

Kadın Futbolcuların Serbest Zaman Doyum Düzeylerinin Futbol Oynama Süresi Bakımından İncelenmesi*

Sibel DUMAN ^{1A} Mehmet Mustafa YORULMAZLAR ^{2B}

1 Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Yönetim Bilimleri, İstanbul, TÜRKİYE

2 Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yönetim Bilimleri, İstanbul, TÜRKİYE

*Bu çalışma; "Kadın Futbolcuların Serbest Zaman Doyum Düzeylerinin İncelenmesi" isimli yayımlanmamış yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

Sorumlu Yazar: Sibel DUMAN asdumansibel@hotmail.com

Çıkar Çatışmaları: Yazarların beyan edeceği herhangi bir çıkar çatışması yoktur.

Telif Hakkı ve Lisans: Dergide yayın yapan yazarlar, CC BY-NC 4.0 kapsamında lisanslanan çalışmalarının telif hakkını saklı tutar.

Etik Beyanı: Bu çalışmanın gerçekleştirilmesi ve yazılmasında bilimsel ve etik ilkelere uyulduğu ve kullanılan tüm kaynaklara usulüne uygun şekilde atıfta bulunulduğu beyan edilmiştir.

A: Orcid ID: 0000-0002-1051-0798

B: Orcid ID: 0000-0002-1051-0798

Özet

Bu çalışmanın amacı; Kadın Futbol Süper Ligi'nde oynayan kadın futbolcuların serbest zaman doyum düzeylerinin futbol oynama süresi başta olmak üzere çeşitli değişkenler ile incelenmesidir. Araştırmamızın evrenini, Kadın Futbol Süper Ligi'nde futbol oynayan kadın sporcular oluşturmaktadır. Örneklem seçim yöntemi olarak, seçkisiz örnekleme yöntemlerinden, basit seçkisiz örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Araştırmanın Evreni oluşturan Kadın Futbol Süper Ligi'ndeki 252 kadın sporcudan 137 sporcu araştırmaya katılım sağlamıştır. Veri toplama aracı olarak, Gökçe ve Orhan (2011) tarafından Türkçe 'ye uyarlanan 24 maddeden ve 6 alt boyuttan oluşan, 5'li likert tipi "Serbest Zaman Doyum Ölçeği" kullanılmıştır. Kullanılan ölçeğin geçerlik ve güvenirlik testleri geliştiricisi ve araştırmacı tarafından yapılmış olup alt boyutların her biri için iç tutarlılık değeri (Cronbach Alpha) 0,802 ve 0,969 arasında değişmektedir. Veri toplama süresinde mümkün olan en fazla sporcuya ulaşmaya çalışılmış olup, evrenin %54'lük kısmına denk gelen 137 kadın sporcudan veri toplanmıştır. Veriler, SPSS 27 for Windows paket programı kullanılarak çözümlenmiştir. Katılımcı sayısı 30'un üzerinde olduğundan Kolmogorov-Smirnov testi kabul edilmiştir. Yapılan test sonucunda p değeri incelendiğinde, $p > .005$ 'den büyük olduğundan ve grafiksel olarak da çan eğrisini karşıladığından parametrik testler uygulanmıştır. Elde edilen bulgular neticesinde, Futbol oynama yılının, ölçeğin tamamında ve alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı görülmüştür. ($p > 0.05$). Çalışmamızda elde edileb bulgular neticesinde, kadın futbolcuların serbest zaman doyum düzeylerinin lisanslı futbol oynama yılı değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Futbol, Kadın Futbolu, Doyum, Serbest Zaman, Serbest Zaman Doyum Düzeyi

Examination of Female Football Players' Leisure Satisfaction Levels in Relation to Duration of Playing Football

