

FİZİKSEL AKTİVİTELERDE SOSYAL DESTEK ÖLÇEĞİ (FASDÖ): TÜRKÇEYE UYARLAMA, GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI

Hüseyin Fatih KÜÇÜKİBİŞ¹

Ersin ESKİLER²

Özet

Bu çalışma; Fiziksel Aktivitelere Sosyal Destek Ölçeği'ni Türkçe'ye ve Türk popülasyonuna uyarlamak amacıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırmaya toplam 451 lise öğrencisi gönüllü olarak katılmıştır. Farias Junior vd. (2014) tarafından geliştirilen ölçek; “ebeveyn desteği” ve “akran desteği” olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır. 10 madde 4'lü derecelendirme şeklinde hazırlanmış ölçeğin her iki alt boyutunu değerlendiren 5 madde de aynı ifadeleri içermektedir. Farias Junior vd. (2014) tarafından geliştirilen ölçek; Brezilya'da “Portekizce” oluşturulmuş ve uygulanmıştır. Ölçeğin diğer dil ve kültürlerde uyarlanması için gerekli çalışma ve kullanma izni alınmış ölçek ifadelerinin çevirisinde Türkçe'deki öğelerin, Portekizce orijinal anlamı ile aynı olmasını sağlamak için çeviri tekrar çeviri yöntemi kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin istatistiksel analizlerinde, SPSS ve AMOS veri analiz programları kullanılmıştır. Ölçeğin faktör yapısı, Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) ve Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) kullanılarak (GFI= .96, AGFI= .94, CFI= .97, TLI= .96, NFI= .94 ve RMSEA= .05) test edilmiştir. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık kat sayıları incelendiğinde ise tüm değerlerin %70'in üzerinde olduğu belirlenmiştir. Elde edilen sonuçlar ölçeğin Türkçe formunun geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Fiziksel Aktivite, Sosyal Destek, Geçerlik, Güvenirlilik

SOCIAL SUPPORT SCALE IN PHYSICAL ACTIVITIES: TURKISH ADAPTATION, VALIDITY AND RELIABILITY STUDY

¹ Dr.Öğr.Üyesi.Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Sivas, hfatihkucukibis@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0002-3973-2837>

² Dr.Öğr.Üyesi.Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Sakarya, eeskiler@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0001-7617-2958>

Abstract

This study was conducted to adapt the Social Support Scale in Physical Activities to Turkish and Turkish population. A total of 451 high school students voluntarily participated in the current study. The Social Support Scale in Physical Activities was developed by Farias Junior et al (2014) and this scale consists of two sub-dimensions as "parental support" and "peer support". The scale, which is prepared in 4-point rating type, consists of 10 items and both sub-scales consist of 5 items. The scale developed by Farias Junior et al (2014) was applied in the Portuguese language in Brazil. Permission to use the scale for adaptation of the scale in other languages and cultures was obtained and translation re-translation method was used to ensure that the scale expressions were the same as the original meaning in Turkish and Portuguese languages. SPSS and AMOS data analysis programs were used in the statistical analysis of the data obtained in the study. Factor structure of the scale was tested by using Explanatory Factor Analysis (EFA) and Confirmatory Factor Analysis (CFA) (GFI = .96, AGFI = .94, CFI = .97, TLI = .96, NFI = .94, and RMSEA = .05). When Cronbach alpha internal consistency coefficients of the scale were examined, it was determined that all values (scale and sub-dimensions) were over 70%. This results show that the Turkish form of the Social Support Scale in Physical Activities is a valid and reliable measurement tool.

