



Doğada Yapılan Fiziksel Aktivite Deneme Modelinin Üniversite Öğrencilerine Etkisi



Ahmet YILGIN [Sorumlu Yazar]

Kilis 7 Aralık Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, ahmet_yilgin@hotmail.com

Makale Geliş Tarihi: 26.11.2024

Makale Kabul Tarihi: 30.12.2024

Makale Yayın Tarihi: 31.12.2024

ÖZET

Amaç: Bu çalışma ile doğada yapılan fiziksel aktivite deneme modelinin üniversite öğrencilerine etkisi için doğaya bağlılık, fiziksel aktivitelerden keyif alma ve toplumsal ilgilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. **Materyal & Metot:** Çalışmada yarı deneysel yöntemle tasarlanmış deneme modeli uygulanmıştır. Çalışma Kilis 7 Aralık Üniversitesi öğrencileri ile yapılmıştır. Doğada yapılan fiziksel aktiviteler ilişkin 8 haftalık programda ön test ve son test olmak üzere yüz yüze anket yöntemi ile veri elde edilmiştir. Çalışmaya toplam 152 öğrenci katılım sağlamış bunlardan 115 öğrenciden veri elde edilmiştir. Verilerin analizlerinde betimsel istatistikler için ortalama, standart sapma, yüzde ve frekans ile iki bağımsız değişken için Mann-Whitney U testi ve çoklu doğrusal regresyon uygulanmıştır. Çalışmada anlamlılık değeri $p<0.05$ olarak hesaplanmıştır. **Bulgular:** Çalışmada doğaya bağlılık ölçeğinde cinsiyet, yaş ve geçmişte grup faaliyetlerine katılma değişkenlerinde Mann-Whitney U Testi yapılmış olup istatistiksel anlamda fark olduğu görülmüştür. Ayrıca doğaya bağlılık ve fiziksel aktivitelerden keyif alma değişkenlerinin toplumsal ilgiyi yordamasını belirlemek için yapılan çoklu doğrusal regresyon analizine göre doğaya bağlılık değişkeninin toplumsal ilgi düzeyini etkilediği görülmüştür. **Sonuç:** Sonuç olarak öğrencilerin bu deneme modeli ile etkilendikleri anlaşılmıştır. Bu bağlamda doğada yapılan aktiviteler için farklı tasarımlar geliştirilerek insanların kendileri ve sosyal hayat içindeki tutum ve davranışlarını, farkındalıklarını arttırılabileceği ön görülebilir.

Anahtar Kelimeler: Deneme Modeli, Fiziksel Aktivite, Üniversite Öğrencileri

The Effect Of The Physical Activity Trial Model Conducted In Nature On University Students

ABSTRACT

Purpose: Since humans are multifaceted beings, their thoughts, perceptions, attitudes and behaviors are affected by many reasons. This study aims to examine the effects of the physical activity trial model performed in nature on university students in terms of their attachment to nature, enjoyment of physical activities and social interests. **Material & Method:** A trial model designed according to the semi-experimental method was applied in the study. The study was conducted with students of Kilis 7 December University. Data were obtained with a face-to-face survey method as a pre-test and post-test in the 8-week program regarding physical activities performed in nature. A total of 152 students participated in the study and data were obtained from 115 of them. In the analysis of the data, mean, standard deviation, percentage and frequency were applied for descriptive statistics and Mann-Whitney U test and multiple linear regression were applied for two independent variables. The significance value in the study was calculated as $p<0.05$. **Findings:** In the study, Mann-Whitney U Test was applied in the variables of gender, age and past participation in group activities in the nature commitment scale and it was seen that there was a statistically significant difference. In addition, according to the multiple linear regression analysis conducted to determine whether the variables of attachment to nature and enjoyment of physical activities predict social interest, it was seen that the variable of attachment to nature affected the level of social interest. **Result:** As a result, it was understood that students were affected by this experimental model. In this context, it can be predicted that different designs can be developed for activities done in nature and that people's attitudes, behaviors and awareness in themselves and in social life can be increased.

Keywords: Experimental Model, Physical Activity, University Students.

GİRİŞ

Doğanın bir parçasıyız ve sosyal varlıklarız bizi biz yapan değerlerin farkında olmalıyız. Bu nedenle yaşamı sürdürülebilir hale getirebilmek için olumlu tutum ve davranışları daha fazla arttırmanın yollarını bulmalıyız. İnsan çok yönlü bir varlıktır, düşünce, algı, tutum ve davranışlarımız birçok nedene bağlı olarak etkilenebilmektedir. Bu bağlamda doğa insana fırsatlar sunarken doğada yapılan aktivitelerin gerek fiziksel gerekse ruhsal yönde etkileri toplumsal duygu, düşünce ve daha fazla ön planda tutmamız gerekmektedir. Alan yazında çalışmamıza benzer araştırmaların çok az olması ve diğer araştırmacılara ilham kaynağı olması bakımından teşvik edici bir tasarım sunulmuştur. Doğadaki fiziksel ve rekreatif aktiviteler bireyin beceri, yetenek, tecrübe, tercih ve beklentilerini yansıtan bireysel faktörlerdir. Bu özellikleri geliştirmek için planlanan organizasyonlardaki program hedefleri, algılanan tehditler ve pozitif etkiler iç ve dış dünyamızı birleştiren deneyimler üretmekte, bu etkinliklerle geliştirilen tecrübe farklı bilgilerde uzmanlaşmayı ve gündelik hayatta yaptığımız işte başarılı olmayı desteklemektedir (Dinç ve Tez, 2019). Doğada yapılan aktiviteler yaşamın köklerini, kim olduğumuzu, sevgiyi, merhameti ve ne olduğumuzu merak ve heyecan içinde deneyimlememizi sağlamaktadır. Ayrıca doğa bize içsel değerlerimizden olan mutluluk, güzellik ve hakikat gibi kavramların anlamlarını pekiştirmektedir (Dağdelen, 2021). Bu aktiviteler dağcılık, kaya tırmanışı, kayak, ultra koşular, dağ bisikleti, uzun mesafe bisiklet, vahşi doğada yüzme, sörf, yamaç paraşütü, trekking benzeri yürüyüşler ve diğer rekreatif faaliyetlerdir (Milligan, Chakfont, Kaley ve Lobban, 2021). Yapılan çalışmalarda bireyin ileriki yaşamında kendini gerçekleştirme bakımından özellikle üniversitelerin bu tür faaliyetleri destekleme sorumluluklarının olduğu belirtilmiştir (Yapıcı, Alpulu, Otay, Ak, Mametkulyev ve Doğan2022).