Abstract

This study aims to investigate the leisure satisfaction levels of female football players in the Women's Football Super League in relation to various variables, primarily focusing on their years of football experience. The population of the research comprises female athletes playing in the Women's Football Super League. A simple random sampling method, one of the probabilistic sampling techniques, was employed for sample selection. Out of the 252 female athletes constituting the population, 137 participated in the study. Data were collected using the "Leisure Satisfaction Scale," a 24-item, 6-dimension, 5-point Likert scale, which was adapted into Turkish by Gökçe and Orhan (2011). The validity and reliability of the scale were confirmed by the developers and the researchers, with the internal consistency (Cronbach's Alpha) for each sub-dimension ranging from 0.802 to 0.969. During the data collection process, efforts were made to reach as many athletes as possible, resulting in data being collected from 137 female athletes, representing 54% of the population. The data were analyzed using SPSS 27 for Windows. Since the number of participants exceeded 30, the Kolmogorov-Smirnov test was deemed appropriate. Based on the p-value ($p > 0.005$) and the graphical representation of the normal distribution, parametric tests were applied. The findings indicated that the number of years spent playing football did not lead to a statistically significant difference in the overall scale or its sub-dimensions ($p > 0.05$). As a result, it was concluded that the leisure satisfaction levels of female football players do not significantly differ according to the number of years they have been playing licensed football.

Keywords: Football, Women's Football, Satisfaction, Leisure Time, Leisure Satisfaction Level

GİRİŞ

Futbol Kavramı

Futbol, kişilerin sosyo-ekonomik düzeyleri ne olursa olsun onları çeken ve etkileyen bir spor olarak karşımıza çıkmaktadır. İnsanların futbol sporu aracılığı ile kendilerini ifade etme ve hayat kalitelerini arttırmayı hedefledikleri görülmektedir (Turgut, 2019). Bunun yanında futbol, oynanması kadar seyretmesi de eğlence veren bir spor olarak karşımıza çıkmaktadır.

Bir endüstri konumuna gelen futbol sporu, bünyesinde futbolcular, izleyiciler, çalıştıranlar, yardımcı elemanları barındırmaktadır. Bazı uzmanlara göre oyun olarak kabul edilen futbol sporu, çocukların, gençlerin hem beden hem de ruhen gelişimine imkan sunan sosyolojik ve psikolojik anlamda ilerlemelerine olumlu etki eden eğitim aracı olarak da ifade edilmektedir (Acar, 2013). Bu noktada futbolun spor olarak kompleks bir yapıya sahip olduğunu ve birleştirici bir etki yarattığını söylemek mümkündür.

Kadın Futbolu

Küresel manada ele alındığında milyonlarca insanı etkisi altına alan futbol sporu, erkeklerin etki açısından hakim olduğu ve genel olarak kadınların dezavantajlı konuma düştüğü bir spor türü olmaktadır. 20. yüzyıldan itibaren oynana bu sporun genel manada erkekler tarafından oynandığı ve

hatta izlendiği düşüncesi uzun yıllar etkisini sürdürmüştür. Bu noktada futbol sporu eril kişiler tarafından ve eril kişiler arasında bir spor faaliyeti olarak gündeme gelmiştir (Bozlu, 2019).

Futbol, erkek egemenliğinin pekiştirildiği, kadınların ikincileştirildiği erkek alanı olarak karşımıza çıkmaktadır (Bulgu, 2012; Öztürk, 2005; Öztürk, 2017). Bazı uzmanlara göre kadınların futbol sporuna dahil olmaları, erkek egemenliğinde meydana gelen çatlaklardan mümkün olmaktadır (Pfister, 2008).

Türkiye’de Kadın Futbolu

Türkiye’de kadın futbolu incelendiğinde, ilk kadın futbol takımının 1971 yılında Kınalıada Spor Kulübünün kurmuş olduğu Kınalıada Kız Futbol takımı olduğu bilinmektedir. Bu dönemde Türkiye’deki tek kız futbol takımı olduğundan rakipleri de erkek olmaktadır (Öztürk, 2017).

1972 yılına gelindiğinde Dostluk Kız Futbol Takımı ve 1973 yılında ise Dostluk Kız Futbol Derneği adını almış ve tescillenmiştir. Aynı zamanda Türkiye’deki ilk kız futbol derneği olma özelliğini taşımaktadır. 1976 yılında Van’da gerçekleşen deprem sonrasında tüm gelirlerini depremzedelere bağışlayarak hem farkındalık yaratmış hem de isimlerinden söz ettirmişlerdir (Yaşar, 2014).

