



ARAŞTIRMA MAKALESİ
RESEARCH ARTICLE
CBU-SBED, 2018, 5(4):175-180

Serbest Zaman Etkinlikleri Kapsamında Bireylerin Sosyal İlişkilerinde Kararlılık ve Sosyalleşme Düzeylerinin İncelenmesi: Oryantiring Örneği

Tuğba KALKAN¹, Pınar GÜZEL^{1*}

¹ Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon ABD, tubaa_kalkan35@outlook.com, pnrugzel@yahoo.com

*Sorumlu Yazar / Corresponding Author: Pınar GÜZEL

Gönderim Tarihi / Received: 24.07.2018

Kabul Tarihi / Accepted: 12.12.2018

Öz

Amaç: Bu araştırma, Oryantiring müsabakalarına katılan lisanslı sporcuların, “serbest zaman etkinlikleri kapsamında sosyal ilişkilerinde kararlılık ve sosyalleşme düzeylerinin incelenmesi” amacıyla yapılmıştır.

Gereç ve Yöntem: Araştırmanın çalışma grubu, Türkiye Oryantiring Federasyonu bünyesinde bir sezon boyunca Oryantiring müsabakalarına katılan lisanslı sporculardan oluşmaktadır.

Bulgular: Demografik özelliklere ilişkin bulgular arasında, cinsiyete, serbest zaman etkinliklerine katılım şekillerine, serbest zaman etkinliğine başlamada en çok etkisi olan rol sahibine, serbest zaman etkinliğine yaptığı katılım sıklığına ve serbest zaman etkinliği ile ilgilenme amacına göre dağılımları incelenmiştir. Çalışma grubunun %63.2’si erkek ve %36.8’i kadın olmak üzere 329 katılımcıdan oluşmuştur. Serbest zaman etkinliklerine katılım sıklığına göre oranları, hafta içi her gün %27.4, haftada üç gün %32.5, sadece hafta sonları %20.7, ara sıra %16.1 ve diğer (ayda bir) %3.3 olarak tespit edilmiştir. Serbest zaman etkinliği ile ilgilenme amacı dağılımına bakıldığında sağlıklı yaşam %26.4’lük, kişisel beceri ve yetenek %21.3’lük, kişisel gelişim %18.2’lik, mesleki-kariyer ve sosyo-kültürel katılım-paylaşım %16.4’lük, , diğer (tavsiye-öneri) %1.2’lik oranı göstermektedir. Spor ve Sosyalleşme Ölçeği ile Çok Alanlı Kararlılık Ölçeği alt boyutlarından genel kararlılık ($p<.01$; $r=0.461$) ve kesinlik ($p<.01$; $r=0.327$) arasında pozitif yönde orta düzeyde; Spor ve sosyalleşme ile çatışma çözme ($p<.01$; $r=0.239$) ve kolaylık ($p<.01$; $r=0.228$) alt boyutları arasında pozitif yönde düşük düzeyde ilişki tespit edilmiştir.

Sonuç: Sonuç olarak, serbest zaman etkinlikleri kapsamında bireylerin sosyal ilişkilerinde kararlılık ve sosyalleşme düzeylerinin incelenmeye çalışıldığı bu çalışmada, serbest zaman etkinliği olarak değerlendirilen oryantiringin bireyler üzerinde hem sosyalleşme hem de kararlılık düzeylerinde önemli etkilere sahip olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Serbest Zaman, Sosyalleşme, Çok Alanlı Kararlılık, Oryantiring.

Abstract

Objective: This research has been performed on the purpose of examining “the determination and socialising levels of licensed athletes who participated in orienteering competitions, within the framework of leisure time activities.

Material and Method: The study group of the research includes licensed athletes participating in orienteering competitions during a season within the scope of Turkey Orienteering Federation.

Findings: In regard to demographical features; distributions according to sex, participation in leisure time activities, the most influential prompter for joining these activities, participation frequency and purpose of interest in leisure time activities have been examined. The study group consists of 329 participants involving men by 63.2% and women by 36.8%. Participation ratios in leisure time activities have been determined as follows: 27.4% for every weekday, 32.5% for three days a week, 20.7% for merely at weekends, sometimes by 16.1% and other (once a month) by 3.3%. Purpose of participation is comprised of 26.4% for a healthier life, 21.3% for personal skills and talents, 18.2% for self-development, 16.4% for professional career and socio-cultural participation, other (recommendation) for 1.2%. According to the Sports and Socialisation Scale and Multi-Domain Stability Scale, the general decisiveness sub-dimension ($p<.01$; $r=0.461$) and precision sub-dimension are at medium level positively; the conflict resolution sub-dimension ($p<.01$; $r=0.239$) and convenience sub-dimension are determined to have a low-level relationship ($p<.01$; $r=0.228$) positively.

Results: Consequently, this research concluded that orienteering as leisure time activity has significant impacts on individuals’ both socialisation and persistence levels.

