

Ekstrem Spor Aktivitelerinde Serbest Zaman İlgilenimi İle Akış Deneyimi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Investigation of The Correlation Between Leisure Involvement and Flow Experience in Extreme Sports Activities

Özge BAĞLAM¹, * Ersin ESKILER²

¹ Sakarya Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü, Sakarya, TÜRKİYE / ozgekole@windowslive.com / 0009-0001-4579-2609

² Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Sakarya, TÜRKİYE / eeskiler@subu.edu.tr / 0000-0001-7617-2958

* Corresponding author

NOT: "Ersin ESKILER'in danışmanlığında Özge BAĞLAM'ın Yüksek lisans tez çalışmasından üretilmiş olan bu çalışma, 26-27 Ekim 2023 tarihinde düzenlenen 7. Uluslararası Egzersiz ve Spor Psikolojisi Kongresi'nde özet bildiri olarak sunulmuştur."

Özet: Son yıllarda, hareketsiz yaşam tarzı giderek artmakta ve serbest zamanın değerlendirilmesinde raporlanan düşük fiziksel aktivite seviyelerinin endişe verici seviyelerde olduğu görülmektedir. Diğer yandan dünya genelinde geleneksel fiziksel aktivitelere katılım için bildirilen azalış eğiliminin aksine, ekstrem spor aktivitelerine katılımda dikkate değer bir artış olduğu bilinmektedir. Belirtilen durumlar dikkate alındığında, bireyleri ekstrem spor etkinliklerine katılıma yönlendiren faktörlerin belirlenmesi ve araştırılması önem arz etmektedir. Bu bağlamda çalışmanın amacı ekstrem spor katılımcılarının serbest zaman ilgileniminde etkili olan boyutların görece önemi ile akış deneyimlerini analiz etmek ve serbest zaman ilgilenimi ile akış deneyimi düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Çalışmada nicel araştırma yöntemlerinden biri olan ilişkisel tarama modelinden yararlanılmıştır. Çalışma grubu, Sakarya ilinde ikamet eden, 18 yaş ve üzeri ($\bar{X}_{yaş}=35.66\pm 10.21$) aktif ekstrem spor aktivitelerine katılım sağlayan bireyler arasından, kolayda örnekleme yöntemiyle belirlenen toplam 279 (62.7'si erkek, %37.5'i kadın) katılımcıdan oluşmaktadır. Çalışmada veri toplama aracı olarak "Serbest Zaman İlgilenimi" ve "Rekreasyonel Akış Deneyimi" ölçekleri kullanılmıştır. Verilerin analizinde betimsel istatistiklerin yanı sıra yapısal eşitlik modelinden yararlanılmıştır. Bulgular daha yüksek düzeyde serbest zaman ilgilenimine sahip ekstrem spor katılımcılarının daha yüksek düzeyde, akış deneyimleme eğiliminde olduğunu ortaya koymaktadır. Hedonik değer, akış deneyimi üzerinde en güçlü etkiye sahip serbest zaman ilgilenimi faktörüdür, sembolik değer ve merkezilik faktörlerinin, akış deneyimi üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi olmadığı belirlenmiştir. Bu çalışmanın sonuçları, ekstrem spor katılımcılarının serbest zaman davranışı, ilgilenim düzeyleri ve deneyimleri ile ilgili olarak ekstrem spor endüstrilerine ve ilgili birimlere referanslar sağlamaktadır.

Anahtar Kelimeler: Ekstrem sporlar, serbest zaman ilgilenimi, akış deneyimi.

Abstract: In recent years, sedentary lifestyles have been increasing, and the low levels of physical activity reported for leisure use appear to be alarming. On the other hand, it is known that there is a remarkable increase in participation in extreme sports activities, contrary to the decreasing trend reported for participation in traditional physical activities around the world. Considering the mentioned situations, it is important to determine and investigate the factors that direct individuals to participate in extreme sports events. In this context, the aim of the study was to analyze the relative importance of the subscales effective in leisure involvement of extreme sports participants and their flow experiences and to examine the correlation between leisure involvement and flow experience levels. The relational survey model, one of the quantitative research methods, was used in the study. The study group consists of 279 participants (62.7% male, 37.5% female) determined by convenience sampling method among individuals who reside in Sakarya province and participate in active extreme sports activities aged 18 and over ($\bar{X}_{age}=35.66\pm 10.21$). The study used "Leisure Involvement" and "Recreational Flow Experience" scales as data collection tools. In addition to descriptive statistics, structural equation modeling was used to analyze the data. Findings reveal that extreme sports participants with higher levels of leisure involvement tend to experience higher flow levels. While hedonic value was the leisure involvement factor with the most potent effect on flow experience, it was determined that symbolic value and centrality factors did not significantly impact flow experience. The results of this study provide references to extreme sports industries and relevant units regarding the leisure behavior, involvement levels and experiences of extreme sports participants.

Keywords: Extreme sports, leisure involvement, flow experience.

Received: 21.06.2024 / Accepted: 05.10.2024 / Published: 30.10.2024

<https://doi.org/10.22282/tojras.1503230>

Citation: Bağlam, Ö., & Eskiler, E. (2024). Ekstrem Spor Aktivitelerinde Serbest Zaman İlgilenimi İle Akış Deneyimi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, *The Online Journal of Recreation and Sports (TOJRAS)*, 13 (4), 352-361.

GİRİŞ

Fiziksel aktivitenin teşvik edilmesine ve egzersizin yararları konusunda genel farkındalığa verilen öneme rağmen, Dünya Sağlık Örgütü Fiziksel Aktivite Küresel Durum Raporu'nda, insanların sağlıklarını korumak için önerilen fiziksel aktivite düzeyini karşılamadığı ve hareketsiz yaşam tarzının endişe verici bir boyuta ulaştığı belirtilmektedir (1). Diğer yandan, dünya nüfusunun büyük bir bölümünde geleneksel serbest zaman aktiviteleri için bildirilen eğilimin (spor ve egzersiz dahil olmak üzere düşük serbest zaman fiziksel aktivite seviyeleri) aksine, özellikle genç yetişkinler arasında, ekstrem spor aktivitelerine katılan, büyüyen bir nüfus bulunmaktadır (2,3). Katılım ve sektörel büyümenin aksine, yıllar içinde ekstrem spor aktivitelerine olan ilginin artmasına neden olan faktörler belirsizdir. Nitekim genel olarak fiziksel aktiviteye katılımı etkileyen faktörlerin, i) demografik ve biyolojik faktörler, ii) psikolojik, bilişsel ve duygusal faktörler, iii) davranışsal özellikler ve beceriler, iv) sosyal ve kültürel faktörler, v) fiziksel çevre faktörleri ve vi) fiziksel aktivite özellikleri olmak üzere altı kategoride incelenebileceği ifade edilmektedir (4). Ancak ekstrem sporlar, geleneksel serbest zaman aktivitelerinden çeşitli farklılıklar göstermektedir. Örneğin, ekstrem sporlar bireysel olma eğilimindedir ve birçoğu hem rekabetçi hem de rekabetçi olmayan şekilde takip edilebilmektedir. Ekstrem sporlar —heyecan ve macera- türü etkinlikler olarak kabul

edilir ve yüksek risk içerir (5–7). Ekstrem spor deneyimleri genellikle yüksek düzeyde yoğunluk, katılım ve bağlılıkla gerçekleşmektedir ve katılımcılar ekstrem sporlarda yüksek risk ve tehlike duygusu ararlar (8,9). Bireylerin çeşitli geleneksel fiziksel aktivite türlerine katılım güdülleri ve bu güdülere bağlı olarak serbest zaman ilgilenimleri ile algıladıkları haz ve eğlence duygusu, ekstrem spor katılımcılarından farklılık gösterebilir.

Bu çalışmada, doğası gereği rekreasyonel olarak tanımlanan ekstrem spor aktivitelerine katılım davranışını etkileyen, ilgilenim ve akış deneyimi olmak üzere iki psikolojik duruma odaklanılmıştır. İlgilenim, sosyal yargı teorisi temelinde, bireyin dışsal bir uyarıcı veya durum tarafından tetiklenen algısını ve bunun bireyle olan ilişkisini açıklamak için kullanılan bir kavramdır (10). Akış deneyimi ise bir aktivite sırasında aktivitenin sunduğu zorluk ile aktiviteyi gerçekleştirmek için gerekli beceriler arasındaki denge olarak kavramsallaştırılmaktadır (11). İlgilenim ve akış deneyiminin serbest zaman davranışını önemli ölçüde etkilediği ifade edilmektedir (5,10,12,13). Serbest zaman etkinlik yöneticilerinin bakış açısından katılımcıların en iyi deneyimi algılamalarının nasıl sağlanacağı sorusu önemlidir; bu nedenle ekstrem spor ilgileniminin nasıl bir akış deneyimi ürettiğini açıklığa kavuşturmak, işletmelerin

memnun müşteriler ile sonuçlanan serbest zaman stratejileri geliştirmesine yardımcı olabilir.

