise “*Gelin hamamından sonra gelinin evinde arkadaşlarına yemek verilirdi, erkek tarafı ise evin önünde büyük kazanlar kurarak gelen misafirlere yemekler dağıtır*”. Katılımcıların tamamının aktardığı bilgilere göre “*Düğünlerde eskiden erişte, patates yemeği, fasulye yemeği, keşkek, pirinç böreği, turşu ve ayrandan oluşan menü verilirdi son zamanlarda ise yemeklerde değişimler olmaya başladı. Yeni menü ise su böreği, keşkek, etli pilav, sarma ve baklavadan oluşmaktadır*” ifadelerini kullanmışlardır.

Kartal (2017, s. 40) çalışmasında bayraktar adı verilen kişinin cumartesi günü erken saatlerde her evi tek tek dolaşarak ısıtılarak kavrulmuş nohut, şeker gibi yiyeceklerle davet edilecek kişilere düğüne davet ettiğini söylemiştir. Sinop’ta da benzer şekilde okuyucu adı verilen kişi şeker dağıtarak düğüne davet edilecek kişilere haber vermektedir.

Tunçdöken (2009, s. 163) Tirilye’de düğün evine gelen konuklara sırasıyla düğün çorbası, etli patates yemeği, pilav ve tatlı olarak un helvası ikram edildiğini ifade etmiştir. Sinop düğünlerinde ise gelen misafirlere su böreği, keşkek, etli pilav, sarma ve baklava verildiği bildirilmiştir.

Eroğlu ve Sarıca (2012, s. 1196) Midyat Süryanilerinde, davet edilecek kişilere düğünü duyurmak için papazın kilisede duyuru yaparak herkesi düğün törenine davet ettiğini, düğün töreninde papaz yüzükleri kutsadıktan sonra gelin ve damadın üzerine bereketin sembolü olan buğday serpildiğini ifade etmişlerdir. Sinop yöresinde böyle bir ritüelin olmadığı, okuyucunun (kapı kapı dolaşarak düğünü duyuran kişi) şeker dağıtarak davetlilere haber verdiği bilinmektedir.

Ünal (2016, s. 238) çalışmasında Yahudilerin düğün yemeklerinin sadece misafirleri ağırlama amacı ile olmadığını dini bir boyutunun olduğunu ve yedi gün boyunca devam ettiğini erkeklerle kadınların aralarında paravanla ayrı eğlendiklerini bildirmiştir. Sinoplularda erkek tarafının kız tarafına 2 gün yemek yerdiği ifade edilmiştir.

4.2. Kız isteme

Katılımcıların tamamı “*Kız isteme töreni için hazırlıklar bir hafta önce başlardı, yapılacak hazırlıklar için deneyimli insanlar hazırlıklara yardım etmeleri için eve davet edilir ve yapılacak hazırlıklar imece (birçok kişinin toplanıp karşılıklı yardımlaşma) usulü hazırlanır*” ifadesini kullanmıştır. Katılımcıların tamamı “*Kız isteme töreninde kız tarafı eve gelen konuklara su böreği, yaprak sarma, baklava ikram ederdi*” diye bildirmişlerdir. Katılımcılardan K25 “*Eskiden erkek tarafı kız istemek için kız evine giderken yanında helva, lokum ve kolonya götürürdü. Günümüzde erkek tarafı sadece çiçek ve çikolata götürmektedir*” diye bildirmiştir.

Çelik (2010, s. 132) Mengen’de kız isteme töreni için kız evine gidilirken misafirlerin yanlarında gözleme ile helva (kara helva ya da nişasta helvası) yaparak hediye olarak götürdüklerini ifade etmiştir. Gözleme götürmenin bolluk ve bereket anlamına geldiğini helva götürmenin ise ağız tadı anlamına geldiğini bildirmiştir. Sinop’ta ise erkek tarafı kız evine eskiden helva, lokum ve kolonya hediye götürürken günümüzde yerini çiçek ve çikolataya bıraktığı bildirilmiştir.

Yılmaz (2016, s. 15) Artvin’in Beşağıl köyünde erkek tarafı kızı istedikten sonra kız tarafı kızlarına fikrini sormak için süre ister eğer cevap olumlu olursa güler yüzle tatlı ikram edilir. Sinop yöresinde kız tarafı erkek tarafına hediye getirilen lokum, çikolata veya helvayı ikram eder.

Eroğlu ve Sarıca (2012, s. 1193) kız isteme amacı ile kız evine giden Midyat Süryanilerinin, yanlarında tatlı, meyve ve çiçek götürdüklerini söylemişlerdir. Sinop ilinde erkek tarafın kız istemeye giderken eski zamanlarda helva, lokum ve kolonya götürdükleri ifade edilmiştir.

4.3. Kurban bayramı

Tüm katılımcılardan elde edilen bilgilere göre kurban bayramında hazırlıkların bir hafta önceden başladığı, erkeklerin kurban almak için kurban pazarlarına giderken kadınların ise evde temizlik yaptığı ifade edilmiştir. Kurban bayramlarında sadece su böreği, sarma ve tatlı yaptıklarını aktarmışlardır. Ayrıca bayram günü erkeklerin bayram namazına gittiklerini, bayram namazı dönüşünde evdekilerle bayramlaşarak alınan kurbanın kesime hazırlandığını ifade etmişlerdir. Katılımcılardan bazılarının ifadesine göre “*Genelde küçükbaş hayvan tercih edilirdi. Durumu iyi olanlar ise büyükbaş hayvan keserdi. Kesilenin kurbanın ilk olarak ciğeri kavrulur ve kahvaltıda ciğer yenirdi.*” diye ifade etmişlerdir. (K2, K5, K11, K14, K19, K22). Katılımcılardan K14’ten alınan bilgiye göre kurban bayramında gelen misafirlere tatlı olarak sarı burma veya baklava ikram edildiği anlaşılmaktadır.

Işık, Kılıçarslan, Güldemir, Derin ve Barı (2017, s. 91) Iğın’da kurban bayramlarında kurban eti pişirilinceye kadar oruç tutulduğunu, kurban eti ile oruçlarını açtıklarını et kesileceği için başka yemek yapılmadığını et kesildikten sonra kapama, haşlama ve kavurma yapıldığını bildirmişlerdir. Sinop’ta kurban bayramlarında da kurban kesileceği için başka yemek yapılmadığı gelen misafirlere tatlı olarak baklava veya sarı burma ikram edildiği bilinmektedir.

4.4. Ramazan Bayramı

Araştırmaya dâhil olan katılımcıların tamamı “*Bayramdan bir hafta önce bayram hazırlığı başlar sarma, su böreği, nokul, tatlı olarak baklava veya sarı burma yapılırdı*”. Bazı katılımcılar “Erkekler bayram namazına gider, evde bulunan kadınlar bayram kahvaltısını hazırlar, bayram kahvaltısı günlük kahvaltılardan daha özenli ve çeşitli olarak hazırlanırdı. Bayramlarda akrabalarında bulunduğu kalabalık sofralarda kahvaltı yapılırdı” ifadesini kullanmıştır (K1, K2, K3, K12, K15, K18, K19, K25, K28).

Erol (2015, s. 45), çalışmasında ramazan bayramının bazı köylerde üç, bazı köylerde dört, bazı köylerde beş gün kutlandığı, nedeninin köylerde bayram günlerinin yakın köyler arasında ya da mahaller arasında paylaşılması olduğunu bildirmiştir. Sinop’ta her köy ve mahallenin aynı günlerde bayram kutladığı bildirilmiştir.

Seçim ve Şen (2018, s. 555), çalışmasında ramazan bayramından bir hafta önce hazırlıkların başladığını, bayram için kadınların sarma, dolma, bütümetli patlıcan, su böreği ve baklava gibi yiyeceklerin hazırlığını yaptıklarını ifade etmiştir. Sinop ilinde ramazan bayramlarında bir hafta önce hazırlıkların başladığı ve sarma, su böreği, nokul, baklava veya sarı burma yiyeceklerinin hazırlandığı tespit edilmiştir.

Erol (2015, s. 51), çalışmasında Bartın halkının ramazan bayramlarında mezarlığa giderken yanlarında top helva ve gözleme götürdüklerini, Helvanın elma büyüklüğünde top şeklinde olduğu için adının top helva olduğunu, mezarlıkta düz alana bezin üzerine gözlemeler küçük parçalara ayrıldığı ve kenarlarına helvaların konulduğunu, Kuran okuma bittikten sonra herkesin yediğini ifade etmiştir. Sinop yöresinde ramazan bayramında mezarlığa giden halkın yanında yiyecek götürmediği dua edip geri döndüğü tespit edilmiştir.

4.5. Kandil Dönemleri

Katılımcıların tamamı “*Kandillerde maddi duruma göre evlerde pilav üstü et ve lokma tatlısı veya un helvası yapıp komşulara dağıtıldı*” diye ifade etmişlerdir. Ayrıca katılımcılar “*Hayırsever kişiler, camiden çıkan cemaate kandil simidi ve güllü lokum dağıtırdı*” diye bildirmişlerdir.

Çelik (2010, s. 129), çalışmasında Mengen’de üç ayların başlangıcı olan Regaip kandilinde kadınların sabah erkenden kalkıp hamur yoğurarak fazlaca gözleme veya bazlamaç yaparak köydeki evlere dağıttıklarını ve bu ekmeğe namaz ekmeği denildiğini ifade etmiştir. Sinop ilinde de Regaip kandilinde camiden çıkan cemaate güllü lokum ve kandil simidi dağıtıldığı belirtilmiştir.

Erol (2015, s. 45), çalışmasında Regaip kandilinde halkın sabahtan hazırlıklara başladığını, camide kadınlarla beraber yemekler yapıldığı, cemaatin sabaha kadar camide ibadet ettiği için yemeklerin sürekli bulunduğunu bildirmiştir. Sinop ilinde Regaip kandilinde özel bir yemek yapılmadığı sadece cemaate kandil simidi ve güllü lokum ikram edildiği bildirilmiştir.

4.6. Cenazeler

Katılımcılardan bazıları “Eskiden cenaze evine taziyeye gelen misafirlere un helvası, zeytin ve ekmeğe ikram edilirdi” (K3, K7, K12, K13, K18, K30). Katılımcıların tamamı “Günümüzde cenaze evine taziyeye gelen misafirlere pide gibi dışarıdan yaptırılmış yiyecekler ikram edilir” ifadesini kullanmışlardır.

Işık ve ark.(2017, s. 91) Konya'nın ilçesi olan Ilgın'da eskiden cenaze olan eve komşuların ve akrabaların yemek götördüklerini cenaze evinde bir hafta ila bir ay boyunca yemek pişmediğini günümüzde ise cenaze sahibinin etli ekmeğe yaptırıp taziyeye gelen kişilere dağıttıklarını, akşam da tanıdıkların yemek getirdiklerini ifade etmişlerdir. Sinop ilinde cenaze evine gelen misafirlere pide gibi dışarıdan yapılmış yiyeceklerin ikram edildiği bilinmektedir.

Uğur Çerikan (2019 s.504) Denizli'de cenaze evlerinde farklı uygulamaların görüldüğünü, merkezde cenaze evlerinde yemek yapılmadığını, yemeklerin taziyeye gelenler tarafından getirildiğini ifade etmiştir. Son yıllarda ise Denizli Büyükşehir Belediyesi tarafından cenaze evlerine belirli sayıda (genellikle elli) pide yaptırıp gönderildiğini belirtmiştir. Sinop'ta da cenazelerde pide yaptırılıp dağıtıldığı bilinmektedir.

4.7. Mevlit Okutma Dönemleri

Katılımcıların tamamı “Sinop'ta cenaze, doğum, sünnet gibi olaylarda mevlit okutulur. Mevlit okutmak için ev sahibi bir hoca çağırır. Gelen hocaya mevlit okutacak kişinin maddi durumuna göre havlu, kumaş mendilin içinde para gibi maddi duruma göre hediyeler verilir”. Katılımcıların tamamı “Mevlitlerde hayırsever kişiler evlerinde maddi durumlarına göre pilav üstü et veya pilav üstü tavuk, un helvası ve ayran hazırlayıp mevlit için gelen misafirlere ikram ederdi” şeklinde ifade etmişlerdir.

Işık ve ark.(2017, s. 92) Ilgın'da mevlitlerde geçmiş zamanlarda çok yemek verildiğini günümüzde ise etli ekmeğe, peynirli pide ve kömbe verenlerinde olduğunu söylemişlerdir. Sinop mevlit okutmalarında gelen misafirlere pilav üstü et veya tavuk, un helvası ve ayran verildiği bildirilmiştir.

4.8. Aşure Günü

Katılımcıların tamamı “Hicri takvime göre bu günlerin muharrem ayı içerisinde olduğunu ve bu günlerde aşure yapıp dağıttıklarını” ifade etmişlerdir. Bazı katılımcılar, “Aşurede en az yedi çeşit gıda maddesi bulunması gerektiğini” bildirmişlerdir (K10, K13, K19, K22, K30).

Sağır (2012 s.2683) yapmış olduğu çalışmada aşurenin içine konulan malzemelerin yöreden yöreye farklılıklar gösterdiğini, bazı yörelerde kurbanın kuyruk yağından, Zonguldak Devrek ilçesinde ise etinden bir parça saklanarak aşure pişirilirken içine atıldığını, Denizli bölgesinde ise aşure pişirildiğinde yanında keşkek de pişirilip iki yemeğin birlikte dağıtıldığını bildirmiştir. Sinop ilinde aşure gününde aşurenin içine et ve kuyruk yağı konulmadığı bilinmektedir.

4.9. Hacı Karşılama Dönemleri

Katılımcıların tamamı “Hacıdan dönen kişiler için; hacdan gelen kişinin akrabaları hacının evini temizleyerek çeşitli yemekler hazırlarlar”. Katılımcıların tamamı “Hacı ziyareti için gelen misafirlere su böreği, yaprak sarma, poğaç, pasta gibi yemekler ikram edilir” diye bildirmişlerdir.

4.10. Helesa Geleneği

Sinop'a özgü olan “Helesa” geleneğinin halk arasında kullanılan bir başka ismi ise “Sellime Çıkma” geleneğidir. Gelenek Ramazan ayının on beşinci gününden sonra gerçekleştirilmektedir. Katılımcılardan K1, K4, K25 ten alınan bilgilere göre “Yelkenli bir gemi fırtınaya yakalanmış ve Sinop limanına sığınmış. Haftalarca burada mahsur kalan gemide bulunan tayfaların zamanla kumanyası tükenmiş ve açlık baş göstermeye başlamış. Tayfalar dilenmek istemedikleri için de kimseden bir şey isteyememişler. Geminin kaptanı bu soruna bir çözüm bulmuş. Tayfalarından bir filikayı süslemelerini istemiş. Süslenen filika ile birlikte kaptan ve tayfalar gece olmasından dolayı ellerinde fenerlerle Sinop'a inmişler ve maniler söyleyerek halktan yiyecek istemişler. Halkta gemicilere çeşitli yiyecekler vermiş ve gemiciler açlıktan kurtulmuşlar. Ramazan Ayındaki yardımlaşmanın örneklerden biri olan Helesa, bu olay sonrasında Sinop'ta her Ramazan Ayında tekrarlanan bir gelenek halini almıştır”

Erol (2015, s. 47), çalışmasında Bartın'ın bazı köylerinde helesa geleneğinin olduğu, ramazan ayının son günlerinde gerçekleştirildiği, gençlerin yatsı namazından sonra bir araya gelerek küfe ile ev ev gezdiklerini, ev halkının da gelenlere fındık, ceviz, para, yumurta, helva vb. hediyeler verdiklerini bildirmiştir. Sinop'ta da helesa geleneğinin ramazan ayının son günlerinde gençlerin yatsı namazından sonra maniler söyleyerek kapı kapı gezdikleri, ev halkının da gençlere hediyeler verdikleri tespit edilmiştir.