Keywords: Leisure Time, Socialisation, Multi-Domain Stability, Orienteering

1. Giriş

Günümüzde sanayileşme ve teknolojik gelişmelerle birlikte bireylerin serbest zamanlarında artış ortaya

çıkmasıyla birlikte her kesimden bireyin yaşamında yer almaya başlamasıyla birlikte hemen her kesimden insan

için değerlendirme açısından ciddi olarak sorun haline gelse de, insanların iş yaşamı dışında kalan zamanlarında dinlenmekten, eğlenmekten ve sevdikleriyle keyifli vakit geçirecek faaliyetler ile ilgilenmekten zevk duydıkları bilinmektedir [1].

Torkildsen yapmış olduğu tanıma göre serbest zaman; başka etkenlerden gelen direktmelere bağlı olmaksızın bireysel kontrolün sağlandığı, zorunluluğun olmadığı, bireylerin kendi iradeleri çerçevesinde seçtikleri, özgür olma isteğinden doğan, deneyim ve tecrübelerin yaşandığı, yenilenmenin vermiş olduğu etki ile fiziksel, zihinsel ve ruhsal olarak yeniden hazır hale gelmek için ayrılan zaman aralığı olarak ifade edilmektedir [2].

Serbest zaman etkinliklerinin olumlu yönde kullanılması bireye, kişisel ve toplumsal gelişim göstermesine katkı sağlarken, olumsuz yönden kullanılması halinde bireyin bunalıma girme, mutsuz olma gibi sorunlar yaşamasına sebep olabileceği görülmektedir [3].

Rekreasyon, araştırmacı ve bilim adamlarının çalışmaları sonucunda çeşitli açıklamalar doğrultusunda tanımlansa da genellikle rekreasyonun birey sağlığı üzerindeki katkılarına yoğunlaşmıştır. Alan yazın araştırmaları fiziksel ve sosyal açıdan aktif insanların aktif olmayanlara oranla sağlık konusunda pozitif artış gösterdiklerini ve diğer bireylere göre daha sosyal olduklarını, aktif olmayanların ise bir takım sağlık problemleriyle karşılaşabileceğini göstermektedir [2].

Bununla birlikte rekreasyonun, kişisel faydalarının yanı sıra sosyal (sosyalleşme, etnik ve kültürel karışım vb), ekonomik (turizm, motivasyon etkisiyle işte verimin artırılması) ve çevresel (rehabilitasyon) katkıları da bulunmaktadır [4]. Toplumsal yaşantıda sportif aktivitelerin, bireylere ortak bir etkinlik içerisinde bulunma imkânı sunduğu bilinmektedir. Ayrıca kişiler bu gibi ortamlarda, rekabet ve mücadele azmi kazanır. Bireyler bu sayede kazanma, kaybetme ve kabullenmeyi, birbirlerine kendilerini ifade edebilmeyi, birbirlerinin inanç ve düşüncelerine saygı göstermeyi öğrenerek sağlıklı ilişkiler kurabilmektedirler. Spor faaliyetleri ile bireyler ortak etkinlik yapabilme özelliği kazanırken rekabetçi bir yapı, çalışma disiplini, mücadele azmi kazanır. Kazanma ve kaybetmeyi kabullenmeyi, paylaşmayı, yardımlaşmayı, başkalarının görüş ve düşüncelerine saygı duymayı öğrenir. Birlikte çalışma sonucu bireyde sosyal sorumluluk duygusu gelişir. Sosyal sorumluluk duygusunun gelişmesi sonucu toplumda sosyalleşme süreci sağlanmış olur [5].

Sosyalleşme, toplulukların içerisinde öğrenme süreci olarak karşımıza çıkarken, insanoğlu, yaşamış olduğu bu süreç kapsamında; teknolojik ve kültürel gelişmelerle birlikte sosyal ve iletişimsel yeniliklere tanıklık etmektedir. Dolayısıyla kişinin sosyalleşmesine katkı sağlayan ortamlarda zamanla farklılık göstermektedir [6]. Sosyalleşme süreci ise doğum ile birlikte başlayan

yaşam boyunca bireysel karakterin gelişmesi ve toplum içerisinde anlamlı bir yer edinmesidir. Bireyin sosyal ilişkiler içerisinde yer alarak toplumla bütünleşmesi ve belirli görevleri yerine getirmesi sosyalleşme sürecinin gelişimine bağlıdır. Bireylerde sosyalleşmenin gerçekleşmemesi toplumsal açıdan son derece sakıncalıdır [5].

Spor, kişinin sosyalleşme sürecinde bir araç olduğu gibi, içerisinde sosyalleşmeyi yansıtan hareket ve oyunlar sayesinde, duygularını ifade ederken aynı zamanda bireye kendini gerçekleştirebilme imkânı da vermektedir [7]. Sporun sosyalleşme sürecine olan etkisinin yanı sıra insanlar üzerinde hem zihinsel hem de bedensel olarak olumlu katkısı olduğu artık bilinen bir gerçektir. Oryantiring sporu da her iki unsuru bünyesinde barındıran bir spor türüdür [8].

