

Sağlık Çalışanlarının Egzersiz ve Spor Kavramlarına İlişkin Metaforları Metaphors of Healthcare Professionals Related to The Concepts of Exercise and Sports

* Gökhan Çakmak¹, Müge Sarper Kahveci², Elif Karagün³

¹ Kocaeli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Kocaeli, TÜRKİYE / cakmakgokhan23@gmail.com / 0000-0003-2307-8444

² Kocaeli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Kocaeli, TÜRKİYE / muge.sarperkahveci@kocaeli.edu.tr / 0000-0002-9731-9418

³ Kocaeli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Kocaeli, TÜRKİYE / elif.karagun@gmail.com / 0000-0003-1974-4117

* Corresponding author

Özet: Bu araştırmanın amacı sağlık çalışanlarının egzersiz ve spor kavramlarına ilişkin algı ve düşüncelerinin metaforlar aracılığıyla belirlenmesidir. Bu amaç doğrultusunda metaforlar yoluyla sağlık çalışanlarının egzersiz ve spora dair algı ve düşüncelerini ortaya koymak için sosyo-demografik özellikleriyle ilgili soruların yanı sıra, katılımcıların spor kavramına dair algı ve düşüncelerini belirlemek için açık uçlu olarak "Egzersiz...benzer çünkü..." ve "Spor...benzer çünkü..." şeklinde boşluk doldurulmalı toplam 12 soru Google Formlar üzerinden hazırlanmıştır. Amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme ve kartopu örnekleme kullanılarak yapılan bu çalışmada katılımcıların sağlık çalışanı olması araştırmaya dahil olabilme ölçütü olarak belirlenmiştir. Çalışma grubunu gönüllü olarak araştırmaya katılan 287 sağlık çalışanı oluşturmuştur. Araştırma için etik kurul izni alındıktan sonra kartopu örnekleme yöntemiyle toplam 287 sağlık çalışanına ulaşılmıştır. Sağlık çalışanlarının doldurduğu formlar kontrol edilmiş ve ilk etapta geçerli kabul edilen toplam 262 form Microsoft Excel programında kategorize edilmiş, uzman değerlendirmesi yapıldıktan sonra SPSS ortamına aktarılmış, yüzdelik dağılımları alınmış ve tablolaştırılarak yorumlanmıştır. Eksik ve hatalı formlar çıkarıldıktan sonra egzersiz kavramı için toplam 229 anket, spor kavramı için ise 257 anket analize tabi tutulmuştur. Araştırma sonucunda sağlık çalışanlarının oluşturduğu metaforlar değerlendirildiğinde spora karşı olumlu düşünceleri ifade eden metaforlar geliştirdikleri görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Sağlık çalışanı, metafor, spor kavramı, egzersiz.

Abstract: This research aims to be determined the thought of the healthcare professionals about the exercise and the sports concepts through metaphors. In accordance with this purpose, in order to reveal the perception and thought of healthcare professionals about exercise and sports through metaphors, in addition to questions about their socio-demographic characteristics, in order to determine the participants' perceptions and thoughts about the concept of sports, a total of 12 open-ended questions have been prepared via Google Forms, such as "Exercise is parallel to... because..." and "Sports is parallel to... because...". In this study, which was conducted using criterion sampling and snowball sampling from the purposeful sampling methods, the fact that the participants have been healthcare professionals was determined as the criterion for participation in the research. The study group have consisted of 287 healthcare professionals who participated in the research voluntarily. After research ethics committee approval has been gotten for the research, 287 healthcare professionals have been reached by means of snowball sampling method. The forms filled out by healthcare professionals were checked and a total of 262 forms that were accepted as valid in the first place were categorized in the Microsoft Excel program, transferred to the SPSS environment after expert evaluation, percentage distributions were taken and interpreted by tabulating. After the incomplete and incorrect forms were removed, a total of 229 questionnaires for the exercise concept and 257 questionnaires for the sport concept were subjected to analysis. As a result of the research, when the metaphors created by healthcare professionals have been evaluated, it is seen that they have developed metaphors expressing the thought that they developed positive attitudes towards sports.

Keywords: Healthcare professional, metaphor, sports term, exercise.

Received: 24.07.2023 / Accepted: 21.12.2023 / Published: 25.01.2024

<https://doi.org/10.22282/tojras.1332238>

Citation: Çakmak, G., Kahveci, M.S., Karagün, E. (2024). Sağlık Çalışanlarının Egzersiz ve Spor Kavramlarına İlişkin Metaforları, The Online Journal of Recreation and Sports (TOJRAS), 13(1), 28-38.

GİRİŞ

Sporun tarihsel süreçte hangi amaçlarla yapıldığı ve ne zaman ortaya çıktığı tam olarak bilinmese de günümüzde toplumsal yaşamın önemli bir parçası haline geldiği söylenebilir. Mangane'ye göre spor, kendine özgü kurum ve kuralları olan, yarışma tarzında uygulanan, bazı özellikleri ile oyuna bazı özellikleri ile de işe benzeyen, profesyonel faaliyete dönüşmeye elverişli, baskın yönü fiziksel efor olan serbest zaman aktivitesidir (1). Spor aynı zamanda bireylerin fiziksel, zihinsel, duygusal ve sosyal yönden gelişimlerini sağlayan, bilgi, beceri ve liderlik yeteneklerini geliştiren bir araç şeklinde de açıklanmıştır (2).

Bilimsel gelişmeler aracılığıyla ulaşılan önemli sonuçlardan birinin de sporun insan yaşamının önemli bir parçası olması gerekliliği ve bunun sonucunda spor aracılığıyla önemli fiziksel ve psikolojik kazanımlar elde edileceği olduğu söylenebilir (3). Ayrıca özgüvende artış, olumsuz düşüncelerden uzaklaşma, uyku problemlerinden kurtulma, stresle başa çıkma gibi ruhsal pek çok olumlu etkilerinden söz edilmiştir (4). Yaşam boyu fiziksel aktivite katılımının ise obezite ile mücadele, optimal sağlığı ve zindeliği geliştirmek ve sürdürmek gibi yararlar sağladığı görülmüştür (5). Spor yapmayı yaşam felsefesi haline getiren insanların stres

düzeylerinin daha az olduğu, öfke kontrolünün daha yüksek olduğu ve yaşamlarını daha kaliteli yaşadıkları bildirilmiştir (6).

Spora katılım sağlığın pekiştirilmesi, hastalıklardan korunma ve psikososyal iyilik hali açısından oldukça önemlidir (7). Spor ve egzersiz katılımın travmatik veya stresli bir olayın ardından kişisel gelişim için bir katalizör görevi gördüğünden de söz edilir (8). Her ne kadar halk arasında yürüyüş gibi fiziksel aktiviteler bile "spor yapmak" olarak tanımlansa da bu tanımlama doğru bir tanımlama değildir. Çoğu zaman günlük yaşamda "spor yapmak" olarak kullanılan kavram aslında egzersizdir. Egzersizin spordan farkı ise rekabet içermemesi, daha çok sağlığın kazanılması, yaşam kalitesinin artırılması hedefini gözetmesidir.

Bir bütün olarak bakmak gerekirse hem sporun hem de egzersizin bireylerin fizyolojik, psikolojik ve pedagojik iyi oluşları üzerinde pozitif etkileri olduğu söylenebilir. Özellikle günümüz dünyasının fiziksel hareketleri azaltıcı yaşam tarzı düşünüldüğünde egzersiz ve spor kavramları daha da önem kazanmaktadır.

Egzersiz ve sporun bireylerin sağığına olan pozitif etkileri çeşitli çalışmalarla ortaya koyulmuştur (9–11). Bu açıdan sağıık alanında çalışan bireyler tarafından sağıığın kazanılması ve hastalıklardan korunma açısından hastalara ve danışanlara genellikle düzenli egzersiz ve spor yapmaları önerilmektedir. Ayrıca sağııklı bireylerin de sağııklarının korumaları açısından da yine egzersiz ve spor yapmaları tavsiye edilmektedir. Egzersiz ve spor hakkında farklı kesimlerin tutumlarını ve düşüncelerini öğrenmek için çeşitli çalışmalar yapılmış (12–15) olsa da sağıık çalışanlarının egzersiz ve spor hakkındaki düşüncelerini değerlendiren çalışmalara bakıldığında yeterince üzerinde durulmamış bir alan olduğu görülmektedir. Bu açıdan sağıık çalışanlarının egzersiz ve spora ilişkin görüşleri merak edilerek; sağıık çalışanlarının egzersiz ve spor kavramlarına ilişkin düşünceleri metaforlar aracılığıyla belirlenmek istenmiştir.

Araştırmanın bu ana amacından yola çıkılarak aşağıdaki alt problemlere yanıt aranmıştır:

-Sağıık çalışanlarının egzersiz kavramı hakkındaki algı ve düşünceleri nelerdir?

-Sağıık çalışanlarının spor kavramı hakkındaki algı ve düşünceleri nelerdir?

-Sağıık çalışanlarının egzersiz ve spor kavramına yönelik ürettiği metaforlardan oluşturulan kategoriler branşlara göre değişiklik göstermekte midir?