Zaman içerisinde kadın futbol takımlarının kurulması hız kazanmıştır. 1978 yılında Filizspor, İncirlişpor Kız Futbol Kulübü, Nazende Spor Kız Futbol Kulübü gibi birçok spor kulübü kurulmuştur (Orta, 2011).

Tarihsel süreçte kadın futbolu adına Türkiye’de gerçekleşen önemli olaylara bakıldığında (Öztürk, 2017);

- Kadınlar Futbol Ligi 1994 yılında kurulmuş,
- 2003 yılında TFF-MEB işbirliği ile okullar arası kız futbol turnuvası düzenlenmiş,
- 2003 yılından 2006 yılına değin kadın futbol ligi askıya alınmıştır.
- 2005 yılında kadın futbolunu destekleme projesi TFF tarafından yürütülmüş,
- Bayanlar Geliyor isimli turnuva kurulmuş ve U19 Milli Takımı kurularak 2006 Avrupa Şampiyonası’na katılım sağlanmış,
- 2009 yılında “Haydi Kızlar Futbola” ve “Kız Futbol Okulları Projesi” birleştirilmiş,
- 2012 yılında Kız Futbol Eğitim Merkezleri ismi ile pilot çalışma başlatılmıştır.

Günümüze değin bu ve bunlara benzer birçok gelişme yaşansa da öncelikle kadının toplumdaki yerinin sağlamlaştırılması ve spor içerisinde daha fazla önem kazanmasının önünün açılması gerekli görülmektedir.

Doyum Kavramı

Doyum yani tatmin kavramına ilişkin birçok tanımlama bulunmaktadır. Doyumun, insanların beklenti, gereksinim, istek ve arzularının karşılanması olarak tanımlamak mümkündür (Diener ve ark., 1985). Doyum kavramı, Latince satis sözcüğünden türemektedir. Burada tatmin olarak isimlendirilen sözcük Batı dillerinde "yeterli" manasına gelmektedir. Bu noktada, gönül doygunluğuna erme, istenen bir şeyin gerçekleşmesini sağlamak anlamını taşımaktadır (TDK, 2012).

Doyum, bireyin yaşam içerisinde ne istediğiyle ilgili olup ama kendisinde var olanlarla ulaşılan sonuç şeklinde görülmektedir. Doyum insanların umdukları, istekleri yaşamın içinde var olan gerçeklerle karşılaştırılması ile gün yüzünde kendini gösteren neticeyi ifade etmektedir. Umumi anlamda insan hayatını ve bu hayatında birçok farklı genişliği kapsamaktadır. Doyumdan söz ediliyor ise sadece belli başlı oluşumlara karşı duyulan bir doyumdan bahsedilmediği açıktır. Burada genel açıdan değerlendirme yapıldığında bütün hayat içerisindeki tatmini kapsamaktadır (Çevik ve Korkmaz, 2014).

Serbest Zaman Kavramı

Serbest zaman kavramı ile alakalı birçok farklı tanımlama bulunmaktadır. Fransızca "loisir", Latince "leisure" kelimesi ile alakalı olmaktadır (Özbey ve Çelebi, 1997). Serbest zaman, boş zaman ve özgür zaman gibi kelimelerle de tabir edilmektedir. Bazı uzmanlar serbest zamanı artık zaman olarak tarif etmektedir (Broathurst, 2001).

Serbest zaman etkinlikleri, insan hayatının temel gereksinimlerinden biridir. İnsanlar, günlük yaşantılarının stresinden uzaklaşp, yaşamın getirdiği baskıyı hafifletmek, tazelenmek ve yenilenmek için serbest zaman etkinliklerini tercih etmektedirler. İnsanlar kendileri için verimli ve etkili serbest zaman etkinlikleri içerisinde bulunmazlarsa zihinsel, psikolojik ve bedensel sorunlar ile karşılaşabilirler (Chang ve ark., 2014; Chang ve ark., 2018; Chein, 2017; Eskiler ve ark., 2019). Serbest zaman etkinlikleri kapsamında stresi azaltma ve duyguları iyileştirme adına uygulanan yöntemlerden biri de egzersizdir. Fiziksel egzersiz, stres atarak kişinin kendisini daha iyi hissetmesine yardımcı olabilmektedir. Aynı zamanda, fiziksel egzersiz, beden sağlığının korunması için de önem arz etmektedir (Johansson ve ark., 2011; Jones, 2003).