Oryantiring, harita ve pusula yardımıyla, haritası veya krokisi çizilmiş herhangi bir arazi üzerindeki kontrol noktalarını en kısa zamanda, hatasız bir şekilde tamamlamayı gerektiren bir doğa sporudur. Başlangıçta doğa sporu olarak ortaya çıkan “oryantiring” etkinliği, günümüzde kapsamı genişlemek suretiyle bir serbest zaman etkinliği olarak rekreasyon ve turizm çerçevesinde yaygınlaşma göstermektedir [9].

Sınırlı alan içinde, bireysel kazanımları ve yüksek bir performans gösterilmek suretiyle diğer spor dallarından ayrılan oryantiring, zihinsel gelişim ve analitik anlayış neticesinde verilen kararlarla birlikte bedensel veya fiziksel karar verme ve uygulama görevini de yerine getirebilmektedir [10]. Haraburda'ya göre karar verme anında stresle başa çıkma karar vermeyi etkilediği gibi mantık, akılcı düşünce ile sosyal normlar ve kişiler arası ilişkiler de karar vermeyi etkilemektedir [11].

1.1. Araştırmanın Amacı

Bu çalışmada, bir serbest zaman etkinliği olarak ele alınan Oryantiring etkinliğinin spor ve sosyalleşme ile çok alanlı karar verme sürecinde bireyler üzerindeki katkısının ortaya konması amaçlanmaktadır.

1.2. Araştırmanın Önemi

Toplumların yaygın sosyal etkinliklerinden birisi olarak görülen serbest zaman etkinlikleri, bireylere sosyal ve kültürel zevkler ile duyarlılık kazandıran bir olgudur. Ayrıca, farklı alanlardaki temel kazanımlarının yanı sıra bireylerin serbest zamanlarının sağlıklı değerlendirilmesine, çevresiyle etkileşim içerisinde olmasına, hoşgörü duygusunun artmasına, sosyal sorumluluklarını yerine getirmesine, toplumda belirli bir statü ve aidiyet duygusunun gelişmesine ve toplumsal birlikteliğin sağlanmasında yardımcı olur.

Oryantiring sporunun bireye sosyal, fiziksel, kavramsal ve zihinsel yönde katkı sağladığı bilinmektedir. Bireylerin bu sporun doğası itibarıyla kendilerine olan özgüveni arttırmaları, çevre ile olan farkındalıklarının yükselmesi, karar verme biçimlerinde ve sosyalleşme becerilerinin geliştirilmesi gibi kazanımlarının ortaya çıkabileceği düşünülmektedir.

2. Gereç - Yöntem

Bu bölümde araştırma modeli, çalışma grubu, veri toplama araçları ve veri toplama süreci ile toplanan verilerin değerlendirilmesinde kullanılan istatistiksel yöntemler üzerinde durulmuştur. Araştırılan konuya ilişkin, evreni temsil eden sayısal sonuçlar elde edilmiştir.

2.1. Araştırma Modeli

Bu çalışmada, olgu ve olayları nesnelleştirerek gözlemlenebilir, ölçülebilir ve sayısal olarak ifade edilebilir bir şekilde ortaya koyan bir araştırma türü olan Nicel araştırma yöntemlerinden, Genel Tarama Modeli kullanılmıştır.

2.2. Araştırma Grubu

Araştırmanın çalışma grubu, Türkiye Oryantiring Federasyonu bünyesinde bir sezon boyunca Oryantiring müsabakalarına katılan lisanslı sporculardan oluşmaktadır. Çalışmanın örneklemini, yaş ortalaması $23,68 \pm 9,78$ olan 121 kadın 208 erkek olmak üzere toplam 329 kişi oluşturmaktadır.

2.3. Veri Toplama Aracı

Araştırmada veri toplama aracı olarak anket yöntemi tercih edilmiştir. Araştırmada kullanılan veri toplama aracı dört bölümden oluşmaktadır. Katılımcı Bilgilendirme Formu ile çalışma grubu bilgilendirilmiştir. Kişisel Bilgi Formu kullanılarak demografik bulgular elde edilmiştir. Üçüncü bölümde Şahan tarafından geliştirilen “Spor ve Sosyalleşme Ölçeği” (12) kullanılırken son bölümde ise Haraburda (11) tarafından geliştirilen ve Sarı (13) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan “Çok Alanlı Kararlık Ölçeği”nden yararlanılmıştır.

Spor ve Sosyalleşme Ölçeği:

Şahan (12) tarafından geliştirilen “Spor ve Sosyalleşme Ölçeği” 35 maddeden oluşan 5’li likert tipi bir yapıya sahiptir. Ölçeğin alt boyutları bulunmadığı için toplam puan üzerinden hesaplanmıştır. İç tutarlılık katsayısı ,87 olarak tespit edilmiştir.