Keywords: Physical Activity, Social Support, Validity, Reliability

Giriş

Toplumların, gelişen teknolojinin etkisiyle daha az hareket, daha az sosyalleşme ile birlikte pasif bir yaşam sürdürdükleri görülmektedir. İnsanların birbirleri ile doğrudan iletişimde bulunmasından uzak sürdürülen yaşam şekilleri, insanların ve toplumların ortak sorunlarına ortak çözümler üretmesini olanaksız kılmaktadır. Bireyleri ve toplumları tehdit eden, hareketsiz ve iletişimsiz yaşam şekli sağlık sorunlarının yanında, sosyal sorunları da beraberinde getirmektedir. İçerisinde yaşadığımız dünyanın ortak sorunu olan hareket ve iletişim içermeyen yaşam tarzlarına çözüm bulma ihtiyacı, aynı zamanda bu durumu ortaya çıkaran engellerin anlaşılmasını zorunlu kılmaktadır. Farklı birçok etkinlik gibi fiziksel aktiviteler de bireysel ve sosyal ihtiyaçları karşılamanın yanında oluşabilecek sosyal sorunların önlenmesinde de araç olarak kullanılabilir.

Fiziksel aktiviteler; insanları bir araya getiren, birbirleri ile etkileşim içerisinde olmalarını sağlayan faaliyetler bütünü olarak karşımıza çıkmaktadır. Bedensel bir etkinlik olmanın ötesinde fiziksel aktiviteler, insanların kimlik gelişimlerini ve sosyal yönlerini

geliştiren bir olgu haline gelmektedir (Küçük ve Koç, 2004). Bu aktiviteler bireyin sağlıklı olma, bedensel olarak iyi görünme, özgüven duygusunu artırma gibi ihtiyaçlarının karşılanmasında önemli rol oynamaktadır. Fiziksel aktivite ve spor etkinlikleri içerisinde yer almak birey ile toplum arasındaki iletişimin güçlenmesine, buna paralel olarak insanların sosyalleşmelerine katkı sağlamaktadır (Ramazanoğlu vd., 2005). Bu aktiviteler genel olarak görüş alış-verişi ile insanların bir araya gelmesine, yardımlaşma, ortak değerleri paylaşma gibi sosyal becerileri kazanmasına olanak sağlayan aktiviteler olarak değerlendirilmektedir.

Fiziksel aktivite ve spor, geçmişten günümüze farklı kültür ve farklı inanca sahip bireyleri ve toplumları bir araya getiren faaliyetler bütünü olarak gelişmiş, bu anlamda geçmiş tarihten günümüze kadar sosyal bütünleşme işlevini yerine getirmiş ve getirmeye de devam etmektedir (Yılmaz, Karlı ve Yetim, 2006). Öyle ki geçmişi, insanlık tarihi kadar eskilere dayanan fiziksel aktivite ve spor faaliyetleri, bu yapısı ile toplumsal yaşamın önemli bir parçası olmuştur (Koruç ve Bayar, 2004). Bireyin ve toplumun sosyalleşmesi için gerekli birçok imkânı barındıran ve kadim kültüre sahip olan fiziksel aktivite ve spor faaliyetleri içerisinde yer almak, sosyal değerlerin oluşmasına da ışık tutmaktadır.

Sporun sosyal değer oluşturma fonksiyonunu birçok yolla gerçekleştirdiği bilinmektedir. Her şeyden önce spor etkinlikleri sayesinde insanlar diğer bireyler ile etkileşim haline girmekte ve kendilerini ifade edebilecekleri bir ortama kavuşmaktadırlar. Böyle bir sosyal ortam, bireyin sosyal açıdan gelişmesine katkı sağlamaktadır (Küçük ve Koç, 2004). Bireyin fiziksel aktiviteler ile sosyal değerler içerisinde yer alan, yardımlaşma, paylaşma, ortak akıl üreterek uzlaşma alanları oluşturma gibi değerlere ilişkin yetilerini geliştirmesi için de uygun ortamı bulacağı düşünülebilir.

Olumlu ilişkiler kuran bireyler ve toplumların, sağlıklı yaşam alanları oluşturacağı sosyal bir dengede, birbirlerine verecekleri sosyal destekler önemlidir. Sosyal destek; birey kendisinin sevildiğini, değerli olduğunu, iletişimi ve karşılıklı yükümlülükleri olan bir ağa ait olduğuna inanmasını sağlayan bir sistemdir (Kong, Zhao ve You, 2013; Noronha ve Mekoty, 2013).