Doğaya Bağlılık

Doğaya bağlılık farkındalık süreci ile ilişkilidir. Farkındalık ise bireyin bir olay ya da olguyu duyu organları ve zihinsel olarak anlamlandırması ve hassasiyet göstermesidir (Kemeç, Demir, ve Koç, 2018). Doğaya bağlılık kavramı özel olarak bireyin doğayla bağlantısı ve bireyin doğaya karşı hissettiği duygu yoğunluğu olarak ifade edilmiştir (Bektaş, Kural, ve Orçan, 2017). Günümüz insanının doğadan uzaklaşarak var olduğu bu çevreye yabancılaştığı, adeta doğadan kopuş yaşandığı ve bu durumun çevre sorunlarına neden olduğu belirtilmiştir (Tağrikulu, Gül, ve Çobanoğlu, 2021). Oysaki doğa var oldukça insanın varlığını devam

ettirebileceği, doğanın yaşam süresinin uzatılması ve bir sonraki nesillere miras olarak aktarılması gerektiği ifade edilmiştir (Gürer ve Mermer, 2023). Doğa sporları dersinin öğrencilerde doğaya bağlılık bilincinin geliştirilmesinde etkili bir araç olduğu yetişkinlerinde bu tarz aktiviteler katılması gerektiği belirtilmiştir (Yapıcı ve Gülü, 2022). Günümüzde öğrencilerin eğitim içinde zihinsel olduğu kadar fiziksel ve ruhsal olarak da eğitim ve öğretimlerine odaklanma olduğu belirtilmektedir (Öztürk, 2022).

Fiziksel Aktivitelerden Keyif Alma

Keyif alma duygu durumunun bireyin eğlenme ve neşeli olma sürecini yansıttığı içsel bir duygu kaynağı olduğu belirtilmiştir (Özkurt, Küçükbiş, ve Eskiler, 2022). Fiziksel aktiviteler ile keyif alma bakımından yapılan birçok davranışın fiziksel eylem gerektirdiği sürece bu amaca hizmet ettiği belirtilmektedir (dereceli, Dokuzoğlu ve Dereceli, 2023). Fiziksel aktiviteleri hayatın merkezine almak gerektiği bu sayede daha sağlıklı nesillerin yetiştirilebileceği böylelikle toplum sağlığının da korunacağı düşünülmektedir (Özkurt, Küçükbiş, ve Altın, 2022). Fiziksel aktiviteler duygusal deneyim verdiği için özellikle çocuklar, ergenler ve yetişkin bireylere kazandırılması gereken alışkanlıklar olarak önerilmektedir (Özkurt, Küçükbiş ve Eskiler, 2022). Üniversite yerleşkelerinde yapılan rekreasyon ve fiziksel aktivite etkinliklerinin öğrencilerde becerilerini sergileme, yeni deneyimler elde etme, zihinsel ve fiziksel sağlık kazandırma, sosyal bağlantılar geliştirme, çevresel ve kişilerarası farkındalık kazandırdığı belirtilmiştir (Peker, Teke, Çakar, Kabadayı ve Caner, 2023). Spor aktivitelerinden keyif alma bireyin motivasyonun önemli bileşeni ve aktiviteye katılımı, bağlılığı etkileyen faktörleri arasında yer almaktadır (Eskiler, 2023).

Toplumsal İlg

Toplumsal ilgi psikolojide bir ruh sağlığı ölçütü olarak görülmüş ve birey ve toplum arasındaki ilişki ve uyuma atıfta bulunduğu belirtilmiştir (Erginsoy, 2010). Toplumsal ilgi, sosyal ilgi kabulünde birey ve toplumun bağlılık duyguları, empati ve bağlanabilme olarak sonuçlanan yaşam görevlerini gerçekleştirme kapasitesi olduğu bu bağlamda insanlar da dahil olmak üzere hayvanlara, bitkilere ve kainata yönelme olarak görülmektedir (Bulut, 2021). Başka bir bakış açısına göre toplumsal ilgi toplumsal duyguda daha ötesini ifade etmektedir (Soyer, 2001). Günümüzde iş-yoğun çalışma içerisinde boş zaman değerli görülmekte özellikle öğrencilerin iş ve okul arasında ayırım yapabilmesi (Güven, Çevik ve Yılgin, 2021) sosyal faaliyetlere katılma ve bunun sonucunda toplumsal ilginin de olumlu yönde