Çok Alanlı Kararlık Ölçeği:

Haraburda (11) tarafından geliştirilmiş ve Sarı (13) tarafından Türkçe geçerlilik ve güvenilirliği yapılmıştır. Ölçek 20 madde ve 4 faktörden oluşmaktadır. 6’lı likert tipine sahiptir. Çok Alanlı Kararlık ölçeğinin toplam iç tutarlılık kat sayısı, 88 ve alt boyutlara ilişkin iç tutarlılık kat sayısı ise, 78 ile, 84 olarak tespit edilmiştir.

2.4. Verilerin Toplanması

Veri toplama süreci sonunda toplam 350 katılımcıya ulaşılmıştır. Elde edilen veriler değerlendirilerek çalışmaya uygun olmayan, eksik bilgi olarak tespit edilen ya da bilgi kaybı olan veriler belirlenerek 31 anket formu çalışmanın dışında tutulmuştur. Böylelikle eksiksiz olarak doldurulan 329 katılımcı formu değerlendirilmeye alınmıştır.

2.5. Verilerin Analizi

Elde edilen verilerin analizinde SPSS 22 paket programı kullanılmıştır. “Spor ve Sosyalleşme Ölçeği” ve “Çok Alanlı Kararlık Ölçeği” düzeyi alt boyutları arasındaki ilişkilerin tespitinde Pearson Kolerasyon analizi kullanılmıştır. “Spor ve Sosyalleşme Ölçeği” ve “Çok

Alanlı Kararlık Ölçeği” puanlarının yaşanan yerleşim yerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için Tek Yönlü MANOVA testi yapılmıştır.

3. Bulgular

Bu bölümde, demografik özelliklerine ilişkin bulguların frekans, yüzde ve aritmetik ortalama dağılımları ile serbest zaman etkinliklerinde spor ve sosyalleşme ölçeği ile çok alanlı kararlık ölçeği düzeyleri ortalamalarının demografik değişkenlere ilişkin farkını gösteren Manova test sonuçları yer almaktadır. Ayrıca spor ve sosyalleşme ölçeği ile çok alanlı kararlık ölçeği düzeyi alt boyutları arasındaki ilişkilerin tespitinde Pearson Kolerasyon analizi kullanılmıştır.

3.1. Demografik Özelliklere İlişkin Bulgular

Bu başlık altında demografik özellikler ile ilgili bulguların yüzde ve frekans dağılımları Tablo 1’de gösterilmiştir.

Tablo 1. Tanımlayıcı istatistikler

| | | f | % | Toplam |
|--|--------------------------------|------|------|--------|
| Cinsiyet | Kadın | 121 | 36.8 | 329 |
| | Erkek | 208 | 63.2 | |
| Serbest Zaman Etkinliklerine Katılım Şekilleri | Bireysel | 76 | 23.1 | 329 |
| | Ailemle | 36 | 10.9 | |
| | Arkadaşlarımla | 211 | 64.1 | |
| | Diğer | 6 | 1.8 | |
| Serbest Zaman Etkinliklerine Katılım Etkinli Olan Rol Sahibi | Aile | 78 | 23.7 | 329 |
| | Arkadaş | 131 | 39.8 | |
| | Kendim | 34 | 10.3 | |
| | Antrenör | 53 | 16.1 | |
| | Öğretmen | 33 | 10.0 | |
| Serbest Zaman Etkinliklerine Katılım sıklığı | Hafta içi hergün | 90 | 27.4 | 329 |
| | Haftada üç gün | 107 | 32.5 | |
| | Sadece hafta sonları | 68 | 20.7 | |
| | Ara sıra | 53 | 16.1 | |
| | Diğer | 11 | 3.3 | |
| Serbest Zaman Etkinlikleri İle İlgilenme Amacı | Kişisel gelişim | 60 | 18.2 | 329 |
| | Sağlıklı yaşam | 87 | 26.4 | |
| | Mesleki kariyer | 54 | 16.4 | |
| | Sosyokültürel katılım-paylaşım | 54 | 16.4 | |
| | 70 | 21.3 | | |
| | Kişisel beceri ve yetenek | 4 | 1.2 | |
| | Diğer | | | |

Bulgular incelendiğinde, araştırmaya katılan 329 katılımcıdan, 121’i kadın, geriye kalan 208 katılımcının ise erkek olduğu saptanmıştır. Erkekler %63,2; kadınların %36,8’dir. Serbest zaman etkinliğine katılım şekilleri göz önüne alındığında; arkadaşlarımla %64,1, bireysel %23,1, ailemle %10,9 ve diğer (akrabalar) ise %1,8’lik kısmı ifade etmektedir. Rol sahibine göre dağılımın incelendiğinde, %39,8 ile arkadaş faktörü belirtilmektedir ve bu oranla diğerlerine göre en yüksek oranı göstermektedir. %23,7 aileyi; %16,1 ise antrenörü belirtmektedir. Öğretmen ve kendim ise eşit dağılım göstererek %10,3 oranını ifade etmektedir. Serbest zaman etkinliklerine katılım sıklığına göre oranları, hafta içi her gün %27,4, haftada üç gün %32,5, sadece hafta sonları %20,7, ara sıra %16,1 ve diğer (ayda bir) %3,3 olarak tespit edilmiştir. Serbest zaman etkinliği ile ilgilenme amacı dağılımına bakıldığında sağlıklı yaşam

%26,4'lük, kişisel beceri ve yetenek %21,3'lük, kişisel gelişim %18,2'lik, mesleki-kariyer ve sosyo-kültürel katılım-paylaşım %16,4'lük, , diğer (tavsiye-öneri) %1,2'lik oranı göstermektedir (Tablo 1).