Mutfak evin içerisindeki konumu

Katılımcılardan K1, K3, K6 tarafından alınan bilgiler incelendiğinde, *“Sinop ilinde mutfak eskiden de günümüzde olduğu gibi evlerin içerisinde bulunurdu. Bulaşık yıkanılan yer ise dışarıda olurdu. Mutfak araç- gereçleri ise tahta tereklerde saklanırdı. Cevabını vermişlerdir. Ayrıca kiler (ardıye, un mutfak) adını verdikleri bölümde ise yemek malzemelerini saklardık”* ifadelerini kullanmışlardır.

Nahya (2012 s.14) Mutfak evin içerisindeki konumuyla ilgili olarak, geleneksel evlerde ana binadan ayrı olarak, ayrı olmayanlar da avluyu rahatlıkla kullanmak ve odalara yemek kokusu gitmesine engel olmak amacıyla evin alt katına yerleştirildiğini, mutfaktan üst kata ulaşmak için ise iç merdivenlerin olduğunu ifade etmiştir. Sinop'ta mutfakların evin içinde olduğu bildirilmiştir.

Yemek pişirmede kullanılan ocaklar

Katılımcıların tamamından alınan bilgiler doğrultusunda *“Taş ocağın içerisine sacayağı koyularak üzerinde yemekler pişirilirdi. Kış aylarında evlerin ısınmasında kullanılan kuzine sobalarda da yemek pişirilirdi. Evin hanımı sabahdan hazırlayacağı yemeği belirler ve kuzinenin içine yerleştirirdi. Akşam yemeğine kadar yavaş yavaş yemek pişerdi.”*

Demirel ve Ayyıldız (2017, s. 283), çalışmasında Giresun da kıyı bölgelerde mutfakların eskiden de günümüzde de evi içinde ayrı bir yerde olduğunu ifade etmişlerdir. Sinop ilinde de mutfak hem eskiden hem de günümüzde evin içinde olduğu ancak bulaşık yıkanan alanın bazı evlerde evin dışında olduğu belirtilmiştir.

Nahya (2012, s.14), çalışmasında Gaziantep'te evin ekonomik durumuna göre değişiklik gösteren, bazısı büyük bazısı küçük olarak boyutlandırılmış ocaklar olurken, kimi evlerde ise yan yana iki ocağın olduğu evlerin de bulunduğunu belirtmiştir. Genellikle taştan yapılan bu ocakların yerden 40-50 cm yüksek olacak şekilde konumlandırıldığını ifade etmiştir. Sinop ilinde geçmişte taş ocakta ve kuzinede yemek yapıldığı bilinmektedir.

Yemek pişirmede kullanılan araç gereçler

Katılımcılardan alınan cevaplar doğrultusunda *“Eskiden toprak kaplarda (güveç) yemekler pişirilirken daha sonraki zamanlarda bakır tencerelerde yemekler yapılmaya başlandı. Alüminyum tencerelerin yaygınlaşmasından sonra bakır kapların kalaylama sıkıntısı gibi bazı nedenlerden dolayı kullanımı azaldı. Yemek yapılırken kullanılan kaşıklar şimşirden yapılırdı”* (K4, K6, K7, K10).

Hatipoğlu ve Batman (2014 s.68) Osmanlı saray mutfakında kullanılan en önemli mutfak araç- gereçlerinden biri olarak kuşkonmaz maşasının olduğunu ifade etmişlerdir. Bu maşanın kuşkonmaz servisinde kullanıldığını 19. Yüzyılda Fransız Mutfak'ının en önemli yiyeceği olan kuşkonmazın kültürler arası etkileşimle saray mutfakına girdiğini ifade etmişlerdir.

Öğün

Yenilen öğün sayısı, çeşidi ve zamanı

Sinop civarında geçmişte sabah ve akşam olmak üzere 2 öğün yemek yenirken, daha sonra 3 öğüne çıkmıştır. Sabah ezanıyla evin hanımları tarafından kahvaltı hazırlanırdı. Akşam havanın kararması ile birlikte akşam yemeği yenirdi. Sabah kahvaltılarında genellikle çorba içilirdi.

Güldemir ve Işık (2011, s.3) Nevşehir yöresinde bir günde sabah, öğle, akşam ve yat geberliklik olarak 4 öğün yenilmekte olduğunu yat geberliğinin yatsı ezanından sonra yenildiğini söylemişlerdir. Sinop yöresinde eski zamanlarda iki öğün yendiği günümüzde üç öğüne çıkarıldığı bilinmektedir.

Yemek pişirme, hazırlama ve tüketimi için ayrılan süre

Katılımcıların tamamından alınan bilgilerde “Akşam yemekleri genellikle ikindi vakitlerinden sonra hazırlanmaya başlardı. Yemeğin hazırlanma süresi yapılan yemeğe göre değişirdi. Yemeklerin yenmesi için fazla süre harcanmazdı. Yemeklerde fazla konuşulmazdı bir an önce yemek yenilip kalkılırdı. Sofrada olabildiğince az vakit harcanırdı” diye ifade etmişlerdir.

Öğle ve akşam öğünleri (yemekleri) için hazırlanan yemek çeşidi sayısı

“Sinop ilinde genellikle öğle ve akşam yemeklerinde kıyı bölgelerde 2 çeşit yemek hazırlanırken, iç kesimlerde 3 çeşit yemek hazırlanırdı. Kıyı kesimlerde öğünlerde bir çeşit çorba ve sulu bir yemek yanına ise mutlaka salata yapılırdı. İç bölgelerde bir çeşit çorba, sulu yemek ve pirinç pilavı yanına da mutlaka salata yapılırdı”

Yemeğin yendiği yer

“Yemekler genellikle salonda yenirdi. Salona önce sofraya örtüsü serilir üzerine kasnak ve kasnağın üzerine sini koyularak sofraya hazırlanırdı. Bazı evlerde yaslağaç (yufka açılan tahta masa) da yemekler yenilirdi. Daha sonraki zamanlarda ise açılır kapanır ayaklı masalarda yemekler yenmeye başlandı. Kış aylarında yemekler genellikle mutfakta yenilirdi.” Bu durumun sebebi ise yemek pişirirken ısınan mutfağın ısısından faydalanmak olarak düşünülebilir.

Demirel ve Ayyıldız (2017, s. 285) Giresun ilinde eskiden yemeklerin evin bir bölümü olan “salon” da yendiğini ancak günümüzde yemeğin tüm öğünlerinin mutfakta yenildiğini, yemek yenirken eskiden yer sofrası kullanıldığını günümüzde ise büyük bir bölüm masada yemek yerken bir bölümünde hala yer sofrasında yemek yemeye devam ettiğini ifade etmiştir. Sinop ilinde de yemeklerin genellikle salonda yendiği ancak bazı evlerin kış aylarında mutfakta yediği ve yemeklerin yer sofrasında yendiği bildirilmiştir.

Ceylan ve Yaman (2018, s. 2174) Mevlevi mutfağında dergâhlarda yemeklerin üçayaklı iskemlenin üzerine konan tahtadan yapılmış yuvarlak yer sofrasında yenildiğini yer sofrasının kenarlarına peçete görevi görmesi için peşkir dolandığını ve sofranın etrafına postlar konulduğunu söylemişlerdir. Sinopluların yemeği kasnağın üzerine konulan sinide veya yaslağaç (yufka açılan tahta masa) üzerinde yedikleri ifade edilmiştir.

Yemek yemede kullanılan araçlar

“Yemek yerken kullanılan tabaklar genellikle kalaylı bakır sahanlardandı. Suyu işlemeli kalaylı bakır taslardan içerdik. Herkes yemeğini aynı kaptan yedi. Tahta kaşıkla yemekler yenirdi. Daha sonra çinko tabaklardan yenilmeye başlandı. Çinko tabaklardan sonra melamin tabak kullanımı yaygınlaştı.” Ceylan ve Yaman (2018, s. 2174) Mevlevi mutfağında dergâhlarda sofraların sembolik anlamlar barındıklarını kaşıkların, yüzleri aşağı ve sapları sağa gelecek şekilde dizildiğini, kaşıkların duruşlarından dolayı “kaşık şükürde” denildiğini bildirmişlerdir. Sinop mutfağında kaşıklarla ilgili herhangi ritüelin olmadığı, kaşıklara anlam yüklenmediği normal bir şekilde sofraya koyulduğu bilinmektedir.

Uğur Çerikan (2019 s.499) Denizli kır yaşantısında sofrada beraberliğin son derece önemli olduğunu, bütün aile bireylerinin toplanarak sini etrafında yemeklerini yediğini bildirmiştir. Bunun yanı sıra çatal kaşık kullanımı henüz yaygın değilken yufka ekmeğinin kaşık gibi sunum yapılarak yemeklerin yendiğini söylemiştir. Sinop halkının geçmiş zamanlarda tahta kaşıklarla yemek yedikleri ifade edilmiştir.

5. SONUÇ

Kültürel farklılıklar bölgeden bölgeye hatta sokaktan sokağa bile değişkenlik göstermektedir. Karadeniz bölgesinde kıyı ve iç kesimler arasında kültürel ve yemek farklılıklarının hayli fazla olduğu görülmektedir. Bu farklılık aynı zamanda zengin mutfak kültürünün oluşmasına katkıda bulunmaktadır. Sinop mutfak kültüründe de kıyı ve iç kesimlerde farklılıklar olduğu görülmüştür. Sinop ili, geleneklerini ve mutfak kültürünü yaşatma konusunda başarılı sayılabilecek iller arasında gösterilebilir.

Çalışma sonucunda Sinop'ta özel günlerde yapılan uygulamaların son zamanlarda unutulmaya başlandığı veya çok az uygulandığı belirlenmiştir. Bu durumun temel sebebi köyden kente göçlerin artması, sosyal ilişkilerin zayıflaması, internet ve televizyonun yaygınlaşması gösterilebilir. Ayrıca kadınların iş hayatında daha fazla aktif rol alması evde yemek yapımının azalmasının başlıca sebeplerindendir. Çalışma hayatından sıkılan insanların tatil günlerinde deniz, kum, güneş ihtiyacını karşılamak üzere farklı yerlere gitmesi de gelenek ve göreneklerin unutulmasına etki eden durumlar arasında gösterilebilir.

Mutfak kültürünün değişimi ile birlikte yörede tüketilen yemeklerin unutulmaya başlaması Sinop'a ait değerlerin kaybolmasına neden olmaktadır. Şüphesiz kültürün temelini yemek oluşturmaktadır. Sinop mutfak kültürü ve yemek çeşitliliğinin yaşatılması için alınması gereken önlemler şu şekilde sıralanabilir;

- Sinop konusunda yapılacak çalışmalara valilik ve il kültür turizm müdürlüğü gibi kurumların destek vermesi,
- Unutulan kültürel değerle ve yemek çeşitliliğinin kayıt altına alınabilmesi için akademisyenlerin teşvik edilmesi,
- Kent hafızası olarak nitelenen belirli bir yaşın üstündeki insanlar hayatını kaybetmeden önce görüşmeler gerçekleştirilmesi,
- Sinop'ta, bölgenin değerlerini yansıtan birden fazla festival düzenlenmesi gerekmektedir.

KAYNAKÇA

1. Avcı, M. ve Şahin, İ. (2014). Geleneksel Kastamonu Mutfağı Ve Yemek Kültürü. KSBD Karadeniz Özel Sayısı, 6, 31- 56.
2. Çelik, S. D. Y. (2010). Mengen'de Özel Gün Yemekleri. *Milli Folklor Dergisi*, 22(86), 127- 139.
3. Demirel, H. ve Ayyıldız, S. (2017). Mutfak Kültürü ve Değişimi; Giresun İli Örneği. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 5(4), 280- 298.
4. Erol, Ş. S. (2015). Bartın'da Özel Günler; Bayram, Tören Ve Kutlamalar. *UGHAD*, 1(1), 43- 68.
5. Ertaş, Y. ve Gezmen Karadağ, M. (2013). Sağlıklı Beslenmede Türk Mutfak Kültürünün Yeri. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi / Gümüşhane University Journal of Health Sciences*, 2(1), 117- 136.
6. Güler, S. (2010). Türk Mutfak Kültürü Ve Yeme İçme Alışkanlıkları. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 26(S 1), 24- 30.
7. İslamoğlu, A.H. Alnıaçık, Ü. (2016). *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri*; İstanbul: Beta
8. Karaçar, E., Doğancılı, O. S. ve Ak, S. (2018). Gastronomik değerler kapsamında Sinop mutfağına özgü bir değer: nokul.
9. Kaya, F. ve Akpınar, E. (2017). Kutadgu Bilig'de Türk Yemek Adabı Ve Kültürü. *Electronic Turkish Studies*, 12(21), 335- 348.
10. Seçim, Y. ve Şen, A. (2018). Konya Mutfak Kültürü Üzerine Nitel Bir Araştırma. *Sosyal Bilimler Dergisi / The Journal of Social Science*, 5(32), 552- 560.
11. Solmaz, Y. ve Altın, D. D. (2018). Türk Mutfak Kültürü ve Beslenme Alışkanlıkları Üzerine Bir Değerlendirme. *Safran Kültür ve Turizm Araştırmaları Dergisi*, 1(3), 108- 124.
12. Türk, H. ve Şahin, K. (2004). Antakya Geleneksel Yemek Kültürü. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(2), 1- 17.
13. Yazar, A. (1992). Sinop İli Turizm Envanteri, Sinop: Sinop Valiliği İl Turizm Müdürlüğü.
14. Ceylan, F. ve Yaman, M. (2018). Ritüele Dönüşen Mutfak: Mevlevi Mutfağı. *Itobiad: Journal Of The Human & Social Science Researches*, 7(3), 2173- 2179.
15. Eroğlu, E. ve Sarıca, N. (2012). Midyat Süryanilerinin Düğün Gelenekleri. *Electronic Turkish Studies*, 7(3), 1189- 1199.
16. Güldemir, O. ve Işık, N. (2011). Nevşehir Mutfak Kültürü ve Yemekleri. *Uluslararası Nevşehir Tarih ve Kültür Sempozyumu*, 6, 16- 19.
17. Işık, N., Kılıçaraslan, A., Güldemir, O., Derin, D. Ö. ve Barı, N. (2017). İlginç Mutfak Kültürü Ve Yemekleri. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (38), 86- 94.
18. Kartal, A. (2017). Türk Kültürü İçinde Bozkır (Konya) Düğün Geleneğinin Değerlendirilmesi. *Karadeniz*, (36), 34- 46.
19. Kaya, F., & Akpınar, E. (2017). Kutadgu Bilig'de Türk Yemek Adabı Ve Kültürü. *Electronic Turkish Studies*, 12(21), 335- 348.

20. Tunçdöken, F. (2009). Zeytinbağı (Tirilye)'nin Renkli Yemek Mirası. *Uludağ Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(16), 159-166.
21. Ünal, A. (2016). Yahudi Düğün Gelenekleri. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 5(2), 225- 241.
22. Yılmaz, O. (2016). Artvin Yöresinde Bir Sofra Adabı Aktarıcısı Olarak Yesa Mamalı Kosa Geleneği. *Ukhad*, 1(6), 13- 20.
23. Sağır, A. (2012). Bir Yemek Sosyolojisi Denemesi Örneği Olarak Tokat Mutfağı. *Electronic Turkish Studies*, 7(4), 2675- 2695.
24. Çerikan, F. U. (2019). Türk Ailesinde Sofra Adabı, Denizli Örneği Ve İşlevselliği. *Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim (Teke) Dergisi*, 8(1), 481-511.
25. Nahya, Z. N. (2012). Gaziantep'te Bir Kültürel Mekân Olarak Mutfak. *Folklor/Edebiyat*, 18(69), 9-24.
26. Hatipoğlu, A. ve Batman, O. (2014). Osmanlı Saray Mutfağı'na Ait Gastronomik Unsurların Günümüz Türk Mutfağı İle Kıyaslanması. *Seyahat Ve Otel İşletmeciliği Dergisi*, 11(2), 62- 74.