YÖNTEM

Araştırma Modeli: Bu araştırma nitel araştırma yöntemlerinden olgubilim desenine göre dizayn edilmiştir. Katılımcıların metaforlar yoluyla spor ve egzersiz olgularına yükledikleri anlamlar araştırılmıştır. Metaforlar, olayların oluşumu ve işleyişi hakkında düşüncelerimizi yapılandıran ve yönlendiren güçlü zihinsel araçlardır (16). Yine metaforlar, bireylerin bir konu hakkındaki algı ve düşüncelerini araştırmak için kullanılabilir (14). Böylece bireylerin olgulara yükledikleri anlamlar anlaşılabilir çalışılır.

Araştırmanın Amacı: Bu çalışmada metaforlar aracılığıyla sağıık çalışanlarının egzersiz ve spora dair algı ve düşüncelerini ortaya koymak amaçlanmıştır.

Araştırma Grubu: Amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme ve kartopu örnekleme yöntemleri kullanılarak yapılan bu çalışmada katılımcıların sağıık çalışanı olması araştırmaya dahil olabilmek için ölçütü olarak belirlenmiştir. Etik Kurul izinleri alındıktan sonra Google formlar üzerinden anket formları hazırlanmış ve kartopu yöntemi kullanılarak anketler dağıtılmıştır.

Katılımcıların sosyo-demografik özelliklerini gösteren Tablo 1 incelendiğinde; araştırmaya katılanların %66,1 gibi bir oranda çoğunluğunun kadın, %33,9'u erkek olduğu, %35'inin 48 yaş ve üstü, %30,4'ü 28-37 yaş arasında, %19,5'inin 38-47 yaş arasında, %15,2'sinin ise 18-27 yaş arasında olduğu belirlenmiştir. Sağıık çalışanlarının, %44,4'ünün lisans eğitimine, %15,6'sının yüksek lisans, %17,1'inin doktora düzeyinde ve %4,3'ünün de lise düzeyinde eğitime sahip olduğu bulunmuştur. Yine %63 gibi bir oranda büyük bir bölümünün evli %37 oranında bekar

olduğu, yaptıkları iş/meslek açısından bakıldığında; %32,3'ü hekim, %20,2'si hemşire, %17,1'i akademik personel, 10,1'i sağıık alanında teknik destek veren teknisyen veya tekniker olduğu, %7,8'i sağıık memuru, %1,2'sinin ebe, %11,3'ünün de sağıık alanında hizmet veren diğer gruptan olduğu belirlenmiştir. Meslek deneyimlerine bakıldığında ise %40,1'inin 1-10 yıl arasında çalışanlar, %21'inin 31 yıl ve üzerinde çalışanlar, %20,2'sinin 21-30 yıl arası, %18,7'sinin 11-20 yıl arası çalışanlar olduğu tespit edilmiştir.

Katılımcıların serbest zamanlarında herhangi bir etkinliğe katılıp katılmadıkları sorgulandığında; %63,4'ünün serbest zamanlarında herhangi bir etkinliğe katılmadıkları, %36,6'sının bir etkinliğe katıldığı görülmüştür. Daha önce herhangi bir spor etkinliğine katılıp katılmadıklarına ilişkin soruya %87,5'inin aktif olarak veya daha önce spor yaptığı, %12,5'inin ise daha önce spor yapmadığı bulunmuştur. Ayrıca basketbol, yüzme, futbol, bisiklet, pilates gibi 20 farklı spor branşıyla ilgilendikleri görülmüştür.

Tablo 1. Araştırma Grubunun Demografik Özellikleri

Değişkenler	n	%
Cinsiyet	Kadın	170 66,1
	Erkek	87 33,9
Yaş	18-27 yaş	39 15,2
	28-37 yaş	78 30,4
	38-47 yaş	50 19,5
	48 yaş ve üstü	90 35
Eğitim Durumu	Lise	11 4,3
	Üniversite	114 44,4
	Yüksek Lisans	50 15,6
	Doktora	44 17,1
Medeni Durum	Tıpta Uzmanlık	48 18,7
	Evli	162 63
	Bekar	95 37
Meslek	Hekim	83 32,3
	Akademik Personel	44 17,1
	Hemşire	52 20,2
	Ebe	3 1,2
	Sağıık Teknisyeni/Teknikeri	26 10,1
	Sağıık Memuru	20 7,8
Meslek Deneyimi	Diğer	29 11,3
	1-10 yıl	103 40,1
	11-20 yıl	48 18,7
	21-30 yıl	52 20,2
	31 yıl ve üstü	54 21
Serbest Zaman Etkinliğine Katılım	Var	94 36,6
Spor Yapma Durumu	Yok	163 63,4
	Evet	225 87,5
	Hayır	32 12,5

Verilerin Toplanması: Bu araştırma kapsamında elde edilen veriler araştırmacılar tarafından hazırlanmış olan anket aracılığıyla Google Formlar üzerinden toplanmıştır. Kullanılan anket formunun ilk bölümünde katılımcıların sosyo-demografik özelliklerine dair sorular yer almıştır. Anket formunun ikinci bölümünde ise sağıık çalışanlarının spor kavramına ilişkin algı ve düşüncelerini anlayabilmek adına açık uçlu olarak “Egzersiz...benzer çünkü...” ve “Spor...benzer çünkü...” şeklinde sorular yöneltilmiş ve akıllarına ilk gelen cevap ile yanıtlamaları istenmiştir. Anket dağıtım işlemi için bir hafta süre tanınmış ve bir hafta sonunda araştırmaya gönüllü olarak katılan 287 sağıık çalışanının doldurduğu formlar incelenmiş ve ilk etapta tüm soruların cevaplandırıldığı 262 anket geçerli kabul edilmiştir. Anketlere verilen yanıtlar detaylı incelendiğinde egzersiz kavramına ilişkin boşluk doldurma sorusunda 33 anket, spor

kavramına ilişkin boşluk doldurma sorusunda ise 5 anket hatalı ya da eksik cevaplar nedeniyle değerlendirilmemiştir. Geriye kalan egzersiz kavramı için toplam 229 anket, spor kavramı için ise 257 anket analize tabi tutulmuştur.

Verilerin Analizi: İçerik analizinde nicel yöntemle anlaşılması zor olan kavramları araştırmak mümkündür (17) bilgisinden hareketle elde edilen verileri açıklayabilecek kavram ve ilişkilere ulaşmak amacıyla bu araştırmada da içerik analizi yöntemi kullanılmıştır.

Microsoft Excel paket programı kullanılarak veriler bir araya getirilmiştir. Verilerin kodlama ve kategorizasyon işlemleri Microsoft Excel programında yapılmıştır. SPSS 25.0 paket programıyla da hem sosyo-demografik bilgilerin hem de sayısal veriler haline getirilen metafor ve kategorilerin analizleri gerçekleştirilmiştir. Analizler sonucunda katılımcılar tarafından toplam egzersiz kavramı hakkında 144 farklı metafor, spor kavramı hakkında ise 135 farklı metafor oluşturulduğu görülmüştür. Anlamca yakın metaforlar bir araya getirilerek gruplandırma işlemi yapılmış ve bu işlem sonucunda egzersiz kavramında 12 kavramsal kategori, spor kavramında ise 16 kavramsal kategori oluşturulmuştur.

Bu kategoriler egzersiz kavramı için bağımlılık, bedensel kazanım, dinlenme/rahatlama, doğa, emek gerektiren, eşya, gereklilik, mutluluk veren, sağlık veren, sanat ve ahenk, temel

ihtiyaç ve yaşam kategorileridir. Spor kavramı için ise bağımlılık, bedensel kazanım, bireysellik, canlı varlık, devamlılık, dinlenme/rahatlama, doğa, emek gerektiren, felsefe, geliştirici, gereklilik, haz veren besin, mutluluk veren, sağlık veren, temel ihtiyaç ve yaşam kategorileridir.

Geçerlik ve Güvenirlik: Verilerin analizi araştırmacılar tarafından ayrı ayrı yapılmış, akabinde uzman görüşü de alınarak metaforlar ve kategoriler kararlaştırılmıştır. Bu şekilde araştırmanın güvenilirliğini arttırmak ve yanlılığı azaltmak amaçlanmıştır. Miles ve Huberman (18) tarafından geliştirilen uyum yüzdesi [$\text{Güvenirlik} = \frac{\text{Görüş Birliği}}{(\text{Görüş Birliği} + \text{Görüş ayrılığı})} \times 100$] formülü dikkate alınmış ve bu hesaplama sonrasında uyum yüzdesi %85 ve %87 olarak bulunmuştur. Uyum yüzdesinin %80'in üzerinde olması araştırmanın güvenilir olduğu anlamına gelmektedir (18). Araştırmacıların daha önce nitel araştırmalar ve metafor çalışmaları yapmış olması da (19,20) araştırma güvenilirliğini arttırmaktadır.

Geçerliği sağlamak için nitel araştırmalarda ulaşılan sonuçların objektif olarak elde edilmesi ve ifade edilmesi gerektiği belirtilmiştir (17). Bu araştırmada ulaşılan sonuçlar aşama aşama ve tüm detaylarıyla açıklanmış, ayrıca katılımcıların ifadelerine de doğrudan alıntılarla yer verilerek geçerlik sağlanmaya çalışılmıştır.