Rekreasyonel aktivite olarak spor, fizyolojik, psikolojik ve sosyolojik açıdan bireysel gelişim ve zindeliğe olanak sağlayan ve bireylerin ilgilenim düzeyine bağlı olarak değişen bir dizi aktivitedir (14). Bu kapsamda serbest zaman ilgilenimi, “bir rekreasyonel aktiviteye veya ilgili ürüne yönelik gözlemlenemeyen bir motivasyon, uyarılma veya ilgi durumu” olarak tanımlanmaktadır (13). Ayrıca serbest zaman ilgilenimi sebebin değişebileceği motive edici bir faktör ve belirli bir uyaran tarafından harekete geçirilen bir durum olarak nitelendirilmektedir (15,16). İlgiilenim konusu, 1980’li yıllarda serbest zaman araştırmacıları tarafından bireylerin serbest zaman tercihleriyle ilişkisini incelemek amacıyla benimsenmiştir (13). Belirtilen yıllarda ilgilenim kavramını serbest zaman literatürüne ilk kez tanıtan, Selin ve Howard serbest zaman ilgileniminin, bir birey ile bir rekreasyonel aktivite arasında var olduğunu ve aktivite yoluyla elde edilen belirli düzeyde keyif ve kendini ifade etme ile karakterize edildiğini belirtmektedirler (17). O zamandan bu yana, bireylerin kişisel serbest zaman aktivite seçimlerini ve serbest zaman davranışlarını anlamak ve açıklamak için ilgilenim kavramı yaygın olarak kullanılmaktadır (10). Araştırmalar, serbest zaman ilgileniminin tek bir faktörden ziyade çok yönlü ölçeklerle değerlendirilmesi ve birden fazla boyutu içermesi gerektiğini öne sürmektedir (18). McIntyre ve Pigram serbest zaman ilgileniminin çekicilik, kendini ifade etme, yaşam biçimi merkezliliği, önceki deneyimler ve aşinalık olarak beş boyut içerdiğini belirtmektedir (19). Havitz ve Dimanche ise çekicilik, merkezliyet ve kendini ifade etme şeklinde serbest zaman ilgileniminin üç boyutuna odaklanmaktadır (16). Araştırmacılar, çekicilik ile serbest zaman aktivitelerinin önemi ve zevkine atıfta bulunurken, merkezilik bir aktivitenin bireyin yaşamının diğer alanlarına göre değeri anlamına gelmektedir. Kendini ifade etme ise katılımcıların serbest zaman aktivitesi yoluyla başkalarına iletmek istedikleri benlik izlenimini ifade eden sembolik bir boyuttur. Beaton, Funk, Ridinger ve Jordan’a göre serbest zaman ilgilenimi, kişi için etkinliğin anlamı ve değeri ile ilgili bir kavramdır (20). Mevcut hali ile serbest zaman ilgilenimi kavramının çok boyutlu ama birbiri ile yakın ilişkili üç boyut içerdiğini ifade etmek mümkündür. Bunlar sembolik değer, merkezilik ve hedonik değer olarak sıralanmaktadır (20,21). Sembolik değer, etkinliğin bireyin kendini ifade etme değerini veya sembolizm düzeyini yansıtır. Merkezilik, aktivitenin bireyin yaşam tarzı için ne kadarlık bir öneme sahip olduğunun göstergesi olarak kabul edilmektedir. Hedonik değer ise bir aktiviteden elde edilen keyif duygusunu temsil etmektedir (20). Bu durumda sembolik değer ve merkezilik serbest zaman aktivitesinin anlamı ve uygunluğu ile ilgili bilişsel yönü daha baskın olan boyutlarken, hedonik değer duygular ve etkinliğe atfedilen değerle ilgili duyuşsal yönü daha ön planda olan boyuttur.

Akış insanların fiziksel, psikolojik ya da her ikisiyle ilgili bir durum, süreç ya da gelişmeye tam katılımı hareket ettiklerinde hissettikleri bütünsel doyum olarak tanımlanabilir (22). Yirmi yılı aşkın süre alan sistematik araştırmasında Csikszentmihalyi insanların hayatının en mutlu ve en keyifli anlarının koşullarına odaklanmıştır. Akış, kişinin diğer uyarıları hariç tutarak yoğun bir şekilde bir

göreve dahil olduğu ve dikkatin tamamen bu zorlu ama başarılı olabilir aktiviteye verildiği öznel bir olgudur (11,22,23). Özellikle fiziksel aktivite katılımıyla ilgili olarak akış, daha fazla katılımı teşvik etme potansiyeli taşıyan arzu edilen bir durum olarak görülmektedir (24). Akış, aktivite sırasında kendini yoğun olarak o aktiviteye verme, bağlanma ve katılma durumudur. Csikszentmihalyi akış deneyimini; bir kişinin mevcut ve potansiyel beceri ve kapasitesinin bir hedefe yönelik olarak kanalize edebilmesi ve hedefe ilişkin zorlukların üstesinden gelebilmesine ilişkin performans göstergelerini oluşturan kurallı bir eylemler sistemi olarak tanımlamıştır (22). Örneğin, bir etkinlik tarafından sunulan zorluklar ile katılımcının etkinlikteki becerileri/bilgisi arasındaki eşleşme, eylemleriyle ilgili kontrol, geri bildirim ve deneyimsel sonuçlar, dikkatinin etkinliğe odaklanması, kayıp öz-farkındalık, zamanın dönüşümü, anlık kaygı kaybı ve zevk, akış ve akış deneyiminin oluşumunu gösterir (25). Çok fazla meydan okuma (yüksek zorluk, düşük beceri) kaygı yaratan bir durum olarak görülürken, aşırı düzeydeki bir becerinin can sıkıntısına yol açması muhtemeldir (26). Akış deneyiminde genel olarak yarış, görev, skor ya da başarıya değil eylemin kendisinden sağlanan öznel haz, fayda, tatmin ve mutluluk önemlidir. Novak, Hoffman ve Yung’a göre akış deneyiminde kişi aktivite ile öyle çok yoğunlaşır ki bedensel ve zihinsel işlevler arasında bir ayrım yapamaz ve kişi için aktivite dışındaki her şey önemini kaybeder (27). Bu hali ile akış deneyimi, kendini geliştirme mekanizmasına sahip geçici bir zihinsel durumdur (12). Katılımcılar serbest zaman aktivitesinde akış deneyimiyle karşılaştıklarında akış deneyimini yaşamaya devam etmek için aynı davranışı tekrarlama eğilimindedirler (24,27,28). Bu bağlamda akış deneyimi, insanların aynı eylemleri tekrar tekrar yapmaya hazır oldukları içsel bir zevk sağlar. Zorlukların üstesinden gelmek için sarf edilen çabanın sonucunda ortaya çıkan bu zevk duygusu, serbest zamandan elde edilen keyif duygusu (hedonik değer) ile benzerlik göstermektedir (23).

Havitz ve Mannell, yüksek düzeyde serbest zaman ilgilenimi bildiren turistlerin, akış deneyimini daha kolay elde edebildiklerini ortaya koymuştur (13). Kenting Bahar Müzik Festivali’ndeki ziyaretçilerin davranışlarının araştırıldığı çalışmada serbest zaman ilgileniminin akış deneyimi üzerinde anlamlı ve olumlu bir etkiye sahip olduğu belirlenmiştir (5). Cheng ve diğerleri yürüyüş etkinliği katılımcılarında serbest zaman ilgileniminin akış deneyimi üzerinde anlamlı ve olumlu bir etkiye sahip olduğunu bulmuşlardır (12). Benzer şekilde Tao ve diğerlerinin kent parkları ziyaretçileri özelinde gerçekleştirdikleri çalışma sonucunda, serbest zaman ilgilenim derecesi ne kadar yüksek olursa, akış deneyiminin meydana gelme olasılığının da o kadar yüksek olacağı rapor edilmiştir (10). Her ne kadar önceki araştırmalarda farklı serbest zaman etkinliklerinde, serbest zaman ilgilenimi ile akış deneyimi arasında güçlü bir ilişki olduğunu ortaya konmuş olsa da, farklı ekstrem spor katılımcıları için serbest zaman ilgilenimi ile akış deneyimi arasındaki ilişki sınırlı sayıda çalışmaya konu olmuştur (5). Diğer yandan önceki araştırmalarda (10,12,13), serbest zaman ilgileniminin çok boyutlu yapısının göz ardı edildiği ifade edilebilir. Açıklamalara dayalı olarak, bu çalışmada aşağıdaki hipotezler test edilmiştir:

H1: Ekstrem sporlarda hedonik değer akış deneyimini olumlu şekilde etkiler.