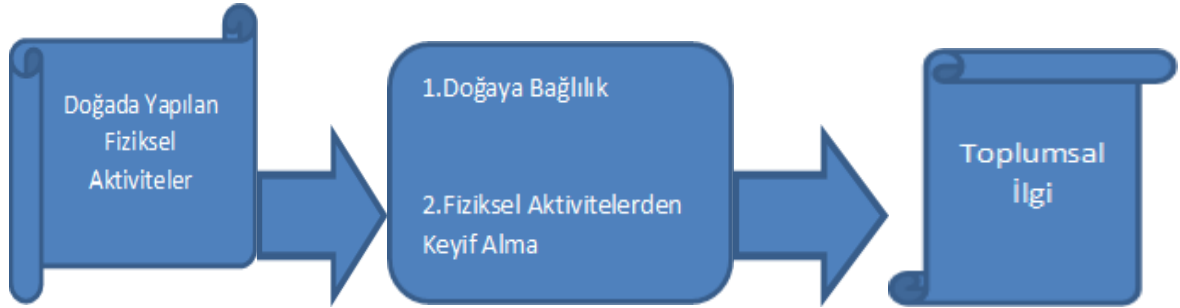
etkileneceği düşünülmektedir. Bu çalışma ile doğada, açık alanda ve yerleşke içinde yapılan fiziksel aktivitelerin öğrencilerde bıraktığı etkiyi belirlemek ve doğaya bağlılık ile fiziksel aktivitelerden keyif almanın toplumsal ilgiyi yordaması ele alınmıştır.

MATERYAL VE METOT

Bu çalışma ile doğada yapılan fiziksel aktivite deneme modelinin üniversite öğrencilerine etkisini belirlemek için doğaya bağlılık, fiziksel aktivitelerden keyif alma ve toplumsal ilgilerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Araştırma Modeli

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin doğada yaptıkları fiziksel aktiviteler ile doğaya bağlılık, fiziksel aktivitelerden keyif alma ve toplumsal ilgi durumları incelenmiştir.



Şekil 1. Araştırma Modeli

Çalışma Tasarımı

Bu çalışma Kilis 7 Aralık Üniversitesi Antrenörlük Eğitimi Dağcılık II dersi ve Rektörlük Ortak Seçmeli Sporla Yaşam Becerisi II dersini alan öğrencilere 8 hafta olmak üzere haftada iki saat ders içi uygulama yapılarak gerçekleştirilmiştir. Ders içeriğinde önce ısınma hareketleri sonrasında 1 ile 1.5 saat olmak üzere açık alanda ve doğada yürüyüş ve ara istasyonlarda fiziksel aktivite olarak; ısınma, açma-germe, sıçrama, itme çekme, squat, esneklik geliştirici yoga vb. çalışmalar yaptırılmıştır. Buna ilave olarak ipe iniş, tepe tırmanışı, ormanlık arazide yürüyüş ve yön bulma gibi kolay egzersizler uygulanmıştır. Her ders sonunda soğuma egzersizleri ile ders bitirilmiştir. Çalışmada yarı deneysel yöntemle göre tasarlanmış deneme modeli uygulanmıştır.

Araştırma Grubu

Araştırmada çalışma grubunu Kilis 7 Aralık Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Antrenörlük Eğitimi Dağcılık dersi ile Rektörlük Ortak Seçmeli Sporla Yaşam Becerisi derslerini alan 152 öğrenci oluşturmuştur. Katılımcıların birbirinden farklı gruplar olduğu göz önünde tutularak amaca yönelik süreklilik gösteren 115 öğrenciden veri elde edilmiştir.

Verilerin Toplanması

Çalışma verileri 2023-2024 bahar dönemi yerleşke içinde ve dışında doğal alanlarda yapılan çeşitli fiziksel aktiviteler sonunda yüz yüze anket yöntemi uygulanmıştır. Verilerin belirlenmesinde içsel ve dışsal kontrol edilemeyen faktörler dikkate alınmamıştır.

Veri Toplama Araçları

Bilgi Formu

Çalışmada katılımcılardan; Cinsiyet (Kadın-Erkek), Yaş (18-22 yaş ve 22- Üstü yaş) ve Geçmişte Grup Faaliyetlerine Katılma (Evet-Hayır) durumlarına ilişkin tanımlayıcı bilgiler içeren ifadelere yer verilmiştir

Doğaya Bağlılık Ölçeği: Doğaya bağlılık ölçeği Mayer ve Frantz (2004) tarafından geliştirilen ve Bektaş, Kural ve Orçan (2017) tarafından Türkçeye uyarlanan 8 maddelik iki faktörlü (doğanın parçası ve doğa ile bütünleşme) 5'li likert tipi ifadelerden oluşmaktadır. Ölçek ile gençlerin veya yetişkinlerin doğa ile temaslarını arttırmayı amaçlayan çalışmalarda kullanılabileceği bu sayede doğaya bağlılık hislerinin gelişip gelişmediğinin ölçülebileceği belirtilmiştir.

Fiziksel Aktivitelerden Keyif Alma Ölçeği: Bu ölçek Mullen ve arkadaşları (2011) tarafından geliştirilmiş olup Türkçeye uyarlanması Özkurt, Küçükbiş ve Eskiler (2022) tarafından yapılmıştır. Ölçekte 8 madde ve tek alt boyut ile 7'li likert derecelendirme yapıldığı belirtilmiştir. Fiziksel aktivitelerden keyif alma ölçeğinde 18 yaş ve üzeri bireylerin farklı parametreler ile ilişkilendirilerek insanların davranış ve davranışlarının belirleyicilerinin irdelenmesinde kullanılabileceği belirtilmiştir.