KAYNAK KİŞİLER

- K1: Altıntaş, Selma 1979, Sinop/Ahmet Yeri Köyü
- K2: Bal, Hanife 1956, Sinop/Sarıkum Köyü
- K3: Bal, Hatice 1984, Sinop/Taşman Köyü
- K4: Bal, İsmail 1949, Sinop/Sarıkum Köyü
- K5: Bingöl, Sevim 1945, Sinop/Türkeli
- K6: Böke, Esra 1974, Sinop/Şamlıoğlu Köyü
- K7: Çelik, Ayşe 1956, Sinop/Erfelek Hasandere Köyü
- K8: Çevrici, Nedime 1945, Sinop/Boyabat Salar Köyü
- K9: Demirboğa, Fatma 1972, Sinop/Boyabat
- K10: Erdal, Melek 1964, Sinop/Durağan İncir Köyü
- K11: Genç, Huriye 1966, Sinop/Boyabat
- K12: Genç, Mehmet Tahir 1965, Sinop/Boyabat
- K13: Genç, Nuran 1962, Sinop/Boyabat Daylı Köyü
- K14: Genç, Sevda 1972, Sinop/Boyabat
- K15: Gökçeoğlu, Hatice 1961, Sinop/Boyabat
- K16: Göl, Sündüs 1940, Sinop/Sarıkum Köyü
- K17: Göl, Şehri 1961, Sinop/Abalı Köyü
- K18: Gören, Sıdıka 1969, Sinop/Merkez
- K19: Kabaoğlu, Hayriye 1967, Sinop/Boyabat
- K20: Kastarcı, Esna 1974, Sinop/Saraydüzü
- K21: Kılıç, Keriman 1964, Sinop/Boyabat
- K22: Kılıç, Ramazan 1963, Sinop/Boyabat Kayaboğazı Köyü
- K23: Kocabaş, Fatmagül 1969, Sinop/Boyabat Karacaören Köyü
- K24: Kuru, Gülsün 1970, Sinop/Gerze
- K25: Oğuzgiray, Hadiye 1952, Sinop/Kabalı Köyü
- K26: Özdemir, Kamer 1953, Sinop/Sarıkum Köyü
- K27: Şahin, Nurşen 1936, Boyabat/Lala Köyü
- K28: Yurdagül, Necla 1963, Sinop/Durağan
- K29: Yürük, Halise 1946, Sinop/Boyabat
- K30: Yürük, Şükran 1955, Sinop/Boyabat

GASTRONOMİ TURİZMİNİN GELİŞTİRİLMESİ İÇİN KADIRLI MUTFAĞI ÜZERİNE
BİR ARAŞTIRMA
A RESEARCH ON KADIRLI CUISINE FOR THE DEVELOPMENT OF GASTRONOMIC
TOURISM

Dr. Öğr. Üyesi Önder YAYLA

Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi, Kadirli Uygulamalı Bilimler Yüksekokulu,
Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü

ÖZET

Yöresel mutfak bir destinasyona farkındalık yaratan en önemli unsurların başında gelmektedir. Özellikle günümüzde insanlar seyahat edecekleri destinasyonların mutfak kültürünü önceden araştırmakta ve destinasyon seçimlerini buna göre belirlemektedir. Dolayısıyla, iletişim çağında sahip oldukları mutfak özelliklerini çevrimiçi ortamlara aktaramayan destinasyonlar ellerindeki rekabet avantajlarını da kaybetmektedir. Araştırmanın amacı Osmaniye ilinin Kadirli ilçesine özgü yemeklerin belirlenerek bunların çevrimiçi ortamlara aktarılmasına katkı sağlamaktır. Ayrıca belirlenen yemekler için standart tarifler geliştirilerek bunların besin değerleri de hesaplanmıştır. Araştırma kapsamında 55 farklı yemek reçetesine ulaşılmış ve bunlar Kadirli ilçesi için oluşturulan sosyal medya hesaplarından herkesin paylaşımına açılmıştır. Diğer taraftan, Kadirli mutfağına özgü yemeklerden 10 tanesi standartlaştırılarak bunların besin değerleri hesaplanmıştır. Araştırma kapsamında, Pirpirim Çorbası, Sütlü Çorba, Dövmeli Yoğurtlu Çorba, Paça Çorbası, Ekşili Kömeç, Kadirli Sucuğu, Fos Ciğer Kebabı, Tava, Asıda Tatlısı ve Fıstıklı Burma Tatlı yemekleri için standart tarifler oluşturulmuştur. Daha sonra ilgili yemeklere ilişkin besin değerleri hesaplanmıştır. Araştırma ile Kadirli mutfağının çevre ilçelerden aldığı göçler nedeniyle sürekli değişim halinde olduğu ve bu nedenle yöreye özgü yemeklerin sayıca az olduğu bulunmuştur. Çevre illere özgü yemeklerin ilçe mutfağında da olduğu ama yemeklerin malzeme ve yapılaş bakımından füzyon mutfak özellikleri gösterdiği görülmüştür. Başka bir deyişle, yemeklerin hangi il'in mutfağına daha çok benzerlik gösterdiği belirlenememiştir. Bununla birlikte, Kadirli yemeklerinde özellikle baharatların yoğun olarak kullanıldığı tespit edilmiştir. Araştırma sonucunda, Kadirli mutfağının yazılı kaynaklara yeteri kadar aktarılamadığı görülmüştür. Kadirli mutfağının yerel yönetim ve özel sektör işbirliği ile kayıt altına alınması ilerde gastronomi turizminin geliştirilmesi açısından yararlı olacaktır. Ayrıca, yerel yönetimlerin sosyal medya platformlarını etkili bir şekilde kullanması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Yöresel mutfak, Kadirli mutfağı, Füzyon mutfak, Gastronomi turizmi.

ABSTRACT

Local cuisine is one of the most important elements that creates awareness for a destination. Especially nowadays, people research the culinary culture of the destinations in advance and determine their destination choices accordingly. Therefore, destinations that cannot transfer their culinary features to online environments lose their competitive advantages. The aim of the research is to determine the dishes specific to Kadirli district of Osmaniye and contribute to the transfer of them to online environments. In addition, standard recipes were developed for the food and their nutritional values were calculated. Within the scope of the research, 55 different food recipes were collected and these were made available to everyone through the social media accounts created for Kadirli district. Later, 10 of the dishes specific to Kadirli cuisine were standardized and their nutritional values were calculated. Standard recipes were prepared for Pirpirim Soup, Milk Soup, Yoghurt Soup with Cracked Wheat, Trotter Soup, Sour Kömeç, Kadirli Sausage, Lung Kebab, Tava, Aside Dessert and Burma Dessert with Pistachio. The nutritional facts of the respective dishes were then calculated. According to the research, it is found that Kadirli cuisine is constantly changing due to the migrations it receives from the surrounding districts and therefore the number of dishes specific to the region is low. It is seen that the dishes specific to the surrounding provinces are also in the district cuisine, but the dishes show fusion cuisine characteristics in terms of materials and preparation process. In other words, it is not possible to determine which province's cuisine is more similar to the cuisine. However, it was determined that spices were used extensively in Kadirli dishes. As a result of the research, it was seen that Kadirli cuisine could not be transferred to written sources sufficiently. Recording the Kadirli cuisine in cooperation with the local administration and the private sector will be beneficial for the development of gastronomic tourism in

the future. In addition, it is recommended that local administrations should use social media platforms effectively.

Keywords: Regional Cuisine, Kadirli Cuisine, Fusion Cuisine, Gastronomy Tourism.

TÜRKİYE'DE COĞRAFI İŞARETLİ GASTRONOMİ ÜRÜNLERİNİN MEKÂNSAL
DAĞILIMI
SPATIAL DISTRIBUTION OF GASTRONOMIC PRODUCTS WITH GEOGRAPHICAL SIGNS
IN TURKEY

Dr. Öğr. Üyesi Önder YAYLA

Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi, Kadırlı Uygulamalı Bilimler Yüksekokulu, Gastronomi ve Mutfak
Sanatları Bölümü

ÖZET

Küreselleşme bir yandan yaşadığımız dünyayı küçük bir köy haline getirirken diğer yandan da yerelliğin yavaş yavaş yok olmasına neden olmaktadır. Yerelliğin yok olmaya başlaması ve son yüzyılda dünya genelinde fast-food gibi sağlıksız yemek akımlarının yaygınlaşmasıyla insanların beslenme biçimleri her geçen gün daha kötüye gitmektedir. Günümüz yeni yemek akımları artık daha sağlıklı olduğu düşünülen yerel beslenme tarzlarını ön plana çıkarmaktadır. Bu yerelleşmenin gastronomi alanındaki yansıması coğrafi işaretlemelerdir. Coğrafi işaretler ile yöresel ürünlerin korunması ve gelecek nesillere aktarılması sağlanmaktadır. Ayrıca coğrafi işaretler, yöresel ürünlerin belirli standartları sağlamalarına da yardımcı olmaktadır. Günümüz tüketim toplumunda yerel ürünlerin değişim geçirerek küresel pazara sunulması nedeniyle coğrafi işaretlemeler her geçen gün daha da önem kazanmaya başlamıştır. Bu çalışmanın amacı Türk Patent ve Marka Kurumu tarafından tescillenmiş ve başvuru süreci devam eden gastronomi ürünlerinin coğrafi bilgi sistemleri ile ülke genelindeki mekânsal dağılımının belirlenmesi ve coğrafi işaretli gastronomi ürünleri bakımından zengin şehirlere gastronomi turizmi bağlamında yol haritası oluşturulmasıdır. Araştırma kapsamında coğrafi işaretli gastronomi ürünlerinin belirli alanlarda kümelendiği tespit edilmiştir. Özellikle Akdeniz Bölgesi'nin güneyinin ve Güneydoğu Anadolu Bölgesi'nin batısının coğrafi işaretli ürünler bakımında zengin olduğu belirlenmiştir. Bu bölgeye gastronomi turlarının oluşturulması ve gerekli tanıtımın yapılması gerekmektedir. Ayrıca il düzeyinde incelendiğinde Şanlıurfa, Gaziantep, Sivas, Kastamonu, Bolu, Erzurum ve İzmir şehirlerinin mutfak açısından zengin yemeklere sahip oldukları tespit edilmiştir. Gaziantep, Hatay ve Afyonkarahisar illerinin de dâhil olduğu UNESCO Yaratıcı Şehirler Ağı Gastronomi alanına gerekli hazırlıklar yapılarak diğer şehirlerinde dâhil edilebilmesi için gerekli çalışmaların yapılması bu şehirlerdeki gastronomi turizminin geliştirilmesi için yararlı olacaktır. Ayrıca, Türk ürünlerinin uluslararası alanda tescillenmesi ve coğrafi işaret alması Türk mutfağının tanıtılması ve Türkiye'de gastronomi turizminin geliştirilmesi açısından önemlidir.

Anahtar Kelimeler: Gastronomi, Coğrafi İşaretleme, Coğrafi Bilgi Sistemleri, Türk Mutfağı

ABSTRACT

Globalization, on the one hand, makes the world we live in a small village and on the other hand, causes locality to disappear gradually. With the disappearance of locality and the spread of unhealthy food flows such as fast food throughout the world in the last century, people's diet is getting worse every day. Today's new food trends are now highlighting local diets (eating locally) that are thought to be healthier. The reflection of this localization in the field of gastronomy is geographical indication. Local products are protected and transferred to future generations through geographical signs. Geographical indication also enables local products to meet certain standards in a way. In today's consumer society, geographic indication is becoming more and more important as local products have undergone change in a negative way and are now available to the global market. The aim of this study is to determine the spatial distribution of the gastronomic products with geographical signs registered by or at the application stage in the Turkish Patent and Trademark Office throughout the country through Geographical Information Systems, and to create a road map for the cities that are rich in gastronomic products in the context of gastronomic tourism. Within the scope of the research, it was determined that gastronomy products with geographical signs were clustered in certain areas. In particular, the south of the Mediterranean Region and the west of the Southeastern Anatolia Region are rich in terms of gastronomy products with geographical signs. Gastronomy tours to this area should be organized and necessary promotion should be prepared. In addition, it was found that the provinces of Şanlıurfa, Gaziantep, Sivas, Kastamonu, Bolu, Erzurum and İzmir have worthy cuisine. UNESCO Creative Cities Network including Gaziantep, Hatay and Afyonkarahisar will be useful for the development of gastronomy tourism in these cities by

making necessary preparations. In addition, the trademarks and geographical indications of Turkish products in the international arena are important for the promotion of Turkish cuisine and the development of gastronomic tourism in Turkey.

Keywords: Gastronomy, Geographical indication, Geographical Information Systems, Turkish Cuisine

**MODERNİZM VE POSTMODERNİZM DÖNEMLERİNİN TÜRK MUTFAK KÜLTÜRÜNE
YANSIMASI**
REFLECTION TO TURKISH CULINARY CULTURE OF MODERNISM AND
POSTMODERNISM PERIODS

Cansu AĞAN

Öğr. Gör., İstinye Üniversitesi Güzel Sanatlar, Tasarım ve Mimarlık Fakültesi
Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü, (Sorumlu Yazar)

Hüseyin Tanju İPEK

Dr. Öğr. Üyesi, İstinye Üniversitesi Güzel Sanatlar, Tasarım ve Mimarlık Fakültesi
Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü

Nezahat İŞBİLİR YÜCEİŞİK

Dr. Öğr. Üyesi, İstinye Üniversitesi İktisadi, İdari ve Sosyal Bilimler Fakültesi
Halkla İlişkiler ve Reklamcılık Bölümü

Çağla ÖZER

Dr. Öğr. Üyesi, İstinye Üniversitesi Güzel Sanatlar, Tasarım ve Mimarlık Fakültesi
Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü

ÖZET

Kültür, bir bölgede yaşayan toplumların sahip olduğu yemek, gelenek ve görenek gibi maddi ve manevi değerleri içeren, toplumları bir arada tutan en önemli yapı taşlarından biri olup o toplumun kimliğini oluşturmaktadır. Yeme ve içme kültürü, avcı-toplayıcı döneminden başlayarak, ateşin bulunmasıyla birlikte gıdaların pişirilmesi ve çeşitli yöntemler kullanılarak lezzetlerin artırılması ve sonrasında tarım ürünlerinin evcilleştirilip üretilmesi ile farklı tarihi dönemlerden geçerek günümüze kadar gelmiştir. Mutfak ise yiyecek ve içecek çeşitlerinin hazırlandığı, pişirilip saklandığı ve tüketilen yerdir ve coğrafi koşullar, kültürel değerler, inanç, ekonomik özellikler gibi etkenlere göre şekillenerek ülkeden ülkeye çeşitlilik gösteren kültürel bir yapıdır. Geçmişten günümüze kadar köklü bir kültürel değere sahip olan Türk Mutfağı, geleneksel ve yöresel yemeklerin de bulunduğu zengin bir mutfaktır. Sanayileşme, kentleşme, farklı kültürlerin bir araya gelmesiyle değişen alışkanlıklar, modernizm ve postmodernizm etkileri, iş hayatında oluşan yoğunluk gibi nedenler Türk Mutfak kültürünün değişmesine neden olmuştur. Modernizm, 17.ve 18.yüzyılda ortaya çıkıp 20.yüzyılın ortalarına kadar gelişim gösteren çağdaşlaşma ve batılılaşmayı ifade eden bir kavramdır. Sonrasında ise günümüze kadar geçen zaman içerisinde postmodernizm kavramı ortaya çıkmıştır. Postmodernizm, modernizmin sonrası ve ötesi anlamına gelmekte olup modern düşünce ve kültüre ait temel bir kavramdır.