Serbest Zaman Doyumu

Serbest zaman doyumu, birey serbest zaman etkinliklerine katılım sağladığında sahip olduğu pozitif duygu ve doyum olarak tarif edilmektedir (Beard ve Ragheb, 1980). Kişiler serbest zaman etkinliklerine katılımlarıyla birlikte istekleri, gereksinimleri ve taleplerinin karşılanmasıyla ortaya çıkan doyum serbest zaman doyumu olarak ifade edilmektedir (Mannell ve Kleiber, 1997).

Serbest zaman doymu, kişilerin günlük yaşamları içerisinde günlük mutlulukları adına önem arz eden bir konumdur. Özgür biçimde seçilen aktiviteler daha fazla memnuniyet sağladığından dolayı tatmin duygusunu da yükseltmektedir (Broughton ve Beggs, 2006). Serbest zaman doyumuna ilişkin yapılan bazı araştırmalar, özel gruplarla yapılan etkinliklerin yaşam kalitesi açısından pozitif etkiler yarattığı yönündedir (Lloyd ve Aukd, 2001). Serbest zaman doymu, kişilerin serbest zamanlarından ne kadar tatmin oldukları ile doğrudan alakalı olmaktadır (Kovacs, 2007).

GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırma Modeli

Araştırmada nicel araştırma modellerinden birisi olan tarama modeli kullanılmıştır. Tarama modeli, geniş bir kapsamda veri toplamak ve mevcut durumu, olayları veya özellikleri betimlemek için kullanılan bir araştırma modelidir. Bu modele göre çok sayıda elmandan oluşan bir evrende, elde edilen veriler analiz edilir ve sonuçlar genellikle betimleyici istatistikler kullanılarak sunulur. Bu sonuçlar, evren hakkında genel bir bakış sağlamaktadır. (Karasar, 2011).

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni 2023-2024 Sezonu Kadınlar Süper Liginde futbol oynayan kadın sporculardan oluşturmaktadır. Örneklem yöntemi olarak olasılığa dayanan örneklem tekniklerinden "basit tesadüfi örnekleme" tekniği kullanılmıştır. Araştırmanın örneklemini ise "2023-2024 Sezonu Kadınlar Futbol Süper Ligi" takımlarında lisanslı futbol oynayan 18 yaşını doldurmuş tüm kadın futbolcular oluşturmaktadır. Bu seviyede ve belirtilen sezonda futbol oynayan kadın futbolculardan ulaşılabilen her sporcu araştırmaya dahil edilmiştir. 2023-2024 Sezonu Kadınlar Süper Liginde futbol oynayan 137 sporcuya/katılımcıya ulaşılmış ve araştırmaya dahil edilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Veri toplama aracı olarak, Gökçe ve Orhan (2011) tarafından Türkçe 'ye uyarlanan 24 madde ve 6 alt boyuttan oluşan, 5'li likert tipi "Serbest Zaman Doyum Ölçeği" kullanılmıştır. Kullanılan ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik testleri geliştiricisi ve araştırmacı tarafından yapılmıştır. Araştırmada kullanılan ölçeğin Cronbach's Alpha güvenilirlik katsayısı 0,969 olarak bulunmuştur.

Tablo 1. Güvenilirlik Analizi Sonuçları

Cronbach's Alpha	Standartlaştırılmış Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
,969	,969	24

Araştırmada kullanılan ölçeğin Tablo 1'deki sonuçla göre Cronbach's Alpha güvenilirlik katsayısı 0,969 olarak bulunmuştur. Bu değer ölçeğin güvenilirliğinin çok yüksek derecede (%97 civarı) olduğunu

göstermektedir. Diğer bir ifade ile araştırmada kullanılan ölçeğin araştırmayı temsil etme gücünün çok yüksek derecede güvenilir olduğunu söylemek mümkündür.