BULGULAR

Tablo 2. Katılımcıların Egzersiz Kavramına Yönelik Oluşturduğu Metaforların Sayısal Dağılımları

Metafor	n	Metafor	n	Metafor	n	Metafor	n
Acı	1	Düzenli yaşam	1	Meditasyon	1	Spagetti	1
Ağaç	3	Eğlence	1	Merdiven	1	Spor	3
Ağaç dalı	1	Elbise	1	Meyve	1	Sporun devamı	1
Akort yapma	1	Endorfin	1	Motor	1	Su	10
Anti-aging krem	1	Enerji	2	Mutluluk	1	Su içmek	5
Antidepresan	2	Esneme	1	Müzik	4	Süpürge	1
Arabaya benzin koymak	1	Fizik tedavi	1	Müzik dinlemek	2	Şarap	1
Aşk	1	Gıda	1	Nefes	2	Şarj etme	1
Bağımlılık yapan madde	2	Görev	1	Nefes almak	10	Şiir	1
Bale	1	Güçlü olmak	1	Nefes kapasitesi	1	Temizlik	1
Besin	2	Güne gülümseme	1	Normalden uzaklaşmak	1	Terapi	1
Beslenme	1	Günlük am	1	Nota	1	Titreşim	1
Bilgisayar işlemcisi	1	Günlük işler	2	Nöbet	1	Tohum ekmek	1
Bisiklet sürmek	1	Hamur	1	Oksijen	2	Tok olmak	1
Bulut	1	Hava	1	Oyun oynama	1	Tomurcuk	1
Canlılık	1	Hayat	8	Ödev	1	Tutku	1
Cerrahi pratik	1	Heykeltıraş	1	Ödül	1	Tütün	1
Cesaret	1	Huzur	1	Özgürlük	1	Umut	1
Çalışmak	3	Ilık rüzgar	1	Pamuk	1	Uyanma	1
Çay	1	İkaz butonu	1	Patron	1	Uyku	5
Çiçek sulamak	1	İlaç	9	Prova	1	Uyumak	1
Çikolata	5	İlkokul	1	Rahatlama	1	Uzuvlar	1
Çivi	1	İlmek ilmek dokuma	1	Ruh	1	Viral bulgu almak	1
Çocuk	1	İş	1	Ruhunu özgürleştirme	1	Vitamin	1
Çocuk bakmak	1	İşkence	3	Rutinler	1	Vücut yapı taşı	1
Dans	3	İyileşmek	1	Saat	1	Yamaç	1
Dans etme	1	Kalp	1	Saat döngüsü	1	Yaşamak	1
Dayak yemek	1	Kalp atımı	1	Sabır	1	Yemek	7
Değişim	1	Kitap	1	Sağlık	3	Yemek yeme	1
Dere	1	Kitap okumak	1	Sağlık kürü	1	Yenilenme	1
Ders çalışmak	2	Kitap sayfası	1	Sağlık uygulaması	1	Yorgunluk	1
Dinlenme	1	Konuşmak	1	Sağlıklı yaşam	1	Yük	1
Disiplin	2	Koşma	1	Salıncakta sallanmak	1	Zombi	1
Diyet	2	Lastik	2	Sebze	1		
Doping	1	Makara	1	Sevilmek	1		
Dram	1	Makine	1	Sınav	1		
Düzen	1	Makine bakımı	1	Sınır	1		

Tablo 3. Katılımcıların Spor Kavramına Yönelik Oluşturduğu Metaforların Sayısal Dağılımları

Metafor	n	Metafor	n	Metafor	n	Metafor	n
Ağaç	3	Dik yokuş	1	İvme	1	Resim	1
Ağrlık	1	Dinç olma	2	Kahve içmek	1	Resim yapma	1
Akarsu	1	Dinlenme	1	Kalp	2	Saat	1
Antidepresan	2	Disiplin	1	Kartal	1	Sağlık	3
Arabesk müzik	1	Diyet	1	Kelebek	1	Sağlıklı yaşam	5
Arkadaş	1	Doğa	2	Kendini dinlemek	1	Sağlıklı yiyecek	1
Arrest	1	Dostluk	1	Keyif	1	Sanat	4
Askerlik	2	Duygu	1	Kısa film	1	Seks	1
Aşk	9	Dünyanın döngüsü	1	Kitap okumak	2	Sigara	1
At	1	Egzersiz	1	Koruyucu sağlık	1	Spagetti	1
Atik olma	1	Eğlence	1	Lüks	1	Su	7
Ayakta tutma	1	Enerji	1	Makina	2	Su içme	1
Baharat	1	Ev işi	1	Meditasyon	6	Şarj etme	1
Bakım yapmak	1	Evcil hayvan	1	Merdiven çıkmak	1	Şenlik	1
Bebek	1	Eziyet	1	Meslek	1	Tedavi	2
Bilgi öğrenmek	1	Fidan	1	Meyve	1	Temizlik	2
Buz	1	Fotoğraf	1	Mutluluk	4	Terapi	1
Bypass	1	Gel-git	1	Müzik	4	Tırmanmak	1
Cila	1	Gereklilik	2	Nefes	10	Toprak	1
Çalışma hayatı	2	Gıda	4	Nöbet	1	Uyku	2
Çalışmak	4	Gülmek	1	Oksijen	1	Uykudan uyanma	1
Çark	1	Güneş	4	Okul	2	Yarışmak	3
Çark dişlisi	1	Güzel bir ilişki	1	Okyanus	1	Yaşam	27
Çiçek	4	Hava	2	Orman	1	Yaşam felsefesi	1
Çikolata	1	Hayal	2	Oruç tutma	1	Yay	1
Çikolata yemek	1	Hayat	2	Oyun	1	Yemek yapma	1
Çikolatalı pasta	1	Hayat enerjisi	1	Öğretmen	1	Yemek yeme	8
Çocuk	1	Huzur	2	Özgür kuş	1	Yol	1
Çocuk olmak	1	Işık	1	Özgürlük	1	Yükümlülük	1
Çocukluk	1	İlaç	7	Parmak izi	1	Zihin temizleme	1
Dans etme	5	İletişim	1	Pozitif enerji	1	Zorluk	2
Deniz	2	İnşaat	1	Psikolog	1	Zorunluluk	1
Denizdeki dalga	1	İş	1	Psikoterapi	1		
Ders çalışmak	1	İşkence	1	Rekabet	1		

Tablo 3 incelendiğinde katılımcıların egzersiz kavramına yönelik olarak toplam 134 farklı metafor oluşturduğu görülmüştür. Bu metaforlardan en sık kullanılanları ise yaşam (27), nefes (10), aşk (9), yemek yeme (8), ilaç (7) ve su (7) şeklindedir.

Tablo 4. Egzersiz Kavramı Kavramsal Kategorileri ve Bu Kategorileri Oluşturan Metaforların Sayısal Dağılımları

Kategori	Metaforlar	Farklı Metafor Sayısı	f	%
Temel İhtiyaç	Besin, beslenme, gıda, hava, konuşmak, meyve, nefes, nefes almak, oksijen, spor, su, su içmek, tok olmak, uyku, vitamin, yemek, yemek yeme	17	50	19,5
Emek Gerektiren	Acı, cerrahi pratik, cesaret, çalışmak, çiçek sulamak, çocuk bakmak, dayak yemek, dere, ders çalışmak, disiplin, diyet, dram, görev, ilaç,ilmek ilmek dokuma, iş, işkence, merdiven, saat, saat döngüsü, sabır, spor, sporun devamı, temizlik, tohum ekmek, yamaç, yastık, yorgunluk, yük, zombi	30	37	14,5
Sağlık Veren	Ağaç, antidepresan, doping, endorfin, fizik tedavi, ilaç, iyileşmek, kalp, motor, ödül, rahatlama, sağlık, sebze, terapi, umut, viral bulgu almak, yenilenme	17	26	10,1
Yaşam	Canlılık, günlük işler, hayat, nota, nöbet, patron, rutinler, sağlıklı yaşam, sınav, yaşam, yaşam tarzı	11	20	7,8
Dinlenme/Rahatlama	Değişim, dinlenme, esneme, huzur, ılık rüzgar, meditasyon, nefes, normal yaşantıdan uzaklaşma, özgürlük, pamuk, ruhunu serbest bırakma, sevilme, tutku, uyku, uyumak, spagetti	16	18	7,0
Sanat ve Ahenk	Akort yapma, bale, dans, dans etme, heykeltraş, kitap, kitap sayfasi, makara, müzik, müzik dinlemek, prova, şiir	12	18	7,0
Bedensel Kazanım	Anti-aging krem, arabaya benzin koymak, bisiklet sürmek, çivi, diyet, düzenli yaşam, enerji, ikaz butonu, kalp atımı, koşma, nefes kapasitesi artışı, sağlık, sağlık kürü, spor, şarj etme, titreşim, uyanma	17	17	6,6
Mutluluk Veren	Çikolata, çocuk, düzen, eğlence, enerji, güçlü olmak, günlük anı, hamur, mutluluk, oyun oynama, salıncakta sallanmak, şarap	12	17	6,6
Gereklilik	Aşk, bilgisayar işlemcisi, bulut, ilkokul, makine, makine bakımı, ödev, ruh, sağlık uygulaması, uzuvlar, vücut yapı taşı, yaşamak	12	12	4,7
Bağımlılık	Bağımlılık yapan madde, çay, kitap okumak, tütün	4	5	1,9
Doğa	Ağaç, ağaç dalı, tomurcuk	3	4	1,6
Eşya	Elbise, lastik, süpürge	3	4	1,6

Tablo 4 incelendiğinde katılımcıların egzersiz kavramı hakkında en çok temel ihtiyaç kategorisinde yer verilen metaforlar ürettiği görülmüştür. Bu kategori altında 17 farklı metafor üretildiği ve bu metaforlardan en fazla 50 (%19,5) sağlık çalışanı tarafından kullanılan temel ihtiyaç kategorisi olduğu görülmüştür. İhtiyaç kategorisinin ardından ikinci sırada ise 30 kişi tarafından (%14,5) üretilen emek gerektiren kategorisi olduğu ve bu kategoride de toplam 37 farklı metafor üretildiği, ardından üçüncü sırada 26 kişi

tarafından (%10,1) üretilen sağlık veren kategorisi olduğu ve bu kategori altında da toplam 17 metafor üretildiği görülmüştür. Çalışanların en fazla kullandıkları metaforların yer aldığı ilk üç sıradaki kategorilerin ardından sırasıyla; yaşam (%7,8), aynı oranda olan dinlenme/rahatlama (%7,0) ile sanat ve ahenk (%7,0), yine aynı oranda olan mutluluk veren (%6,6) ile bedensel kazanım (%6,6), sonrasında gereklilik (%4,7), bağımlılık (%1,9) ve yine aynı oranda olan eşya (%1,6) ile doğa (%1,6) kavramsal kategorilerin yer aldığı görülmüştür.