3.2. Yaşanılan Yerleşim Yeri Durumuna Göre Çok Alanlı Kararlılık Ölçeği Alt Boyutları Düzeylerine İlişkin Bulgular

Yaşanılan yerleşim yeri durumuna göre çok alanlı kararlılık ölçeği alt boyutları düzeylerine ilişkin bulgular Tablo 2'de gösterilmiştir.

Tablo 2. Çok Alanlı Kararlılık Ölçeği Alt Boyut Puanlarının Yaşanılan Yerleşim Yeri Durumuna İlişkin Ortalama ve Standart Sapma Değerleri ile Manova Bulguları

| Değişkenler | Yerleşim yeri | N | \bar{x} | S | Sd | F | p |
|------------------|---------------|-----|-----------|-----|-------|-------|------|
| Genel kararlılık | Büyükşehir | 192 | 3.98 | .70 | 3-325 | .750 | .523 |
| | İl | 47 | 3.84 | .73 | | | |
| | İlçe | 70 | 3.99 | .64 | | | |
| | Kasaba | 20 | 4.06 | .57 | | | |
| Çatışma çözme | Büyükşehir | 192 | 4.09 | .71 | 3-325 | 1.117 | .342 |
| | İl | 47 | 3.92 | .72 | | | |
| | İlçe | 70 | 3.96 | .85 | | | |
| | Kasaba | 20 | 4.15 | .68 | | | |
| Kesinlik | Büyükşehir | 192 | 4.45 | .82 | 3-325 | .309 | .819 |
| | İl | 47 | 4.45 | .71 | | | |
| | İlçe | 70 | 4.55 | .88 | | | |
| | Kasaba | 20 | 4.51 | .84 | | | |
| Kolaylık | Büyükşehir | 192 | 4.29 | .84 | 3-325 | .101 | .959 |
| | İl | 47 | 4.28 | .72 | | | |
| | İlçe | 70 | 4.35 | .89 | | | |
| | Kasaba | 20 | 4.34 | .66 | | | |

Tablo 2 incelendiğinde; çok alanlı kararlılık ölçeği alt boyut puanları üzerinde yapılan MANOVA sonuçlarının yaşanılan yerleşim yeri faktörleri bakımından anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir.

Wilks' Lambda (Λ)=0,974; F(12,872)=,715 testi dikkate alındığında faktörlerin değerleri incelendiğinde 4 faktöre ilişkin anlamlılık değerlerinin $p>0,05$ 'ten büyük olduğu görülmektedir. Bu durum yaşanılan yerleşim yerinin bağımlı değişkenler üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisinin olmadığını göstermektedir.

3.3. Spor ve Sosyalleşme Ölçeği İle Çok Alanlı Kararlılık Ölçeği Alt Boyutları Arasındaki İlişki (Pearson Korelasyon) Bulguları

Serbest zaman etkinlikleri kapsamında bireylerin sosyal ilişkilerinde çok alanlı kararlılık ölçeği ile spor ve sosyalleşme ölçeği düzeyleri arasındaki ilişkiye ait bulgular Tablo 3'te gösterilmiştir.

Tablo 3. Çok Alanlı Kararlılık Ölçeği Alt Boyutları İle Spor ve Sosyalleşme Ölçeği Arasındaki İlişkiye Ait Pearson Korelasyon Bulguları

| Değişkenler | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|-----------------------|---|--------|--------|--------|--------|
| 1-Spor ve Sosyalleşme | 1 | .461** | .239** | .327** | .228** |
| 2-Genel kararlılık | r | 1 | .404** | .396** | .284** |
| 3-Çatışma çözme | r | | 1 | .480** | .602** |
| 4-Kesinlik | r | | | 1 | .666** |
| 5-Kolaylık | r | | | | 1 |

Tablo 3 incelendiğinde; Spor ve Sosyalleşme Ölçeği ile Çok Alanlı Kararlılık Ölçeği alt boyutlarından genel kararlılık ($p<.01$; $r=0.461$) ve kesinlik ($p<.01$; $r=0.327$) arasında pozitif yönde orta düzeyde; Spor ve sosyalleşme ile çatışma çözme ($p<.01$; $r=0.239$) ve kolaylık ($p<.01$; $r=0.228$) alt boyutları arasında pozitif yönde düşük düzeyde ilişki tespit edilmiştir.