Sosyal destekler her yaş grubundaki insan için farklı etkiler içermektedir. İnsanın gelişim dönemleri göz önünde bulundurulduğunda kritik evrelerin olduğu görülebilir. Bu evrelerden bir tanesi de ergenlik dönemi olarak tanımlanan dönemdir. Ergenlik dönemi aynı zamanda bireyin okul çağına da içinde bulunduğu dönem olarak tanımlanabilir. Ergenlik dönemi bireyin karakter gelişiminin sağlandığı, okul çağı ise planlı öğrenmelerin gerçekleştiği dönemdir. Bu dönemdeki bireyin kimlik şekillendirmeye yönelik sosyal ihtiyaçları artmaktadır

(Marques, Sanchez ve Palacios, 2014). Sosyal ihtiyaçları artan ergen bireyin sosyal alanlarda yer alması ve sosyalleşme amacına ulaşmada çeşitli araçları kullanma eğilimi göstermesi beklenebilir. Sosyalleşmesi ile birlikte, kimlik geliştirmesi öngörülen ergen bireyin sosyal destek alması da herhangi bir etkinlik içerisinde yer almasına olumlu katkı sağlayacaktır.

Bireyin fiziksel aktiviteler yoluyla bireysel ve sosyal ihtiyaçlarının karşılanması için ön koşul bu aktivitelere katılımının sağlanmasıdır. Birey kimi zaman fiziksel aktivitelere ulaşmada reklam, sosyal medya gibi kanalları kullanabilirken kimi zaman da tavsiye almayı ve teşvik edilmeyi beklemektedir. Bireyin toplumun etkili dinamiklerince teşvik edilerek destek alması ise bu aktivitelerin içerisinde bulunmada önem arz etmektedir. Bireyin en fazla etkileşim içerisinde bulunduğu ebeveynlerinin ve akranlarının verecekleri desteklerde fiziksel aktivitelere katılımının sağlanmasında etkili olacaktır.

Toplumunu bütünleştiren spor olgusunun; bireylerin, içinde yaşadıkları toplumla ilişkilerinin sağlanmasına, güçlenmesine ve o toplumla bütünleşmelerine katkı sağlayacağı bir gerçektir. Sosyal bütünleşmenin aracı olabilecek fiziksel aktivitelere katılım için teşvik edilecek ergen bireylerin sosyal destek algılarının belirlenmesi de önem arz etmektedir. Bu çalışma kapsamında, Türkiye’de öğrenim gören ergenlerin sosyal destek algılarının belirlenmesine katkı sağlayacak bir ölçme aracına duyulan ihtiyaç nedeniyle, Türkçe formu ve Türk popülasyonuna uygunluğu test edilerek nicel bir ölçme aracı hazırlanmıştır.

I. Yöntem

A. Evren ve Örneklem

Çalışmaya Sivas, Kocaeli ve Batman illerinde, ortaokul ve lise düzeyinde öğretim gören ve yaşları 12 ile 17 arasında değişiklik gösteren iki bağımsız örnek kütleden (I. Grup 123 kişi, II. Grup 328 kişi) toplam 451 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır.

Tablo 1: Tanımlayıcı İstatistikler

	I. Grup (n=123)		II. Grup (n=428)	
Yaş	$\bar{X} \pm SS.$		$\bar{X} \pm SS.$	
12-17 yaş arası	14.18 \pm 1.24		13.43 \pm 1.43	
Cinsiyet	f	%	f	%
Kız	56	45.5	154	47.0
Erkek	67	54.5	174	53.0
Algılanan refah seviyesi	f	%	f	%
Düşük	42	34.1	39	11.9
Orta	51	41.5	162	49.4

İyi	28	22.8	104	31.7
Çok iyi	2	1.6	23	7.0
Fiziksel aktivite	f	%	f	%
Yapıyor	83	67.5	210	64.0
Yapmıyor	40	32.5	118	36.0