Tablo 5. Spor Kavramı Kavramsal Kategorileri ve Bu Kategorileri Oluşturan Metaforların Sayısal Dağılımları

Kategori	Metaforlar	Farklı Metafor Sayısı	f	%
Mutluluk Veren	Arkadaş, aşk, ayakta tutma, bakım yapmak, çocuk olmak, çocukluk, dans etme, dostluk, eğlence, enerji, evcil hayvan, fotoğraf, gülmek, güzel bir ilişki, huzur, keyif, kitap okumak, meditasyon, mutluluk, müzik, oyun, özgür kuş, özgürlük, pozitif enerji, resim, resim yapma, sanat, şenlik, yaşam, yaşam felsefesi	30	47	18,3
Sağlık Veren	Antidepresan, atik olma, bypass, cila, dans etme, dinç olma, egzersiz, gereklilik, gıda, hayat enerjisi, huzur, ilaç, koruyucu sağlık, oruç tutma, psikolog, psikoterapi, sağlık, sağlıklı yaşam, sağlıklı yiyecek, sanat, tedavi, terapi, yaşam, yay, yemek yeme	25	43	16,7
Temel İhtiyaç	Baharat, gıda, hava, iletişim, nefes, oksijen, su, su içme, uyku, yemek yeme	10	27	10,5
Yaşam	Duygu, hayal, hayat, müzik, uykudan uyanma, yaşam	6	26	10,1
Devamlılık	Askerlik, bilgi öğrenmek, buz, çalışma hayatı, çalışmak, çark, çark dişlisi, disiplin, diyet, gel-git, iş, kitap okumak, makine, meslek, öğretmen, saat, temizlik, yarışmak, yemek yapma, yol, yükümlülük	21	24	9,3
Emek Gerektiren	Ağırılık, arrest, çalışmak, dik yokuş, ev işi, eziyet, inşaat, lüks, merdiven çıkmak, nöbet, okul, rekabet, sağlıklı yaşam, temizlik, tırmanmak, yarışmak, zorluk	17	20	7,8
Doğa	Akarsu, deniz, denizdeki dalga, doğa, dünyanın döngüsü, güneş, ışık, meyve, okyanus, orman, su, toprak	12	17	6,6
Dinlenme/Rahatlama	Dinlenme, kendini dinlemek, meditasyon, müzik, nefes, uyku, zihin temizleme	7	13	5,1
Canlı Varlık	Ağaç, at, çiçek, çocuk, fidan, kartal, kelebek	7	12	4,7
Bedensel Kazanım	Şarj etme, yaşam	2	5	1,9
Geliştirici	Bebek, çalışmak, ders çalışmak, ivme, okul	5	5	1,9
Bağımlılık	Çikolata yemek, kahve içmek, seks, sigara	4	4	1,6
Gereklilik	Kalp, sanat, zorunluluk	3	4	1,6
Haz Veren Besin	Çikolata, çikolatalı pasta, spagetti, yemek yeme	4	4	1,6
Felsefe	Arabesk müzik, hayat tarzı, kısa film	3	3	1,2
Bireysellik	İşkence, parmak izi	2	2	0,8

Tablo 5 incelendiğinde spor kavramı hakkında en çok mutluluk veren kategorisinde yer alan metaforlar ürettiği görülmüştür. Bu kategoride 30 farklı metafor üretildiği ve bu metaforlardan en fazla 47 (%18,3) sağlık çalışanı tarafından kullanılan mutluluk kategorisi olduğu belirlenmiştir. Ardından ikinci sırada 43 kişi tarafından (%16,7) üretilen sağlık veren kategorisi olduğu ve bu kategoride de toplam 25 farklı metafor üretildiği, ardından üçüncü sırada 27 kişi tarafından (%10,5) üretilen temel ihtiyaç kategorisi olduğu ve bu kategori altında da toplam 10 metafor üretildiği görülmüştür. Çalışanların spor kavramı için en fazla kullandıkları metaforların yer aldığı ilk üç sıradaki kategorilerin ardından sırasıyla; yaşam (%10,1), devamlılık (%9,3), emek gerektiren (%7,8), doğa (%6,6), dinlenme/rahatlama (%5,1), canlı varlık (%4,7), aynı oranda olan geliştirici (%1,9) ile bedensel kazanım (%1,9), yine aynı oranda olan bağımlılık (%1,6) ile haz veren besin (%1,6) ve gereklilik (%1,6), sonrasında felsefe (%1,2) ve en son da bireysellik (%0,8) olduğu bulunmuştur.

Tablo 6. Sağlık Çalışanlarının Ürettikleri Metaforların Yer Aldığı Kavramsal Kategorilerin Mesleki Branşlarına Göre Dağılımı

Kategoriler	Hekim		Akademik Personel		Hemşire		Ebe		Sağlık Teknisyeni/ Teknikeri		Sağlık Memuru		Diğer	
	Egzersiz	Spor	Egzersiz	Spor	Egzersiz	Spor	Egzersiz	Spor	Egzersiz	Spor	Egzersiz	Spor	Egzersiz	Spor
Bağımlılık	1	1	2	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1
Bedensel Kazanım	7	2	3	1	4	1	0	0	1	1	0	0	2	0
Bireysellik	-	0	-	1	-	0	-	0	-	0	-	0	-	1
Canlı Varlık	-	6	-	2	-	6	-	0	-	0	-	0	-	1
Devamlılık	-	7	-	5	-	4	-	0	-	3	-	2	-	3
Dinlenme/ Rahatlama	4	4	4	1	4	5	0	0	1	0	2	2	3	1
Doğa	3	7	0	2	0	2	0	0	1	2	0	0	0	4
Emek Gerektiren	13	5	5	3	8	7	0	1	3	0	2	2	6	2
Eşya	1	-	1	-	2	-	0	-	0	-	0	-	0	-
Felsefe	-	1	-	0	-	2	-	0	-	0	-	0	-	0
Geliştirici	-	0	-	1	-	1	-	0	-	2	-	0	-	1
Gereklilik	3	1	1	0	4	1	1	0	0	1	2	1	1	0
Haz Veren Besin	-	1	-	0	-	1	-	0	-	0	-	0	-	2
Mutluluk Veren	7	18	1	8	3	8	2	2	2	3	0	2	2	6
Sağlık Veren	10	15	5	9	5	0	0	0	1	6	0	2	4	
Sanat ve Ahenk	6	-	4	-	2	-	0	-	2	-	1	-	3	-
Temel İhtiyaç	14	5	10	6	7	5	0	0	11	7	5	4	3	0
Yaşam	4	10	3	4	5	6	0	0	3	0	2	5	3	1

Tablo 6’da sağlık çalışanlarının mesleki branşları açısından egzersiz ve spor kavramı için ürettikleri metaforlardan oluşturulan kavramsal kategorilere ilişkin sayısal dağılımları verilmiştir.

Tablo 7. Sağlık Çalışanların Ürettikleri Metaforlardan Oluşan Kavramsal Kategorilerin Spor Yapma Durumuna Göre Dağılımı

Kategoriler	Spor Yapan		Spor Yapmayan	
	Egzersiz	Spor	Egzersiz	Spor
Bağımlılık	5	4	0	0
Bedensel Kazanım	13	4	4	1
Bireysellik	-	2	-	0
Canlı Varlık	-	9	-	3
Devamlılık	-	22	-	2
Dinlenme/ Rahatlama	17	9	1	4
Doğa	3	16	1	1
Emek Gerektiren	32	18	5	2
Eşya	4	-	0	-
Felsefe	-	2	-	1
Geliştirici	-	4	-	1
Gereklilik	10	4	2	0
Haz Veren Besin	-	4	-	0
Mutluluk Veren	15	43	2	4
Sağlık Veren	25	39	1	4
Sanat ve Ahenk	16	-	2	-
Temel İhtiyaç	45	24	5	3
Yaşam	17	20	3	6

Tablo 7’de sağlık çalışanlarının spor yapma durumları açısından egzersiz ve spor kavramı için ürettikleri metaforlardan oluşturulan kavramsal kategorilere ilişkin sayısal dağılımları verilmiştir.