4. Tartışma ve Sonuç

Serbest zaman etkinlikleri kapsamında gerçekleştirdikleri oryantiring etkinliğinin bireylerin sosyal ilişkilerinde kararlılık ve sosyalleşme düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Ayrıca cinsiyet, serbest zaman etkinliğine katılma şekli, serbest zaman aktivitelerine başlamada en çok rol sahibi olan, ilgilenilen spor branşının hangi sıklıkta yapıldığı, belirli bir spor branşı ile ilgilenme amacı, spor ve sosyalleşme ölçeği ve çok alanlı kararlılık ölçeği ile ilgili değişkenler istatistiksel açıdan incelenmiş, elde edilen bulgular literatürdeki çalışmalar ile tartışılmıştır.

Serbest zaman etkinliklerine katılım şekillerine göre dağılımı irdelendiğinde; arkadaşlarımla (%64,1), bireysel (%23,1), ailemle (%10,9) ve diğer (akrabalar) ise (%1,8)'lik kısmı ifade etmektedir. Bu kapsamda araştırmaya katılan bireylerin çoğunluğunun (%64,1) serbest zaman etkinliklerine katılım şekillerinin "arkadaşlarımla" seçeneğinin tercih ettikleri ifade edilmiştir. Yetiş [14] yaptığı araştırmasında ise sağlıklı arkadaş ilişkilerini geliştirebilen, karşısındakinin hakkına saygı duyan, uyumlu, başarılı ve anlayışlı bir ilişki içerisinde serbest zaman eğilimlerinin gerçekleştirilmesi amacıyla yapıldığı belirtilmiştir.

Serbest zaman etkinliğine başlamada en çok etkisi olan rol sahibine göre dağılımı incelendiğinde; %39,8 ile arkadaş faktörü belirtilmektedir ve bu oranla diğerlerine göre en yüksek oranı göstermektedir. %23,7 aileyi; %16,1 ise antrenörü belirtmektedir. Öğretmen ve kendim ise eşit dağılım göstererek %10,3 oranını ifade etmektedir. Bireylerin serbest zaman etkinliklerine katılımlarında yaşanılan yerleşim yerinin önemli bir rolü

vardır. Çaha'nın yapmış olduğu araştırma bulgularında da benzer sonuçlar elde edilmiştir [15].

Serbest zaman etkinliğine yaptığı katılım sıklığına göre dağılımına bakıldığında; haftada üç gün %32,5, hafta içi her gün %27,4, sadece hafta sonları %20,7, ara sıra %16,1 ve diğer (ayda bir) %3,3 olarak tespit edilmiştir. Bu kapsamda araştırmaya katılan bireylerin (%31,9) etkinliğe katılım sıklığı olarak hafta içi üç günü tercih ettikleri ifade edilmiştir. Literatürde bireylerin serbest zaman aktivitelerine katılım sıklığı arttıkça, yaşam tatminleri ile sosyal aktivitelere katılımında arttığını belirten araştırmalar mevcuttur. Benzer şekilde, Yerlisu Lapa, Ağyar ve Bahadır [16]'ın yapmış oldukları çalışmada aynı sonucun ortaya çıktığı görülmektedir.

Serbest zaman etkinliği ile ilgilenme amacına göre dağılımı irdelendiğinde; sağlıklı yaşam %26,4'lük, kişisel beceri ve yetenek %21,3'lük, kişisel gelişim %18,2'lik, mesleki-kariyer ve sosyo-kültürel katılım-paylaşım %16,4'lük, , diğer (tavsiye-öneri) %1,2'lik oranı göstermektedir. Bu kapsamda araştırmaya katılan bireylerin (% 26,4) sporu sağlıklı yaşam için tercih ettikleri ifade edilmiştir. Benzer şekilde, Ardahan ve Yerlisu Lapa'nın [17] yapmış oldukları araştırmada sporun sağlık problemlerinden uzaklaşmak, sağlıklı olmak amacıyla yapıldığı belirtilmiştir.

Yılmaz ve Mehmet [18] tarafından yapılan çalışmada bireyin yaşam boyu rekreasyonel aktivitelerin, bedensel sağlığın yanı sıra ruhsal ve sosyal sağlığın üzerine olumlu etkilerinin bulunması amacıyla yapıldığı belirtilmiştir. Benzer şekilde diğer bir araştırmada Güngörmüş [19], fizyolojik ve psikolojik sorunlarla başa çıkmada rekreasyonel aktivitelerin önemli rolü olduğunu belirtmektedir. Ayrıca Haase vd., [20] yapmış oldukları bir araştırmada da serbest zaman etkinliklerine katılımın sonucunda beklenen sağlıklı olma ile ilgili faydasının önemli bir yerinin olduğu ortaya çıkmıştır.

Serbest zaman aktiviteleri, bireylere ortak bir etkinlik yapma olasılığı sunarken bu ortamda sağlıklı ilişki kurduklarına değinmiştir. Çiçek vd., [21]'de çalışmalarında serbest zaman aktiviteleri sayesinde fiziksel gelişme ve becerileri kabiliyetlerinin artmasının yanı sıra sosyal gelişmelerine de değinmiştir. Yine Şahan, [22]'da yapmış olduğu çalışmasında bu araştırma sonucunu destekler niteliktedir. Tıp biliminde de serbest zaman etkinliklerinin katkısı vurgulanmaktadır [23].