H2: Ekstrem sporlarda merkezilik akış deneyimini olumlu şekilde etkiler.

H3: Ekstrem sporlarda sembolik değer akış deneyimini olumlu şekilde etkiler.

Bu çalışma, ekstrem spor katılımcılarının serbest zaman ilgileniminde etkili olan boyutların görece önemi ile akış deneyimlerini analiz etmeyi ve serbest zaman ilgilenimi ile akış deneyimi arasındaki ilişkiyi araştırmayı amaçlamaktadır.

YÖNTEM

Araştırma Modeli: Bu çalışmada nicel araştırma yöntemlerinden biri olan ilişki tarama modelinden yararlanılmıştır. İlişki tarama modeli, iki farklı nicel değişken arasındaki ilişkinin veya etkinin ortaya çıkarılmasını amaçlayan bilimsel bir yaklaşımdır (29). Bu modele göre araştırmada, ekstrem sporlara katılım sağlayan bireylerin serbest zaman ilgilenimi ve akış deneyimi düzeyleri arasındaki ilişkiyle ilgili betimsel analizler yapıldıktan sonra bu değişkenler arasındaki ilişki, ilişki tarama modeli ile incelenmiştir.

Araştırmanın Amacı: Bu çalışma, ekstrem spor katılımcılarının serbest zaman ilgileniminde etkili olan boyutların görece önemi ile akış deneyimlerini analiz etmeyi ve serbest zaman ilgilenimi ile akış deneyimi arasındaki ilişkiyi araştırmayı amaçlamaktadır.

Araştırma Grubu: Çalışma grubu, Sakarya ilinde ikamet eden, 18 yaş ve üzeri aktif ekstrem spor aktivitelerine katılım sağlayan bireyler arasından, gönüllülük esasına dayalı olarak kolayda örnekleme yöntemiyle seçilen toplam 279 katılımcıdan oluşmaktadır. Araştırma grubundan veriler 2022 yılı Şubat-Haziran ayları arasında toplanmıştır. Katılımcılara ait demografik özellikler Tablo 1’de ve katılımcıların ekstrem spor etkinliklerine katılım durumları Tablo 2’de özetlenmektedir.

Tablo 1. Katılımcıların demografik özellikleri

Cinsiyet	N	%
Kadın	104	37.3
Erkek	175	62.7
Yaş Aralığı	\bar{X}	Ss.
18-63 Yaş	35.66	10.21
Medeni Durum	N	%
Bekar	147	52.7
Evli	132	47.3
Meslek	N	%
Memur	118	42.3
Serbest Meslek	56	20.1
İşçi	53	19.0
Öğrenci	29	10.4
Emekli	12	4.3
Çalışmıyor	11	3.9
Eğitim Durumu	N	%
Ortaöğretim	49	17.6
Üniversite	192	68.8
Lisansüstü	38	13.6
Gelir Durumu	\bar{X}	Ss.
4250-70000₺	10355.76	9720.72

Araştırmaya katılanların yaş ortalamasının (\bar{X} =35.66±10.21, %62.7’sinin erkek (n=175), %37.5’inin kadın (n=104)

olduğu belirlenmiştir. Bunların %52.7’si (n=147) bekar ve %47.3’ünün (n=132) evli olduğu görülmektedir. Katılımcıların %42.3’ü (n=118) memur, %20.1’i (n=56) serbest meslek, %19’u (n=53) işçi, %10.4’ü (n=29) öğrenci, %4.3’ü (n=12) emekli ve %3.9’u (n=11) çalışmıyor olduğunu belirtmiştir. Katılımcıların, %17.6’sının (n=49) lise ve öncesi, %68.8’nin (n=192) üniversite, %13.6’sının (n=38) ise lisansüstü seviyesinde eğitime sahip oldukları görülmektedir. Son olarak katılımcıların ortalama gelir dağılımının (\bar{X} =10355.76±9720.72 olduğu belirlenmiştir.

Tablo 2. Ekstrem spor etkinlikleri katılım durumu

Katıldığınız spor etkinliği	n	%
Dağcılık	113	40.5
Yamaç Paraşütü	85	30.5
Kaya Tırmanışı	31	11.1
Enduro ve Motocross	13	4.7
Dalış	10	3.6
Snowboard	9	3.2
Diğer	18	6.5
Bu etkinliğe kaç yıldır katılıyorsunuz?	n	%
2 yıl ve altı	92	33.0
3-4 yıl	89	31.9
5 yıl ve üzeri	98	35.1
Bir etkinliğe katılmada harcadığınız süre yaklaşık ne kadar?	n	%
2 saat ve altı	60	21.5
3-4 saat	68	24.4
5 saat ve üzeri	151	54.1
Etkinliklere en çok kiminle katılmaktasınız?	n	%
Arkadaş	190	68.1
Meslektaş	18	6.5
Aile üyeleri	23	8.2
Yalnız	48	17.2
Son altı ay içerisinde kaç etkinliğe katıldınız?	n	%
1 ya da 2	97	34.8
3 ya da 4	68	24.4
5 ve üzeri	114	40.9

Tablo 2’de ekstrem spor etkinliklerine katılan bireylerin çoğunluğunun (%40.5, n=113) dağcılık etkinliklerine katılım sağladığı, bu grubu sırasıyla yamaç paraşütü (%30.5, n=85), kaya tırmanışı (%11.1, n=31), enduro ve motocross (%4.7, n=13), dalış (%3.6, n=10), snowboard (%3.2, n=9) ve diğer etkinliklere (%6.5, n=18) katılım sağlayan bireylerin takip ettiği belirlenmiştir. Katılımcıların %33’ü (n=92) ~2 yıl, %31.9’u (n=89) 3-4 yıl, %35.1’i (n=98) 5 yıl ve üzeri bu etkinliklere katılım sağladıklarını belirtmiştir. Ayrıca katılımcıların son altı ay içerisinde kaç etkinliğe katıldıkları incelendiğinde, %34.8’i (n=97) 1 ya da 2, %24.4’ü (n=68) 3 ya da 4, %40.9’u (n=114) 5 ve üzeri olarak görülmektedir. Araştırma grubunun katılım süreleri ve sıklıkları bir arada değerlendirildiğinde, katılımcıların ekstrem spor etkinlikleri ile ilgili önemli bir deneyim geçmişi sahip oldukları ifade edilebilir. Bu etkinliklerde %21.5’i (n=60) 2 saat ve daha az, %24.4’ü (n=68) 3-4 saat, %54.1’i (n=151) 5 saat ve üzeri süre harcadıkları görülmektedir. Araştırmaya katılanların büyük çoğunluğu %68.1’i (n=190) arkadaşlarıyla, %6.5’i (n=18) meslektaşlarıyla, %8.2’si (n=23) aile üyeleriyle, %17.2’si (n=48) yalnız olarak etkinliklere katıldıkları görülmektedir.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada yer alan yapıların ölçümleri için kullanılan ölçekler ve ifadeler ilgili literatür taranarak oluşturulmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formunun yanında “Serbest Zaman İlgilenimi” ve “Rekreasyonel Akış Deneyimi” ölçekleri kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu: Bu bölümde, araştırmaya katılan bireylerin kişisel özelliklerini belirlemek üzere cinsiyet, medeni durum, meslek, öğrenim durumu, gelir durumu ve ekstrem sporlara katılım durumlarıyla ilgili sorulara yer verilmiştir.

Serbest zaman ilgilenimi: Ekstrem spor aktivitelerine yönelik bireylerin serbest zaman ilgilenim düzeylerini belirlemek üzere Beaton ve diğerleri ile Chang'ın çalışmalarından yararlanılmıştır. İlgili araştırmacılar tarafından önerilen ölçekler incelenerek iki ölçüm aracının oldukça benzer ifadeleri kapsadığı belirlenmiştir (5,20). Bu kapsamda Beaton ve diğerleri (2011) tarafından geliştirilen ve Eskiler (2019) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Serbest Zaman İlgilenim" ölçeği hedonik değer, merkezilik ve sembolik değer olarak adlandırılan üç alt boyut ve dokuz maddeden oluşmaktadır (20,21). Bu ölçekte yer alan dokuz maddenin yanı sıra Chang (2017) tarafından ekstrem spor etkinliklerine katılan bireyler örnekleminde gerçekleştirilen çalışmada kullanılan ölçekte yer alan maddeler, içerik açısından, spor yönetimi alanında uzman iki akademisyen tarafından incelenerek, belirlenen dört maddenin daha ölçüm aracına dahil edilmesine karar verilmiştir. Bu bağlamda katılımcıların serbest zaman ilgilenim düzeylerini belirlemek üzere toplam 13 madde belirlenmiştir (5). Tüm

maddeler, 1 (kesinlikle katılmıyorum) ile 7 (kesinlikle katılıyorum) arasında değişen 7'li Likert ölçeğinde ölçülmüştür.