Toplumsal İlgî Ölçeği: Toplumsal ilgi ölçeği Greever, Tseng ve Fredlan (1973) tarafından geliştirilmiş ve daha sonra ölçeğe eklemeler yapılmış olup bu ölçeğin Türkçeye uyarlanması Soyer (2001) tarafından yapılmıştır. Ölçekte 5 alt boyut ve 52 maddenin 5'li likert tipinde

derecelendirildiği ve bireylerin toplumsal ilgilerinin düşük ya da fazlalığını belirlemede geçerliği ve güvenilirliği kanıtlanarak kişiliğin önemli bir boyutun olan toplumsal ilgiyi ölçme aracı olduğu belirtilmiştir.

Etik Kurul

Araştırma için Kilis 7 Aralık Üniversitesi Etik Kurulundan; Evrak Tarih ve Sayısı: 03.05.2024-E.50481 ile etik kurul onayı alınmıştır.

Veri Analizi

Çalışmada elde edilen verilerin analizi JASP istatistik programı ile yapılmıştır. Çalışmanın istatistiksel analizi için izlenecek yöntem için normallik analizleri yapılmıştır. Çalışmada veri setinin normal dağılımı için Shapiro-Wilk analizi yapılmış anlamlılık değeri 0.001 olduğu görülmüş olup veri setinin normal dağılmadığı anlaşılmıştır ($p>0.05$). Ayrıca çalışmada varyansların homojen dağılımları için Levene analizi yapılmıştır. Levene analizine göre anlamlılık değeri 0.948 olarak tespit edilmiş ve veri setinin homojen dağılmadığı anlaşılmıştır ($p<0.05$). Bu bağlamda verilerin analizlerinde betimsel istatistikler için ortalama, standart sapma, yüzde ve frekans ile iki bağımsız değişken için Mann-Whitney U testi ve çoklu doğrusal regresyon uygulanmıştır. Çalışmada anlamlılık değeri $p<0.05$ olarak hesaplanmıştır.

BULGULAR

Doğada yapılan fiziksel aktivitelerin bazı değişkenlerle ilişkisi ve doğaya bağlılık ve fiziksel aktivitelerden keyif almanın toplumsal ilgiye etkisinin belirlendiği bulgular aşağıda belirtilmiştir.

Tablo 1. Tanımlayıcı İstatistikler

Demografik Bilgiler	N	Ort.	Ss	Kategori	n	%
Cinsiyet	115	1.496	0.502	Kadın	58	50.435
				Erkek	57	49.565
Yaş	115	1.322	0.469	18 – 22 yaş	78	67.826
				23 – Üstü yaş	37	32.174
Geçmişte Grup Faaliyetlerine Katıldınız mı?	115	1.130	0.338	Evet	100	86.957
				Hayır	15	13.043

Tablo 1’de çalışmaya dâhil edilen (N=115) kişinin çoğunluğunun cinsiyete göre kadınlar (%50.435), yaşa göre 18-22 yaş grubu (%67.826) ve geçmişte yapılan grup faaliyetlerinde evet (%86.957) oluşturduğu anlaşılmıştır.

Tablo 2. Cinsiyet Değişkeni Mann-Whitney U Testi Analiz Sonuçları

Ölçekler	Değişken	Grup	n	Ort.	Ss	w	p
Doğaya Bağlılık	Cinsiyet	Kadın	58	3.636	0.742	1240.000	0.021*
		Erkek	57	3.884	0.797		
Fiziksel Aktivitelerden Keyif Alma	Cinsiyet	Kadın	58	5.849	1.896	1379.000	0.076
		Erkek	57	6.500	1.238		
Toplumsal İlgî	Cinsiyet	Kadın	58	3.359	0.438	1323.000	0.065
		Erkek	57	3.461	0.532		

P<0.05

Tablo 2’de cinsiyet değişkeni ile “Doğaya Bağlılık” ve “Fiziksel Aktivitelerden Keyif Alma” ve “Toplumsal İlgî” ölçekleri ortalama puanlarına göre anlamlı farklılık olup olmadığına Mann-Whitney U Testi yapılmıştır. Analiz sonucunda; “Doğaya Bağlılık” değişkeninde anlamlı fark olduğu görülmüştür ($p<0.021$). “Fiziksel Aktivitelerden Keyif Alma” ve “Toplumsal İlgî” ölçeklerinde ise istatistiksel anlamda fark bulunmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 3. Yaş Değişkeni Mann-Whitney U Testi Analiz Sonuçları

Ölçekler	Değişken	Grup	n	Ort.	Ss	w	p
Doğaya Bağlılık	Yaş	18 – 22 yaş	78	3.670	0.799	1098.500	0.039*
		23 – Üstü yaş	37	3.946	0.701		
Fiziksel Aktivitelerden Keyif Alma	Yaş	18 – 22 yaş	78	6.038	1.837	1374.500	0.637
		23 – Üstü yaş	37	6.453	1.036		
Toplumsal İlgî	Yaş	18 – 22 yaş	78	3.397	0.483	1301.500	0.398
		23 – Üstü yaş	37	3.435	0.504		

P<0.05

Tablo 3’te yaş değişkeni ile “Doğaya Bağlılık” ve “Fiziksel Aktivitelerden Keyif Alma” ve “Toplumsal İlgî” ölçekleri ortalama puanlarına göre anlamlı farklılık olup olmadığına Mann-Whitney U Testi yapılmıştır. Yaş gruplarının birbirine yakın olması nedeni ile özellikle gruplandırma yapılarak 23 yaş ve üstü öğrencilerin etkilenip etkilenmediği incelenmiştir. Analiz sonucunda; “Doğaya Bağlılık” değişkeninde anlamlı fark olduğu görülmüştür ($p<0.039$). Sonuç olarak büyük yaştaki öğrencilerin doğaya bağlılıklarında daha küçük yaştaki bireylere göre farklı oldukları anlaşılmıştır. “Fiziksel Aktivitelerden Keyif Alma” ve “Toplumsal İlgî” ölçeklerinde ise istatistiksel anlamda fark bulunmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 4. Geçmişte Grup Faaliyetlerine Katılma Durumuna Göre Mann-Whitney U Testi Analiz Sonuçları