Verilerin Analizi

Verilerin analizi SPSS programı ile gerçekleştirilmiştir. Google forms üzerinden oluşturulan "Serbest Zamanı Değerlendirme Ölçeği" gönüllülük esasına dayalı olarak katılımcılara cevaplandırılmıştır. Elde edilen verilerin Excel programına girişleri yapılmış ve sonuçlar SPSS (27.0) programında analiz edilmiş ve tablolaştırılmıştır. Shapiro-Wilk ve Kolmogorov-Smirnov testi sonucunda "p" değeri incelendiğinde, >,005'den büyük olduğu ve veriler normal dağılım gösterdiği için parametrik analizlerden faydalanılmıştır. Parametrik test olarak ANOVA analizinden faydalanılmıştır.

BULGULAR

Yapılan betimleyici ve tanımlayıcı analiz sonuçlarına ve yorumlarına bu bölümde yer verilmiştir. Araştırmaya katılan kadın futbolcuların yaşlarına ilişkin dağılım sonuçları Tablo 2'de gösterilmiştir.

Tablo 2. Kadın Futbolcuların Yaşlarına İlişkin Dağılımlar

Yaş Grupları	Frekans	Yüzde %
18-24 yaş	79	57,7
25-34 yaş	55	40,1
35-44 yaş	3	2,2
Toplam	137	100

Tablo 2'de araştırmaya katılan kadın futbolcuların yaşlarına ilişkin dağılımlar gösterilmiştir. Bu dağılımlara göre kadınların %57,7'sinin 18-24 yaş arasında, %40,1'inin 25-34 yaşları arasında ve %2,2'sinin de 35-44 yaşları arasında olduğu anlaşılmaktadır. Bu dağılımlara göre kadın futbolcuların çoğunluğunun 18-24 yaşları arasında olduğu görülmektedir.

Araştırmaya katılan kadın futbolcuların medeni durumlarına ilişkin dağılım sonuçları Tablo 3'te gösterilmiştir.

Tablo 3. Kadın Futbolcuların Medeni Durumlarına İlişkin Dağılımlar

Medeni Durum	Frekans	Yüzde %
Bekâr	133	97,1
Evli	4	2,9
Toplam	137	100

Tablo 3'te araştırmaya katılan kadın futbolcuların medeni durumlarına ilişkin dağılımlar gösterilmiştir. Bu dağılımlara göre araştırmaya katılan kadın futbolcuların %97,1'inin bekar ve %2,9'unun da evli olduğu anlaşılmaktadır.

Araştırmaya katılan kadın futbolcuların kaç yıldır profesyonel futbol oynadıklarına ilişkin dağılım sonuçları Tablo 4'te gösterilmiştir.

Tablo 4. Kadın Futbolcuların Kaç Yıldır Lisanslı Futbol Oynadıklarına İlişkin Dağılımlar

Futbol Oynama Süresi	Frekans	Yüzde %
1-5 yıl	32	23,4
6-10 yıl	42	30,7
11-15 yıl	56	40,9
16-20 yıl	6	4,4
21 yıl ve üzeri	1	,7
Toplam	137	100

Tablo 4'te araştırmaya katılan kadın futbolcuların kaç yıldır profesyonel futbol oynadıklarına ilişkin dağılımlar gösterilmiştir. Bu dağılımlara göre araştırmaya katılan kadın futbolcuların %23,4'ünün 1-5 yıl arasında, %30,7'sinin 6-10 yıl arasında, %40,9'unun 11-15 yıl arasında, %4,4'ünün 16-20 yıl arasında ve %0,7'sinin de 21 yıl üzeri süredir lisanslı futbol oynadıkları anlaşılmaktadır. Bu dağılımlara göre araştırmaya katılan kadın futbolcuların çoğunluğunun 11-15 yıl arasında süredir, lisanslı futbol oynadıkları anlaşılmaktadır.

Kadın futbolcuların kaç yıldır lisanslı futbol oynadıkları ile "Serbest Zaman Doyum Düzeyleri" arasındaki ilişkiye yönelik normallik testi sonuçları Tablo 5'te gösterilmiştir.