Serbest zaman etkinlikleri kapsamında oryantiring etkinliğine katılan bireylerin yaşanılan yerleşim yerine göre çok alanlı kararlılık ölçeği düzeyleri arasındaki ilişkiye bakıldığında; Yaşanılan Yerleşim Yeri Durumuna Göre Çok Alanlı Kararlılık Ölçeği Alt Boyutları Düzeylerine İlişkin Bulgular sonucunda, Çok alanlı kararlılık ölçeği alt boyut puanları üzerinde yapılan MANOVA sonuçlarının yaşanılan yerleşim yeri faktörleri bakımından anlamlı farklılık göstermediği

tespit edilmiştir. Wilks' Lambda (Λ)=0,974, F(12,872)=,715 testi dikkate alındığında faktörlerin değerleri incelendiğinde 4 faktöre ilişkin anlamlılık değerlerinin $p>0,05$ 'ten büyük olduğu görülmektedir. Bu durum yerleşim yerinin bağımlı değişkenler üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisinin olmadığını göstermektedir.

Serbest zaman etkinlikleri kapsamında, oryantiring etkinliğine katılan bireylerin sosyal ilişkilerinde çok alanlı kararlılık ölçeği ile spor ve sosyalleşme ölçeği düzeyleri arasındaki ilişkiye bakıldığında; Spor ve Sosyalleşme Ölçeği İle Çok Alanlı Kararlılık Ölçeği Alt Boyutları Arasındaki İlişki (Pearson Korelasyon) Bulguları sonucunda, Spor ve Sosyalleşme Ölçeği ile Çok Alanlı Kararlılık Ölçeği alt boyutlarından genel kararlılık ($p<.01$; $r=0.461$) ve kesinlik ($p<.01$; $r=0,327$) arasında pozitif yönde orta düzeyde; Sosyalleşme ile çatışma çözme ($p<.01$; $r=0.239$) ve kolaylık ($p<.01$; $r=0.228$) alt boyutları arasında pozitif yönde düşük düzeyde ilişki tespit edilmiştir.

Sonuç olarak, serbest zaman etkinlikleri kapsamında bireylerin sosyal ilişkilerinde kararlılık ve sosyalleşme düzeylerinin incelenmeye çalışıldığı bu araştırmada, serbest zaman etkinliği olarak değerlendirilen oryantiringin bireyler üzerinde hem sosyalleşme hem de kararlılık düzeylerinde önemli etkilere sahip olduğu tespit edilmiştir. Gelişen ve değişen toplumsal koşulların yaşam şekillerini de etkilediği bilinmektedir. Bu sebepten dolayı, doğa sporları kamplarında gerçekleştirilen serbest zaman etkinlikleri, bireylerin sosyalleşmesine ve serbest zaman etkinliklerinin sosyal alanda bütünleşmesine olan katkısında, bireylerin kendi tercihleri ile katılımlarının önemli rolü olduğu görülmektedir. Bunun yanı sıra üniversitelerin spor eğitimi veren birimleri dışındaki bölümlerinin de serbest zaman ile ilgili çalışmalara yönelmelerinin toplumsallaşma açısından faydalı olacağı ifade edilmektedir. Serbest zaman etkinliklerinin sosyalleşme süreci üzerindeki etkisi dikkate alınarak üniversitelerin gerçekleştirdikleri spor şenliklerinin, spor federasyonlarının geniş katılımlı biçimde olacak şekilde eğitim ve öğretim dönemlerinin geneline yayılmasının önemli etkisi olacağı belirtilmektedir. Araştırmadan elde edilen bu sonuçlar doğrultusunda şu önerilerde bulunulabilir:

- Sosyal çevreye katılım ve uyumu sağlayan etkinlik olmasından dolayı önemli bir yere sahip olan serbest zaman etkinliklerinin genellikle kolektif olarak tercih edilmesi ile bireylerin farklı gruplarla sosyal ilişkilerde bulunma olasılığının artırıldığı mekânlarda yapılacak çalışma sayılarının artırılması sağlanabilir.
- Oryantiringin bireyin gelişimine birçok katkısının olduğu anlatılmalı, bunun için okullarda panel, toplantı veya konferanslar, yeni araştırmalar için değerlendirilmelidir.

- Karar verme stilleri ile ilgili benzer çalışmalar farklı öğrenim grupları ve üniversiteler ile değişik öğrenim düzeyindeki öğrencilerle yapılabilir.
- İstenilen etkinlikleri ve katılımı sağlamak için tesislerin yeterli seviyede olması gerekmektedir. Öğrencilerin istedikleri branşta tesise sahip olmaları ve tercih etme şanslarının olması, onların serbest zaman etkinlikleri konusunda yüksek oranda doyuma ulaşmasını sağlayacaktır.