Bu çalışmanın amacı modernizm ve postmodernizm dönemlerinin Türk Mutfak kültüründe yaşattığı değişimleri incelemektir. Bu amaçla modernizm, postmodernizm kavramlarına yer verilerek ilgili konularda yapılan çalışmalar ele alınıp incelenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Modernizm, Postmodernizm, Türk Mutfak Kültürü

ABSTRACT

Culture is one of the most important building blocks of societies living in a region, which includes the material and spiritual values such as food and traditions and constitutes the identity of the society. Food and beverage culture comes until today from the hunter-gatherer period passing through different historical periods by cooking foods with the discovery of fire and by increasing the flavors by using various methods, and then by domesticating and producing agricultural products. Kitchen is the place where various food and beverage are prepared, cooked, stored and consumed and it is a cultural structure that varies from country to country by being shaped according to factors such as geographical conditions, cultural values, beliefs, and economic characteristics. Turkish Cuisine, which has an essential cultural value from past to present, is a rich cuisine including traditional and regional foods. The reasons such as industrialization, urbanization, changing habits that come together with different cultures, the effects of modernism and postmodernism, and the intensity in business life caused the change of Turkish Culinary Culture. Modernism is a concept that expresses modernization and westernization that emerged in the 17th and 18th centuries and developed until the middle of the 20th century. Thereafter, the concept

of postmodernism has emerged from the up to the come until today. Postmodernism means to post- and beyond the modernism and is a fundamental concept that belongs to modern thought and culture. The aim of this study is to examine the changes in Turkish Culinary Culture in modernism and postmodernism period. For this purpose, the concepts of modernism and postmodernism have been mentioned and the studies on related subjects have been examined.

Keywords: Modernism, Postmodernism, Turkish Culinary Culture

ŞEHİR MARKALAMA İÇİN BİR FIRSAT: GASTRO-TURİZM
AN OPPORTUNITY FOR CITY BRANDING: GASTRO-TOURISM

Sadık ÇALIŞKAN

Öğr. Grv. Dr., İnönü Üniversitesi Yabancı Diller Yüksek Okulu, (Sorumlu Yazar)

ÖZET

Gastro Turizm son yıllarda yaygınlaşan yemek deneyimini esas alan niş bir turizm etkinliğidir. Dünya Gıda Seyahat Birliği (WFTA), gastro turizmi eşsiz ve akılda kalıcı yiyecek ve içecek deneyimleri için seyahat etmek olarak tanımlar. Turistik destinasyonların çoğu için, gastronomi imajlarında ve markalarında stratejik bir rol oynamaktadır. Amerika ve Avrupa’da pek çok şehir ve bölge yerel ürünleri ve yemekleri ile tanınarak markalaşmış ve en çok seyahat edilen destinasyonlar haline gelmiştir. Bununla birlikte pek çok şehir ve bölge gastronomi olarak adlandırılan bu turistleri çekmek ve pazardan pay alabilmek için amansız bir yarış içerisinde. Ülkemizde Fırat Havzasında sayısız medeniyete ve kültüre ev sahipliği yapan Malatya, Elazığ, Tunceli ve Bingöl şehirleri yemek kültürü anlamında da eşsiz bir çeşitliliğe sahiptir. Bu bölge hem Città Slow adı verilen yavaş yemek hareketinden vejetaryen yemek turizmine kadar farklı segmentlerde gastro turiste hizmet verebilecek bir çeşitliliği barındırmaktadır. Bu şehirlerin markalaşmasında, yerel ürünlerinin tanıtımında gastro turizm bir fırsat olarak değerlendirilebilir. Gastro turizm için bütüncül yaklaşımlar bu bölgeyi bir destinasyon haline getirme potansiyeline sahiptir. Bu şehirleri içine alacak ulusal ve uluslararası yemek turlarının düzenlenmesi, yemek festivalleri ve yarışmaları ile bu bölgenin yemekleri ile dünya mutfaklarını birleştirecek füzyon mutfağı çalışmaları gibi etkinlikler, bölgede hizmet sektöründeki lokantaların kalitesinin artırılması, gıda güvenliği ve hijyen gibi alanlarda sertifikasyon, bu sektörde çalışan personelin eğitimi ve bu şehirlerin alt yapı olarak gastro turizmi kucaklayacak hale getirilmesi gastro-turizmin gelişmesi, sürdürülebilir olması ve paydaşların bu turizmin ekonomik faydalarından yararlanmaları için elzemdir. Bu çalışma bu bölgenin markalaşmasında gastro turizmin önemini olası faydalarını ve bu konuda yapılması gerekenleri diğer dünya şehirlerinden örneklerle göstermek amacı ile yapılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Gastro-turizm; Şehir Markalama; Yemek Turizmi

ABSTRACT

Gastro Tourism is a niche tourism activity based on the dining experience that has become widespread in recent years. The World Food Travel Association (WFTA) defines gastro tourism as traveling for unique and memorable food and beverage experiences. For most tourist destinations, it plays a strategic role in gastronomic images and brands. Many cities and regions in America and Europe have become famous and branded with local products and dishes and have become the most traveled destinations. However, many cities and regions are in a relentless race to attract these tourists, who are called gastronomists, and to get market share. The cities of Malatya, Elazığ, Tunceli and Bingöl, which host numerous civilizations and cultures in the Euphrates Basin in our country, also have a unique variety in terms of food culture. This region offers a variety of services to serve gastro-tourists in different segments, from slow food movement called Città Slow to vegetarian food tourism. Gastro tourism can be considered as an opportunity for branding of these cities and promotion of local products. Holistic approaches to gastro-tourism have the potential to make this region a destination. Organizing national and international food tours to include these cities, food festivals and competitions, fusion cuisine activities that will combine the dishes of this region with the world cuisines, increasing the quality of the restaurants in the region, certification of food safety and hygiene, training of personnel working in this sector and making these cities embracing gastro tourism as an infrastructure is essential for the development, sustainability of gastro-tourism and for the stakeholders to benefit from the economic benefits of this tourism. This study was carried out with the aim of demonstrating the importance of gastro tourism in the branding of this region, the possible benefits and the things to be done with examples from other world cities.

Keywords: Gastro-tourism; City Branding; Food Tourism

MUTFAK DİPLOMASİSİ ÖRNEĞİ OLARAK TAYLAND MUTFAĞI
THAI KITCHEN AS AN EXAMPLE OF CULINARY DIPLOMACY

Sadık ÇALIŞKAN

Öğr. Grv. Dr., İnönü Üniversitesi Yabancı Diller Yüksek Okulu,(Sorumlu Yazar)

ÖZET

Yiyecek, içecek ve mutfak kültürünün ülkeler ve halklar arası etkileşimi ve işbirliğini geliştirmek için bir araç olarak kullanımını mutfak diplomasisi olarak isimlendirilir. Yiyecek ve içeceği başka insanlarla iletişim kurmak, onları olumlu olarak etkilemek amacı ile kullanmanın bir yoludur. Bu diplomasi çeşidi son yıllarda özellikle Malezya, Güney Kore, Japonya, Peru gibi ülkelerde planlı bir devlet politikası ile çeşitli programlarla desteklenmektedir. Mutfağı diplomasi amacı ile en etkili kullanan ülkelerden biri de Tayland'dır. Tayland devletinin 2002 yılında başlattığı "Global Thai" programı ile hem ülkenin yurtdışında tanıtımı yapılmış hem de Tayland'a gelen ya da Tayland ürünleri kullananların sayısında büyük bir artış olmuştur. Bu program ile 2002 yılında dünyada toplam 5500 olan Thai lokantası sayısı 2018 itibari ile 15000'i geçmiştir. Bu lokantalar için prototipler oluşturulmuş, yatırımcılar teşvik edilmiş, yatırımcılara bu lokantaları açmaları için düşük faizli ya da faizsiz krediler verilmiştir. ve 3 ayrı prototip lokanta modeli geliştirilmiştir. Yemek menüleri ve servisleri çeşitlendirilmiş, tüketiciler için satın alınabilir menü planları oluşturulmuştur. Bunun yanında yerel tatlar üzerine pazar araştırmaları yapılmış ve insanların yemek zevkleri analiz edilmiştir. Bu mutfakla ilgili çeşitli yemek kitapları yayınlanmıştır. Yabancı televizyon kanallarında Thai mutfağının lezzetlerini anlatan yemek programlarının yayınlanmıştır. Sürekliliği ve kaliteyi sağlamak amacı ile şef ve lokanta personellerin yetiştirilmesi için okullar açılmıştır. Bu çalışma "Global Thai" programından hareketle mutfak diplomasisi için bir programın nasıl inşa edilebileceği, sürdürülebileceği gibi konuları betimlemek için hazırlanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Mutfak Diplomasisi; Tayland Mutfağı; Global Thai

ABSTRACT

The use of food, beverage and culinary culture as a tool to promote interaction and cooperation between countries and peoples is called culinary diplomacy. It is a way of using food and beverages in order to communicate with other people or influence them positively. This type of diplomacy has been supported by a planned state policy and various programs in recent years, especially in countries such as Malaysia, South Korea, Japan and Peru. Thailand is one of countries that use the culinary for the purposes of diplomacy. With the "Global Thai" program launched by the Thailand Government in 2002, the country was started to be promoted abroad and thanks to the program there was a huge increase in the number of people coming to Thailand or people using Thai products. With the help of this program, the number of Thai restaurants in the world increased from 5500 in 2002 to 15000 in 2018. Prototypes were created for these restaurants, investors were encouraged to invest in the new opening restaurants worldwide by giving loans with low or no interests and three different prototype restaurant models were developed. Market research on local tastes was conducted; the tastes of people were analyzed. Besides, food menus and services have been diversified and purchasable menu plans have been created for consumers. In addition, several cookbooks showing the tastes of Thai Kitchen have been published. Food programs on Thai cuisine were broadcasted on foreign television channels. In order to ensure continuity and quality, schools were opened to train chefs and restaurant staff. This study is designed to describe how to build and maintain a program for culinary diplomacy based on the "Global Thai" program.

Keywords: Culinary Diplomacy; Thai Kitchen; Global Thai

СЕГІЗ СЕРІ ПОЭЗИЯСЫНЫҢ ДЫБЫСТЫҚ ӘУЕЗДІЛІГІ

Қожабек Азамат

Түркістан облысы, Түркістан қаласының номер 26 жалпы орта мектебі

Төл мәдениетіміздің мәйегі сал-серілер поэзиясының қазақ өлеңтануында алатын орны ерекше. Өндері халық әні қатарында жүрген Сегіз серінің (Мұхаммед-Ханапия) туындылығы сарқылмайтын, таусылмайтын қазына.

«Сал-серілік дәстүрі — қазақта өте ерте дәуірден келе жатқан халықтың тіршілігіне көп жаңалық әкеліп, әдебиетке игі әсерін тигізген мәдениетіміздің бір жарқын үлгісі. Қазақ ауыз әдебиетіне жүгінсек, ескі дәуірдегі серілік өнерді бастаушының бірі — Қорқыт баба екенін білеміз. Ол атақты шешен, ел басқарушы болумен бірге дүлдүл жырау, асқан күйші, қобыз жасап оны қазақ топырағында алғаш сөйлеткен кемеңгер. Сол өнерпаздар тобының теріскей Сарыарқадағы басшылары Салғара Жанкісіұлы (1759—1859 ж. ж.), Жанак Қамбарұлы (1760—1857 ж. ж) Шағырай сал, Жанат сері (екеуі де Шақшақұлы) болған. Осы өнерпаздар тобына ілесе шығып сал-серіліктің туын көтерген, олардан үлгі алған атақты батыр, әйгілі ақын, теңдессіз әнші және күйші, он саусағынан өнері тамған шебер, атбегі, құсбегі, аңшы, палуан, мерген Сегіз сері Баһрамұлы Шақшақов болды. Ол өз тұсында сал-серілер мектебінің алғаш ұйымдастырушысы болған.» [1, 16]

Сөз зергері Сегіз сері (Мұхаммед-Ханапия) сүйген жары Мақпалға арнаған бірнеше өлеңінің поэтикалық-музыкалық мазмұнына, дыбыстық әуезділігіне назар аударсақ : Атақты «Гауһар тас» өлеңінің эвфониясы:

**Ажарың \ашық екен\ атқан тандай,
Нұрлы екен \екі көзің\ жаққан шамдай.
Анаңнан \сені тапқан\ айналайын,
Күлім көз, \оймақ ауыз,\ жазық маңдай!**

Қайырмасы :

Беу-беу, \гауһар тас,\
Кұсни құрдас,\
Раушан жүзің\ көргенде,
Сәулем-ау, \сабырым қалмас.\ [2,24]

Өлең ырғағы 11 буынды қара өлең ұйқасының 3+4+4 өрнегімен өрілсе, ән қайырмасы 2+3, 4, 4+3, 3+5 өрнегімен түзілген. Әуендік ырғақ желдірме емес, баяу, асықпай айтуға негізделген. «Беу-беу» сөзі өлеңнің эмоционалдық-экспрессивтік реңкін арттырып тұр. Салыстырмалы суреттеулер (атқан тандай, жаққан шамдай), қарамен көрсетілген бірөңкей дыбыс өрнектері (-ай-, -ақ-) көркемдік-экспрессивтік сипатқа ие болып, бірнеше ойды білдіре алған. «Бір дыбысты қайталап көп қолданудың шығарманың алдына қойған мақсаты, автордың айтайын деген ойына байланысты. Дыбыс қайталақтауының өзі мазмұнмен байланысты болады», -дейді профессор Қ.Жұмалиев [3, 191] Ал, өлеңтанушы ғалым С.Негимов «...өлеңдегі үндестік дыбыстар жүйесінің орналасу тәртібінен туатын қасиеттің бірі. Үн келісімі ой-ырғағы келісімімен ұштасқанда ғана эстетикалық мәнге ие болады», [4,78]- деп өлеңнің әсемдік қырын аша түседі. Алғашқы шумақтағы сөздердің синтаксистік құрылысын симметриялы қылып, орнын ауыстырып, 11 буынды қара өлеңнің 4+3+4 өрнегіне реттейтін болсақ, бұл тармақтардағы ырғақ ауырлап, тежеліс туатынын байқаймыз. Десек те *ашық екен*, *нұрлы екен* сөздері өлең әуезділігінің бірден-бір кілті, сонымен бірге мұндағы әуендік ырғақ - ғашық жан сезімінің айнасындай.

Ән қайырмасының мазмұнындағы дыбыстардың топтасуы, дыбыстардың орайласуы «сәулем-ау» сөзіне саяды.

Ажарың ақ түлкідей қашқан құмнан,
Шолпандай таң алдында жалғыз туған.
Жылы су, қолда құман, қарда орамал,
Жібекпен қызыл гәріс белін буған. [2,24]

Бұл шумақтағы ой өзегін ақын ажарды «ақ түлкіге» ұқсату арқылы суреттейді. Осыған сәйкес «л» дыбысы 9 рет қолданылып, ән мазмұнын ажарландыра түскен.

Басасың аяғыңды **ырғаң-ырғаң,**
Сылдырап шашбауың мен алтын **сырғаң.**
Жай жүріп шаттанасың әсерленіп,
Әсемсің жүйрік аттай мойнын **бұрғаң.** [2,24]

«Гауһар тас» өлеңіненгі әр шумақ өзінше, әркелкі дыбыстармен безендірілген. Қарамен белгіленген ортақ дыбыстардың қайталануы ырғақтылыққа көшкен. Осылайша әр шумақ өзіндік ерекшелігімен өлеңнің көркемдік тұтастығын нығайта түскен.

Ал, 2013 жылы «Жалын» баспасынан Социал Жұмабаевтың құрастыруымен шыққан II томдық Сегіз сері шығармалары жинағының I томында әйгілі «Гауһар тас» өлеңінің 2-түрі төмендегіше беріледі:

Ажарың \ашық екен\ атқан таңдай.\
Бейне бір \қараңғы үйге\ жаққан шамдай.\
Анаңнан \сені тапқан \айналайын,\
Бота көз,\ қыр мұрынды,\ **ақша** маңдай\ [2,25]

Мұнда да дыбыстардың жарасымдылығы, ырғақ жатықтығы, сонымен қатар өлеңнің эстетикалық мәні де ерекше. «Мұның арқасында өлеңнің дыбысталу жүйесі әсем әуенмен көмкерілген». [4,78] Сүйген аруының сұлулығын айға балауы дыбыс құрылысында да әдемі өрнектелген. .