Tablo 5. Normallik Testi Sonuçları

Lisanslı Futbol Oynama Süresi	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
1-5 yıl	,122	32	,200*	,947	32	,122
6-10 yıl	,128	42	,079	,965	42	,214
11-15 yıl	,091	56	,200*	,955	56	,035
16-20 yıl	,262	6	,200*	,827	6	,101

Tablo 5'te yapılan normallik testi sonucuna göre Kolmogorov-Smirnov a göre anlamlılık değeri ($p>\alpha=0,05$) olduğundan dolayı verilerin normal dağılım gösterdiği anlaşılmaktadır.

Kadın futbolcuların lisanslı futbol oynama süreleri ile "Serbest Zaman Doyum Düzeyleri" arasındaki ilişkiye ait anova testi sonuçları Tablo 6'da gösterilmiştir.

Tablo 6. Kadın Futbolcuların Lisanslı Futbol Oynama Süreleri ile "Serbest Zaman Doyum Düzeyleri" Arasındaki İlişkiye Ait Anova Testi Sonuçları

Ölçek Alt Boyutları	Gruplar	KT	sd	KO	F	p
Psikolojik	Gruplar Arası	80,605	4	20,151	1,304	,272
	Gruplar İçi	2039,673	132	15,452		
	Toplam	2120,277	136			
Eğitimsel	Gruplar Arası	45,158	4	11,289	,704	,590
	Gruplar İçi	2115,310	132	16,025		
	Toplam	2160,467	136			
Sosyal	Gruplar Arası	123,924	4	30,981	2,175	,075
	Gruplar İçi	1880,076	132	14,243		
	Toplam	2004,000	136			
Fiziksel	Gruplar Arası	109,475	4	27,369	1,888	,116
	Gruplar İçi	1913,065	132	14,493		

	Toplam	2022,540	136			
Rahatlama	Gruplar Arası	45,111	4	11,278	,801	,527
	Gruplar İçi	1859,327	132	14,086		
	Toplam	1904,438	136			
Estetik	Gruplar Arası	45,082	4	11,270	,811	,520
	Gruplar İçi	1835,167	132	13,903		
	Toplam	1880,248	136			

Tablo 6’da yer alan bulgulara göre, araştırmaya katılan kadın sporcuların, lisanslı futbol oynama yılına bağlı olarak serbest zaman doyum düzeylerinde istatitiki bir değişim gözlenmemiştir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırmada kadın futbolcuların serbest zaman doyumunun belirlenmesi ve lisanslı futbol oynama süresine göre değişim gösterip göstermediği incelenmiştir. Araştırmaya katılan kadın futbolcuların %57,7’sinin 18-24 yaş arasında, %40,1’inin 25-34 yaşları arasında ve %2,2’sinin de 35-44 yaşları arasında olduğu ve kadın futbolcuların çoğunluğunun 18-24 yaşları arasında olduğu, %97,1’inin bekâr, %2,9’unun da evli olduğu ve katılımcıların çoğunluğunun bekâr olduğu, %23,4’ünün 1-5 yıl arasında, %30,7’sinin 6-10 yıl arasında, %40,9’unun 11-15 yıl arasında, %4,4’ünün 16-20 yıl arasında ve %0,7’sinin de 21 yıl üzeri süredir profesyonel futbol oynadıkları ve çoğunluğunun 11-15 yıl arasında lisanslı futbol oynadıkları tespit edilmiştir. Araştırmaya katılan kadın futbolcuların lisanslı futbol oynama sürelerinin farklı olması “Serbest Zaman Doyum Düzeyleri” açısından istatistiksel olarak farklılığa sebep olmadığı tespit edilmiştir.

Çakır, (2017) üniversitede öğrenim gören öğrencilerin serbest zaman doyum düzeyleri ile serbest zaman yönetim biçimleri arasındaki ilişkiyi farklı değişkenlere göre incelediği çalışmada, MANOVA test sonuçlarında “cinsiyet” ve “haftalık serbest zaman süreleri”, değişkenlerine göre serbest zaman doyum düzeylerinde toplam puanlarında anlamlı bir farklılık olduğu sonucuna ulaşmış olup spor yapma yılı ile ilgili bulguya yer verilmediği görülmektedir.