Tablo 8. Egzersiz Kavramı İçin Oluşturulan Kategoriler ve Kategorilerden Örnek Cümleler

Kategori	Örnek Cümleler
Bağımlılık	Egzersiz bağımlılık yapan bir maddeye benzer çünkü ne kadar uzun süre yaparsanız bırakmak istemezsiniz.
	Egzersiz çaya benzer çünkü tadına varırsanız her sabah içersiniz.
Bedensel Kazanım	Egzersiz kitap okumaya benzer çünkü bağımlılık yapar.
	Egzersiz çiviye benzer çünkü yapınca çivi gibi olursun.
Dinlenme/Rahatlama	Egzersiz düzenli yaşama benzer çünkü sizi dinç tutar
	Egzersiz şarj etmeye benzer çünkü sonrasında enerjik hissettirir.
Doğa	Egzersiz esnemeye benzer çünkü gevşersin.
	Egzersiz ılık esen rüzgara benzer çünkü ferahlatır.
Emek Gerektiren	Egzersiz özgürlüğe benzer çünkü bedenine hükmedersin.
	Egzersiz ağaca benzer çünkü bizi yaşama bağlar.
Eşya	Egzersiz ağaç dalına benzer çünkü ona baktıkça meyve verir.
	Egzersiz tomurcuğa benzer çünkü açıldıkça güzelleşirsin.
Gereklilik	Egzersiz çalışmaya benzer çünkü insanı yorar.
	Egzersiz ilmek ilmek dokumaya benzer çünkü bedeni ve ruhu şekillendirir.
Mutluluk Veren	Egzersiz merdivene benzer çünkü zorlarsa da her basamakta bizi yükseklere taşır.
	Egzersiz elbiseye benzer çünkü kişiye özeldir.
Sağlık Veren	Egzersiz lastiğe benzer çünkü hafif esnetirsen iş görür.
	Egzersiz süpürgeye benzer çünkü atıkları temizler.
Sanat ve Ahenk	Egzersiz bilgisayar işlemcisi gibidir çünkü egzersiz olmazsa bilgisayar (insan) işlevsizdir.
	Egzersiz makine bakımına benzer çünkü insan vücudunun çalışması için gereklidir.
Temel İhtiyaç	Egzersiz vücut yapı taşına benzer çünkü eksikliğinde yıkım olur.
	Egzersiz çikolataya benzer çünkü mutluluk verir.
Yaşam	Egzersiz salıncakta sallanmaya benzer çünkü güldürür.
	Egzersiz şaraba benzer çünkü keyif verir.
Yaşam	Egzersiz fizik tedaviye benzer çünkü ağrılara iyi geliyor.
	Egzersiz ilaca benzer çünkü insanı sağlığına kavuşturur.
Yaşam	Egzersiz kalbe benzer çünkü düzenli çalıştıkça sağlıklı oluruz.
	Egzersiz akort yapmaya benzer çünkü akordu yapılmayan bir müzik aletinden doğru sesi alamazsınız.
Yaşam	Egzersiz dansa benzer çünkü ritmi vardır.
	Egzersiz müziğe benzer çünkü tüm enstrümanlar uyum içinde olmalıdır.
Yaşam	Egzersiz havaya benzer çünkü onsuz nefes olmaz.
	Egzersiz nefes almaya benzer çünkü olmazsa olmazdır.
Yaşam	Egzersiz suya benzer çünkü su olmadan hayat olmaz.
	Egzersiz günlük işlere benzer çünkü hayatın bir parçasıdır.
Yaşam	Egzersiz hayata benzer çünkü hayat harekettir.
	Egzersiz sınava benzer çünkü limitini belirler.

Tablo 8’de egzersiz kavramı için ortaya konan metaforlardan oluşturulan kavramsal kategori altında değerlendirilen her bir kategoriye ait üçer metafor orijinallliği değiştirilmeden örnek olarak verilmiştir.

Tablo 9’da spor kavramı için ortaya konan metaforlardan oluşturulan her bir kavramsal kategori altında değerlendirilen üçer metafor hiç değiştirilmeden örnek olarak verilmiştir.

Tablo 9. Spor Kavramı İçin Oluşturulan Kategoriler ve Kategorilerden Örnek Cümleler

Kategori	Örnek Cümleler
Bağımlılık	Spor çikolata yemeye benzer çünkü yaptıkça daha çok yapasın gelir. Spor kahve içmeye benzer çünkü alışkanlık gerektirir.
Bedensel Kazanım	Spor sekse benzer çünkü bağımlılık yapar. Spor canlılığa benzer çünkü hareket hayattır. Spor hayata benzer çünkü hayat faaliyet ve harekettir. Spor yaşama benzer çünkü kalitedir.
Bireysellik	Spor işkenceye benzer çünkü spordan sonra daha çok yersin. Spor parmak izine benzer çünkü her kişide aynı etkiyi göstermez. --
Canlı Varlık	Spor ağaca benzer çünkü yıllar geçtikçe daha çok büyür. Spor çiçeğe benzer çünkü suladıkça güzelleşir. Spor bir kartala benzer çünkü güç ve özgürlük demektir.
Devamlılık	Spor çalışma hayatına benzer çünkü disiplin ve gayret başarıyı getirir. Spor çalışmaya benzer çünkü duran insanı kimse sevmez. Spor saate benzer çünkü sürekli hareket gereklidir.
Dinlenme/Rahatlama	Spor dinlenmeye benzer çünkü hayata mola vermek için gereklidir. Spor meditasyona benzer çünkü anda kalarak farkındalık yaşatır. Spor zihin temizlemeye benzer çünkü vücudumuzda gösterdiği etki insanı rahatlatır.
Doğa	Spor denizdeki dalgalara benzer çünkü iniş, çıkış ve git gelleri var. Spor güneşe benzer çünkü yaptıkça doğarsın. Spor ışığa benzer çünkü ışıkla beraber daha etkin bir hayatın olur.
Emek Gerektiren	Spor çalışmaya benzer çünkü yorar. Spor dik yokuşa benzer çünkü zor ve yorucudur. Spor dağa tırmanmaya benzer çünkü efor ister.
Felsefe	Spor arabeske benzer çünkü tatlı bir acısı var. Spor hayat tarzıdır çünkü sağlıklı bir yaşam için şart. Spor kısa bir filme benzer çünkü uzun süre konsantre olunmaz.
Geliştirici	Spor bilgi öğrenmeye benzer çünkü öğrendikçe gelişirsin. Spor fizikteki ivme kavramına benzer çünkü bir kere başlayabilerseniz devamı gelir. Spor okula benzer çünkü sürekli yapılıncı hem zihinsel hem de fiziksel gelişim olur.
Gereklilik	Spor kalbe benzer çünkü sürekli çalışması gerekli. Spor sanata benzer çünkü sanatsız yaşanmaz. Spor zorunluluğa benzer çünkü para kazanılan bir iştir.
Haz Veren Besin	Spor çikolatalı pastaya benzer çünkü hayatı renklendirip insanı mutlu eder. Spor spagettiye benzer çünkü spor yaptığımızda spagetti gibi yumuşacık olursunuz. Spor çikolataya benzer çünkü mutluluk verir.
Mutluluk Veren	Spor aşka benzer çünkü tutku işidir. Spor dansa benzer çünkü yapılıncı enerjik hissedersin. Spor oyuna benzer çünkü eğlencelidir.
Sağlık Veren	Spor ispanağa benzer çünkü yapması işkence ama kendisi sağlık deposudur. Spor ilaca benzer çünkü sağlık verir. Spor psikoterapiye benzer çünkü kişi deşarj olur.
Temel İhtiyaç	Spor gıdaya benzer çünkü ihtiyaçtır. Spor nefes almaya benzer çünkü sağlam ve dinç bir vücut için gereklidir. Spor yatmaya benzer çünkü vücut için bir ihtiyaçtır.
Yaşam	Spor hayata benzer çünkü ikisi de yorucudur. Spor yaşama benzer çünkü yoruldukça yol uzar. Spor yaşam kaynağına benzer çünkü yaşam için önemi çoktur.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırmaya katılan sağlık çalışanlarının egzersiz kavramına ilişkin 144, spor kavramına ilişkin ise 135 farklı metafor oluşturduğu görülmüştür. Bu metaforlar anlamları bakımından incelenmiş ve birbirine yakın olarak görülenler bir araya getirilmiştir. Bu şekilde toplamda egzersiz kavramı için 12, spor kavramı için ise 16 farklı kategoride değerlendirme yapılmıştır.

Tablo 6'da yer alan Egzersiz kavramına yönelik üretilen metaforların yerleştirildiği kavramsal kategoriler en çok kullanılan en az doğru sırasıyla incelendiğinde; egzersiz kelimesi için oluşturulan kavramsal kategorilerden en çok temel ihtiyaç kategorisi altında değerlendirilen metaforlar üretilmiştir. Temel ihtiyaç kategorisi altında üretilen metaforlara bakıldığında “besin, beslenme, gıda, hava,

konuşmak, meyve, nefes, nefes almak, oksijen, spor, su, su içmek, tok olmak, uyku, vitamin, yemek, yemek yeme” şeklinde olduğu görülmüştür. Bu kategori altında yer alan toplam 17 metafor toplam metaforların %19,5'ini oluşturmaktadır. Bu kategoride oluşturulan metaforlar incelendiğinde katılımcıların genellikle fizyolojik ihtiyaçlara yönelik benzetmeler yaptığı görülmektedir.

Literatüre bakıldığında; egzersiz, spor, beden eğitimi ile ilgili farklı metafor çalışmalarının olduğu görülmektedir. Yapılan bu çalışmalarda özellikle hareket etme aktif yaşam olarak değerlendirilebilecek beden eğitimi, spor ve egzersiz kavramlarının göze çarpanı bu metaforlara ilişkin kategorilerin temel ihtiyaç, yaşam kaynağı gibi birbirine örtüşen yayınların olmasıdır (13,19,21,22).