Әрі **әнші,**\ шын шешенсің\ бір жезтаңдай,\
Көркінді \көрген пенде \мас болғандай.\
Қаламқас, \оймақ ауыз,\ ат жақтым-ау,\
Жаралған \балғын денең\ ғапы қалмай. [2,25]

«Гауһар тас» өлеңінің бірінші түрінде жоқ бұл шумақтағы *шын шешенсің, көркінді көрген пенде* сөздеріндегі бастапқы дауыссыз дыбыстардың қайталануы дыбыс әуенін түрлендірген. Ұйқасушы негіздердің бір дыбыстық үндестікке негізделуі өлеңге оң беріп тұр.

Ажарың \ақ бөкендей\ қашқан құмнан,\
Шолпандай \таң алдында\ жалғыз туған.\
Басыңда \кәмшат бөрік,\ қолда жүзік,\
Жібекпен\ қызыл гәріс\ белін буған. [2,25]

Бұл шумақтағы 3-қатар «Гауһар тас» өлеңінің бірінші түрі 2-шумағына (Жылы су, қолда құман, қарда орамал) қарағанда сәтті түзілген сияқты, себебі тұтастай суреттеуге негізделген. Сан ғасырларды сөйлеткен бұл туындының мұндай өзгешеліктерінің болуы заңды да.

Сегіз сері сүйген аруы Мақпалды гауһар тасқа теңеуін лирикалық «Қалқаш» [2,47] өлеңінде жалғастырған. Бұл өлең 11 буынды жыр өлшемінің 3+4+4 өрнегімен өрнектелсе де, әуені басқа. «Аршын төс, аққу мойын, беу, Гауһар тас», «Достасқан үш жыл бойы, ей, Гауһар тас », «Гауһар тас, сізден басқа сүйерім жоқ» жеген өлең жолдары композициялық тұтастықты сақтап тұр. Сегіз серінің қай өлеңін алмайық, дыбыстық үндесуі өте көркем. Мақпалға қолы жетпей құмартқан лирикалық қаһарманның сұрағынан үйлесуші мүшелер құралып, өлеңнің мағыналық

салмақтылығына үлкен үлес қосып тұр. Көңілі алай-дүлей болған жанның жүрегінде тыныштық болсын ба? Өлең мазмұнына сай 3 шумақтағы үйлесуші мүше шартты райдың –са,-се жұрнағы арқылы жасалынған. «Өзің біл жау қолына еріп кетсен» деп Мақпалға ренішін білдіреді.

Мазмұны осы өлеңге ұқсаған «Бозшұбар» [2,23] өлеңі де он бір буынды жыр өлшемінің 3+4+4 ырғығына негізделген. Қара өлең ұйқасымен өрілген бұл өлеңнің әсемдігі соңғы бунақ болса да, тармақ түзілісіне мән берсек, сөздер бірөңкей жуан немесе бірөңкей жіңішке болып тізілмеген. «Түнде мен ұйықтап жатып көрсем бір түс», «Соңынан ұшып кетті екі аққу құс», «Сусындар шөлдегенде айна көл жоқ», т.б. тармақтар жуан және жіңішке дауысты сөздер алма кезек қаланып, өлең ұйқасын түзетін бунақ толығымен не жуан не жіңішке дауыстылардан құралғандығы өлеңнің эвфониясын құлпыртып жіберген.

Осы сарындас Мақпалға арнаған «Қызғалдақ» [2,95] өлеңіне назар аударсақ. Дәстүрлі 3+4+4 жыр өлшемі мұнда сұлу жардың портретін жасауды емес, эпикалық баяндауды мақсат еткен. Тармақ саны әртүрлі 8 шумақтан құралған өлең ой ағымына байланысты төрт буынды екі дыбыстық үндестікке негізделген. Олар жеке сөздердің ұйқасуымен қатар құрама, яғни әр тармақта ұйқас жасауға екі сөздің қатысуынан да көрінеді.

Алғашқы шумақтағы 4 тармақтың ұйқасушы мүшелері 4 буынды зат есімнен жасалынса (Иран бақ, сіз қызғалдақ, сіз шамшырақ), кейінгі тармақтардағы ұйқасушы мүшенің біріншісі етістік, екінші және үшіншісі зат есім (өте жырақ-егіз ылақ, сіз бір шабақ), етістіктен (еттім талап, жанасалап, күліп-ойнап, терең ойлап, найза бойлап, тілін байлап) жасалынған.

Өлеңнің екінші шумағындағы ұйқасушы мүшелер «Гауһар тас» өлеңіндегідей –дай, яғни теңеу, ұқсатып суреттеу негіз болғанмен, зат есімді де орайластырған (жазық маңдай- шекер балдай-тал шыбықтай-жібек талдай- ісің қандай- жаққан шамдай; қойның жұмақ-күндыз, жанат-құйрық қанат) Үшінші шумақтағы ұйқасушы мүшелер де зат есім және етістікпен үйлестірілген (сізді құшқан-қалың дұшпан-бірден ұшқан; сіздер алтын- туған халқын- маған салқын; шайқалдырып-тайпалдырып- ой салдырып).

Төртінші шумақтағы ұйқасушы негіз негізінен етістіктен жасалынған (ойнақтайсыз-қаймақтайсыз-байқатпайсыз-жалықпайсыз-шарықтайсыз- қаймықпайсыз- айнымайсыз, бейіш жұмақ-мінсең пырақ-жалғызсырап-сауал-сұрақ; сұлу Шырын-іштің сырын-сөздің шынын). Алғашқы тармақтардағы дыбыстық үндестік, бірен-саран дыбыстарды айтпағанда, дауысты а-ы, сондай-ақ, дауыссыз қ-й-с-з дыбыстары өлеңді ажарландырса, аталмыш шумақтың соңғы тармақтарындағы дыбыстық үндесім де көпшілік сөздерде дауыссыз дыбыстарға негізделген. Бұл орайда ғалым С.Негимовтың өлеңнің әуезділігін арттыруда тек дауысты дыбыстардың ғана емес, дауыссыздардың да орны бар деген пікірін қолдаймыз.

Бесінші шумақтың ұйқасу реті мынадай: аааабабаба. Өткен күнін мақтанышпен еске алған ақын ойдың шарықтау шегіне жеткенде ұйқасқа да салмақ салған. Бірақ үйлесуші мүшелер 4 буыннан айнымай, екі дыбыстық үндестікке негізделгендіктен өлең әуезділігіне нұқсан келмеген. Бұл ұйқасушы мүшелер ақынның сөзді үйлестірудегі шеберлігін танытады.

6, 7, 8, шумақтар да ақын ойын құйындата, шұбыртпалы ұйқасқа сала келіп, Мақпалға көкейіндегі шерін тарқатып, қыздың келісімін сұрап (Мақпалжан, серт еткізіп соңымнан ер!) әжеттікті қара өлең ұйқасымен білдіреді.

Өмірін өлеңмен өрнектеген ақынның «Мақпал» өлеңі «қ», «к» дыбыстарының көп қолданылуымен ерекшеленеді. Мұны да мазмұннан туған өлеңнің өз ерекшелігі дер едік.

«...Біз келіп ауылыңа бастық қадам,
Ұлықтан қуғын көріп көңілім алаң.
Мақпалжан, шыныменен уәде етсең,
Алып қашып кетуге келер шамам». [2,30]

4 шумақтан құралған өлеңнің өн бойы «к» дыбысы 30 рет , «к» дыбысының 17 рет қолданылуы кездейсоқ жағдай дей аламас едік. Бұл дыбыстар ақын жүрегін жаралаған Мақпалдың дыбыстық құрылымын аша түсу, есте ерекше қалдыру мақсатында қолданылғаны анық.

Қорыта келе, Сегіз серінің бір тақырыпта жырлаған өлеңдерінен ғана түйгеніміз мазмұны, ырғақ жүйесі, ұйқасы (қара өлең) бір болғанымен, айтар ойы, соған сай дыбыстық құрылымы әрқилы. Қай өлеңін алсақ та, дыбыстық қайталауының өзі белгілі мақсаттан туындаған. Біз мұны, әрине ақын шеберлігі деп түсінеміз. Заман көрінісін, дәуір шындығын өз өмірі арқылы, атап айтсақ, сүйген жарға деген ыстық сезімі арқылы жырлаған Сегіз сері поэзиясы - жүрегінді тулатып, әсем әуенге әсерлендіретін классикалық туынды.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі:

1. Әбуталиев Н. Сегіз сері
2. Сегіз сері (Мұхаммед-Ханапия) шығармалары. 1-том (Құраст.Социал Жұмабаев). Алматы: «Жалын баспасы» ЖШС, 2013
3. Жұмалиев Қ.Ж. Әдебиет теориясы. Алматы: Мектеп, 1969
4. Негимов.С. Өлең өрімі. Алматы, Қазақ ССР-нің «Ғылым» баспасы, 1980

KURUTULMUŞ ETLERİN MİKROBİYOLOJİK KALİTESİ VE HALK SAĞLIĞI
AÇISINDAN ÖNEMİ
MICROBIOLOGICAL QUALITY OF DRIED MEATS AND ITS IMPORTANCE IN PUBLIC
HEALTH

Hazel Tamakan^{1*} Halil Doruk Kaynarca² Fatma Kaya Yıldırım² Halit Şükür¹

¹ Yakın Doğu Üniversitesi Veteriner Fakültesi Mikrobiyoloji Anabilim Dalı

² Yakın Doğu Üniversitesi Veteriner Fakültesi Gıda Hijyeni ve Teknolojisi Bölümü

*Sorumlu yazar

ÖZET

Et, insan beslenmesinde içerdiği yüksek besin değerleri nedeniyle önemli bir yere sahiptir. Ancak içerdiği yüksek su miktarı nedeni ile mikrobiyal ve enzimatik reaksiyonlar sonucu kolayca bozulabilmektedir. Değerli bir gıda maddesi olan eti daha uzun süre muhafaza edebilmek adına yüzyıllardır farklı muhafaza teknikleri uygulanmış ve bunlardan en sık kullanılan yöntem kurutma metodu olmuştur. Etlerin kurutulması ile düşen su aktivitesi (a_w) değeri mikroorganizmaların gelişmesini inhibe etmektedir. Su aktivitesi değerinin düşmesi kurutulmuş etleri tamamen güvenli bir ürün haline getirmekte yetersiz kalmaktadır. Kurutulmuş etlerin mikrobiyal florası etlerin kesim sırası ve kesim sonrasında hijyen koşullarına bağlı olarak değişmektedir. Su aktivitesi değeri 0,60-0,90 aralığında olan kurutulmuş et ürünlerinde; bakteriler (*Pedococcus* spp., *Streptococcus* spp., *Micrococcus* spp., *Lactobacillus* spp., *Vibrio* spp. ve *Staphylococcus* spp.), mayalar (*Hansenula* spp., *Candida* spp., *Hanseniaspora* spp., *Torulopsis* spp., *Debaromyces* spp. ve *Saccharomyces* spp.) ve küfler (*Cladosporium* spp., *Paecilomyces* spp., *Penicillium* spp., *Aspergillus* spp., *Emericella* spp., *Eremascus* spp., *Wallemia* spp., *Eurotium* spp., *Chrysosporium* spp. ve *Monascus* spp.) gelişebilmektedir. Bu mikroorganizmalar kurutulmuş et ürünlerinde bozulmaya neden olabildiği gibi tüketicilerde de çeşitli hastalıklara neden olmaktadır. Bununla birlikte *Salmonella* spp., *S. aureus*, *Clostridium botulinum*, *Listeria monocytogenes* ve *E. coli* O157:H7 gibi gıda kaynaklı patojen mikroorganizmaların üretim aşamasında çiğ ette bulunması sonucu kurutma işleminde canlı kalabildikleri ve gıda zehirlenmelerine yol açtıkları bilinmektedir. Kurutulmuş et ürünleriyle yapılan çalışmalar; *L. monocytogenes*, *Salmonella* spp., *E. coli* O157 ve *E. coli* O111 kaynaklı salgınların halk sağlığını tehdit ettiği bildirilmiştir. Sonuç olarak kurutulmuş etlerin yüksek düzeyde bozulmaya neden olan ve gıda zehirlenmelerine yol açan patojen mikroorganizmaları içerebildiği görülmüştür. Patojen mikroorganizmalardan korunmak için üretim proseslerindeki su aktivitesinin hızlı bir şekilde düşürülmesi gerektiği gibi kullanılacak olan çiğ materyalin de mikrobiyolojik açıdan iyi kalitede olması gerekmektedir.

Anahtar Kelimeler: Kurutulmuş et; halk sağlığı; tehlike; gıda zehirlenmesi

ABSTRACT

Meat has an important place in human nutrition due to its high nutritional values. However, due to the high amount of water it contains, it can easily deteriorate as a result of microbial and enzymatic reactions. Different preservation techniques have been applied for centuries to preserve meat, which is a valuable food item, and the most commonly used method has been drying method. The reduced water activity (a_w) value by drying meats inhibits the growth of microorganisms. The decrease in water activity value is insufficient to make dried meat completely safe product. The microbial flora of the dried meats varies depending on the hygiene conditions of the meats during and after slaughtering. Bacteria (*Pedococcus* spp., *Streptococcus* spp., *Micrococcus* spp., *Lactobacillus* spp., *Vibrio* spp. ve *Staphylococcus* spp.), yeast (*Hansenula* spp., *Candida* spp., *Hanseniaspora* spp., *Torulopsis* spp., *Debaromyces* spp. ve *Saccharomyces* spp.) and molds (*Cladosporium* spp., *Paecilomyces* spp., *Penicillium* spp., *Aspergillus* spp., *Emericella* spp., *Eremascus* spp., *Wallemia* spp., *Eurotium* spp., *Chrysosporium* spp. ve *Monascus* spp.) can growth in dried meat products with water activity between 0.60-0.90. These microorganisms can cause deterioration in dried meat products and cause various diseases in consumers. However, it is known that food-borne pathogenic microorganisms such as *Salmonella* spp., *S. aureus*, *Clostridium botulinum*, *Listeria monocytogenes* and *E. coli* O157: H7 are present in raw meat during the production stage and may survive the drying process and cause food poisoning. Studies on dried meat products; *L. monocytogenes*, *Salmonella* spp., *E. coli* O157 and *E. coli* O111 outbreaks have been reported to threaten public health. As a result, it was found that dried meats

may contain pathogenic microorganisms which cause high levels of deterioration and cause food poisoning. In order to protect against pathogenic microorganisms, the water activity in the production processes must be reduced rapidly and the raw material to be used must be of good microbiological quality.

Keywords: Dried meat; public health; danger; food poisoning

GASTRONOMİ, KÜLTÜR VE MALATYA
GASTRONOMY, CULTURE AND MALATYA

Prof. Dr. Mustafa TALAS

Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi Eğitim Fakültesi Öğretim Üyesi

Özet:

Gastronomiye yemek ile ilgili kültür ya da beslenme kültürü denilebilir. Gastronomi, insanların yemek ile ilgili var olan kültürel değerleri ve alışkanlıklarını anlatmaktadır. Bir bakıma beslenme ile ilgili gelenekleri anlatmaktadır. Yemek sadece anatomik değil aynı zamanda kültürel ve insani bir olguyu ifade etmektedir.

Eski Türk Beslenme Kültürü Göçebe Oğuz Kültürüne dayanmaktadır. Fakat daha sonraları Türkler farklı kültürlerle karşılaşmıştır. Bundan dolayı da Türk beslenme kültürü çeşitlilik kazanmıştır. Bu durumlar Türk Kültürü içinde bulunan Malatya yemek kültürünü de etkilemiştir.

Sonuç olarak hem Türk beslenme kültürü hem de Malatya Mutfağı et, sebze, bulgur ve çeşitli şekerlemelerden oluşan zengin bir içeriğe sahiptir.