Ölçekte yer alan 13 maddeye açımlayıcı faktör analizi (varimax –varyansların maksimumu- metodu) uygulanmıştır. Veri setinin faktör analizine uygunluğu Kaiser-Meyer-Olkin (KMO>.70) örneklem yeterliliği değeri ve Bartlett küresellik testinin anlamlılığı ile değerlendirilmiştir (KMO=.90; $\chi^2=2138.30$, $sd=70$, $p<.001$). Ölçekte yer alan her bir maddenin toplam çözüme katkısını belirlemek için Anti-image korelasyon matrisi incelenmiştir. Diagonal ekseninde her bir değişkene ait değer .05'in üzerinde bir değer aldığı ve bireysel olarak değişkenlerin örneklem yeterliliğini desteklediği belirlenmiştir (30). Açımlayıcı faktör analizinin üç faktörlü bir çözüm ürettiği ve toplam varyansın %70.42'sinin açıklandığı tespit edilmiştir. Değişkenlere ait faktör yük değerleri incelendiğinde, bir maddenin faktör yük değerinin .45'e oldukça yakın olduğu ve diğer faktörler de aldığı yük değerleri (sırasıyla; .398, .482 ve .340) arasında farkın .10'dan az olduğu tespit edilmiştir. İlgili madde binşik madde olarak tanımlanarak analiz dışı bırakılmış ve analiz tekrar edilmiştir (31). Gerçekleştirilen ikinci açımlayıcı faktör analizi sonuçları Tablo 3'de özetlenmektedir.

Tablo 3. SZİ madde analiz sonuçları

Boyutlar İfadeler	Madde Toplam Kolerasyonu	Madde Silindiğinde Cronbach's Alpha	1	2	3
Faktör 1 (Hedonik Değer $\bar{X}=6.41\pm.77$)					
Madde 3	.764	.824	.851		
Madde5	.717	.841	.823		
Madde1	.710	.837	.763		
Madde4	.623	.855	.741		
Madde2	.717	.830	.734		.314
Faktör 2 (Sembolik Değer $\bar{X}=5.77\pm1.08$)					
Madde7	.625	.818		.781	
Madde9	.695	.777		.746	.330
Madde6	.671	.788	.349	.731	
Madde8	.700	.783	.402	.708	
Faktör 3 (Merkezilik $\bar{X}=4.85\pm1.61$)					
Madde11	.860	.871			.867
Madde13	.729	.895			.853
Madde10	.779	.854		.392	.782
Toplam			3.471	2.6732	2.554
% Varyans			28.922	22.272	21.287
Cronbach's Alfa			.866	.834	.892
Toplam Cronbach's Alfa				.893	
KMO Örneklem Yeterliliği				.886	
Bartlett Küresellik Testi		$\chi^2=1982.808$	$sd=66$		$p=.000$

n= 279

KMO örneklem yeterliliği değerinin .89 ve Bartlett küresellik testinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir ($p<.001$). Anti-image korelasyon matrisi incelendiğinde diagonal ekseninde her bir değişkene ait değer .05'in üzerinde bir değer aldığı ve bireysel olarak değişkenlerin örneklem yeterliliğini desteklediği görülmüştür (30). Açımlayıcı faktör analizinin tekrar üç faktörlü bir çözüm ürettiği ve toplam varyansın %72.48'inin açıklandığı belirlenmiştir. Her bir faktör tarafından

açıklanan varyans oranının sırasıyla; %28.92, %22.27 ve %21.29 olduğu görülmektedir. Gerçekleştirilen ikinci açımlayıcı faktör analizi sonucu 12 madde ve 3 alt boyuttan oluşan faktör yapısının elde edildiği belirlenmiştir. Her bir faktöre ait Cronbach's alfa iç tutarlılık değerleri incelendiğinde, bu değerlerin .70 ve üzerinde (sırasıyla; .866, .834 ve .892) ve ölçek geneli Cronbach's alfa iç tutarlılık değerlerinin .893 olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 4. SZİ güvenilirlik ve geçerlik sonuçları

	α	CR	AVE	MSV	ASV	1	2	3
Sembolik değer	.834	.832	.556	.471	.850	.745		
Hedonik değer	.866	.875	.584	.432	.884	.657	.764	
Merkezilik	.892	.897	.745	.471	.924	.686	.419	.863

Güvenilirlik : CR > 0.7

Yakınsak geçerliği : CR > (AVE) ve AVE > 0.5

Ayrırma geçerliği : MSV < AVE ve ASV < AVE

α : Cronbach's alfa, CR: Bileşik güvenilirlik, AVE: Çıkarılan ortalama varyans, MSV: Maksimum paylaşılan varyans, ASV: Paylaşılan ortalama varyans

Not: Kalın harflerle yazılan rakamlar, karşılık gelen yapıların AVE kareköklerini temsil eder.

Bir gözlenen değişken çıkardıktan sonra diğer 12 gözlenen değişken üzerinde DFA gerçekleştirilmiştir. Çalışmada model uyumunu test etmek için AMOS kullanılmıştır. Sonuçlara göre $\chi^2/sd=2.258$, RMSEA=.067 [90% CI=.051-.084], GFI=.939, TLI=.957, CFI=.968 olarak belirlenmiştir. RMSEA değerinin .05-.08 ve GFI değerinin .95-.90 aralığında olması, kabul edilebilir bir modelin uyumunun göstergesidir (32). χ^2 değerinin serbestlik derecesine oranının 3'den küçük, TLI ve CFI indeks değerlerinin .95'in üzerinde olması modelin iyi uyum değerlerine sahip olduğunu göstermektedir (33,34). Modelin güvenilirlik ve geçerlilik açısından, CR değerlerinin (.897-.832 arası) .70'in, AVE değerlerinin (.745-.556 arası) .50'nin üzerinde olduğu ve CR>AVE şartının sağlandığı belirlenmiştir (33). Bulgular, SZİ ölçeğinin güvenilir ve geçerli (yakınsak ve ayırma geçerliliği) olduğunu ve ilgili boyutların değişkenlerin varyansını açıklayabildiğini göstermektedir.

Rekreasyonel akış deneyimi: Ektrem spor aktivitelerine katılan bireylerin etkinliklerde algıladıkları akış deneyimlerinin belirlenmesi için Ayhan ve diğerleri (2020) tarafından geliştirilen "Rekreasyonel Akış Deneyimi" (RAD) ölçeği kullanılmıştır (28). İlgili ölçüm aracı

rekreasyonel amaçlı geleneksel spor branşlarına (bisiklet, tenis, yüzme vb.) ve ekstrem spor branşlarına (katamaran, serbest dalış yamaç paraşütü vb.) katılan bireyler örnekleminde geliştirilmiştir. Rekreasyonel akış deneyimi ölçeği 9 madde ve tek boyuttan oluşmaktadır. Ölçekte yer alan maddeler, 1 (kesinlikle katılmıyorum) ile 7 (kesinlikle katılıyorum) arasında değişen 7'li Likert ölçeğinde ölçülmüştür. RAD ölçeğine ilişkin açımlayıcı faktör analizi sonuçları Tablo 5'de özetlenmektedir.