B. Verileri Toplama Aracı

Fiziksel Aktivitelerde Sosyal Destek Ölçeği, Farias Junior ve arkadaşları (2014) tarafından geliştirilmiştir. Ölçüm aracının mevcut çalışmada kullanımına ilişkin gerekli izinler sorumlu yazardan ve uygulama konusundaki izinlerde ilgili resmi makamdan alınmıştır. Fiziksel Aktivitelerde Sosyal Destek Ölçeği 4'lü derecelendirme (0= Hiçbir zaman – 3= Her zaman) tipinde bir ölçek olup, on madde ve iki alt ölçekten oluşmaktadır. Alt ölçekler ebeveyn sosyal destek ölçeği (Örnek madde; *Anneniz veya Babanız sıradan bir haftada ne sıklıkla; sizi fiziksel aktivitede bulunmaya teşvik ediyor?*) ve akran sosyal destek ölçeği (Örnek madde; *Arkadaşlarınız sıradan bir haftada ne sıklıkla; sizin fiziksel aktivitelerinizi güzel bir şekilde yaptığınızı söylüyor?*) olarak adlandırılmaktadır. Ölçek ifadelerinin çevirisinde Türkçe 'deki öğelerin, Portekizce orijinal anlamı ile aynı olmasını sağlamak için çeviri tekrar çeviri yöntemi kullanılmıştır. Kültürler arası ve kavramsal tutarlılığın sağlanması için iki dilli bir uzman paneli 3 uzman (bir yeminli tercüman, bir ölçek geliştirme tecrübesine sahip akademisyen ve bir Beden Eğitimi ve Spor ABD'ne bağlı akademisyen) tarafından yürütülmüştür. Tercüme edilmiş ölçek sürümü panel işleminden sonra tamamlanmış ve daha sonra geri çeviri işlemi gerçekleştirilmiştir. Bu işlem için ana dili Portekizce olan bağımsız bir tercüman kullanılmıştır. Ölçek hakkında bilgisi olmayan bağımsız tercüman ölçeği Portekizce 'ye geri çevirmiştir. Bu işlem sonrasında alan uzmanı dört kişi tarafından ifadeler tekrar değerlendirilerek, 30 kişilik hedef popülasyonun katılımı ile bir pilot çalışma gerçekleştirilmiştir. Olası hataların tespiti ve ayıklanması için gerçekleştirilen bu uygulamalardan elde edilen bilgiler ışığında ölçeğe araştırma öncesi son hali verilmiştir.

Araştırma verilerinin toplanması iki aşamada gerçekleştirilmiştir. İlk olarak AFA' de kullanılacak veriler, sonrasında ise DFA için kullanılacak veriler farklı zaman aralıklarında bağımsız iki örneklemden elde edilmiştir. Veriler gönüllük esasına bağlı kalınarak sınıf ortamında ilgili öğretmenlerin dersleri öncesinde toplanmıştır. Toplanan ham verilerin analize hazır hale getirilmesi amacıyla; anketler tek tek kontrol edilerek bilgisayar ortamına aktarılmıştır.

C. Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen verilerin istatistiksel analizlerinde, SPSS ve AMOS veri analiz programları kullanılmıştır. Ölçeğin faktör yapısı, AFA ve DFA kullanılarak test edilmiştir. AFA, 123 öğrencinin yer aldığı I. çalışma grubundan edilen veriler ile gerçekleştirilmiştir. Örneklem büyüklüğünün yeterliliğini ve verilerin açıklayıcı faktör analizine uygunluğunu belirlemek için Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) katsayısı hesaplanmış ve Bartlett Küresellik Testi yapılmıştır. AFA sonucu elde edilen yapının geçerlilik ve güvenilirliğinin tespiti için DFA'den yararlanılmıştır. Model uygunluğunu değerlendirmek için Ki-kare/serbestlik derecesi (χ^2/df), RMSEA (Kök ortalama kare yaklaşım hatası), CFI (Karşılaştırmalı uyum indeksi), NFI (Normlaştırılmış uyum indeksi), GFI (Uyum iyiliği indeksi) ve AGFI (Düzenlenmiş iyilik uyum indeksi) değeri gibi sosyal bilimler alanında sıklıkla kullanılan uyum indeks değerleri dikkate alınmıştır (Meydan ve Şeşen, 2011; Hair, Black, Babin ve Anderson, 2009). Eşzamanlı geçerliliği değerlendirmek için Pearson Moment Korelasyon Katsayısı kullanılmıştır. Ölçüm aracının güvenilirliğini değerlendirmek amacıyla Cronbach α iç tutarlık katsayısı hesaplanmış, tüm değerlerin %70'in üzerinde olduğu tespit edilmiştir.