Anahtar Sözcükler: Gastronomi, kültür, yemek, beslenme

ABSTRACT:

Gastronomy can be called culture of meals or nourishment culture. Gastronomy explains eating values and habits of people. In other words it has told about customs of nourishment. Meals has stated not only anatomical but also cultural and humanistic fact.

Ancient Turkish Nourishment Culture has rested on Nomadic Oghuz Culture. But afterwards Turks have come across different cultures and been friendly each other. For that reason Turkish nourishment culture has got diversities. These condition has affected Malatya Nourishment Culture which is included Turkish Culture.

Consequently it can be said that both Turkish nourishment culture and Malatya nourishment culture have rich content which involves of meat, vegetable, bulgur and various sweets.

Key Words: Gastronomy, culture, meal, nourishment

Giriş:

Gastronomi, kültür ve Malatya adıyla tasarlanmış olduğumuz bu tebliğ üç bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümünde gastronominin ve kültürün kavramsal analizi, ikinci bölümde Türk beslenme kültürü, üçüncü bölümde ise Malatya yemeklerinden örnekler ele alınmıştır.

Teorik analiz yöntemiyle hazırlanmış olan bu çalışma için kütüphanelerdeki basılı kaynaklar, web ortamındaki veri kaynakları, makaleler ve çeşitli gazetelerin verdiği bilgiler materyal olarak kullanılmıştır.

Hem dünyada ve hem de ülkemizde turizm olgusu ekonomik katkılarının yanı sıra, sosyal ve kültürel boyutlarıyla güçlü bir sektör olarak kendini kabul ettirmiştir. Şehirler, bölgeler ve ülkeler arasında turizm değerlerinin misafirlerine sunulması ile ilgili bilgi ve yeteneklere sahip olanların avantaj elde ettikleri görülmektedir. Böylelikle ekonominin diğer sektörleriyle karşılaştırıldığında, turizm, çok az maliyet isteyen yatırımlarla büyük paralar kazandırılmasına neden olmaktadır (Karataş, 2018:91). Üstelik emek yoğun olması ile de üstünlüğünü kurulu olduğu bölgeye hissettiren bir yapısı vardır.

Turizm sektörünün getirisinin artmasıyla beraber turizme ağırlığını koyan gastronomi dillere yerleşmeye başlamış ve herkesin dikkatini çekmiş özel bir konudur. Çünkü geçim ile ilgili getirisi yüksek olan bu meselenin insan kaynağı ile doğrudan alakası vardır. Ülkemizde de turizmin bacasız sanayi olarak devreye girişiyle beraber, gastronomi turizmin belkemiğini oluşturmuştur. Türk

Gastronomisi otellerin ve turizm işletmelerinin temel dayanak noktası ve elverişli noktası olmayı başarmıştır.

Bu çalışma ile Malatya’da var olan gastronomik zenginliğin farkını insanlara anlatıp turizm sektörünün ivme yakalaması konusunda farkındalık yaratılması amaçlanmıştır.

Çalışmada öncelikle gastronomi ve kültüre kavramsal yaklaşım bahsine geçilmesi gerekmektedir.

1. Kavramsal Olarak Gastronomi ve Kültür

Türk Dil Kurumu Türkçe Sözlük’te gastronomi için “iyi yemek yeme merakı” ve “sağlığa uygun, iyi düzenlenmiş, hoş ve lezzetli mutfak, yemek düzeni ve sistemi” şeklinde iki biçimde tanımlama yapılmıştır(Güncel Türkçe Sözlük <https://sozluk.gov.tr/> , Tarih:25.12.2019).

Buradaki her iki anlama göre bir analiz yapacak olursak, birinci anlamı gurmelik konusuna atıfta bulunurken, ikincisi beslenme kültürüne atıfta bulunmaktadır. Ağzının tadını bilerek yemek yiyen insan ya da yemek kültüründen bahsedilmiş olmaktadır.

Organizmaların kanında gıda cevherinin azalması sonucunda acıkların anatomik olarak canlı organizmaların ortak özelliği iken, acıkma karşısında bu acıkmanın ne şekilde giderileceği ile ilgili tertip ve düzen temini daha çok insana özgü ve kültürel bir hadiseyi anlatmak demek oluyor.

Sosyolojik ve sosyal antropolojik olarak yemek ya da beslenme kültürü diye adlandıracağımız gastronomi ve kültür ilişkisinin toplumsal yapılar, bu toplumsal yapıların fiziki koşullarına, içine dahil olan insanların bilişsel dünyasına, yaşam biçimine ve gelecek ile ilgili ideal ve beklentilerine göre değişebilecek özellikteki gastronomi ve kültürün Türk insanları için de geçerli olduğunu söyleyebiliriz. Her insanın hayata bakış açısı yani farklı bir yaşama biçimi olduğuna göre, bu farklılığın yeme-içme biçiminde de kendini göstermesi kaçınılmaz bir olgu niteliğindedir. Bazı insanlar için lezzetli olan şeylerin bazı insanlar için iğrenç olabileceği olgusuna (Bozkurt, 2017:89-90) göre düşenecek olursak, bu meselenin insani yani kültürel olma boyutunu daha iyi anlamış ve anlatmış olacağız.

Sözgelimi domuz etinin değerlerinde yasaklanmış olmasından dolayı iğrenen insanın yanında, böyle bir yasağa sahip olmayan insanlar açısından çok lezziz bulunması ile tam da yemek kültürünün en tipik karşılaştırmalı örneğinin anlatılmış olması söz konusudur.

Kültürü yaşam biçimi ya da öğrenilmiş davranışlar bütünü şeklinde ele alacak olursak, gastronomiyi de yemek kültürü şeklinde anlayacak olursak, o halde gastronomi ve kültür konusunu da yemek yemek ile ilgili yaşam biçimi şeklinde açıklamak yerinde olacaktır.

Gastronominin turizmde yükselen bir değer olduğu ve turizm sektörlerinin yarışmada en çok kullandıkları alanlar arasına girdiği yapılan çeşitli araştırmalarla ortaya konulmuştur. Uzman görüşlerine göre, gastronomi stratejik anlam taşıdığı gibi ülke, bölge ve illerin imajını takdim etmede etkin rol oynayan bir yapıya sahiptir(Bucak-Aracı, 2013:205).

Bu aşamada Türklerin yemek ile ilgili yaşam biçimi diye ifade edebileceğimiz Türk Beslenme Kültürü bahsine geçmek icap etmektedir.

2. Türk Beslenme Kültürü

Toplumsal yapının en önemli kültürel kodlarından biri olan beslenme, yaşam biçiminin detayları hakkında önemli ipuçlarını içerisinde taşımaktadır. Toplumsal yapıda yaşayan insanların beslenme ile ilgili hayat tarzlarına da beslenme kültürü denilmektedir (Alpargu, 2005).

Toplumdan topluma değişiklik arzeden davranış biçimleri değerlendirilirken kültürel görecelilik esas olarak alınmalıdır. Yani, açlık konusu, insanların acıkması ve açlığını gidermek için yemek yemesi olarak biyokimyasal iken, açlığın ne şekilde, ne zaman ve hangi yemek seçeneği ile giderileceği antropolojik ve dolayısıyla kültürel bir olgudur.(Haviland, 2002:71-73). Bunlara ilave olarak yemek pişirmede kullanılan materyaleller, yemeklerin sunuluş biçimleri de büyük oranda kültürel niteliktedir.

Kültürel anlamdaki ayırt edicilik durumu doğaldır ki Türkler için de geçerli olmalıdır. Türkler de bütün diğer milletler gibi beslenmeye önem vermişlerdir. Sosyal hayatlarında beslenme, önemli rol üstlenmiştir. Beslenme meselesi, Türklerde o kadar önemli bir husus olmuştur ki, öncelikle milletini aç ve çıplak bırakmamayı ana ilke edinebilen Türk idarecileri, ülke yönetiminde söz sahibi olabilmişlerdir. Bunun başarılması ise, ancak ve ancak yiyecek ve giyecek maddelerinin ya üretilerek ya da komşulardan alınmasıyla mümkün olabilecektir. Bunun temini de ya sosyal, siyasi ve iktisadi ilişkiler kurulması ya da zor kullanarak yani savaşmak suretiyle iki biçimde söz konusu oluyordu(Öcal, 1985:161-163).

Türklerin yaşadığı Avrasya Coğrafyasında bulunan kendilerinin dışındaki toplumlar ve kültürlerle kültürel alışverişinin yoğunluğu sebebiyle gelişmiş ve zenginleşmiş olan bir kültürel yapıya sahip olmaları, çeşitliliği beraberinde getirmiştir. Kültürel çeşitliliğin yaşam biçiminin her alanında kendini göstermiş olması beslenme kültüründe de karşılıklarının olması demek oluyor. Zengin Türk Mutfağının altında yatan temel gerçek budur. Türk Mutfağının ilginç örneklerinden birini de asıl odak noktamız olan Malatya yemekleri oluşturmaktadır. İlginç numuneleriyle turizm açısından da değer elde edebilecek olan Malatya Yemeklerinin daha geniş kitlelere tanıtılması ve tattrılması gerekmektedir. Çalışmanın üçüncü başlığı olan Malatya Yemeklerine giriş yapmak gereklidir.

3. Malatya Yemeklerinden Örnekler:

Coğrafya ve insan her kültürel numunenin gelişim temelini oluşturur. Coğrafyanın arazi şekli, iklim kuoşulları, su imkanları, güneşe bakı durumları fiziksel anlamda bir yerin farkını ortaya koyabilen unsur olduğunu görebilmek mümkündür. İnsan da coğrafyanın verdiği imkanları işleyebilme ve geliştirebilme şansı açısından kaynak oluşturmaktadır.

Malatya da hem coğrafya hem de insan açısından çeşitliliği içeren ve yaratan özeliğe sahip belde olarak dikkat çekmektedir. Bu özelliğine bağlı olarak, tarihin her döneminde önemli bir merkez olması bu coğrafi avantajlar ve insan çeşitliliğinin gelişmişliği örneğini ortaya koyması söz konusu olmuştur. Tepsi gibi şekli olan merkez ovasını çevreleyen sıradağlar çok değişik vadiler ve su kaynaklarının mevcudiyetini temin etmiştir. Bütün bunlar zenginlik kaynağı olmuş ve yemek kültürünü de güçlü bir şekilde etkilemiştir.

Bir coğrafi işareti olan kayısı ve yan ürünlerinin oluşturduğu meyveli şekerleme ve tatlı çeşitliliğine sahip Malatya (Tekelioğlu, 2018:30-35), bu işaretlemeyi bilinçli bir şekilde sahiplenmek durumunda olan bir memlekettir. Aşağıda sıraladığımız her yemek çeşidinin de coğrafi işaretlerinin alınıp hakkıyla savunulması da gereklidir ve elzemdir.

Çok farklı alan uzmanlarının görüşlerine göre Malatya kayısı kadar yemekleri ile yani gastronomisiyle de ünlü olması gereken bir şehirdir(Tekelioğlu, 2018:52-54). Bunun farkedilmesinise, tanıtım ve reklam kampanyaları temin edecektir.

Malatya yemeklerinin ana eksenini et, bulgur, sebzenin hem yalnız başlarına pişirimi hem de uyumlu birleşiminin ve karşımının pişirimi oluşturmaktadır. Bunun yanı sıra, Malatya mutfağında Malatya'nın güçlü bir sahipliğini yaptığı meyve şekerlemelerine dayalı tatlı ve yemişlerin önemli yer tuttuğu söylenebilir.

Ana örneklerinin bulgur, et ve sebzeyle sunulabilme şansı olan Malatya yemeklerini aşağıdaki biçimde sıralamak mümkündür.

Tiritli Dolma Küfte:

Analı kızılı olarak bilinen bu Malatya yemeği, pek çok yemek sayfasında çorba olarak yazılır. Bu Malatya'da çorba değil, ana yemek olarak sunulur. Bulgurun yağsız kıyma ile yoğrulması ile içine et, soğan ve maydanozdan oluşan içlerin konulduğu mini içli köftelerin ana, dışındaki bulgurlu-etli türevden de yuvalama yapılarak, tirit denilen özel soslu suyu ile birlikte kaynatılıp sunumu yapılır.

Ayranlı Yaprak Sarması:

En spesifik Malatya yemeğidir. Çoğunlukla kiraz yaprağından yapılır. Ancak mevsimine göre dut, fasulye, fındık, ayva, üzüm teveği vs. gibi çeşitli yapraklardan da yapılır. Bu yaprakların içine yarma

bulgur konulup ayrı bir tencerede kaynatılması ve ayrılanı-unlu ve içine erik ekşisinin konulup pişirildiği suyunun içine pişirilmiş yapraklar bırakılır. Bundan sonra da bol soğan salça sosu hazırlanıp tabaklara konulan pişmiş ayrılanı yaprak sarmasının üzerine gezdirilir. Pişirildiği geniş tencereden daha küçük tabaklara ayrı ayrı yerleştirildikten sonra soğnlı sosun gezdirilmesi tavsiye olunur.

Kağıt Kebabı:

Yağlı ambalaj kağıdı içerisinde pişirilen et yemeğidir. Kuzu etinin veya dananın bonfile biftek kısmının kuyruk yağı konularak fırında odun ateşinde uzun sürede pişirildiği bir spesifik Malatya yemeğidir.

Kaburga Dolması:

Koyun kaburgasının içinin pirinç, bulgur ya da ikisinin karışımı ile doldurulduğu ve fırında odun ateşiyle uzun sürede pişirildiği bir spesifik Malatya yemeği örneğidir.

Geleli Kebabı:

Adına tereyağlı domatesli kebab da denilen bu yemekte küçük kuşbaşı doğranmış kuzu etinin domates, az soğan ile tereyağında fırınlanması ile yapılan bir Malatya spesial yemeği.

Malatya Usulü Patlıcan Tava:

Kuşbaşı doğranmış etin patlıcan, domates, biber ile birlikte kuyruk yağının ilavesiyle odun ateşinde uzun süreli fırınlanması ile yapılan Malatya'ya has özel lezzetlerden biri de patlıcan tavadır. Cacık ve salatalarla beraber özel misafirler için yapılan bu yemek de fark yaratan yemeklerdendir.

Tandır:

Malatya'nın Arapgir ilçesinin daha başarılı olduğu bir yemek türüdür. Bu da fırında ya da tandır içinde etin bonfile ya da biftek kısmının kuyruk yağı ilave edilerek uzun süreli kısık ateşte pişirildiği spesial yemeklerdendir.

Kavurma:

Malatya'da kavurma vazgeçilmez sofraya ürünlerindedir. Çoğunlukla dana etinin kendi yağında kavrulacağı şekilde kuyruk yağının da ilave edilmesi şeklinde ateşte pişirilir. Eski dönemlerde tenekelere bastırılıp kış boyunca yumurta ile veya sade kendi yağının ısıtılmasıyla tüketilen kavurma, sofraların olmazsa olmazlarından biridir. Bunun yanı sıra çeşitli sebze karışımı veya sulu tüketilen kavurma çeşitleri de bulunmaktadır.

Akçadağ Kömbesi:

İç malzemesi hem etten (kuşbaşı ve kıyma halinde) hem de çeşitli et dışı malzemelerden olan bu özel lezzet Malatya'nın Akçadağ İlçesi'nin spesialidir. Ispanak, küncü denilen susam-haşhaş, kavurma, patates, mercimek vs. gibi malzemelerin mevsimine ve varlık durumuna göre tercih edildiği fırında pişirilen bir tür börek denilebilir.

Lahana Küftesi:

Et ile bulgurun yoğrulup lahana ile sarılması ve pişirirken kemik veya kemik suyunun çoğunlukla biber salçasıyla pişirilmesiyle hazırlanan yine bir Malatya klasiği denilebilecek yemek.

Etsiz Lahana Küftesi:

İnsanlar her zaman et bulamadığında, bunun etsiz ama et lezzetini aratmayacak türünü de icat etmişlerdir. Bu yemek de lahananın içinde et kullanılmadan yarma veya dövme denen kaynatılmamış bulgur ile sarılması ve yer yer biraz sulu olarak pişirip sundukları bir yemek.