Egzersiz kas kuvvetini arttırmaktan tutun da dayanıklılığı arttırma, esnekliğini arttırma, kiloyu azaltma ve korumanın yanı sıra kardiyovasküler hastalıklar ve tromboz riskini azaltma, kan yağ ve glikoz düzeylerini düşürme, psikolojik durumu ve uyku kalitesini düzeltme, kemik mineral yoğunluğunu arttırma, bazı kanser tiplerini ve kronik ağrıyı azaltma gibi birçok olumlu etkisi bilinmektedir (9). Bu etkiler sağlık çalışanları tarafından yaygın olarak bilindiğinden, egzersizi betimlerken temel ihtiyaç ile ilgili metaforların kullanılmasında etkili olduğu düşünülmüştür.

Emek gerektiren kategorisi egzersiz kavramında en çok metafor üretilen ikinci kategoridir. Bu kategori altında “acı, cerrahi pratik, cesaret, çalışmak, çiçek sulamak, çocuk bakmak, dayak yemek, dere, ders çalışmak, disiplin, diyet, dram, görev, ilaç,ilmek ilmek dokuma, iş, işkence, merdiven, saat, saat döngüsü, sabır, spor, sporun devamı, temizlik, tohum ekmek, yamaç, yastık, yorgunluk, yük, zombi” metaforları değerlendirilmiştir. Toplamda 30 metafor bu kategoridedir. Bu metaforlar katılımcılar tarafından 37 kere tekrar edilmiştir.

Yapılan literatür incelemelerinde egzersiz kavramını açıklamada benzer içeriğe sahip metaforlardan yararlanılan çalışmalar görülmektedir (12,13).

Sağlık alanında çalışanların her zaman duygusal çaba göstermek(23) fiziksel ve zihinsel olarak yoğun emek verme (24) üzerine kurulu bir iş disiplinleri bulunmaktadır. Bu nedenle egzersizin de emek gerektiren uğraşlar arasında olması sebebiyle sağlık çalışanları tarafından bu biçimde algılanmaya müsait olduğu düşünülmüştür.

Egzersiz kavramı için emek gerektiren kategorisinin ardından en çok metafor sağlık veren kategorisinde üretilmiştir. Bu kategori altında üretilen metaforlar “antidepresan, doping, endorfin, fizik tedavi, ilaç, iyileşmek, kalp, motor, ödül, sağlık, sebze, terapi, umut, viral bulgu almak, yenilenme” şeklindedir. Bu 17 metafor toplamda 26 kez tekrar edilmiştir. Bu kategori altında üretilen metaforlar incelendiğinde genellikle yapıldığında insanın sağlıklı olmasını sağlayacak benzetmeleri içerdiği görülmüştür.

İncelemeler sırasında egzersiz kavramının çalışmamıza uygun şekilde metaforik benzetmeler içeren çalışmalar olduğu görülmüştür (13,22,25,26). Ayrıca Yavuz ve arkadaşları yaptığı çalışma, çalışmamızla içerik bakımından uyuşmasa da yine de sporla ilişkili konularda akılda en kalıcı halinin sağlıklıla ilişkilendirildiği saptanmıştır (27).

Mutluluk veren kategorisi spor kavramında en çok metafor üretilen kategoridir. Bu kategoride 30 farklı metafor üretildiği görülmüş ve bu metaforlar 47 defa tekrar edilmiştir. Bu kategori altında değerlendirilen metaforlar “arkadaş, aşk, ayakta tutma, bakım yapmak, çocuk olmak, çocukluk, dans etme, dostluk, eğlence, enerji, fotoğraf, gülmek, güzel bir ilişki, huzur, keyif, kitap okumak, meditasyon, mutluluk, müzik, oyun, özgür kuş, özgürlük, pozitif enerji, resim, resim yapma, sanat, şenlik, yaşam, yaşam felsefesi” şeklindedir. Bu kategori altında yer alan toplam 30 metafor toplam metaforların %18,3’ünü oluşturmaktadır.

Literatürde yer alan çalışmalara bakıldığında; oluşturulan metaforlar ve bu metaforların toplandığı kavramsal kategorilerin bu çalışmamızda yer alan metaforlar ve

kavramsal kategorilerle uyduğu görülmüştür (12,14,15,19,28). Karakaya ve Salıcı tarafından yapılan bir çalışmada çocukların spor hakkında ürettiği metaforlar incelendiğinde betimlemelerde en çok mutluluk ile ilgili metaforlar üretildiği görülmüştür (29). Bir başka çalışmada spor derslerinin de mutluluk ve eğlenceyle ilişkilendirilerek metaforlar üretildiği görülmüştür (30). Hatta başka bir çalışmada spor değil beden eğitimi öğretmenini bile tanımlanırken, enerji kaynağı, endorfin, psikolog, adrenalın, antidepresan gibi metaforlar kullanıldığı görülmüştür (31). Özseri ve Çetin’in sağlık çalışanları üzerinde yaptığı spora karşı tutum ile mutluluk ilişkisinin incelediği çalışmada; bu iki değişken arasında pozitif yönde ilişki olduğu, spora yönelik tutumun mutluluk üzerindeki etkisini açıklamada “sporla yaşamın” bireylerin hayatında anlamlı bir şekilde pozitif yönde katkısı bulunduğu tespit edilmiştir (32).

Spor yaparken salgılanan serotonin ve endorfin hormonları bireylerde rahatlatma ve mutluluk artışına katkı sağlamaktadır (33) Buradan hareketle başka çalışmalarda da spor yapan bireylerin mutluluk düzeylerinin arttığı bilinmektedir (34,35). Bu bilgiler bir arada değerlendirildiğinde sağlık çalışanlarının işin içinde bireyler olarak bu bilgilerin farkında olması sebebiyle, mutluluk ve pozitif hislerle ilgili metaforlar kullanarak sporu ifade ettikleri düşünülmüştür.

Spor kavramı için üretilen metaforlara bakıldığında ise en çok metafor üretilen kategorilerden biri de sağlık veren kategorisidir. Bu kategorideki metaforlar “antidepresan, atik olma, bypass, cila, dans etme, dinç olma, egzersiz, gereklilik, gıda, hayat enerjisi, huzur, ilaç, koruyucu sağlık, oruç tutma, psikolog, psikoterapi, sağlık, sağlıklı yaşam, sağlıklı yiyecek, sanat, tedavi, terapi, yaşam, yay, yemek yeme” şeklindedir. Bu kategoride yer alan 25 metafor 43 kere tekrar edilmiştir. Bu kategori altındaki toplamda 25 metafor toplam metaforların %16,8’ini oluşturmaktadır.

Literatür incelendiğinde yine çalışmamızın, başka çalışmalarla birebir örtüştüğünü görülmüştür (12,14,28,36,37). Ayrıca Arslan ve arkadaşları tarafından üniversite öğrencilerinin spora bakış açılarının değerlendirildiği çalışmada %89,6 gibi büyük bir oranla “spor sağlıklı olmaktır” görüşünün hakim olduğu belirtilmiştir (3). Dünya Sağlık Örgütü verilerine göre Türkiye’nin kardiyovasküler hastalıklarda %48, kanserde %21, Tip 2 diyabette %3,5 olarak belirlenmiş olup, düzenli fiziksel aktivite ve hareketli yaşam ile önlenilecek hastalık yüzdeleri koroner kalp hastalıklarında %9,3, meme kanserinde %16,3, kolon kanserinde %16,6, Tip 2 diyabette %11,5 gibi bir ölüm oranına sahip olduğu görülmektedir. Amerikan Spor Hekimliği Koleji ve Hastalıkları Kontrol-Önleme Merkezi’nin açıklamaları doğrultusunda uzun süreli yapılan egzersizin kan basıncını, insülin duyarlılığını, kan lipid profilini, depresyon ve anksiyeteyi olumlu etkilediği belirtilmektedir (38) Sağlık parametrelerinde bu göstergelerin yaygınlaşmasıyla birlikte bu alanda çalışan bireylerin spor ve sağlık kavramlarını bir bütün olarak görmesine sebep olduğu düşünülmektedir.

Spor insanların fikren ve ruhen belli maksatlar için eğitilmesi (39) iken, egzersiz ise oyun ve gün içinde yapılan çeşitli fiziksel aktiviteler (40) olarak karşımıza çıkmaktadır. Fakat bu kavramların sağlıkçıların gözünde aynı kavramı temsil ettiği söylenebilir. Bunun sebebinin kavramsal farkları tam

olarak kavrayamamış olmaları olduğu düşünülmektedir. Aynı ayrı kavramlar görülse de aslında egzersizle sporun toplumun büyük çoğunluğunca aynı kavrammış gibi algılandığı bilinmektedir. Çalışmamızdan da hareketle sık verilen metafor örneklerinin aynı kavramlara işaret etmesi de bu durumu kanıtlar niteliktedir.

Spor kavramı için sağlık veren kategorisinin ardından en çok metafor üretilen kategori temel ihtiyaç kategorisidir. Bu kategoride “baharat, gıda, hava, iletişim, nefes, oksijen, su, su içme, uyku, yemek yeme” olmak üzere 10 farklı metafor üretilmiş ve bu metaforlar 27 kez tekrar edilmiştir. Literatüre bakıldığında spor betimlenirken çalışmamızla benzer metaforları kullanıldığı görülmüştür. (12,19,27,28,41).