Ölçekler	Değişken	Grup	n	Ort.	Ss	w	p
Doğaya Bağlılık	<i>Geçmişte Grup</i>	Evet	100	3.794	0.781	995.500	0.041*
	<i>Faaliyetlerine Katılma</i>	Hayır	15	3.525	0.728		
Fiziksel Aktivitelerden Keyif Alma	<i>Geçmişte Grup</i>	Evet	100	6.249	1.578	917.000	0.109
	<i>Faaliyetlerine Katılma</i>	Hayır	15	5.658	1.923		
Toplumsal İlgi	<i>Geçmişte Grup</i>	Evet	100	3.444	0.483	1012.500	0.030*
	<i>Faaliyetlerine Katılma</i>	Hayır	100	3.179	0.473		

P<0.05

Tablo 4’te geçmişte grup faaliyetlerine katılma durum değişkeni ile “Doğaya Bağlılık” ve “Fiziksel Aktivitelerden Keyif Alma” ve “Toplumsal İlgi” ölçekleri ortalama puanlarına göre anlamlı farklılık olup olmadığına Mann-Whitney U Testi yapılmıştır. Analiz sonucunda; “Doğaya Bağlılık” (p<0.041) ve “Toplumsal İlgi” (p<0.030) değişkenlerinde anlamlı fark olduğu görülmüştür (p<0.05). “Fiziksel Aktivitelerden Keyif Alma” değişkeninde ise istatistiksel anlamda fark bulunmamıştır (p>0.05).

Tablo 5. “Doğaya Bağlılık” ve “Fiziksel Aktivitelerden Keyif Alma” Değişkenlerinin Toplumsal İlgiye Etkisinde Regresyon Analiz Sonucu

Değişkenler	β	SE	%95 Güven Aralığı		t	p
			LL	UL		
Toplumsal İlgi	2.617	0.233	2.154	3.079	11.213	0.001
Doğaya Bağlılık	0.173	0.061	0.051	0.295	2.813	0.006
Fiziksel Aktivitelerden Keyif Alma	0.023	0.029	-0.035	0.081	0.788	0.432
Adjusted R ²	0.083					

Not: N=115

Tablo 5’de “Doğaya Bağlılık” ve “Fiziksel Aktivitelerden Keyif Alma” bağımsız değişkenleri kullanılarak Toplumsal İlgi bağımlı değişkenini yordamak amacıyla çok değişkenli doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda anlamlı regresyon modeli $F(2, 212)=6.143$, $p<0.003$ ve bağımlı değişkendeki varyansın % .083’sini (Adjusted R²= .083) bağımsız değişkenler tarafından açıklandığı bulunmuştur. Buna göre “Doğaya Bağlılık” bağımsız değişkeni “Toplumsal İlgi” bağımlı değişkenini olumlu ve anlamlı olarak etkilemiştir, β : 0.275, $t(112)= 2.813$, $p<0.006$. Fiziksel aktivitelerden keyif alma bağımsız değişkeni ise “toplumsal İlgi” bağımlı değişkenini β : 0.077, $t(112)= 0.788$, $p>0.432$ etkilemediği görülmüştür.

TARTIŞMA ve SONUÇ

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin doğada yaptıkları fiziksel aktiviteler ile doğaya bağlılık, fiziksel aktivitelerden keyif alma ve toplumsal ilgileri incelenmiştir. Çalışma üniversite öğrencileri ile yapılmış olup katılımcıların çoğunluğu kadınlar (n=58; %50.435), 18-22 yaş aralığı (n=78; %67.826) ve geçmişte grup faaliyetlerine katılım durumunda evet

diyenler (n=100; %86.957) olarak tespit edilmiş olup evrenin ve örneklemin genel yapısına uygun olduğu anlaşılmaktadır. Alan yazında yapılan öğretmen adaylarının doğaya bağlılıkları ile yapılan bir çalışmada benzer sonuçlar elde edilerek cinsiyet bağlamında çoğunluğun kadınlardan (%80,2) olduğu belirtilmiştir (Tağrikulu, Gül, ve Çobanoğlu, 2021). Benzer bir çalışmada dağcılık sporu ile uğraşan bireylerin doğaya bağlılıklarında yaş değişkeninde çoğunluk 46 yaş üstü (%22,8) iken 22-25 yaş aralığının (%21,3) ikinci grup olduğu belirtilmiştir (Çelik, 2019). Farklı bir çalışmada çevresel bilinç ve çevresel bağlılık ilişkisinin araştırıldığı bir çalışmada ise cinsiyette erkeklerin (%52,4) ve yaş grubu için 18-28 yaş arası bireylerin çoğunluğu oluşturduğu belirtilmiştir (Değirmenci, 2020). Bu sonuçlara bakıldığında katılımcıların bizim çalışmamıza benzer demografik özellikler taşıdığı anlaşılmıştır.