Eşkili küfte:

Yine vejeteryan tarzda hazırlanan bir Malatya klasiği olan eşkili küfte, dövme bulgur dedikleri Malatya'da yarma denilen bulgurdan yuvalama yapılarak suyunda salça ve erik ekşisinin, mercimeğin, yerine göre ıspanak veya lahananın sarılmayan yerlerinin konmasıyla farklı bir tarz ve lezzet alabilen yemek.

Mercimekli Köfte

Etsiz olarak, çiğköftenin tarzında orta bulgur dedikleri bulgur ile mercimek, maydanoz ve bulunduğu mevsimde Malatyalının samut dediği kokulu otun eklenmesiyle pişirilen farklı bir lezzet örneği.

Karın Bumar:

Bazı yerlerde adına şırdan ya da mumar denilen karın bumarın Malatya'daki usulünde hayvanın karnı ve bağırsakları iyice temizlendikten sonra içine salçalı bulgurdan hazırlanmış bir iç pilav konur ve uzun süre pişirilir. Bu da Malatya'daki şekliyle spesiallerdendir.

Polat İçli Köftesi:

Başka yerlerdekine göre daha iri ve uzun olarak yapılan isteğe göre kavruan örnekleri olduğu gibi haşlanan örnekleri de vardır. Bu köftenin dışında yağsız kıyma, bulgur, yapıştırıcı irmik unu, yumurta(isteğe bağlı) birlikte yoğrulur. İçine de kıyma, soğan, maydanoz ve çeşitli baharatlar konulur ve kapatılır. Dağıtmadan pişirilmesinden sonra istenirse yağda kızartılır.

Malatya Usulü Etsiz İçli Köfte:

Bu köftenin dışı yarma bulgurdan içi de mevsimine göre çeşitli bitkisel ürünlerin, et veya kavurmanın konulması şeklinde hazırlanır. Ispanak, haşhaş, mercimek, patates, kavurma; bazen de çeşitli karışımlar (et-sebze) konulabilir. Pişirilmesi sonrasında tereyağının eritilip üzerine gezdirilmesi ya da tereyağlı yumurtada kavrulması şeklinde seçenekleri bulunmaktadır.

Erişte Çorbası:

Yumurtalı unla yapılıp kurutulan eriştinin mercimek ve nane gibi çeşitli bitkiler karıştırılarak hazırlandığı çorba türü.

Ayranlı Çorba:

Soğuk olarak tüketilir. Gendime denilen buğday ürünü ile nohutun pişirilmesinden sonra nane ilaveli yoğurtla sıcak yaz günlerinin vazgeçilmezi olarak hazırlanan çorba.

Yoğurtlu Sıkma Küfte:

Aynı ayranlı çorba gibi soğuk tüketilir. Yarma bulgurdan yuvalanan köfteler pancar peziği, nohut veya mevsimine göre çeşitli başka otlarla karıştırılarak pişirilmesinden sonra yoğurt eklenerek (İsteğe bağlı olarak sarmısaklı) hazırlanan yaz yemeği.

Yumru Küfte:

Az et, baş bulgur denilen iriklik bulgurun küçüğü olan bulgur ve maydanoz karıştırılıp yoğrulduktan sonra yuvalanır. Bundan sonra da haşlanır. Pişirme gerçekleşikten sonra tereyağı ve yumurta ile karıştırılarak kızartılan bulgurlu yemek.

Taş Kadayıf:

Adına yassı kadayıf da denilen içinde ceviz olan tatlı. Bu da önemli ve farklı Malatya lezzetlerindedir. Malatya Usulü Şam Kebabı:

Et ya da sebzededen maydanoz ve çeşitli baharatlar katılarak yapılan bir Malatya spesial köftesi. Sabah kahvaltılarının vazgeçilmezlerindedir. Yağlı kıyma, bayat ekmek içi ve yardımcı malzemelerle hazırlanır. Bunun bulgurla olanı da ya içli köftenin ya da tiritli dolma küftenin artan dış malzemesinden hazırlanan ve közde pişirildiğinde farklı lezzet üstünlüğü olan türü de bulunmaktadır.

Sıkma Küfte:

Yarma bulgurun maydanoz ile karışımıyla yoğrulduktan sonra salçada ve yağda kavrulduğu bir Malatya usulü vejetaryan spesiali.

Tandır Ekmeği:

Tandırdaki pişirilen ve yufka ekmeğe göre sert olan, ıslatılarak yumuşatılan bir Malatya ekmeği. Uzun süre dayanması üstün olan yanıdır.

Kayısı Tatlısı:

Gün kurusu kayısının içine ceviz konarak şire ilave edilerek fırınladığı bir tatlı türü.

Yukarıdaki yemeklerden başka duttan, kayısından ve üzümünden yapılan pekmezler, reçeller, kurutulmuş gıda ürünleri de Türkiye’de rakipsiz bir üstünlükle sunumu yapılan gastronomik örneklerdir.

Burada saydıklarımızdan çok daha fazlasına sahip olan Malatya Mutfak Kültürü çok geniş bir seçenekle insanlara takdim edilebilecek yemeklere sahiptir. Daha fazlasının görülmesi ve tadılması Malatya insanı ile yaklaşmak ve Malatya’daki çeşitli girişimci otel ve restoranlarda bulunabilecek olan yemeklerin Malatya için fark yaratacak üstünlüğü olduğu açıktır.

Sonuç

Tarihin çok eski dönemlerinden beri önemli kavşak noktalarından birinde kurulu olan Malatya hem iklim koşulları hem de insan açısından çeşitliliği içeren yapıda olan bir memleketir.

Malatya’nın bu özelliği yaşam biçimi açısından da çeşitliliği getirmiş ve insanlarıyla coğrafyasının özelliği birbiriyle paralel gelişme göstermiştir.

Temelinde Göçebe Oğuz Kültürü olan Malatya’nın farklı insan gruplarıyla da etkileşimin izlerinin hayatın bütün alanlarında kendini gösterdiği aşikardır. Elbette bu durum kendini gastronomide de göstermiştir. Yemeklerinin çok çeşitli olması ve çok zengin olması bu insan yapısı ve coğrafyasının verdiklerinin sonucu olduğunu sosyal antropolojik olarak öne sürebiliriz.

Bu çalışma ile de yapılmış olan çok farklı yemek araştırmaları çalışmaları ile de anlaşılmaktadır ki, Malatya gastronomisi turizmde Malatya’yı atağa kaldıracak avantajlı içeriklere sahiptir. Et sevene et, sebze sevene sebze, bulgur sevene bulgur, her ikisini de tercih edene karma yemekler ve önemli tatlılarla seçenekleri geniş bir imkan sunmaktadır.

Malatya’nın yemek kültüründeki bu avantajı ile seçili ve özel bir turizm merkezi haline gelmesi kaçınılmaz olacaktır. Çünkü insanlar bir yere hangi amaçlı turizm için giderse gitsin, taçlandırıcısı yemek olacaktır. Her türlü doğal alan avantajı da bulunan Malatya’nın gastronomiyle beraber o alanlarının da tercih edileceği bir il olması güçlü bir tanıtım atakıyla başarılacaktır.

Kaynaklar

Alpargu, Mehmet (2005). “Nogayların Beslenme Kültürü”, İnternet Adresi: <http://www.euronet.nl/users/sota/nogay.html> Erişim tarihi: 10.08.2005.

Bozkurt, Veysel (2017) Değişen Dünyada Sosyoloji, Ekin Basın Yayın Dağıtım, Bursa.

Bucak, Tuncay-Aracı, Ülker Erdoğan (2013) “Türkiye’de Gastronomi Turizmi Üzerine Genel Bir Değerlendirme”, Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, Cilt: 16 - Sayı: 30, Aralık, s..203-216.

Güncel Türkçe Sözlük <https://sozluk.gov.tr/> , Tarih:25.12.2019.

Haviland, William A. (2002). Kültürel Antropoloji, (Çev. Hüsamettin İnaç-Seda Çiftçi), Kaknüs Yay., İstanbul, s.71-73.

Kalaycıoğlu, Enver (2009). “Malatya’nın Lahana Köftesi”, Flaş Haber Malatya, http://www.flashabermalatya.com/inx/yazar-227-MALATYANIN_LAHANA_KOFTESI.html, Erişim Tarihi: 26.12.2019.

Kalaycıoğlu, Enver (2009). “Kağıt Kebabının Ustaları”, Flaş Haber Malatya, http://www.flashabermalatya.com/inx/yazar-53-K%C3%82GIT_KEBABININ_USTALARI.html , Erişim Tarihi: 26.12.2019.

Karataş, İbrahim Atilla (2018). Malatya’nın Turizm Potansiyelinin Ortaya Çıkarılmasına Yönelik Algılar, Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, Sayı: 6(1), s. 91-103

Malatya Kent Rehberi (2016). http://investinmalatya.gov.tr/tr/files/02016-02-11_17-24-54-1455204294.pdf , Erişim tarihi:26.12.2019.

Malatya Yöresel ürünler Katalogu, Fırat Kalkınma Ajansı (2019). https://fka.gov.tr/sharepoint/userfiles/Icerik_Dosya_Ekleri/YATIRIM_VE_TANITIM_DOKUMANL

ARI/MALATYA%20Y%C3%96RESEL%20%C3%9CR%C3%9CNLER%20KATALO%C4%9EU.pdf , Erişim Tarihi: 26.12.2019.
Öcal, Safa (1985). “Eski Türklerde Yiyecekler” Türk Dünyası Araştırmaları Fındıkoğlu Armağanı, Sayı:35, İstanbul, s.161-163.
Şahin, Hüseyin (2019) Malatya Mutfak Kültürü, <https://docplayer.biz.tr/900602-Malatya-mutfak-kulturu.html> , Erişim Tarihi: 26.12.2019
Tekelioğlu, Yavuz (2018) “YÜCİTA Malatya Kayısı Araştırması”, Eylül 2018 Hazırlık çalışmaları”, YUCİTA Sayı:4, [http://yucita.org/uploads/bulten/YUCİTA_BULTEN_SAYI_4.pdf](http://yucita.org/uploads/bulten/YUCITA_BULTEN_SAYI_4.pdf) , Erişim Tarihi:26.12.2019, s.30-35..

ET KALİTESİ VE BESİ SİĞIRLARININ BESLENMELERİ

Dr. Öğrt. Gör. Reşit ALDEMİR

Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Gevaş Meslek Yüksek Okulu, 65400, Van,

Prof. Dr. Hüseyin NURSOY

Bingöl Üniversitesi Veteriner Fakültesi Hayvan Besleme ve Beslenme Hastalıkları Anabilim Dalı,
Bingöl, 12000

ÖZET

Bu derlemede besi sığırlarının beslenme prensiplerine ve et kalitesi üzerine etkilerine genel olarak bakılmıştır. Özellikle besicilikte kullanılan bazı terimlerin açıklanması, besi sığırlarının günlük kuru madde ve metabolik enerji ihtiyaçlarının nelere göre belirlendiği, besiyi etkileyen faktörler ve et kalitesine göre sınıflandırma konularına değinilmiştir.

1.GİRİŞ

Hayvanların istenilen süre içinde hızlı veya yavaş olarak kaslandırılmalarına veya etlendirilmelerine (yağlandırılmaları değil) besi denir. Yağlandırma varsa bu “besi” değil “besleme”dir. Beside Angus, Hereford, Limuzin, Şarole gibi et randımanı % 65 olan etçi ırklar tercih edilmelidir. Holştayn, Simental, Montafon gibi ırklar kullanıldığı takdirde %10 verim daha düşüktür. Zooteknik olarak Türkiye’de 0-6 ay yaş aralığındaki dişi-erkek sığırlara buzağı (calf), 6-12 yaştaki dişi (heifer) ve erkek (young bull) sığırlara dana, 1 yaşından doğum yapana kadar olan dişi sığırlara düve (heifer), doğum yapmış sığırlara inek (cow), 1-2 yaş aralığındaki et amaçlı yetiştirilen erkek sığırlara tosun (young bull) kastre edilmişse İngilizce de “steer” adını alır, 2 ve üzeri yaştaki damızlık erkek sığırlara boğa (bull) ve 4 yaş ve üzeri kastre edilmiş veya edilmemiş erkek sığırlara öküz (ox) adları verilir (1, 2).

2.BESİ TERİMLERİ

Canlı Ağırlık, (CA), (Body Weight=BW): Besiye alınacak hayvanın canlı ağırlığı, kg.

Açlık Canlı Ağırlığı, ACA, (Shrunk Body Weight=SBW): Besiye alınacak ruminant hayvanın 14-16 saat aç bırakıldıktan sonraki ağırlığıdır. $CA \times 0.96$ ’dır. Örneğin Canlı ağırlığı 400 kg olan bir ruminantın Açlık Canlı Ağırlığı (ACA)= $400 \times 0.96= 384$ kg’dır. ACA teorik hesaplamalarda kullanılır, pratikte hayvan aç bırakılıp tartılmaz.

Boş Canlı Ağırlık, BCA, (Empty Body Weight=EBW): Besiye alınacak erkek veya dişi (fötüs ağırlığı çıkarılır) hayvanın sindirim kanalının tamamen boş olduğu kabul edilerek yapılan bir değerlendirmedir. $BCA= ACA \times 0.91$ ’dir. Örneğin Canlı ağırlığı 400 kg olan bir ruminantın Açlık Canlı Ağırlığı (ACA)= $400 \times 0.96= 384$ kg ve Boş Canlı Ağırlığı (BCA)= $384 \times 0.91= 349.44$ kg olur.

Besi Başlangıç Ağırlığı (Initial Shrunk Body Weight): Besiye başlayacak ruminantın ACA ağırlığıdır. Yani Besi Başlangıç CA’nın 0.96’sıdır.

Besi Bitiş (Kesim) Ağırlığı (Final Shrunk Body Weight): Besinin hedeflendiği veya biteceği (kesimin yapılacağı) ACA ağırlığıdır. Yani Besi Bitiş CA’nın 0.96’sıdır.

GCAA, Günlük Canlı Ağırlık Artışı, (ADG= Average Daily Gain) kg/gün: Yetiştirici, bunu, hayvanın özellikleri, yem miktarı veya çeşidi, piyasanın koşullarına, vb. göre kendisi, istediği şekilde belirler.

GCAA’nın Hesaplanması= Besinin Bitiş Ağırlığı - Besi Başlangıç Ağırlığı/Gün Sayısı

Örnek: $350-250/100$ gün= 1 kg/gün GCAA bulunur.

Besi Süresi: 4. Aydan başlayarak kesim gününe kadar olan süredir. İstenilen GCAA’ya göre besi süresi uzatılır veya kısaltılır.

İdeal Kesim Yaşı veya İdeal Kesim Canlı Ağırlığı : Çiftlik hayvanlarında Büyüme hormonunun (Growth Hormone) azalması ve cinsiyet hormonlarının artması ile yağlanmanın başladığı, GCAA’nın düştüğü veya YYO’nun yükseldiği dönemin başındaki yaş veya canlı ağırlıktır. Örneğin etlik piliçlerde 42. gündür.

Günlük Kuru Madde Tüketimi (GKMT), (Dry Matter Intake=DMI), kg/gün = Hayvanın 1 günde tükettiği rasyonun kuru madde miktarıdır.

Besi Sığırları için KMT; GKMT, kg/gün = $(0.084 \times CA^{0.75} / 2.13) + (GCAA^{1.097} \times 0.0557 \times CA^{0.75} / 1.45)$ (1, 2, 3).

Yemden Yararlanma Oranı (YYO), (Feed Conversion Rate, FCR; Feed Efficiency): 1 kg rasyon KM'sinin hayvanda ete, süte, yumurtaya, vb. dönüşüm oranıdır. Besi Sığırları İçin Yemden Yararlanma Oranı= Yenilen Günlük Toplam Yem Kuru Maddesi/GCAA, Düşük olması istenir. Besi sığırlarında YYO oranı ideal olarak 6-8 olmalıdır. Örneğin bir besi sığırı günlük 7 kg KM tüketiyorsa ve GCAA 1 kg/gün ise; YYO=7/1'dir. 1950'li yıllarda besi sığırlarında (Beef Cattle) YYO 10 kg/gün KM yem: 1 kg GCAA iken, 2016'da bu oran 6:1'e kadar düşmüştür (1,2).