II. Bulgular

Ölçüm aracının faktör yük yapısını belirlemek üzere ilk olarak temel bileşenler faktör analizinden (varimaks dik döndürme yöntemi) yararlanılmıştır. Analiz sonucu KMO katsayısı, .764 olarak hesaplanmış ve Bartlett Test sonucu $\chi^2=369.17$, $p<.001$ değerleriyle örneklem büyüklüğünün ve verilerin açıklayıcı faktör analizine uygun olduğu belirlenmiştir (Tablo 2).

Tablo 2: Açıklayıcı Faktör Analizi Sonuçları

İfadeler	Faktör		
	1	2	
Ulaşım (Ebeveyn)	.769		
Ortak katılım (Ebeveyn)	.749		
Olumlu yorum (Ebeveyn)	.741		
İzleme (Ebeveyn)	.708		
Teşvik (Ebeveyn)	.543		
Ortak katılım (Akran)		.800	
Teşvik (Akran)		.757	
İzleme (Akran)		.704	
Olumlu yorum (Akran)		.632	
Ulaşım (Akran)	.368	.589	
Toplam	3.78	1.55	
Açıklanan Varyans (%)	37.80	15.54	
Açıklanan Toplam Varyans (%)		53.34	
Kaiser-Meyer-Olkin (KMO)		.764	
Bartlett'Test of Sphericity	$\chi^2=369.17$	df=45	p<.001

n=123

Yüz yirmi üç öğrenciden elde edilen verilere uygulanan açıklayıcı faktör analizi sonucunda, ölçüm aracının orijinal ölçüm aracı ile benzer şekilde iki faktörlü bir yapı gösterdiği belirlenmiştir. Birinci faktör toplam varyansın %37.8'ini ve ikinci faktör %15.54'ünü açıklamaktadır. Ebeveyn sosyal destek boyutunun Cronbach alfa değerinin .773, akran sosyal destek boyutunun Cronbach alfa değerinin .771, tüm ifadelerle ait Cronbach alfa değerinin ise .815 olduğu tespit edilmiştir. Değerlerinin kabul edilebilir değer olan % 70'in üzerinde olduğu görülmektedir (Büyüköztürk, 2008).

AFA sonrası elde edilen bulgular neticesinde model uygunluğunu değerlendirmek için DFA gerçekleştirilmiştir (Tablo 3). Veri setinin ön görülen yapıyı doğrulayıp-doğrulamadığını belirlemek üzere orijinal çalışmaya uygun olarak DFA dört aşamada gerçekleştirilmiştir (Noar, 2003; Farias Junior vd., 2014) (Tablo 3).

Tablo 3: Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları

	χ^2	Sd	Uyum İndeks Değerleri						
			χ^2/sd (≤ 3)	GFI ($\geq .90$)	AGFI ($\geq .90$)	CFI ($\geq .97$)	TLI ($\geq .95$)	NFI ($\geq .95$)	RMSEA ($\leq .05$)
Kukla (Null)	1031.05	45	22.912	-	-	-	-	-	-
Tek faktör	273.57	34	8.046	.807	.689	.757	.678	.735	.147
Bağımsız faktörler	115.62	34	3.401	.937	.898	.917	.890	.888	.086
İlişkili faktörler	60.182	33	1.824	.963	.939	.972	.962	.942	.050