Doğada ve açık alanda yapılan fiziksel aktivitelerin cinsiyet değişkeni ile olan ilişkisinde doğaya bağlılık değişkeninde anlamlı fark ($p<0.021$) olduğu bu anlamlı farklılığın erkeklerin ortalamasından ($x=3.884$) kaynaklandığı anlaşılmıştır. Sonuç olarak erkeklerin yapılan aktivitelerde kadınlara göre doğaya daha fazla bağlılık duygularının geliştiği anlaşılmıştır. Bu durum erkeklerin geçmiş insanlık tarihi ile uyumlu atalarından kalma erkeğe verilen rollerin etkisi ve kadınlara göre biraz daha maceracı yapılarından kaynaklandığı şeklinde yorumlanabilir. Cinsiyet değişkenine göre fiziksel aktivitelerden keyif alma ($p>0.076$) ve toplumsal ilgi ($p>0.065$) ile istatistiksel anlamda farklılaşma olmadığı bulunmuştur. Yapılan çalışmalarda öğretmen adayların doğaya bağlılığında cinsiyet değişkeninde kadınların ($x=7.508$) erkeklere (7.153) göre doğaya daha fazla bağlılık hislerine sahip oldukları (Tağrikulu, ve diğ., 2021) bizim çalışmamızdan farklı bir sonuç olduğu anlaşılmıştır. Bu sonuçlara göre bizim çalışmamızda çoğunluk antrenörlük eğitimi alan ve sporla yaşam becerisi dersini alan öğrencilerden kaynaklandığı düşünülmektedir. Bizim sonuçlarımıza benzer sonuç olarak dağcılık sporu ile ilgilenen bireylerde erkeklerin ($x=321$) kadınlara ($x=219$) göre doğaya bağlılıklarının daha fazla olduğu anlaşılmıştır (Çelik, 2019).

Yaş değişkenine göre doğaya bağlılık ilişkisine bakıldığında 23 yaş ve üstü bireylerin ($x=3.946$) 18-22 yaş ($x=3.670$) bireylere göre doğaya bağlılık duygularının daha fazla geliştiği anlaşılmıştır. Yaş grupları bakımından ise büyük yaştaki bireylerin doğadan daha fazla yararlanma, doğadaki farkındalıkları, etkilenme düzeyleri önemli bulgu olarak görülmüştür. Dağcılık sporu ile ilgilenen bireylerin yaş değişkenine göre yapılan çalışmada birçok yaş grubu arasında anlamlı fark olduğu çalışmamıza benzer sonuç bakımından 22-25 yaş grubunun 31-35 yaş ve 46 yaş ve üstü gruplara göre doğaya bağlılıklarının daha az olduğu

belirtilmiştir. Bu çalışma sonuçları bizim çalışmamızdan farklı bir sonuç olduğu anlaşılmıştır. Çalışmamızda fiziksel aktivitelerden keyif alma ($p>0.637$) ve toplumsal ilgi ($p>0.398$) ile yaş grupları arasında istatistiksel anlamda fark olmadığı bulunmuştur. Sağlık Hizmetleri MYO eğitimi alan öğrencilerle yapılan fiziksel aktivitelerden keyif alma yaş değişkenine göre 18-20 yaş ile 21 yaş ve üstü gruplar arasında anlamlı fark olmadığı bizim çalışmamıza istinaden hem öğrenci grubu hem yaş grupları bakımından benzer sonuçlar elde edildiğini göstermektedir (Dereceli, Dokuzoğlu, ve Dereceli, 2023). Ayrıca kampüs içi rekreasyon faaliyetlerine katılan öğrenciler ile yapılan bir çalışmada fiziksel aktivitelerden keyif alma değişkeni ile yaş değişkeni arasında anlamlı fark olmadığı belirtilmiş olup bizim çalışmamızı destekler bulgular olduğu görülmüştür (Peker, Teke, Çakar, Kabadayı, ve Caner, 2023). Bunun yanında antrenörlük ve spor yöneticiliği öğrencilerinin fiziksel aktivite ile genişletilmiş oyun oynama tutumların araştırıldığı bir çalışmada ise yaş ile fiziksel aktivite arasında anlamlı fark olmadığı ifade edilmiştir (Öztürk, 2016). Bu durum açık alanda yapılan aktivitelerde her yaş grubunun benzer duygu ve hislerde olduğunu göstermektedir. Bunun yanında fiziksel aktiviteler ile toplumsal ilgi ile çalışmalara pek fazla rastlanmamıştır.

Katılımcıların geçmişte grup faaliyetlerine katılım durumlarına evet ve hayır yanıtları doğrultusunda yapılan analiz sonucunda doğaya bağlılıkta hayır katılmadım diyenlerin ($x=3.525$) evet katıldım ($x=3.794$) diyenlere göre doğaya daha az bağlılık düzeyine sahip oldukları anlaşılmıştır. Yine toplumsal ilgi değişkenine göre hayır katılmadım ($x=3.179$) diyenlerin evet katıldım ($x=3.444$) diyenlere göre toplumsal ilgi düzeylerin de daha az geliştiği tespit edilmiştir. Bununla beraber fiziksel aktivitelerden keyif alma bakımından evet katıldım ($x=6.249$) ve hayır katılmadım ($x=5.658$) diyenler arasında istatistiksel anlamda fark olmadığı anlaşılmıştır ($p>0.109$). Sonuç olarak geçmişte grup faaliyetlerine katılan bireylerin doğaya bağlılıkları ve toplumsal ilgileri artarken fiziksel aktivitelerden keyif alma durumlarında bir değişiklik olmadı sonucu elde edilmiştir. Bu durum geçmişte grup faaliyetine katılanların doğaya bağlılık ve toplumsal ilgi düzeyleri bakımından sosyal ve fiziksel aktiviteler ile olumlu yönde etkilendiklerinin bir göstergesi Olarak kabul edilebilir. Ayrıca bu sonuçlara ilişkin benzer veya farklı bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Çalışmamızın son aşamasında toplumsal ilgiyi yordamayı etkileyen bağımsız değişkenler doğaya bağlılık ve fiziksel aktivitelerden keyif alma modeli ile yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Yapılan analize göre doğaya bağlılığın ($p<0.006$; $R^2=0.083$; $\beta=0.173$) toplumsal ilgiyi açıklamada etkili olduğu ve fiziksel aktivitelerden keyif almanın ($p>0.432$; $R^2=0.083$; $\beta=0.023$) toplumsal ilgiyi açıklamada yetersiz olduğu sonucu elde