Toplumun sağlığının korunması ve geliştirilmesi her zaman devletler tarafından öncelikli olmuştur. Başta tüm tasarılar ve sağlık bakım modelleri, sağlığı iyileştirmek üzerine odaklanmışken sonraki dönemlerde hastalıklardan korunmaya ve sağlığın geliştirilmesine daha çok ilgi gösterilir olmuştur (42). Zamanla sağlıkçılar arasında da bireysel baza kadar inmiş ve hastalıklardan korunmak için sporu bir temel ihtiyaç haline getirmiştir. Bu durumun sporu yaşam felsefesi haline dönüştürmesine sebep olduğu ve vazgeçilmez hale getirdiği düşünülmektedir.

Sağlık çalışanları branşına göre ayrı ayrı kullandıkları metaforların yer aldığı kavramsal kategoriler incelendiğinde hekimlerin egzersiz kavramına ilişkin en fazla temel ihtiyaç, emek gerektiren ve ardından sağlık veren kategorileri üretirken spor kavramına ilişkin en fazla mutluluk veren, ardından sağlık veren ve üçüncü sırada da yaşam kategorisinde yer alan metaforları ürettikleri görülmüştür. Hemşirelerin ise egzersiz kavramıyla ilgi en çok emek gerektiren, temel ihtiyaç ardından sağlık veren kategorisinde yer alan metaforları üretirken, spora ilişkin olarak da mutluluk veren ardından emek gerektiren ve üçüncü sırada da canlı varlık ile yaşam kategorisinde yer alan metaforlar ürettikleri görülmüştür. Sağlık teknikeri veya teknisyenlerin egzersiz kavramına ilişkin en fazla temel ihtiyaç, ardından yaşam ile emek gerektiren kategorisinde yer alan metaforları eşit ürettikleri, spor kavramına ilişkin olarak da temel ihtiyaç, sağlık veren ve ardından üçüncü sırada mutluluk veren ile devamlılık kategorisinde yer alan metaforları en çok ürettikleri belirlenmiştir. Sağlıkla ilgili alanda akademik personele bakıldığında; yine egzersiz kavramına yönelik olarak en çok temel ihtiyaç, ardından emek gerektiren ve sağlık veren kavramsal kategorilerde yer alan metaforları daha fazla kullandıkları, spor kavramına ilişkin olarak da en fazla sağlık veren, mutluluk veren ve temel ihtiyaç kavramsal kategorisinde yer alan metaforları ilk üç sırada en çok ürettikleri görülmüştür.

Spor yapan ve yapmayan sağlık çalışanlarının egzersiz ve spor kavramları ile ilgili ürettikleri metaforlar incelendiğinde spor yapanların egzersiz kavramına ilişkin en çok temel ihtiyaç, ardından emek gerektiren, sonrasında ise sağlık veren kavramsal kategorisinde yer alan metaforlar ürettikleri görülürken, spor yapmayanların ise emek gerektiren, temel ihtiyaç ve ardından bedensel kazanım kategorisi altındaki metaforları ürettikleri görülmüştür.

Spor kavramına ilişkin üretilen metaforların yer aldığı kavramsal kategoriler incelendiğinde ise; spor yapan sağlık çalışanların en çok mutluluk veren, ardından sağlık veren ve üçüncü sırada da temel ihtiyaç kategorisinde yer alan metaforlar ürettikleri görülmüştür. Spor yapmayan sağlık çalışanlarının verilerine bakıldığında ise; en çok yaşam, ardından mutluluk veren ile sağlık veren ve dinlenme/rahatlama kavramsal kategorisinde yer alan metaforları ürettikleri belirlenmiştir.

Burada dikkat çekici olan sonuç hem spor yapan hem de spor yapmayan sağlık çalışanlarının spor ve egzersiz kavramları hakkında “temel ihtiyaç” kategorisinde değerlendirilen metaforları sıklıkla belirtmiş olmasıdır. Aktif olarak spor yapan grubun spor ve egzersiz hakkında “temel ihtiyaç” kategorisinde değerlendirilen metaforlar üretmesi beklendik bir sonuçtur. Diğer taraftan sağlık çalışanları tarafından egzersiz ve sporun vücut üzerindeki pozitif yönlü etkileri bilinmektedir. Bu nedenle spor yapmayan sağlık çalışanlarının da egzersiz ve spor hakkında “temel ihtiyaç” kategorisine giren metaforlar ürettiği düşünülmektedir.

Sağlık çalışanları, mesleki sorumlulukları ve sosyal rolleri gereği sürdürdükleri yaşam biçimleri ile rol modeli olma ve sağlıklı olma yönünden hizmet verdikleri grubu etkileme özelliğine sahip oldukları bildirilmiştir (43). Literatürde profesyonel meslek gruplarından ve hizmet verdikleri grubu etkileme özelliğine sahip olan eğitimcilerle yapılan çalışmalarda da benzer şekilde spor kavramına ilişkin en çok sağlık kazandıran temel ihtiyaç ve mutluluk, rahatlatma kategorisinde yer alan metaforların üretildiği görülmüştür (19). Hizmet verilen grubu etkileme özelliği olan sağlıkçılar ile eğitimcilerin verdiği bu yanıtlar egzersiz ve spora bakış açısı oldukça önemlidir. Çalışmanın sonucunda sağlık çalışanlarının spora ve egzersize karşı bakış açılarının olumlu olduğu, dahası neredeyse hiç olumsuz görüş bildirmedikleri ve bu yönde metafor üretmedikleri görülmüştür.

Sonuç olarak literatürde olduğu gibi hizmet üreten ve hizmet ürettiği kitleyi etkileyen meslek grubu olarak sağlık çalışanlarının egzersiz ve sporun temel ihtiyaç, sağlık veren, olumlu hisler oluşturan kavramlar olarak algıladıkları belirlenmiştir.

Daha sonraki çalışmalar için sağlık çalışanlarının spora ve egzersize yönelik tutumlarını araştırabilmek adına görüşme tekniğiyle planlanmış farklı nitel araştırmalar uygulanması önerilmektedir.

Etik Metni: Bu makalede araştırma sürecinde, dergi yazım kurallarına, yayın ilkelerine, araştırma ve yayın etiği kurallarına, dergi etik kurallarına uyulmuştur. Makale ile ilgili doğabilecek her türlü ihlallerde sorumluluk yazara aittir. Bu araştırma için Kocaeli Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu'ndan gerekli izinler alınmıştır (23.04.2022 tarih ve 222316 sayılı yazı).

Çıkar Çatışması: Çalışma kapsamında herhangi bir kişisel ve finansal çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Yazarlar Katkı Oranı: Bu çalışmada birinci yazarın katkı oranı %40, ikinci yazarın katkı oranı %35, üçüncü yazarın katkı oranı %25'tir.