Veri setinin faktör analizine uygunluğu KMO örneklem yeterliliği değeri ve Bartlett küresellik testinin anlamlılığı ile değerlendirilmiştir (KMO=.94; $\chi^2=1639.41$, sd=36, p<.001). Anti-image korelasyon matrisi incelendiğinde diagonal ekseninde her bir değişkene ait değerin .05'in üzerinde bir değer aldığı ve bireysel olarak değişkenlerin örneklem yeterliliğini desteklediği belirlenmiştir (30). Açımlayıcı faktör analizinin tek faktörlü bir çözüm ürettiği ve toplam varyansın %63.19'unun açıklandığı tespit edilmiştir. Değişkenlere ait faktör yük değerleri incelendiğinde, bu değerlerin .873 ile .608 aralığında olduğu tespit edilmiştir (31). Ölçeğe ait Cronbach's alfa iç tutarlılık değerlerinin .918 olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 5. RAD madde analiz sonuçları

Boyutlar İfadeler	Madde Toplam Kolerasyonu	Madde Silindiğinde Cronbach's Alpha	1
Faktör 1 (RAD $\bar{X}=6.45\pm.70$)			
Madde 6	.814	.902	.873
Madde 4	.785	.904	.844
Madde 5	.779	.903	.830
Madde 3	.750	.907	.823
Madde 8	.745	.907	.821
Madde 2	.750	.905	.812
Madde 7	.733	.907	.798
Madde 1	.643	.914	.712
Madde 9	.535	.925	.608
Toplam			5.687
% Varyans			63.185
Cronbach's Alfa			.918
KMO Örneklem Yeterliliği			.935
Bartlett Test of Sphericity		$\chi^2=1639.407$ sd=36	p=.000

n= 279

Gerçekleştirilen DFA sonucu, $\chi^2/sd=2.519$, RMSEA=.074 [90% CI=.051-.097], GFI=.954, TLI=.966, CFI=.977 olarak belirlenmiştir. RMSEA değerinin .05-.08 aralığında olması, kabul edilebilir bir modelin uyumunun göstergesidir (32). χ^2 değerinin serbestlik derecesine oranının 3'den küçük, GFI, TLI ve CFI indeks değerlerinin .95'in üzerinde olması modelin iyi uyum değerlerine sahip olduğunu göstermektedir (33,34). Modelin güvenilirlik ve geçerlilik açısından, CR değerlerinin (.925) .70'in, AVE değerlerinin (.582) .50'nin üzerinde olduğu ve CR>AVE şartının sağlandığı belirlenmiştir (33). Bulgular modelin güvenilir ve geçerli olduğunu göstermektedir.

Verilerin Analizi: Elde edilen verilerin analizi SPSS ve AMOS paket programı aracılığı ile gerçekleştirilmiştir. Verilerin normal dağılım gösterip-göstermediği çarpıklık ve basıklık değerleri dikkate alınarak incelenmiş ve bu değerlerin önerilen ± 2 aralığında olduğu saptanmıştır (35). Araştırma modelindeki yapılar arasındaki ilişkiler yapısal eşitlik modellemesi (YEM) ile incelenmiş ve hipotezler test

edilmiştir. Araştırma modelinin analizi iki aşamada gerçekleştirilmiştir. İlk aşamada ölçme araçları açımlayıcı (AFA) ve doğrulayıcı faktör analizi (DFA) ile değerlendirilmiştir, ikinci aşamada ise yapılar arasındaki yapısal ilişkiler test edilmiştir. Yapıların güvenilirliği Cronbach alfa ($\alpha>.70$) ve bileşik güvenilirlik (CR>.70) değerleri kullanılarak ölçülmüştür (33). Yakınsak geçerlilik bileşik güvenilirlik ve çıkarılan ortalama varyans (AVE>.50 ve CR>AVE) ile ölçülmüştür. Ayırma geçerliliği, çıkarılan ortalama varyans (AVE), maksimum paylaşılan varyans (MSV) ve paylaşılan ortalama varyans (ASV) aracılığıyla test edilmiştir (MSV<AVE, ASV<AVE) (33). Verilerin ölçme uygunluğu çeşitli uyum indeksi değerleri kullanılarak değerlendirilmiştir. Bu çalışmada model uyum indeksi değerleri olarak, uyum indeksi (GFI \geq .95), Tucker-Lewis indeksi (TLI \geq .95), karşılaştırmalı uyum indeksi (CFI \geq .95), tahmin hatalarının karelerinin ortalaması (.08 \leq RMESA \leq .05) kullanılmış ve Ki-kare değerinin serbestlik derecesine oranı ($\chi^2/sd\leq 3$) raporlanmıştır (32-34).

BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde araştırma kapsamında yapılan istatistiksel analiz bulguları ve yorumlarına yer verilmiştir.

Tablo 6. Ölçüm modeli güvenirlik ve geçerlik analizi sonuçları

	Tahmin	S.H.	t	λ	R^2
Hedonik değer (CR=.831, AVE=.554)					
ilgi1	1.472	.119	12.396	.709	.503
ilgi2	1.383	.106	13.016	.737	.543
ilgi3	1.253	.080	15.656	.854	.729
ilgi4	1.304	.106	12.313	.702	.493
ilgi5	1.000	-	-	.801	.642
Sembolik değer (CR= .874, AVE=.582)					
ilgi6	1.048	.087	12.113	.784	.615
ilgi7	.995	.088	11.339	.618	.382
ilgi8	.973	.076	12.866	.831	.691
ilgi9	1.000	-	-	.726	.527
Merkezilik (CR= .896, AVE=.742)					
ilgi10	1.170	.074	15.764	.855	.731
ilgi11	1.277	.076	16.865	.947	.897
ilgi13	1.000	-	-	.774	.599
Rekreasyonel akış deneyimi (CR= .926, AVE=.584)					
rad1	.972	.074	13.096	.655	.429
rad2	.963	.066	14.498	.783	.613
rad3	.825	.057	14.539	.788	.621
rad4	.925	.060	15.539	.825	.681
rad5	1.000	-	-	.796	.634
rad6	.984	.061	16.040	.846	.716
rad7	.961	.067	14.383	.779	.607
rad8	.835	.056	14.994	.804	.646
rad9	.888	.093	9.588	.557	.310

Not: $\chi^2/df=2.065$, RMSEA=.062 [90% CI=.053-.071], GFI=.900, TLI=.942, CFI=.952. S.H.=Standart hata, λ =Standartlaştırılmış regresyon katsayıları

Sonuçlar modelin mevcut verilere tatmin edici düzeyde uyum sağladığını göstermiştir ($\chi^2/df=2.065$, RMSEA=.062 [90% CI=.053-.071], GFI=.900, TLI=.942, CFI=.952). RMSEA değerinin .05-.08, TLI ve GFI değerinin .95-90 aralığında olması, kabul edilebilir bir modelin uyumunun göstergesidir (32). χ^2 değerinin serbestlik derecesine oranının 3'den küçük, CFI indeks değerlerinin .95'in üzerinde olması modelin iyi uyum değerlerine sahip

olduğunu göstermektedir (33,34). Tablo 6'da standartlaştırılmış regresyon katsayıları (λ), her bir maddenin ilgili yapı (faktör) ile ilişkisini ve bu katsayıların karelerini göstermektedir. Tüm maddelerin standartlaştırılmış regresyon katsayıları .557-.947 arasında ve t değerleri 9.588-16.865 arasında bir değer almaktadır; bu da her bir maddenin kendi yapısını önemli ölçüde temsil ettiğini göstermektedir.

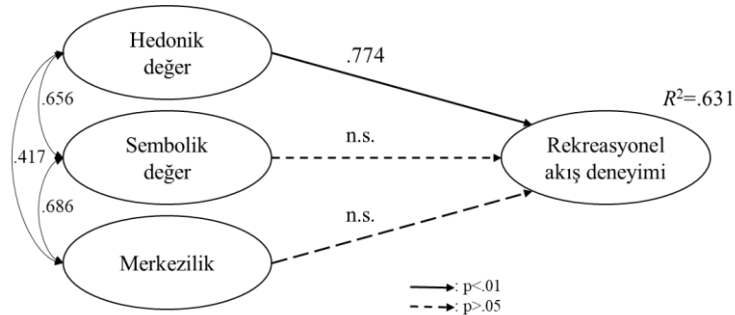
Tablo 7. YEM katsayı tahminleri

Hipotez	Yol	B	S.H.	t-değeri	p
H ₁	RAD ← HD	.982	.120	8.176	***
H ₂	RAD ← SD	.013	.069	.189	.850
H ₃	RAD ← MR	.009	.036	.257	.797

Not: HD: Hedonik değer, SD: Sembolik değer, MR: Merkezilik, RAD: Rekreasyonel akış deneyimi, *** p<.01

Bu çalışmada serbest zaman ilgilenimi ve akış deneyimi arasındaki ilişkileri analiz etmek için YEM kullanılmıştır. Modelin tahmin sonuçlarına göre değişkenler arasındaki standartlaştırılmış yol katsayıları Şekil 1'de gösterilmektedir. t-değerinin 1.96'dan büyük olması .05 anlamlılık düzeyine, 2.58'den büyük olması .01 anlamlılık düzeyine işaret etmektedir. Tablo 7'de hedonik değer →

rekreasyonel akış deneyimi t-değerinin 2.58'den büyük olduğu, yani H₁ hipotezinin desteklediği görülmektedir. Sembolik değer → rekreasyonel akış deneyimi ve merkezilik → rekreasyonel akış deneyimi t-değerlerinin 1.96'dan küçük olduğu ve H₂ ile H₃ hipotezlerinin desteklenmediği görülmektedir.