Doğan, Elçi ve Gürbüz, (2019) benzer konulu farklı bir ölçme aracının kullanıldığı “Serbest Zaman Doyumu, Serbest Zamanda Sıkılma Algısı ve İş Tatmini İlişkisi: Akademisyenler Üzerine Bir Araştırma” konulu çalışmada, egzersize katılım durumuna göre MANOVA sonuçlarına göre,

anlamli farklılığın tespit edildiği, "Serbest Zamanda Sıkılma Algısı Ölçeği-SZSAÖ" Sıkılma ile Doyumsuzluk alt boyutları hariç diğer tüm alt boyutlarda egzersize daha sık katılan akademisyenlerin ortalama puanları diğerlerine göre yüksek olduğunu belirtmiştir. Sık katılım oranı ile futbol oynama yılı arasında bir bağlantı kurulması halinde araştırmamız ile farklı sonuçlara ulaşıldığı görölmektedir.

Er, Güzel ve Gürbüz (2021) tarafından yapılan araştırmada, toplamda 267 spor gönüllüsünün (Ortaş = 24.00 ± 7.299) yer aldığı çalışmada, "Uluslararası Spor Organizasyonlarında Gönüllü Motivasyonu ile Serbest Zaman Doyum Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" konusu ele alınmıştır. Araştırma bulguları, sporla ilgilenme düzeyinin katılımcıların serbest zaman doyum düzeyleri üzerinde belirgin bir etkisi olduğunu ortaya koymaktadır. Bu sonuç, sporla ilgilenen bireylerin serbest zaman doyumlarının daha yüksek olduğunu göstermektedir. Araştırmamızda ise katılımcıların tamamı profesyonel futbolculardan oluştuğu için, ilgilenim faktöründen ziyade lisanslı futbol oynama süreleri gibi etkenler dikkate alınmıştır. Bu nedenle, araştırma sonuçlarımızın bu çalışma ile benzerlik göstermesi olasıdır.

Köksal (2019) tarafından yapılan araştırmada, beden eğitimi öğretmenlerinin yaşam doyumları ile fiziksel aktiviteye katılma durumları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Benzer şekilde, Brown ve Frenkel (1993) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, fiziksel aktiviteye katılım ile serbest zaman doyumunu arasında herhangi bir ilişki gözlemlenmemiştir.

Hadi, Erdem ve Duman (2021)'ın yapmış olduğu çalışmada, ayrıca cinsiyet değişkeninin serbest zaman doyum düzeyleri açasından bir farklılık oluşturmadığı bulunmuştur. Sportif rekreatif aktivite katılımcılarının aktiviteye katılım sebeplerinin ise serbest zaman doyum ve optimal performans duygularını açasından bir farklılık oluşturmadığı belirtilmiştir.

Araştırma bulgularına bağlı olarak; kadın futbolcuların lisanslı futbol oynama yılına bağlı olarak serbest zaman doyum düzeylerinde istatistiki bir değişim gözlenmemiştir. Alan yazında sporculuk yılına bağlı olarak serbest zaman doyum düzeylerinde kararsız bir yapı gözlenmektedir. Bu durumun araştırmaların kapsam ve boyutlarının yanında çalışma gruplarına bağlı farklılıklardan kaynaklandığı söylenilebilir.