Kaynaklar

1. Talimciler A. Sporun Sosyolojisi Sosyolojinin Sporu. 2. bs. İstanbul: Kaynak Yayınları; 2015.
2. Ekici S, Çolakoğlu T, Bayraktar A. Dağcılık Sporuyla Uğraşan Bireylerin Bu Spora Yönelme Nedenleri Üzerine Bir Araştırma. Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi. 2011;5(2):110-9.
3. Arslan A, Doğanay H, Kırık AM, Çetinkaya A. Lise Öğrencilerinde Spor Yapma ve Özgüven İlişkisi. Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi. 2015;(17):130-49.
4. Canan F, Ataoğlu A. Anksiyete, Depresyon ve Problem Çözme Becerisi Algısı Üzerine Düzenli Sporun Etkisi. Anatolian Journal of Psychiatry. 2010;(11):38-43.
5. Gilson ND, Cooke CB, Mahoney CA. Adolescent Physical Self-Perceptions, Sport/Exercise and Lifestyle Physical Activity. Health Educ. 2005;105(6):437-50.
6. Yıldız ME, Gürer B, Esentaş M. Ortaokul Öğretmenlerinin Spora İlişkin Tutumları ile Tükenmişlik Düzeyleri İlişkisi. İnönü Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi. 2015;2(3):14-26.
7. Alpaslan AH. Ergen Ruh Sağlığı ve Spor Adolescent Mental Health and Sports. C. 13, Kocatepe Tıp Dergisi Kocatepe Medical Journal Derleme. 2012.
8. Day MC, Wadey R. Researching Growth Following Adversity in Sport and Exercise: Methodological Implications and Future Recommendations. Qual Res Sport Exerc Health. 2017;9(4):499-513.
9. Ardıç F. Egzersizin Sağlık Yararları. Türkiye Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Dergisi. 11 Kasım 2014;60(2):9-14.
10. Demir M, Filiz K. Spor Egzersizlerinin İnsan Organizması Üzerindeki Etkileri. Gazi Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi. 2004;5(2):109-14.
11. Yıldız E, Çetin Z. Sporun Psiko-Motor Gelişim ve Sosyal Gelişime Etkisi. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi. 2018;5(2):54-66.
12. Sevinç ÖS, Ergenç M. Düzce Üniversitesi'nin Bazı Fakültelerinde Öğrenim Görmekte Olan Lisans Öğrencilerinin "Spor" Hakkındaki Metaforları. Düzce Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi. 2017;7(2):106-31.
13. Türkeli A. Öğretmen Adaylarının Egzersiz Kavramına İlişkin Metaforik Algılarının İncelenmesi. İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi. 2019;6(3):1-11.
14. Yetim AA, Kalfa M. Üniversite Öğrencilerinin Sporla İlgili Metaforik Algıları ve Spor Etkinliği Dersi. SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi. 2019;17(1):41-54.
15. Gür Y, Taşkın AK. Farklı Branşlardaki Engelli Sporcuların Antrenör ve Spora Yönelik Metaforik Algıları. Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi. 2022;7(3):176-87.
16. Saban A. Okula İlişkin Metaforlar. Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi. 2008;55(55):459-96.
17. Yıldırım A, Şimşek H. Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri. 11. bs. Ankara: Seçkin Yayıncılık; 2018.
18. Miles MB, Huberman AM. Nitel Veri Analizi. 3. bs. Akbaba Altun S, Ersoy A, editörler. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık; 2019.
19. Karagün E. İlkokul ve Ortaokulda Farklı Branşlarda Çalışan Öğretmenlerin "Beden Eğitimi" ve "Spor" Kavramlarına İlişkin Metaforları. Eğitim ve Bilim. 2021;46(208):79-104.
20. Sarper Kahveci M, Çakmak G, Karagün E. Profesyonel Sporcuların Teknoloji Bağımlılığına İlişkin Metaforları. International Social Mentality And Researcher Thinkers Journal. 2022;8(58):712-8.
21. Kaya Ö. Öğretmen Adaylarının Egzersiz Bağımlılıkları ve Egzersize Yönelik Metaforik Algıları [Yüksek Lisans Tezi]. [Gazi Üniversitesi]: Eğitim Bilimleri Enstitüsü; 2019.
22. Baydar Arıcan HÖ. Üniversite Öğrencilerinin Oyun ve Fiziksel Aktivite Kavramlarına Yönelik Metaforik Algılarının İncelenmesi. SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi. 2021;19(4):170-83.
23. Üstün F. Örgütsel Adalet Algısının Duygusal Emek Üzerine Etkisi: Sağlık Çalışanları Üzerine Bir Araştırma. Uluslararası Yönetim İktisat ve İşletme Dergisi. 2017;13(4):801-18.
24. Kılıç G, Demirel ET. Duygusal Zekâ Mesleki Stres İlişkisinin Duygusal Emegin Aracılık Etkisi Bağlamında Okunması: Elazığ Sağlık Çalışanları Örneği. International Journal of Academic Value Studies. 2019;5(2):230-57.
25. Ulaş M. Metaphorical Perceptions of Other Branch Teachers towards Physical Education Teachers and Lessons. International Journal of Progressive Education. 2021;17(3):31-48.
26. Güllü E. Metaphorical Perceptions of Physical Education and Sports: An Evaluation from the Perspective of Preservice Teachers. African Educational Research Journal. 2021;9.
27. Yavuz Ü, Yavuz S, İlhan EL. Ortaokul Öğrencilerinde Uzaktan ve Yüz Yüze Beden Eğitimi ve Spor Dersi Algısı: Karşılaştırmalı Metafor Çalışması. Aksaray University Journal of Sport and Health Researches. 2022;3(2):115-31.
28. Yaşar TS. Farklı Kültürlerde Spor Kavramına İlişkin Algının Belirlenmesi: Bir Metafor Analizi [Yüksek Lisans Tezi]. [Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi]: Lisansüstü Eğitim Enstitüsü; 2021.
29. Karakaya ED, Salıcı O. Isparta'da öğrenim gören 11-13 Yaş Gurubu Öğrencilerin Popüler Spor Branşları Hakkındaki Metaforik Algılarının Belirlenmesi. International Journal of Social Sciences and Education Research. 2016;2(3):855-69.
30. Namlı A, Temel C, Güllü M. Ortaokul Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersine İlişkin Ürettikleri Metaforlar. Kastamonu Eğitim Dergisi. 2017;25(2):479-96.
31. Yeniçeri S. Farklı Branş Öğretmenlerinin Beden Eğitimi Öğretmenlerine ve Beden Eğitimi ve Spor Derslerine Yönelik Algılarının Metaforik Analizi [Yüksek Lisans Tezi]. [Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi]: Sağlık Bilimleri Enstitüsü; 2019.
32. Özşarı A, Çetin MÇ. Spora Yönelik Tutum ve Mutluluk İlişkisi (Sağlık Sektöründe Bir Araştırma). SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi. 2022;20(1):36-47.

33. Terlemez M. Spor Aktivitesinin Özgüven, Serotonin ve Dopamine Etkisi. *Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi*. 2019;2(2):1-6.
34. Demir K, Duman S. Bireylerin Spor Yapma Durumlarıyla Benlik Saygıları ve Mutluluk Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*. 2019;4(4):437-49.
35. Esentaş Deveci M, Yavaş Tez Ö, Güzel Gürbüz P. Çocuk Sporcuların Rekreasyonel Egzersize Katılım Motivasyonu ve Mutluluk Düzeylerinin İncelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*. 2021;4(3):402-11.
36. Dervent F. An Examination of Conceptualization of Sport Metaphors. *J Educ Train Stud*. 2016;4(4):259-68.
37. Kurtipek S, Sönmezoğlu U. Determination of the Perceptions of Sports Managers About Sport Concept: A Metaphor Analysis Study. *International Journal of Higher Education*. 2018;7(4):17-25.
38. Can S, Arslan E, Ersöz G. Güncel Bakış Açısı İle Fiziksel Aktivite. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 2014;12(1):1-10.
39. Yazıcı AG. Toplumsal Dinamizm ve Spor. *Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim Dergisi*. 2014;3(1):394-405.
40. Baltacı G, Düzgün İ. Adolesan ve Egzersiz. C. 730. Ankara: Sağlık Bakanlığı; 2008.
41. Kaya Ö, Cicioğlu Hİ, Tekkurşun Demir G. The Attitudes Of University Students Towards Sports: Attitude And Metaphorical Perception. *European Journal of Physical Education and Sport Science*. 2018;5(1):115-33.
42. Ertop NG, Yılmaz A, Erdem Y. Üniversite Öğrencilerinin Sağlıklı Yaşam Biçimleri. *Kırıkkale Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*. 2012;14(2):1-7.
43. Ayaz S, Tezcan S, Eker F. Hemşirelik Yüksekokulu Öğrencilerinin Sağlığı Geliştirme Davranışları. *Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*. 2005;9(2):26-34.

EXTENDED ABSTRACT

Research Problem: The aim is to determine the perceptions and thoughts of healthcare professionals about the concepts of exercise and sports through metaphors.

- What are the perceptions and thoughts of healthcare professionals about the concept of exercise?
- What are the perceptions and thoughts of healthcare professionals about the concept of sports?
- Do the categories created from the metaphors produced by healthcare professionals for the concept of exercise and sports vary according to the branches?

Literature Review: The positive effects of exercise and sports on the health of individuals have been revealed in various studies (Ardıç, 2014; Demir and Filiz, 2004; Yıldız and Çetin, 2018). In health settings, regular exercise and sports are generally recommended by healthcare professionals in terms of gaining health and preventing

disease. Although various studies have been conducted to learn the attitudes and thoughts of different sectors about exercise and sports (Sevinç ve Ergenç, 2017; Türkeli, 2019; Yetim ve Kalfa, 2019; Gür ve Taşkın, 2022), when we look at the studies evaluating the thoughts of healthcare professionals about exercise and sports, it seems that it is an area that has not been sufficiently focused on.

Methods: In order to reveal the perception and thoughts of healthcare professionals about exercise and sports through metaphors, besides socio-demographic questions, in order to determine the participants' perceptions and thoughts about the concepts of sports and exercise, a total of 12 open-ended questions have been prepared via Google Forms, such as "Exercise is parallel to... because..." and "Sports is parallel to... because...". Criterion sampling and snowball sampling from purposeful sampling methods have been used, and being a healthcare professional has been determined as a research criterion. 287 healthcare professionals have been reached by means of snowball sampling method. When the filled forms were checked, 262 valid forms were categorized, after expert evaluation, their reliability was calculated, and their percentage distributions were taken and interpreted by being tabulated. After the incomplete and incorrect forms were removed, a total of 229 questionnaires for the exercise concept and 257 questionnaires for the sport concept were subjected to analysis.

Result and Conclusions: Health professionals have produced 144 different metaphors for the concept of exercise and 135 different metaphors for the concept of sports. These metaphors have been examined in terms of their meanings and those seen as close to each other have been brought together. Hereby, in total, 12 evaluations were made for the concept of exercise and 16 evaluations were made for the concept of sports in different categories.

Of the conceptual categories created for the concept of exercise, basic need ranked first, and 17 metaphors (19.5%) containing analogies for physiological needs have been produced in this category. In the second place, a total of 30 metaphors have been produced in the Category of Requiring Labor. In the third place, metaphors containing analogies that will ensure that people are healthy have been produced under the Category of Healthy Life.

Among the conceptual categories created for the concept of sports, Category of Source of Happiness which is in the first place is the category in which the most metaphors are produced. 30 metaphors (18.3%) have been produced in the analogies containing positive emotion. In the second place, a total of 25 metaphors have been produced in the Category of Healthy Life. In the third place, 10 metaphors have been produced under the Category of Basic Need.

Physicians the most have produced metaphors that are in the Category of Source of Happiness for the concept of sports and in the Category of Basic Need for the concept of exercise. It has been observed that healthcare professionals, as the occupational group that affects the audience they serve, have developed metaphors expressing positive thoughts towards exercise and sports.