Şekil 1. Tanımlanmış yol katsayılarıyla yapısal model standartlaştırılmış tahminleri

Modelde, hedonik değerin rekreasyonel akış deneyimini yaklaşık %63 oranında açıkladığı tespit edilmiştir ($R^2=.631$). Bağımsız değişkene ait standartlaştırılmış katsayı değerinin pozitif yönde olduğu belirlenmiştir. Bu hedonik değer puanındaki artışın, rekreasyonel akış deneyimini arttıracacağı anlamına gelmektedir.

TARTIŞMA

Ekstrem spor katılımcılarının serbest zaman ilgileniminde etkili olan boyutların görece önemini ve serbest zaman ilgilenimi ile akış deneyimi arasındaki ilişkiyi araştırmayı amaçlayan bu çalışmada elde edilen bulgular aşağıda tartışılmıştır.

Ekstrem sporlarda serbest zaman ilgilenimine ilişkin belirlenen 13 madde, yapıların ayırt edici geçerliliği için açımlayıcı faktör analizine tabi tutulmuştur ve bir madde binişik madde olarak tanımlanarak analiz dışı bırakılmıştır. Tekrar edilen analizin, özdeğerleri 1'den büyük üç faktörlü bir çözüm ürettiği ve toplam varyansın %72.48'ini açıkladığı tespit edilmiştir. Hedonik değer ile ilgili 5 maddeden oluşan birinci faktör toplam varyansın %28.92'sini açıklamış olup güvenilirlik katsayı değeri .866 olarak belirlenmiştir. Bu faktör bir aktiviteden elde edilen zevk ve önemi temsil etmektedir (20). Bu kapsamda seçimlerinden memnun kalmaları, ilgili aktivite aracılığıyla kişisel eğlence aramaları ve keyif almaları ekstrem spor katılımcılarının görece en yüksek önem atfettiği olgular olarak değerlendirilebilir. Sembolik değer ile ilgili 4 maddeden oluşan ikinci faktör toplam varyansın %22.27'sini açıklamakta olup güvenilirlik katsayı değeri .834'tür. Sembolik değer bir bireyin kendini ifade etmesinde etkinliğin değerini yansıtmaktadır. Katılımcıların, ekstrem spor aktivitelerini kendilerini ifade etme aracı olarak gördükleri, aynı zamanda istedikleri kişi olmalarına ve yaşamda değer duygusu aramalarına ekstrem spor aktivitelerinin imkan sağlayabileceğine inandıkları söylenebilir. Merkezilik 3 maddeden oluşmakta olup toplam varyansın %21.29'unu açıklamaktadır ve güvenilirlik katsayı değeri .892'dir. Merkezilik bireyin ekstrem spor aktivitesini hayatının merkezi bir parçası olarak görmesi ve aktivitenin yaşam tarzı açısından ne kadar önemli olduğu ile ilgilidir ve görece en yüksek üçüncü öneme sahip olan boyuttur. Bu bağlamda katılımcıların hayatında ekstrem sporların önemli bir yere sahip olduğu, aynı tutkuyu paylaşan kişiler ile arkadaşlık kurmayı sevdikleri ve hayatlarını ekstrem sporlar etrafında organize ettikleri ifade edilebilir. Sembolik değer serbest zaman deneyiminin ayrılmaz bir parçası olmasa da birçok katılımcı için önemli olduğu yönündeki kavramsal tartışmalara rağmen (14), Havitz ve Dimanche tarafından bireylerin serbest zaman aktivitelerine eğlenceden ziyade sembolik nedenlerle katıldığı ortaya konulmuştur (16). Aksine, Chang ile Tao ve diğerleri ekstrem spor katılımcılarına ilişkin SZİ boyutlarının görece önem düzeylerini çekicilik, kendini ifade ve merkezilik şeklinde olduğunu rapor etmişlerdir. Ayrıca bu çalışmalarda bahsedilen çekicilik boyutu hedonik değeri temsil ederken, kendini ifade boyutu ise sembolik değeri ifade etmektedir (5,10). Bu bağlamda ekstrem spor katılımcıları için önceliğin ekstrem spor aktivitesinde haz ve zevk almak olduğu, sonrasında ise bu etkinlikleri, kendilerini ifade etme aracı olarak kullandıkları ve hayatlarının merkezi bir parçası olarak gördükleri ifade edilebilir.

Geçmiş çalışmalarda serbest zaman ilgilenim düzeyi yüksek olan kişilerin etkinlikler sırasında daha yüksek akış deneyimine sahip olacağı ifade edilmektedir (13,26,36,37). Mevcut çalışmada elde edilen bulgular, geçmiş araştırma sonuçları ile yazar görüşlerine kısmen ampirik kanıtlar sağlamaktadır.

İlk olarak, serbest zaman ilgilenimi alt boyutlarından hedonik değerin serbest zaman akış deneyimi üzerinde istatistiksel olarak anlamlı en yüksek etkiye sahip olan değişken olduğu belirlenmiştir. Daha önce belirtildiği üzere hedonik değer bir aktiviteden elde edilen keyif ve eğlence duygusunu temsil etmektedir. Stebbins'e göre kişilerin katılım gösterdikleri bir aktivite sırasında algıladıkları zevk ve/veya keyif düzeyi, kişinin o serbest zaman aktivitesi tarafından sunulan zorluklar ve gerekli becerilerin dengelenmesi anlamını taşımaktadır (9,13). Benzer şekilde Csikszentmihalyi, akış deneyiminin önemli bir göstergesi olarak eşit eşleşme durumu, yani zorluk ve beceri arasındaki denge olduğunu ifade etmektedir (22,23). Bu bağlamda kişilerin özgür iradeleriyle kendileri ile ilgili ve alakalı gördükleri belirli ekstrem spor aktivitelerine katılmaları, muhtemel serbest zaman akış deneyimi yaşama olasılıklarını arttırmaktadır. Bu durumda ekstrem spor etkinliğine atfedilen hedonik değer, daha yüksek düzeyde bir akış deneyimine neden olmaktadır. Stebbins ciddi serbest zaman katılımcılarının, sebat eden, kayda değer çaba harcayan ve seçtikleri aktivite ile aralarında güçlü bağ kuran kişiler olduğunu belirtmektedir (38). Ekstrem spor katılımcılarının da benzer özellikler taşıdığını ifade etmek mümkündür. Bu durumda ekstrem spor katılımcıları, sporun zorluklarının üstesinden gelmek ve diğerlerine karşı rekabet etmek için becerilerini ve yeteneklerini geliştirmek için daha fazla zaman ve çaba harcamaktadır, bu da etkinlikler sırasında onlara akışı deneyimleme konusunda daha büyük şanslar sağlamaktadır (12,25).

Sembolik değer belirli hedef ve/veya etkinliğin bir kişi için kendini dış dünyaya ifade etme aracı olduğu anlamına gelirken, merkezilik ise serbest zaman aktivitesinin, bireyin yaşam tarzı için ne kadarlık bir öneme sahip olduğunun göstergesi olarak görülmektedir. Geçmiş araştırmalarda bireylerin aktiviteye katılarak kendilerini ifade etmeleri, kişilerin, günlük yaşamlarını veya serbest zamanlarını ekstrem sporlar etrafında şekillendirmeleri veya düzenlemeleri, yani ekstrem spor etkinliğini merkezileştirmeleri sayesinde akış deneyimi yaşayabilecekleri belirtilmektedir (5,12,13,39). Ancak bu çalışmada elde edilen bulguların, geçmiş araştırma bulgularını doğrulmadığı ve sembolik değer ile merkeziliğin rekreasyonel akış deneyimi üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olmadığı görülmektedir. Sembolik değer ve merkezilik serbest zaman ilgileniminin bilişsel yönü ağır basan, kişisel yapılar olduğu ifade edilmektedir. Bu bağlamda ekstrem spor aktivitelerine katılmaya devam edenlerin özellikle hedonik değer algıları yüksek olan kişiler olması muhtemel görünüyor (bu çalışma örneğinde de görüldüğü gibi). Yani aktiviteden aldıkları keyif ve haz düzeylerinin yüksek olması, bilişsel anlamda kişisel yargıların geri plana itilmesine neden oluyor olabilir. Diğer yandan geçmiş araştırmalarda, spesifik bir rekreasyonel aktivite (doğa yürüyüşü, buz pateni, hokey, ekstrem bisiklet gibi) (12,39) ve turistik faaliyet (10) bağlamlarında baskın boyut olarak