Analizler sonucu, kukla, tek faktör ve bağımsız faktörler modelleri için elde edilen uyum indeks değerlerinin ön görüldüğü üzere kabul edilebilir aralıklarda olmadığı belirlenmiştir. İlişkili faktörler modelinin uygunluğu için hesaplanan $\chi^2/sd= 1.82$ 'dir. χ^2/sd değerinin 3'den küçük olması mükemmel uyum olarak kabul edilmektedir (Seçer, 2015; Meydan ve Şeşen, 2011; Görgüt ve Tuncel, 2017). Diğer uyum indeks değerleri incelendiğinde modelin iyi uyum değerlerine sahip olduğu görülmektedir (GFI= .96, AGFI= .94, CFI= .97, TLI= .96, NFI= .94 ve RMSEA= .05). Birincil seviye (ilişkili faktörler) DFA sonucu elde edilen bulgulara göre ölçüm düzeyinin iyi uyum değerlerine sahip olduğu görülmektedir. Bu kapsamda ölçüm aracının orijinal formunda yer alan 2 faktörlü ve 10 ifadeli yapının doğrulandığı görülmüştür. Ayrıca ölçüm aracı faktör yük değerlerinin ebeveyn sosyal destek faktörü için .57-.69 ve akran sosyal destek faktörü için .59-.79 arasında değiştiği sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 4: FASDÖ 'nün Ortalama Korelasyon ve İç Tutarlılık Değerleri

		1	2	3	4	\bar{X}	A
Fiziksel Aktivite Katılımı	R	1					
	P						
Ebeveyn Sosyal Destek	R	.304**	1			6.89	.781
	P	.000					
Akran Sosyal Destek	R	.261**	.412**	1		7.95	.817
	P	.000	.000				
Sosyal Destek Toplam	R	.335**	.826**	.854**	1	14.85	.828
	P	.000	.000	.000			

Analiz sonucu FASDÖ toplam puan ortalaması ve alt boyutlar arasında pozitif yönde, orta ve yüksek düzeyde korelasyon olduğu tespit edilmiştir. Diğer yandan, fiziksel aktivite katılımı ile FASDÖ toplam puan ortalaması ve alt boyutlar arasında pozitif yönde, düşük ve orta düzeyde korelasyon olduğu belirlenmiştir. Bulgulara göre, katılımcıların sosyal destek algısı arttıkça, fiziksel aktivitelere daha fazla katılma eğiliminde olduklarını ortaya koymaktadır. Ölçeğe ait Cronbach Alfa katsayıları I. Grup örneklemden elde edilen değerler ile benzer şekilde, ebeveyn ve akran sosyal destek alt boyutları için sırasıyla .781-.817 ve toplam ölçek için .828 olarak hesaplanmıştır.

III. Sonuç, Tartışma ve Öneriler

Bu çalışma, Farias Junior ve arkadaşları (2014) tarafından geliştirilen FASDÖ 'nün Türkçe 'ye uyarlanması ve geçerlik-güvenirliğinin test edilmesi amacıyla gerçekleştirilmiştir. Bu amaçla elde edilen bulgular bu bölümde tartışılmakta ve yorumlanmaktadır.

FASDÖ 'nün orijinal yapısal modeli iki faktör ve 10 maddeden oluşmakta ve mevcut çalışma kapsamında gerçekleştirilen AFA ve DFA sonuçları, iki faktörlü yapının Türk kültürüne uygun olduğunu doğrulamaktadır (Tablo 2-3). Uyum indeks değerleri incelendiğinde, elde edilen değerlerin iyi uyum düzeyinde olduğu görülmektedir. Ayrıca mevcut çalışma bulgularının, Farias Junior ve arkadaşları (2014) tarafından gerçekleştirilen çalışma bulgularıyla oldukça tutarlı olduğu tespit edilmiştir.

FASDÖ 'nün her iki faktörü (ebeveyn ve akran sosyal destek boyutları) için Cronbach alfa katsayısı değerleri, ilk örneklem grubunda .773 ve .771 ve ikinci örneklem grubunda ise .781 ve .817 olarak hesaplanmıştır. Bu doğrultuda her iki faktörün de yüksek güvenilirlik seviyesine sahip olduğunu ifade etmek mümkündür. Korelasyon analizi sonuçları, faktörlerin birbirleri ile orta derecede ve toplam ölçek skoruyla da yüksek derecede ilişkili olduğunu göstermiştir. Ölçek alt boyutları arasında pozitif yönde orta düzeyde bir ilişki olduğu