3. BESİ SİĞIRLARININ BESİN MADDE İHTİYAÇLARININ HESAPLANMASI

Günlük yaşama payı net enerji ihtiyacı denilince; çiftlik hayvanlarında bazal metabolizma, normal aktivitelerin yapılması ve vücut sıcaklığının korunması için kullanılan net enerji değeridir (4).

Genel olarak NRC Requirement of Beef Cattle 2000 (3)'e göre, dana, düve ve inekler dahil tüm sığırlar için cinsiyet, ırk, laktasyon ve gebelik gibi fizyolojik durumlar, Vücut kondisyon skoru, merada otlama aktivitesi ve çevre şartları göz ardı edilerek Günlük Yaşama Payı Net Enerji İhtiyacı (NEm=Net Energy Maintenance) (Mkal) = $0.077 \times BCA$, kg^{0.75} veya 0.077 sayısının boş metabolik canlı ağırlığının (BCA'nın 0.75 üslü sayısı) ile çarpımı olarak hesaplanmaktadır. Bulunan değere her 1 °C soğukluk için ihtiyacın % 0.7'si kadar Çevre Soğukluğu Faktörü eklemesi yapılır.

Örneğin; CA'ı 400 kg olan erkek veya dişi (sağılmayan ve gebe olmayan) ve -10 °C çevre sıcaklığındaki bir sığır için; CA'dan ACA ve BCA bulunur. Yani Açlık Canlı Ağırlığı (ACA)= $400 \times 0.96 = 384$ kg. Boş Canlı Ağırlığı (BCA)= $384 \times 0.91 = 349.44$ kg olur. Günlük Yaşama Payı Net Enerji (NEM) İhtiyacı= $349.44^{0.75} \times 0.077 = 80.82 \times 0.077 = 6.22$ Mkal. Çevre Soğukluk Faktörü hesaplanarak ekleme yapılır. Yani 10°C Soğukluk $\times 0.007 = 0.07 \times 6.22 = 0.43$, Bu Çevre Soğukluk Faktörü, NEm'e eklenir. Yani $0.43 + 6.22 = 6.65$ Mkal veya günlük NEM ihtiyacı 6650 kkal olarak hesaplanır (2,3).

Sığırlarda bir kg metabolik canlı ağırlık için ihtiyaç duyulan ham protein miktarı yaklaşık 3.7 gram kadardır. Her kg canlı ağırlık artışı için ise artışın kompozisyonuna bağlı olarak farklı miktarlarda proteine (150-190 g) gerek duyulur. Artışın su, protein, yağ ve kül düzeyleri hayvanın yaşı ve büyüklüğü ile ilgilidir. Besi sığırlarının ham protein ihtiyacı aşağıdaki gibi formülize edilebilir: $HP, \text{g/gün} = 3.7 * MCA + 400 * GCAA(\text{kg})$ (5).

Aşağıdaki formüllerle kalsiyum ve fosfora olan ihtiyaçlar tahmin edilebilir. $\omega \text{ Ca, g/gün} = 0.2 * MCA + 0.03 * GCAA(\text{g})$ $\omega \text{ P, g/gün} = 0.23 * MCA + 0.01 * GCAA(\text{g})$ (5).

Canlı Ağırlığa Göre Besi Sığırlarının Kuru Madde Tüketimleri

Canlı Ağırlık, kg	Kuru madde Tüketimi için Canlı Ağırlığın Yüzdeleri	Konsantre Yem Oranı, %	Beklenen Günlük Ağırlık artışı, kg	Rasyon KM'sinde HP, %	Rasyon KM'sinde ME, kkal/kg
150	3	50	1	15	2850
250	2,8	65	1.3	13	2750
300	2,6	70	1.3	12	2600
400	2,4	75	1.3	12	2600
450	2,2	80	1.4	11	2600
550 (Anguslar için: 120 gün sonra kesim yapılacaktır)	2	85	1.4	10	2600
550 (Anguslar için: 140 gün sonra kesim yapılacaktır)	1,8	80	1.3	10	2600
550 (Anguslar için: 160 gün sonra kesim yapılacaktır)	1,6	75	1.2	10	2600

4. BESİYİ ETKİLEYEN FAKTÖRLER

1-İrk ve Orijin: Etçi ırkların randımanı % 65 'tir, yüksektir. Ana babası iyi olan veya damızlık değeri yüksek olan hayvanın kendisi de iyi olur. Ülkemizde yerli ırklarda doğum ağırlığı, GCAA, kesim ağırlığı düşüktür, kültür ırkı ve melezlerinde (kırmalarında) ise yüksektir. Etçi ırklarda kemik kalın ve kısadır. Holştayn gibi sütçü ırkların NEM ihtiyaçları etçi ırklardan % 10-12 daha fazla ancak kaslanmaları etçilere göre daha düşüktür. Örneğin, Belçika Mavisi ırkında erkeklerde canlı ağırlık 1047 kg, dişilerde canlı ağırlık, 816 kg'dır (4,5).

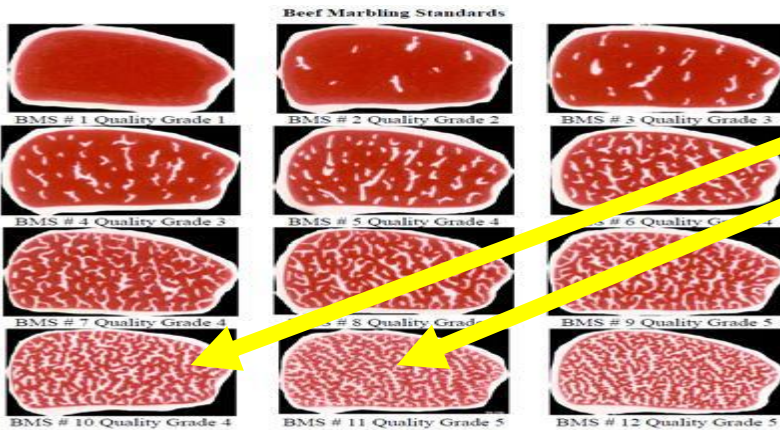
2-Cinsiyet: Erkek hayvanlarda doğum ağırlığı ve GCAA % 10 daha fazladır. Aynı CA'da erkek hayvanın et randımanı dişiye göre daha fazladır. Çünkü erkeklerde adipoz doku daha azdır, yağ oranları düşüktür, kas oranı yüksektir. Aynı canlı ağırlıktaki dişi ve erkek arasında %20 karkas etinde fark vardır. Bu çok büyük bir orandır. Dişi hayvanlar östrüs döneminde gerekli iştahla yemi alamadıkları için verimleri azdır. YYO erkekte daha düşüktür. Testesteron ve diğer androjen hormonlardan dolayı et tutma kapasiteleri daha yüksektir. Dişiler pahalıdır, besiyeye alınmazlar (4,6,7).

3-Yaş: İdeal yaş 4. Aydan Holştaynlarda 15. Aya Simental ve Montafonlarda 18. aya kadar olan yaştır. Sonra besi yapılmamalıdır, hayvan kesilmelidir. Besi sığırları 1.5-2 yaşında fiziksel olgunluk ve cinsel olgunluğa (damızlıkta kullanılma yaşı veya sıfat yaşı) gelirler, büyüme hormonu yerine cinsiyet hormonları fazlaşır. Bundan sonra yağlanırlar, YYO artar. Gençlerde yaşama payı az olduğundan daha az yem harcanır, beslemek daha ekonomiktir. Kesim yaşı her ırk için belirlenmiştir. Örneğin Holştaynlarda 450 kg'ı aştıktan sonra YYO artmaktadır. 1. yıl %100, 2.yıl% 70 ve 3. yıl %50 büyüme vardır. Gençlerde rasyondaki HP'ye olan ihtiyaç 150 kg'da % 16 iken, 400 kg'da % 10'kadar düşmektedir. Bu protein oranı tek başına tahıllarla karşılanabilir (4,6,7).

4-Bakım, Besleme, Çevre, Barınak, Hastalıklar, Sağlık (Özellikle İç-Dış Parazitler): Bitirme rasyonlarında mısır yerine arpa da kullanılır. Besi Sığırlar için konsantre yemdeki mısırın kırılmış olması yeterlidir. Mısır silajı hem enerji hem selüloz kaynağıdır, besi sığırlarına verilmelidir. Yaz aylarına göre soğuk stresindeki hayvanların Kasım, Aralık ve Ocak'taki yem alımları % 8 daha fazladır. Sığırlar için 23 0C derece ve üzeri hangi nem oranı olursa olsun streştir (1,5,6).

5-Konstitüsyon ve Metabolik Faktörler: Hayvanın genel yapısı, derisinin parlaklığı, canlılığı, zayıf veya cılız olması v.b. Bu faktörlerden yem alımı % 5-10, GCAA % 10-30 ve YYO % 15-40 oranlarında besi performansı etkilenmektedir (4,5).

6-Vücut Kondüsyon Skoru (VKS), Vücut Kompozisyonu (Hayvanın Kas ve Üzerine Yağ Tutma Kapasitesi): Besi sığırlarında 4 ve üzeri Vücut Kondüsyon Skoru (VKS) istenilmez. Et kalitesinde yağın et arasında dağılması veya mermerleşmesi istenir. Bu nedenle erken kesim yapılmaz. Vitamin E ve antioksidan maddeler etin raf ömrünü uzatır. Holştayn Besi sığırlarında Canlı Ağırlığa oranla Günlük KM tüketim oranının canlı ağırlık arttıkça azaldığı ve ideal yağsız veya % 10 yağlı CA'nın 450 kg civarında olduğu belirlenmiştir (4,5,7).



USDA'ya göre en uygun mermerleşme 7-8 olandır (8).

5. FEEDLOT BESİCİLİK

Feedlot: Sınırlı padokta, yaz-kış açık barınakta, merada otlatılmadan sığırların ağırlıklı olarak konsantre yemlerle besiyeye alınmasıdır. Su ve mineral tuzları ad libitum verilir. Yemler yüksek enerjili fakat nişastası düşük olanlardan seçilir. YYO feedlotta 5-8/1 olmalıdır. KM ihtiyacı CA'nın % 2,5-3'ü, HP % 9-14, TDN % 60-85, Ca % 0.3-0.6, P % 0.2-0.4 ve Ca/P oranı 2/1 (idrara taşları oluşmaması) için olmalıdır. ABD'deki sığır etinin % 97'si feedlot besicilikle kalan % 3'ü meraya dayalı besicilikle üretilmektedir (2,4,5).



Feedlot besicilikte 2 dönem uygulanır (2):



5.1.BESİ BAŞLANGIÇ DÖNEMİ (Backgrounding Period) RASYONLARI

Dördüncü ayın başından başlayarak 300 kg CA'a kadar sığırlara verilen ve içeriğinde % 40 -70 kaliteli kaba yem bulunan rasyonlardır. Rasyonun KM'sinde % 13-14 HP, % 0.8 Ca, % 0.4 P ve % 1.2-1.4 K olmalıdır. 6 aylık yaştan itibaren silaj verilebilir, KM içeriği % 75'in altına inmemelidir. Üre çok az verilebilir. KM tüketimi CA'nın yaklaşık % 3'ü kadardır. İstenilen GCAA'ya göre kaba yem oranı % 40'a kadar düşürülebilir. Bu dönemde silaj veya kaliteli kuru otlar ad libitum verilir, ilave olarak 3-6 kg konsantre yem hayvan başına yedirilir. Genel olarak kaliteli kaba yemler CA'nın %2.5'i kadar (KM olarak) verilir. ABD'de en fazla buzağı doğumu Şubat Mart ayında gerçekleşmektedir (2,6).

5.2.BESİ BİTİRME DÖNEMİ (Finishing Period) RASYONLARI

Yaklaşık 300 kg CA'dan kesime kadar yaklaşık 450-550 kg'a kadar (yaklaşık 250-300 kg karkas elde edilir) sığırlara verilen ve içeriğinde % 75-85 konsantre yem bulunan rasyonlardır. Bu dönemde aşırı verilen konsantre yem asidoz, timpani, karaciğer yağlanması ve arpalamaya neden olabilir. Kaba yem % 10'un altına ve rasyonun NDF oranı % 15'in altına düşmemeli ideal olan % 22 dir. Kaba yem çok az olursa veya mısır silajı gibi eNDF oranı düşük olan kaba yemlerin kullanılmasıyla aşağıdaki sorunlar meydana gelebilir: Aşırı ve bilinçsiz mısır silajı, şeker pancarı posası vb. kaba yemlerin kullanımı, 2. Aşırı kesif yem kullanımı, 3. Buğdaygil kaba yem kullanımının yetersiz olması, Bu durumda;

1.Mikrobiyal protein sentezi düşer. 2.Orta ve uzun vadede süt verimi düşer. 3.Üreme sorunları. 4.UYA miktar ve dengesi bozulur. 5.Selüloz sindirimi düşer. 6.Günlük KM tüketimi düşer. 7.Rumen, retikulum ve abomasumun otonom kasılmaları aksar. 8.Rumen papilla gelişimi aksar ve mikrobiyal çeşitlilik düşer. 9.Kemik sağlığı bozulur. 10.Tükrüğün tamponlama kapasitesi düşer. 11.Ruminasyon azalır. 12.Ayak-tırnak sorunları artar (1,2,6).

Rasyonun KM'sinde % 11 HP, % 0.5 Ca, % 0.3.5 P ve % 0.6 K olmalıdır. 6 aylık yaştan itibaren silaj verilebilir, KM içeriği % 75'in altına inmemelidir. Üre rasyona KM'nin % 1'ine kadar katılabilir. KM tüketimi CA'nın % 2.5'i kadardır. İstenilen GCAA'ya göre kaba yem oranı % 10'a kadar düşürülebilir (2,6,7).

6. KAYNAKLAR

- 1-Sarı M, Çerçi İH, Bolat D, Önel AG, Deniz S, Azman MA, Şahin K, Güler T, Tatlı Seven P, Karlı MA, Şahin N, Nursoy H, Çiftçi M, Bingöl NT, Medipres, Malatya, 2008.
- 2-Nursoy H, Besi Sığırlarının Beslenmeleri Ders Notları, Bingöl Üniversitesi Veteriner Fakültesi Hayvan Besleme ve Beslenme Hastalıkları ABD, 2019.
- 3-Anonim, National Research Council, Nutrient Requirements of Beef Cattle, National Academies Press, 2000.
- 4-YıldızG, Besi Sığırlarının Beslenmeleri, https://acikders.ankara.edu.tr/pluginfile.php/46643/mod_resource/content/0/BESI-SIGIRLARININ-BESLENMESI-GULTEKIN-YILDIZ.pdf, Erişim Tarihi: 12.12.2019
- 5- Anonim, Besi Sığırlarının Beslemesi, 200-2001, Selçuk Üniversitesi Veteriner Fakültesi Hayvan Besleme ve Beslenme Hastalıkları ABD, 2019. <http://vetport.org/files/67867736.pdf>, Erişim Tarihi: 12.12.2019.
- 6-Türkmen İ., Besi Sığırlarının İki Aşamalı Beslenmesi, <https://hayvancilikakademisi.com/yazar/profdr-ismet-turkmen/besi-sigirlarinin-iki-asamali-beslenmesi/>, Erişim Tarihi: 12.12.2019
- 7-Görgülü M., Sığır Besiciliği, <http://www.muratgorgulu.com.tr/altekrans.asp?id=49>, Erişim Tarihi: 12.12.2019.
- 8-Anonim, Beef Marbling, <http://www.thompsonriverranch.com/pages/wagyu-beef>, Erişim Tarihi: 12.12.2019.