hedonizmin belirginliği bu çalışma sonuçları ile benzerlik göstermektedir. Ancak bu çalışmada katılımcılar oldukça çeşitli (dağcılık, yamaç paraşütü, kaya tırmanışı vb.) rekreasyonel aktivitelerden birine odaklanmaktadır ve farklı imajlara sahip ekstrem spor katılımcıları dışarıdaki gözlemcilere kendileri hakkında çok farklı mesajlar iletmeye çalışıyor olabilirler (39). Bu nedenle, tek bir ekstrem spor özeline kendini ifade etme ve merkezilik akış deneyiminin önemli bir yönü olarak değerlendirilmesine rağmen, farklı türden ekstrem sporların bir arada değerlendirilmesi kendini ifade etmenin ve merkeziliğin özel doğasında farklılık göstererek akış deneyimi üzerindeki etkilerini yitiriyor olabilirler. Csikszentmihaly tarafından dokuz akış boyutu önerilmiş olsa da, akış deneyimi büyük ölçüde algılanan zorluklar ve beceriler arasında denge ile tanımlanmaktadır (11,40). Akış teorisi, özellikle insanların algılanan zorluklar ve algılanan beceriler arasında optimal bir denge sunan ekstrem spor aktivitelerinden keyif aldıklarını ve bu etkinlikler tarafından içsel olarak motive edildiklerini tutarlı bir şekilde göstermiştir (3,5,12,26,40). Bu bağlamda, özgür irade ile tercih edilen ekstrem spor aktivitesi esnasında, yüksek beceri ve zorluk seviyelerinin eşleşmesi, zorlukların üstesinden gelmenin yarattığı başarı hissi ve dış dünya ile bağın kopması aktiviteden alınan haz ve keyif duygusunun artmasına neden olacaktır. Bu durum katılımcılar için bireysel kimlik, kişilik ve/veya benliklerinin etkinlik esnasında önemsizleşmesine neden oluyor olabilir. Bu, Csikszentmihalyi belirttiği, “akış deneyimi gerçekleşirken öz bilinç kaybının ortaya çıkışıyla birlikte, kişilerin ego durumları yok olmakta kişi sadece aktivitesine odaklandığı için kendisi ile ilgili başkalarının düşünceleriyle ilgilenmemektedir” görüşü ile tutarlılık göstermektedir (11). Bu bağlamda kendilerini ifade etme yargılarından kurtulması ve dış dünyanın önemsizleşmesi sonucu, sembolik değer ve merkeziliğin rekreasyonel akış deneyimi üzerindeki etkisi önemini yitiriyor olabilir.

Sonuç ve Öneriler

Ekstrem spor aktivitelerinden alınan haz ve keyif duygusu (hedonik değer), rekreasyonel akış deneyimiyle sonuçlanmaktadır. Bu sonuç, ekstrem spor etkinlikleri özelinde, serbest zaman ilgilenimi ve akış deneyimi arasındaki ilişkiyi ve yapıların önemini göstermektedir. Havitz ve Dimanche, gerçekleştirdikleri serbest zaman ilgilenim çalışmalarının çoğunda ilgi ve zevkin ayrılmaz kavramlar olduğunu kanıtlamışlardır (16,26). Ek olarak bu çalışma, bir serbest zaman etkinliği olarak ekstrem spor katılımcılarının, ilgili aktivitelere addetmiş oldukları ilgi ve alaka düzeyine bağlı olarak meydana gelen olumlu duygulanımın, rekreasyonel akış deneyimini arttırdığını ortaya koymaktadır. Ekstrem spor etkinliklerine katılım, bireyin kişisel tarzını yansıtır ve bu sayede algılanan haz ve

Kaynaklar

1. Okely AD, Kontsevaya A, Ng J, Abdeta C. 2020 WHO guidelines on physical activity and sedentary behavior. *Sports Medicine and Health Science*. 2021;3:115–8.
2. Pólus-Thiry É, Rédei C. The Influence of Age and Gender on the Value Orientation of Extreme Sports Participants. *Phys Cult Sport Stud Res*. 2013;56(1):51–8.

eğlence deneyimi artış gösterir. Kişiler ekstrem sporlara ilgi duyar, tercihleri kolayca değişmez ve aktiviteye karşı güçlü bir bağlılık ve sebat geliştirebilirler. Bir akış deneyimine öncülük etmek için becerilerini geliştirirler ve zorlukların üstesinden gelebilirler. Özetle bu çalışmanın sonuçları, hedonik değer rekreasyonel akış deneyiminin oluşması için önemli bir öncül olduğunu göstermiş ve ilgili literatürü zenginleştirmiştir.

Bu çalışma bulguları değerlendirilmesinde çeşitli sınırlılıklar olduğu göz ardı edilmemelidir. İlk olarak, bu çalışma Sakarya ili ve serbest zaman etkinliği olarak çeşitli ekstrem spor branşları özelinde gerçekleştirilmiştir. Bu nedenle, çalışmanın sonuçları teori ve uygulama açısından sınırlı olabilir. Gelecekteki çalışmaların, örneğin ekstrem spor türlerinin çeşitlendirildiği (kara, hava ve suda gerçekleştirilen etkinlikler) ve farklı ekstrem spor etkinlik merkezlerini tercih edenler gibi araştırma grubunun genişletmesi önerilir. Bu kapsamda serbest zaman ilgilenimi ile akış deneyimi arasındaki ilişkiler, farklı ekstrem spor etkinlikleri için ayrı ve farklı bağlamlarda değerlendirilebilir. İkinci olarak, bu çalışmada serbest zaman ilgilenimi ve rekreasyonel akış deneyimi arasındaki ilişkileri tartışmak için ekstrem spor etkinliklerine katılanlar incelenmiştir. Ancak, sonuçlar farklı türdeki faaliyetlere katılanlar için uygun mu? sorusunun yanıtlanabilmesi için gelecekteki çalışmalar farklı faaliyet türlerine odaklanabilir.

Yukarıda yer alan açıklamalar ve çalışmada elde edilen bulgulara ek olarak, ekstrem sporların bireysel ve toplumsal olarak daha yakından tanınması ve katılımların artırılması amacıyla serbest zaman ilgilenimi ve rekreasyonel akış deneyimi kavramlarına ilişkin literatürün daha fazla zenginleştirilmesi gerektiği ifade edilebilir. Çalışmada serbest zaman ilgileniminin, rekreasyonel akış deneyimi üzerindeki etkisi incelenmiştir. Yapılacak araştırmalarda kuramsal yapı çerçevesinde bu değişkenler ile doğrudan/dolaylı ilişkileri bulunan motivasyon, tutum, psikolojik bağlılık ve heyecan arayışı gibi değişkenler arasındaki bağlantılar incelenebilir. Gelecekte aktif ve pasif serbest zaman etkinlikleri, geleneksel ve ekstrem sporlar veya farklı ciddi serbest zaman etkinlik katılımcıları arasındaki farklılıklara ve/veya bu gruplar bağlamında değişkenler arası ilişkilere odaklanılabilir.

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. 02.01.2023 tarihli ve E-26428519-044-70860 sayılı Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi Etik Kurul onayı alınmıştır.

Çıkar Çatışması: Bu çalışmada yazarlar arasında herhangi bir kişisel ve finansal çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Yazar Katkı Oranı: Bu çalışmada bütün yazarların katkı oranları eşittir.

3. Zhou L, Chlebosz K, Tower J, Morris T. An exploratory study of motives for participation in extreme sports and physical activity. *J Leis Res*. 2020;51(1):56–76.
4. Trost SG, Owen N, Bauman AE, Sallis JF, Brown W. Correlates of adults' participation in physical activity: review and update. *Med Sci Sport Exerc*. 2002;34(12):1996–2001.