belirlenmiştir. Bir ölçeğin alt boyutları arasındaki korelasyon düzeyinin 0.30 ve daha yukarı olması ölçekte yer alan maddelerin ayırt etme gücünün yüksek olduğu anlamına gelmektedir (Büyüköztürk, 2008). Ek olarak; fiziksel aktiviteye katılım ile öğrencilerin ebeveyn sosyal destek ($r = .304$, $p < .01$) ve akran sosyal destek ($r = .261$, $p < .01$) algıları arasında düşük/orta düzeyde, pozitif ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Ergen bireyler örnekleminde yapılan farklı çalışmalarda, sosyal desteğin fiziksel aktiviteye katılım ile ilişkili olduğu ortaya konmuştur (Bauman vd., 2012; Craggs, Corder, van Sluijs ve Griffin, 2011; Gustafson ve Rhodes, 2006; Mendonça, Cheng, Melo ve Farias Júnior, 2014; Mendonça ve Farias Júnior, 2015). Örneğin; Mendonça ve Farias Júnior (2015) sosyal desteğin fiziksel aktivite ile ilişkili önemli bir faktör olduğunu ve ebeveynlerden ve akranlardan daha fazla sosyal destek alan ergenlerin fiziksel olarak aktif olma ihtimalinin daha yüksek olduğunu belirtmektedir. Azevedo Junior, Araújo ve Pereira (2006) gençlerde fiziksel aktivite tutum ve davranışlarının ergenlik döneminde şekillenmeye başladığını, diğer bir ifade ile özellikle ergenlik döneminde bireylere kalıcı fiziksel aktivite alışkanlığının kazandırılabilceğini belirtmektedir. Bu kapsamda fiziksel aktiviteye katılımın artırılması ya da sürekliliğinin sağlanması konusunda, hangi sosyal destek türlerinin ergenlerin tercihlerini etkilemede diğerlerinden göreceli olarak daha önemli olduğunun belirlenmesi gerektiği ifade edilebilir.

Bulgular ışığında, Farias Junior ve arkadaşları (2014) tarafından geliştirilen ölçüm aracının Türkçe formunun ergenlerin fiziksel aktivite için sosyal destek kaynaklarının belirlenmesinde geçerli ve güvenilir bir araç olduğu ifade edilebilir. Son olarak, bu çalışmada kesit veri toplama yöntemi ve olasılığa dayalı olmayan bir örnekleme yöntemi seçilmiş olması araştırmanın önemli bir sınırlılığı olarak değerlendirilebilir. Olasılığa dayalı örnekleme yöntemleri dikkate alınarak daha büyük örneklem gruplarında ölçüm aracının uygulanması, bu sınırlılığın üstesinden gelinmesi ve ölçüm aracının geçerliği ve güvenilirliğine daha fazla katkıda bulunulması için önerilmektedir.

Kaynakça

- Azevedo Junior, M. R. D., Araújo, C. L. P., & Pereira, F. M. (2006). Atividades físicas e esportivas na adolescência: mudanças de preferências ao longo das últimas décadas. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, 20(1), 51-58.
- Bauman, A. E., Reis, R. S., Sallis, J. F., Wells, J. C., Loos, R. J., & Martin, B. W. (2012). Correlates of physical activity: Why are some people physically active and others not? *The Lancet*, Series 380, 258–271.