edilmiştir. Bu sonuçlara göre toplumsal ilgiyi etkileyen doğaya bağlılık değişkeninin sosyolojik açıdan toplumun ortak değerler oluşturmada etkili olduğu söylenebilir. Doğaya bağlılığın doğa yürüyüşlerine katılım motivasyonu üzerine etkisini araştırıldığı çalışmada doğaya bağlılığın motivasyonu etkilediği sonucu elde edilmiştir (Çınar ve Duran, 2021). Ancak çalışmamızdan farklı bir amaçla yapıldığı için benzer sonuçlar olmadığı anlaşılmıştır. Yapılan çalışmalarda antrenörlük eğitimi alan ve sporculuk yapan öğrencilerde mesleki açıdan gerçekleştirilen her deneyimin bireyde genel motivasyonu ve sosyalleşmeyi olumlu etkileyebileceği belirtilmektedir (Öztürk, Avşar ve Çıldır, 2015).

Sonuç olarak üniversitede öğrenim gören öğrencilerin doğada ve açık alanda yapılan fiziksel aktivitelerin doğaya bağlılık, fiziksel aktivitelerden keyif alma ve toplumsal ilgi düzeyleri arasındaki ilişkiye açıklamaya yönelik çalışma ele alınmıştır. Yapılan bu çalışmada: cinsiyet değişkenine ve yaş değişkenine göre doğaya bağlılığın geliştiği, fiziksel aktivitelerden keyif almanın değişmediği ve toplumsal ilgiyi açıklaması bakımından doğaya bağlılığın küçük bir birim de olsa etkili olduğu buna karşılık fiziksel aktivitelerden keyif almanın ise hiçbir etkisi olmadı sonucuna varılmıştır. Bu çalışmaya istinaden öğrencilerin birbirlerini tanınması ve bilinç düzeyinin geliştirilmesi için benzer ve farklı faaliyetlerin yapılmasının yararlı olacağı düşünülmektedir. Ayrıca öğrenciler veya daha farklı gruplar ile yapılacak çalışmaların sonuçları kamuoyu ile paylaşılması akademik olarak değerlendirilmesi gerekmektedir. Bu ve benzeri faaliyetlerde kamu kurum ve kuruluşların yanında sivil toplum örgütlerinin bilinçlendirilmesi ve teşvik edilmesi toplumsal yarar sağlayabilir. Bu bağlamda doğada yapılan aktiviteler için farklı tasarımlar geliştirilerek insanların kendileri ve sosyal hayatlarındaki tutum, davranış ve farkındalıklarını geliştirebileceği ön görülmektedir. Ayrıca doğada ya da açık alan alanda yapılan fiziksel aktivite ve diğer faaliyetlerin etkisinin gelecek nesiller için yeni politikalar üretmede etkili olacağı düşünülmektedir.

ÖNERİLER

Bu çalışma üniversite öğrencilerine uygulanmış bir tasarım olup farklı gruplara özellikle şehirde emek yoğun çalışan sanyisi, esaf ve diğer kamu kurum ve kuruluş çalışanları ile çalışılmalıdır. Bir model geliştirilerek amaca yönelik aktiviteler ile farklı gruplarda daha pozitif sonuçlar çıkacağı düşüncesinden hareketle çalışmanın diğer araştırmacılara ilham kaynağı olacağı aşıkardır. Pozitif ayrımcılık yapılarak kadınlar, aktivite yoksunluğu yaşayan engelli yada çeşitli bağımlılar, yabancı uyruklu öğrenciler, mülteciler, cezaevi mahkumları, diğer çalışma grupları olarak sıralanabilir. Doğada yapılan aktiviteler yanında açık alanlarda,

parklarda ve spor salonlarında da benzeri çalışmalar planlanarak sürdürülebilir toplumsal barışı ve farkındalığı geliştirebilir.

KAYNAKÇA

Bektaş, F., Kural, B., & Orçan, F. (2017). Doğaya Bağlılık Ölçeğinin Türkçe Uyarlaması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 11(1), 77-86. <https://dergipark.org.tr/en/pub/bsd/issue/53472/711733>

Bulut, S. S. (2021). Toplumsal İlgî Ölçeği'nin Geliştirilmesi. *Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim (TEKE) Dergisi*, 10(1), 285-303. <https://dergipark.org.tr/en/pub/teke/issue/60878/902735>

Çelik, E. O. (2019). *Dağcılık sporu ile uğraşan bireylerin doğaya bağlılık, bilinçli farkındalık, öz kontrol düzeylerinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi]. YÖK Tez Merkezi.