5. Chang HH. Gender differences in leisure involvement and flow experience in professional extreme sport activities. *World Leis J.* 2017;59(2):124–39.
6. John M, Melis AP, Read D, Rossano F, Tomasello M. The preference for scarcity: A developmental and comparative perspective. *Psychol Mark.* 2018;35(8):603–15.
7. Willig C. A phenomenological investigation of the experience of taking part in “extreme sports.” *J Health Psychol.* 2008;13(5):690–702.
8. Laurendeau J. “Gendered risk regimes”: A theoretical consideration of edgework and gender. *Sociol Sport J.* 2008;25:293–309.
9. Stebbins R. *New directions in the theory and research of serious leisure.* New York: The Edwin Mellen Press; 2001.
10. Tao H, Zhou Q, Tian D, Zhu L. The Effect of Leisure Involvement on Place Attachment: Flow Experience as Mediating Role. *Land.* 2022;11(2).
11. Csikszentmihalyi M. *Finding flow: The psychology of engagement with everyday life.* BasicBooks; 1997.
12. Cheng TM, Hung SH, Chen MT. The Influence of Leisure Involvement on Flow Experience During Hiking Activity: Using Psychological Commitment as a Mediate Variable. *Asia Pacific J Tour Res.* 2016;21(1):1–19.
13. Havitz ME, Mannell RC. Enduring involvement, situational involvement, and flow in leisure and non-leisure activities. *J Leis Res.* 2005;37(2):152–77.
14. Havitz ME, Howard DR. How Enduring Is Enduring Involvement? A Seasonal Examination of Three Recreational Activities. *J Consum Psychol.* 1995;4(3):255–76.
15. Eskiler E, Karakaş G. Sakarya Üniversitesi Öğrencilerinin Serbest Zaman İlgilenimleri ile Davranışsal Niyetleri Arasındaki İlişkilerinin İncelenmesi. *İÜ Spor Bilim Derg.* 2017;7(3):10–24.
16. Havitz ME, Dimanche F. Leisure involvement revisited: Conceptual conundrums and measurement advances. *J Leis Res.* 1997;29(3):245–78.
17. Selin SW, Howard DR. Ego Involvement and Leisure Behavior: A Conceptual Specification. *J Leis Res.* 1988;20(3):237–44.
18. Kyle GT, Mowen AJ. An examination of the leisure involvement-agency commitment relationship. *J Leis Res.* 2005;37(3):342–63.
19. McIntyre N, Pigram JJ. Recreation specialization reexamined: The case of vehicle-based campers. *Leis Sci.* 1992;14(1):3–15.
20. Beaton AA, Funk DC, Ridinger L, Jordan J. Sport involvement: A conceptual and empirical analysis. *Sport Manag Rev.* 2011;14(2):126–40.
21. Eskiler E. Physically Active Leisure Participants Segmentation: PCM Stage-Based Investigation. *Int J Progress Educ.* 2019;15(3):169–79.
22. Csikszentmihalyi M. *Beyond Boredom and Anxiety: The Experience of Play in Work and Games.* San Francisco, CA: Jossey-Bass; 2000.
23. Csikszentmihalyi M. *Flow: The Psychology of Optimal Experience.* New York: Harper & Row; 1990.
24. Stein GL, Kimiecik JC, Daniels J, Jackson SA. Psychological antecedents of flow in recreational sport. *Personality and Social Psychology Bulletin.* Society Personal Soc Psychology, Inc. 1995;21(2):125–35.
25. Heo J, Lee Y, McCormick BP, Pedersen PM. Daily experience of serious leisure, flow and subjective well-being of older adults. *Leis Stud.* 2010;29(2):207–25.
26. Decloe MD, Kaczynski AT, Havitz ME. Social participation, flow and situational involvement in recreational physical activity. *J Leis Res.* 2009;41(1):73–90.
27. Novak TP, Hoffman DL, Yung YF. Measuring the customer experience in online environments: A structural modeling approach. *Mark Sci.* 2000;19(1):22–42.
28. Ayhan C, Eskiler E, Soyer F. Measuring flow experience in recreational participants: Scale development and validation. *Int J Hum Sci.* 2020;17(4):1297–311.
29. Fraenkel JR, Wallen NE. *How To Design Evaluate Research In Education.* 7th ed. New York: McGraw-Hill; 2009.
30. Coşkun R, Altunışık R, Yıldırım E. *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri: SPSS Uygulamalı.* 9th ed. Sakarya: Sakarya Yayıncılık; 2017.
31. Büyüköztürk Ş. *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı: İstatistik, Araştırma Deseni SPSS uygulamaları ve Yorum.* 22nd ed. Ankara: Pegem Akademi; 2016.
32. Brown TA. *Confirmatory Factor Analysis for Applied Research.* New York: The Guilford Press; 2006.
33. Hair JF, Black W, Babin B, Anderson R. *Multivariate Data Analysis. Vectors.* New Jersey: Pearson Education; 2010.
34. Kline RB. *Principles and practice of structural equation modeling.* New York. New York: The Guilford Press; 2005.
35. George, D., & Mallery P. *IBM SPSS statistics 23 step by step: A simple guide and reference.* Routledge. 14th ed. New York: Routledge; 2016.
36. Hoffman DL, Novak TP. Marketing in hypermedia computer-mediated environments: Conceptual foundations. *J Mark.* 1996;60(3):50–68.
37. Monteiro DMT, Nunes G, Marinho DA, Couto N, Antunes R, Moutão J, et al. Tradução e adaptação do physical activity enjoyment scale (PACES) numa amostra de atletas portuguesas, invariância entre géneros, desporto de natureza e natação. *Rev Bras Cineantropometria e Desempenho Hum.* 2017;19(6):631–43.
38. Robert A. Stebbins. *Serbest Zaman Fikri: Temel İlkel.* Anka: Spor Yayınevi; 2016.
39. Wiley CGE, Shaw SM, Havitz ME. Men’s and women’s involvement in sports: An examination of the gendered aspects of leisure involvement. *Leis Sci.* 2000;22(1):19–31.
40. Mackenzie SH, Hodge K, Boyes M. Expanding the flow model in adventure activities: A reversal theory perspective. *J Leis Res.* 2011;43(4):519–44.

EXTENDED ABSTRACT

Research Problem: Despite the importance of promoting physical activity and general awareness of the benefits of exercise, it is stated that people cannot meet the

recommended level of physical activity to protect their health, and their sedentary lifestyle has reached alarming levels (1). On the other hand, in contrast to the trend reported for traditional leisure activities among a large proportion of the world's population, there is a growing

population participating in extreme sports activities, especially among young adults(2,3). Unlike participation and sectorial growth, the factors that have increased interest in extreme sports activities over the years are unclear. This study focused on two psychological states, namely involvement and flow experience that affect participation behavior in extreme sports activities as recreational in nature. Based on social judgment theory, involvement is a concept used to explain the individual's perception triggered by an external stimulus or situation and its correlation with the individual (10). Flow experience is conceptualized as the balance between the challenge presented by the activity during an activity and the skills required to perform the activity (11). It is stated that involvement and flow experience significantly affect leisure behavior (5,10,12,13). From the perspective of leisure event managers, ensuring that participants perceive the best experience is important; therefore, clarifying what kind of flow experience extreme sports involvement can help businesses develop leisure strategies that result in satisfied customers.

Literature Review: Sports, as a recreational activity, is a series of activities that enable individual development and fitness in terms of physiological, psychological, and sociological aspects and vary depending on the level of interest of individuals (14). In this context, leisure involvement is defined as "an unobservable state of motivation, arousal or interest towards a recreational activity or related product". The topic of involvement was adopted by leisure researchers in the 1980s to examine the correlation between individuals' leisure preferences (13). Since then, the concept of involvement has been widely used to understand and explain individuals' personal leisure activity choices and leisure behavior (10).

Flow is defined as a system of regular actions that constitute performance indicators regarding a person's ability to channel his current and potential skills and capacity towards a goal and to overcome the difficulties related to the goal (22). Particularly concerning physical activity participation, flow is accepted as a desirable state that has the potential to encourage greater participation (24). When participants encounter the flow experience in a leisure activity, they tend to repeat the same behavior to continue experiencing the flow experience. In this context, the experience of flow provides an inner pleasure in which people are ready to perform the same actions repeatedly (23).

Although previous studies have demonstrated a strong correlation between leisure involvement and flow experience in different leisure activities, the correlation between leisure involvement and flow experience for various extreme sports participants has been the subject of limited studies (5). On the other hand, the multidimensional structure of leisure involvement has been ignored in previous studies (10,12,13). Based on the explanations, this study aimed to analyze the relative importance of the subscales effective in the leisure involvement of extreme sports participants and their flow experiences and to investigate the correlation between leisure involvement and flow experience.

Methods: In this study, the relational screening model, one of the quantitative research methods, was used. The study group consists of 279 participants who were selected by convenience sampling method voluntarily among individuals who reside in Sakarya province and participate in active extreme sports activities aged 18 and over. Data was collected between February and June 2022. The correlations between the structures in the research model were analyzed by SEM and the hypotheses were tested.

Result and Conclusions: The feeling of pleasure and enjoyment (hedonic value) obtained from extreme sports activities resulted in the experience of recreational flow. This result showed the correlation between leisure involvement and flow experience and the importance of structures, specifically in extreme sports activities. Havitz and Dimanche prove that interest and pleasure are inseparable concepts in most of their leisure involvement studies (16,26). In addition, this study revealed that the positive effect experienced by extreme sports participants as a leisure activity, depending on the level of interest and relevance about the relevant activities, increases the recreational flow experience. Participation in extreme sports events reflects the individual's personal style, thus increasing the perceived pleasure and entertainment experience. People are interested in extreme sports, their preferences stay the same, and they can develop a strong commitment and persistence towards the activity. They hone their skills and can overcome challenges to lead a flow experience. In summary, the results of this study show that hedonic value is an important precursor to the formation of recreational flow experience and enriches the relevant literature.