5. Kaynaklar

1. Şahin, C.K., Akten, S. & Erol U.E. (2009). Eğirdir Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinin Rekreasyon Faaliyetlerine Katılımlarının Belirlenmesi Üzerine Bir Çalışma. Artvin Çoruh Üniversitesi Orman Fakültesi Dergisi. 10 (1):63.
2. Torkildsen, G. (2005). Leisure and recreation management. Psychology Press.
3. Balcı, V., Demirtaş, M., Gürbüz, P., İlhan, A., ve Ersöz, V. (2003). Ankara'daki Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Etkinliklerine Katılımlarının Araştırılması. Milli Eğitim Dergisi, 158.
4. Broadhurst, R. (2001). Managing Environments for Leisure and Recreation. Psychology Press.
5. Şahan, H. (2008). Üniversite Öğrencilerinin Sosyalleşme Sürecinde Spor Aktivitelerinin Rolü. KMu İİBF Dergisi.
6. Zeka, N. (1990). Postmodernizm. İstanbul: Kıyı Yayınları.
7. Öztürk, Ü. (1983). Orta Dereceli Okullarda Beden Eğitimi. (2. Baskı), İstanbul: Kayı Yayıncılık.
8. Orhan, R. (2012). Oryantiring Sporcularının Kendi Kendine Liderlik Algıları. (Yüksek Lisans Tezi). Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Kırıkkale
9. Ferguson, C. & Turbyfill, R. (2013). Discovering Orienteering Skills. Techniques and Activities. USA: Human Kinetics.
10. Hartmann, H. (1988). The significance of orienteering in the changing world of sports. Scientific Journal of Orienteering.
11. Haraburda, E. M. (1996). Development and validation of multi-domain measures of decision-making self-efficacy and indecisiveness. (Doctoral dissertation). The Ohio State University.
12. Şahan, H. (2007). Üniversite Öğrencilerinin Sosyalleşme Sürecinde Spor Aktivitelerinin Rolü. Konya: Selçuk Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Halkla İlişkiler Ve Tanıtım Anabilim Dalı. (Yayınlanmamış Doktora Tezi).
13. Sarı, E. (2010). Çok Alanlı Kararlılık Ölçeği'ni Türkçeye Uyarlama Çalışması. Journal of Graduate School of Social Sciences, 14(1):113-114.
14. Yetiş, Ü. (2008). Orta öğretim öğrencilerinin boş zaman değerlendirme eğilimlerinin farklı değişkenlere göre belirlenmesi. Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 2(3):194-198.
15. Çaha Ö. (2000). Spora Yaslanarak Bir Nefes Alma, Beta Yayınevi. Ankara. Riggio. RE (1986) "The Assessment of Basic Social Skills" Journal of Personality and Social Psychology, 51,654.
16. Lapa, T. Y., Ağyar, E., & Bahadır, Z. (2012). Yaşam Tatmini, Serbest Zaman Motivasyonu, Serbest Zaman Katılımı: Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenleri Üzerine Bir İnceleme (Kayseri İli Örneği). Spormetre Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi, X (2):53-59.
17. Ardahan, F., & Lapa Yerlisu, T. (2011). Outdoor recreation: The reasons and carried benefits for attending outdoor sports of the participants of cycling and/or trekking activities. Journal of Human Sciences, 8(1), 1338.
18. Yılmaz, A. & Mehmet, U. (2017). Kadınların Rekreatif Alanlarda Fiziksel Aktivite Yapma Amaçları ve Karşılaştıkları Sorunlar. S.102.
19. Güngörmüş, H. A. (2007). Özel Sağlık-Spor Merkezlerinden Hizmet Alan Bireyleri Rekreasyonel Egzersize Güdülleyen Faktörler. (Doktora Tezi), Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
20. Haase, A., Staptoe, A., Sallis, J. F. & Wardle, J. (2004). Leisure Time Physical Activity In University Students From 23 Countries: Associations With Health Beliefs, R.Sk Awareness And National Economic Development", Preventive Medicine. 186.
21. Çiçek, S., Koçak, S. & Kirazcı, S. (2002). Beden Eğitimi Derslerinde Çeşitli Öğretmen Ve Öğrenci Davranışlarının Öğrencilerin Derse Katılımdaki Önemi Ve Sergileme Sıklığı. Gazi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi 4(4):12-13.
22. Şahan, H. (2008). Üniversite Öğrencilerinin Sosyalleşme Sürecinde Spor Aktivitelerinin Rolü. KMu İİBF Dergisi.
23. Büküşoğlu, N., & Bayturan, A. F. (2005). Serbest Zaman Etkinliklerinin Gençlerin Psiko-Sosyal Durumlarına İlişkin Algısı Üzerindeki Rolü. Ege Tıp Dergisi, 44(3).

<http://edergi.cbu.edu.tr/ojs/index.php/cbusbed> isimli yazarın CBU-SBED başlıklı eseri bu Creative Commons Alıntı-Gayriticari4.0 Uluslararası Lisansı ile lisanslanmıştır.