KAYNAKLAR

1. Acar, K., (2013). *Futbol eğitimi alan çocuklarda problem çözme becerileri ve fonksiyonel olmayan tutumların incelenmesi*. Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
2. Beard, J.G., ve Ragheb, M.G., (1980). Measuring leisure satisfaction. *Journal of Leisure Research*, 12,20-33.
3. Bozlu, B., (2019). Kadın futbol alanının ilişkişel analizi. *Sosyoloji Dergisi*, 39, 53-80.
4. Broathurst, R., (2001). *Managing Environments for Leisure and Recreation*. London: Routledge.
5. Broughton, K., ve Beggs, B.A., (2006). Leisure satisfaction of older adults. *Activities, Adaptation & Aging*, 31(1), 1-18.
6. Bulgu, N., (2012). Futbolda şiddetin erkeklik anlamları. *Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 23(4).
7. Chang, P. J., Wray, L. ve Lin, Y. (2014). Social relationships, leisure activity and health in older adults. *Health Psychology*, 33(6), 516-523.
8. Çakır, V. O. (2017). Üniversite öğrencilerin serbest zaman doyum düzeyleri ile serbest zaman yönetimleri arasındaki ilişki. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2(3), 17-27.
9. Çevik, N. K., ve Korkmaz, O. (2014). Türkiye’de yaşam doyum ve iş doyum arasındaki ilişkinin iki değişkenli sıralı probit model analizi. *Niğde Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 7(1), 126-145.
10. Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R., and Griffin, S., (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
11. Doğan, M., Elçi, G. ve Gürbüz, B. (2019). Serbest zaman doyum, serbest zamanda sıkılma algısı ve iş tatmini ilişkisi: akademisyenler üzerine bir araştırma. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 17(1), 154-164. <https://doi.org/10.33689/spormetre.521555>
12. Er, B. ve Güzel Gürbüz, P. (2021). Uluslararası spor organizasyonlarında gönüllü motivasyonu ile serbest zaman doyum düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 152-172. <https://doi.org/10.25307/jssr.906958>
13. Gökçe, H. ve Orhan, K. (2011). Serbest zaman doyum ölçeğinin English geçerlilik güvenirlik çalışması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 22 (4), 139-145.
14. Hadi, G., Erdem, B., ve Duman, E. (2021). Sportif rekreatif aktiviteye katılan bireylerin serbest zaman doyum düzeyleri ve optimal performans duyu durumlarının arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 32(1), 10-19. <https://doi.org/10.17644/sbd.702867>
15. Johansson, M., Hassmén, P. & Jouper, J. (2011). Acute effects of Qigong exercise on mood and anxiety. *Sport. Exercise. and Performance Psychology*, 1(S), 60-65.
16. Karasar, N. (2011). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*,(11. baskı) Ankara. Nobel Yayınevi.
17. Kovacs, A., (2007). *The leisure personality: relationships between personality, leisure satisfaction, and life satisfaction*. Doctoral Dissertation. USA: Indiana University, School of Health, Physical Education and Recreation.
18. Köksal, G.(2019). *Serbest zaman doyum ve yaşam tatmini ilişkisi: Beden eğitimi öğretmenleri örneği*. Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
19. Lloyd, K.M., ve Aukd, C.J., (2001). The role of leisure in determining quality of life: issues of content and measurement. *Social Indicators Research*, 57, 43-71.
20. Mannell, R.C, ve Kleiber, D.A., (1997). *A Social Psychology of Leisure*. State College: Venture Publishing.
21. Orta, L. , (2011) Türkiye’de Kadın Futbolunun Tarihçesi. (Erişim Tarihi: 15.08.2024) <https://www.futbolekonomi.com/index.php/haberler-makaleler/genel/265-lale-orta/3263-kadnfutbolu-ale-orta.html>
22. Özbey, S., ve Çelebi, M., (2003). *Rekreasyon, Spor Bilimlerine Giriş* (Editör: Mirzeoğlu N.). Ankara: Bağırhan Yayınevi, 227-264.

23. Öztürk, P., (2017). *Kadın futbolcuların futbol alanındaki deneyimleri*. Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
24. Pfister, G., (2008). Eşitlik ve sosyal misyonlar: müslüman kadınlar, spor ve fiziksel aktivitelere katılım fırsatları. *Spor Bilimleri Dergisi*, 19(4), 250-260.
25. Turgut, Ş., (2019). *Kadın futbolcuların kulüplerindeki iş doyum düzeylerinin incelenmesi (Kktcell Kadın Futbol Ligi Örneği)*. Yüksek Lisans Tezi KKTC Yakın Doğu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, , Lefkoşa.
26. Türk Dil Kurumu (TDK), Doyum, 2024, <https://www.tdk.gov.tr/>
27. Yaşar, Ç., (2014). *Türkiye’de yeni bir spor olarak kadın futbolu*. Doktora Tezi. Bahçeşehir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.