Çınar, B., & Duran, A. (2021). Doğaya bağlılığın doğa yürüyüşlerine katılım motivasyonu üzerindeki etkisi. *Türk Turizm Araştırmaları Dergisi*, 5(1), 754-766. <https://tutad.org/index.php/tutad/article/view/444>

Dağdelen, E. (2021). Doğa İyidir Ama Onu Reçete Edebilir Miyiz? *Kemalsayar.com*. <https://kemalsayar.com/haftanin-yazisi/doga-iyidir-ama-onu-recete-edebilir-miyiz>

Değirmenci, B. (2020). Çevresel Bilinç ile Çevresel Bağlılık İlişkisinin" Demografik Özellikler" Bağlamında İncelenmesi. *Balkan & Near Eastern Journal of Social Sciences (BNEJSS)*, 6(4). <https://www.ibaness.org/>

Dereceli, E., Dokuzoğlu, G., & Dereceli, Ç. (2023). Sağlık hizmetleri meslek yüksekokulu öğrencilerinin fiziksel aktivitelerden keyif alma düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından değerlendirilmesi. *Research in Sport Education and Sciences*, 25(2), 40-44. <https://dergipark.org.tr/en/pub/rses/article/1319515>

Dinç, S. C., & Tez, Ö. Y. (2019). Doğal alan rekreasyonu öz-yeterlik ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 4(3), 394-410. <https://dergipark.org.tr/en/pub/gaunjss/article/610544>

Erginsoy, D. (2010). *Üniversite öğrencilerinin toplumsal ilgileri, bilişsel çarpıtmaları ve ilk anıları* [Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi]. YÖK Tez Merkezi.

Eskiler, E. (2023). *Elit güreşçilerde motivasyonel belirleyicilerin spora devam etme niyeti üzerindeki etkisi: Keyif almanın aracı rolü*. [Doktora Tezi, Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi]. YÖK Tez Merkezi.

Gürer, B., & Mermer, K. K. (2023). Çevre Bilinci, Çevresel Duyarlılık ve Doğaya Bağlılık: Öğretmenler Üzerine Bir İnceleme. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 14(3), 349-366. <https://dergipark.org.tr/en/pub/omuspd/issue/81965/1272131>

Güven, F., Çevik, A., & Yılmaz, A. (2021). Leisure Evaluation Behaviors and Attitudes of Students of Kilis 7 Semptember University. *Pakistan Journal Of Medical & HealthSciences*. P J M H S Vol. 15, No.10, OCT 2021 3109-3116. <https://doi.org/10.53350/pjmhs2115103109>

Kemeç, D. G., Demir, G. T., & Koç, S. (2018). Doktor adaylarının zihinsel yetersizliği olan bireylerde sporun etkilerine yönelik farkındalıkları. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 3(4), 153-168. <https://dergipark.org.tr/en/pub/gaunjss/issue/40714/448576>

Milligan, C., Chalfont, G., Kaley, A., & Lobban, F. (2021). Wilderness as therapeutic landscape in later life: Towards an understanding of place-based mechanisms for wellbeing through nature adventure activity. *Social Science & Medicine*, 289, 114411. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2021.114411>

Ozturk, H., Avsar, O., & Cıldır, I. (2015). A study about expectations of the athletes from their coaches resting in Olympics preparation camping. *Gaziantep Turkish Journal of Sport and Exercise*, 17(1), 23-28. <https://dergipark.org.tr/en/pub/tsed/issue/21507/230685>

Özkurt, B., Küçükbiş, H. F., & Altın, Y. (2022). Lise ve üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivitelerden keyif alma düzeylerinin incelenmesi. *Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 3(3), 91-98. <http://cuspor.cumhuriyet.edu.tr/tr/pub/issue/75133/1215543>

Özkurt, B., Küçükbiş, H. F., & Eskiler, E. (2022). Fiziksel aktivitelerden keyif alma ölçeği (FAKÖ): Türk kültürüne uyarlama, geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(1), 21-37". <https://dergipark.org.tr/tr/pub/anemon/issue/69584/976300>

- Öztürk, H. (2016). Antrenörlük ve Spor Yöneticiliği Bölümlerinde Okuyan Öğrencilerin Fiziksel Aktivite İçeren Oyunları Oynamaya Yönelik Tutumları. *Gaziantep University Journal of Social Sciences*, 15(2). <https://web.p.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=0&sid=a2596da6-dd56-4ba9-8bd5-9c9252edbe9f%40redis>
- Öztürk, H. (2022). Sağlık Çalışanlarının Rekreasyon Faaliyet Olarak Parkları Kullanımlarının İncelenmesi (Gaziantep Büyükşehir Belediye Örneği). *Türkiye Spor Bilimleri Dergisi*, 6(2), 130-140. <https://doi.org/10.32706/tusbid.1193072>
- Peker, H., Teke, C., Çakar, B., Kabadayı, Y., & Caner, N. (2023). Fiziksel Aktiviteden Keyif Alma, Tekrar Katılma Niyeti ve Mutluluk Arasındaki İlişki: Kampüs Rekreasyonuna Katılan Üniversite Öğrencileri Örneği. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 9(2), 206-220. <https://doi.org/10.61087/IntJCES.2023.8D>
- Soyer, M. (2001). Üniversite Öğrencilerinin Toplumsal İlgilü Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara. [Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi]. YÖK Tez Merkezi.
- Tağrikulu, P., Gül, A. C., & Çobanoğlu, E. O. (2021). Öğretmen adaylarının doğaya bağlılık düzeylerinin belirlenmesi. *Ondokuz Mayıs University Journal of Education Faculty*, 40(1), 441-458. DOI: <https://doi.org/10.7822/omuefd.828434>
- Yapıcı, E. C., Alpulu, A., Otay, Y., Ak, Y. E., Mаметkulyyev, Y., & Doğan, P. K. (2022). Serbest Etkinliklere Katılan Bireylerin Akış Deneyimlerinin İncelenmesi. *İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 9(3), 36-49. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/inubesyo/issue/74034/1206835>
- Yapıcı, H., & Güllü, M. (2022). Investigation of Adults' Levels of Devotion to Nature: An 8-Week Randomized Controlled Study. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 7(2), 441-453. <https://doi.org/10.25307/jssr.1180360>