- Büyüköztürk, Ş. (2008). Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı. Ankara: Pegem Akademi.
- Craggs, C., Corder, K., van Sluijs, E. M. F., & Griffin, S. J. (2011). Determinants of change in physical activity in children and adolescents: A systematic review. *American Journal of Preventive Medicine*, 40(6), 645–658.
- Farias Júnior, J. C. D., Mendonça, G., Florindo, A. A., & Barros, M. V. G. D. (2014). Reliability and validity of a physical activity social support assessment scale in adolescents-ASAFA scale. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 17, 355-370
- Görgüt, İ., & Tuncel, S. (2017). Spor karakter ölçeğinin Türkçeye uyarlanması. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 15 (3), 149-156.
- Gustafson, S. L., & Rhodes, R. E. (2006). Parental correlates of physical activity in children and early adolescents. *Sports Medicine*, 36(1), 79–97.
- Hair, J.F., Black, W., Babin, B., & Anderson, R. (2009). *Multivariate data analysis*, Upper Saddle River N.J.: Prentice Hall.
- Kong, F., Zhao J., & You X. (2013). Self-Esteem as Mediator and Moderator of the Relationship Between Social Support and Subjective Well-Being Among Chinese University Students. *Social Indicators Research*, 112(1), 151-61.
- Koruç, Z., & Bayar, P. (2004). Egzersizin depresyon tedavisindeki yeri ve etkileri. *Spor Bilimleri Dergisi*, 15 (1), 49-64.
- Küçük, V., & Koç, H. (2004). Psiko-sosyal gelişim süreci içerisinde insan ve spor ilişkisi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (10), 1-11.
- Marques, B. G. E. M., Sanchez S.S., & Palacios V.B. (2014). Perception of the quality of life a group of older people. *Revista De Enfermagem Referencia*, 4(1), 73-81.
- Mendonça, G., & Farias Júnior, J. C. D. (2015). Physical activity and social support in adolescents: analysis of different types and sources of social support. *Journal of sports sciences*, 33(18), 1942-1951.
- Mendonça, G., Cheng, L. A., Melo, E. N., & Farias Júnior, J. C. (2014). Physical activity and social support in adolescents: A systematic review. *Health Education Research*, 30, 1–18.
- Meydan, C. H., & Şeşen, H. (2011). *Yapısal eşitlik modellemesi AMOS uygulamaları*. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Noar, S. M. (2003). The role of structural equation modeling in scale development. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 10(4), 622-647

Noronha, A. M. E., & Mekoth, N. (2013). Social support expectations from healthcare systems: Antecedents and emotions. *International Journal of Healthcare Management*, 6(4), 269-275.

Ramazanoğlu, F., Karahüseyinoğlu, M. F., Demirel, E. T., Ramazanoğlu, M. O., & Altungül, O., (2005). Sporun toplumsal boyutlarının değerlendirilmesi. *Fırat Üniversitesi Doğu Araştırmaları Dergisi*, 3(3), 153-157.

Seçer, İ. (2015). Psikolojik test geliştirme ve uyarlama süreci. Ankara: Anı Yayıncılık.

Yılmaz, B., Karlı, Ü., & Yetim, A. A. (2006). Sporda sosyal bütünleşme ölçeği (SSBÖ) geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, XI(4), 3-10.

Ek-1 Ölçüm Aracı (Fiziksel Aktivitelerde Sosyal Destek Ölçeği-FASDÖ)

<i>(Size en uygun ifadeyi 0'dan 3'e kadar puanlayarak işaretleyiniz.)</i>	HİÇ	NADİREN	SIK SIK	HER ZAMAN	FİZİKSEL AKTİVİTELERDE SOSYAL DESTEK ÖLÇEĞİ (FASDÖ)	
Ebeveynleriniz (Anneniz veya Babanız) Sıradan Bir Haftada Ne Sıklıkla;						
Sizi fiziksel aktivitede bulunmaya teşvik ediyor?	0	1	2	3		
Sizinle birlikte fiziksel aktiviteler yapıyor?	0	1	2	3		
Sizi fiziksel aktivitede bulunduğunuz yere bırakıyor ya da oraya ulaşmanızı sağlıyor?	0	1	2	3		
Sizi fiziksel aktivite yaparken izliyor?	0	1	2	3		
Sizin fiziksel aktivitelerinizi güzel bir şekilde yaptığınızı söylüyor?	0	1	2	3		
Arkadaşlarınız Sıradan Bir Haftada Ne Sıklıkla;						
Sizi fiziksel aktivitede bulunmaya teşvik ediyor?	0	1	2	3		
Sizinle birlikte fiziksel aktiviteler yapıyor?	0	1	2	3		
Sizi fiziksel aktivitede bulunduğunuz yere bırakıyor ya da oraya ulaşmanızı sağlıyor?	0	1	2	3		
Sizi fiziksel aktivite yaparken izliyor?	0	1	2	3		
Sizin fiziksel aktivitelerinizi güzel bir şekilde yaptığınızı söylüyor?	0	1	2	3		