



Geliş Tarihi/Received: 28.06.2021

Kabul Tarihi/Accepted: 10.08.2021

DOI: 10.29228/roljournal.51933

GÜREŞ EĞİTİM MERKEZLERİNDEKİ SPORCULARIN REKREASYONEL FAALİYETLERE KATILIM, MOTİVASYON VE TATMİN DÜZEYLERİ

Ajlan SAÇ

Sorumlu Yazar: Trakya Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Orcid ID: 0000-0002-8645-8826, ajlansac@trakya.edu.tr

Hüseyin PAR

Trakya Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, huseyinpar901@gmail.com

ÖZET

Bu çalışmada Güreş Eğitim Merkezlerinde 13-17 yaşları arasındaki 250 katılımcı ile yapılan bu çalışmada hedef kitledeki katılımcılara ait “Boş Zaman Motivasyon Ölçeği” ile “Serbest Zaman Tatmin Ölçeği” alt boyutları ile coğrafi bölge, güreş kategorisi, ebeveyn eğitim durumu, katılım sağlanan rekreatif etkinlik türü, etkinlik sıklığı ve katılım sağlanan etkinliklerin sportif başarıya etkilerinin incelenmesini ve ilişkilerin ortaya çıkartılması amaçlandı. Verilerin analizinde sürekli değişkenlerin ilişkilerinin yönünün ve şiddetinin ortaya çıkartılmasında “Pearson Korelasyon Analizi” ve “Spearman’s Korelasyon Analizi” uygulanmış ve sonuçlar %95 güvenilirlik düzeyinde yorumlanmıştır. Araştırmada 15 ve 16 yaşında katılımcı sayısının katılımcıların yaklaşık %67’sini oluşturduğu, medyan yaşı 15 ve ortalama yaşı 15,33 olduğu görüldü. Katılımcıların 109 kişi ile (%43,60) Ege Bölgesinde yoğunlaştığı, bunu 61 kişi (%24,40) ile Akdeniz Bölgesinin izlediği ve 16 kişi (%6,40) ile en az Güneydoğu Anadolu Bölgesinden katılım sağladıkları ve Marmara bölgesinden katılımcı bulunmadığı görüldü. Araştırmada katılımcıların coğrafi bölgelerinin ölçek alt boyutlarında ve kategori değişkenlerinde önemli farklılıklar gösterdiği, sosyalleşmenin ve etkinliklere katılım sıklığının yüksek düzeyde olduğu, rekreatif faaliyetlerin katılımının olumlu katkısının tartışmasız denecek düzeyde öneminin kavrandığı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Boş Zaman Motivasyon Ölçeği, Güreş, Motivasyon, Rekreasyon, Serbest Zaman Tatmin Ölçeği, Tatmin

PARTICIPATION, MOTIVATION AND SATISFACTION LEVELS OF ATHLETES IN WRESTLING TRAINING CENTERS

ABSTRACT

In this study, which was carried out with 250 participants between the ages of 13-17 in Wrestling Training Centers, the sub-dimensions of the "Leisure Motivation Scale" and "Leisure Time Satisfaction Scale" belonging to the participants in the target group, geographical region, wrestling category, parental education level, type of recreational activity participated, It was aimed to examine the effects of activity frequency and participation activities on sportive success and to reveal the relationships. In the analysis of the data, “Pearson Correlation Analysis” was applied to determine the direction and magnitude of the relationships between continuous variables and the results were interpreted at 95% confidence level. In the study, it was seen that the number of participants aged 15 and 16 constituted approximately 67% of the participants, the median age was 15 and the mean age was 15.33. It was seen that the participants were concentrated in the Aegean Region with 109 people (43.60%), followed by the Mediterranean Region with 61 people (24.40%), with 16 people (6.40%) at least from the Southeastern Anatolia Region and there were no participants from the Marmara Region. In the research, it is thought that the geographical regions of the participants show significant differences in the scale sub-dimensions

and category variables, the frequency of socialization and participation in activities is at a high level, and the positive contribution of the participation of recreational activities is considered to be indisputably important.

Keywords: Leisure Motivation Scale, Leisure Time Satisfaction Scale, Motivation, Recreation, Satisfaction, Wrestling

GİRİŞ

En eski spor dallarından biri olarak bilinen güreşin kökeni, yazının başlangıcına kadar uzanmaktadır. 5000 yıl öncesinden gelen hiyerogliflerde resmedilen güreş sporuyla ilk ilgilenen milletlerden birisi de Türklerdir (Arslan, 2017). Farklı coğrafyalarda çeşitlilik gösteren güreş sporu, en çok tanınan türü ve 1904 yılından beri olimpiyat oyunlarında yer alan serbest stil güreştir. Bu güreş stili, müsabakanın yoğunluklu olarak yerde geçtiği, ayakların yanı sıra vücudun her yeriyle oyun stratejisi geliştirilebildiği ve geleneksel güreş stiline çok benzediği için Türkiye’de oldukça yaygındır. 1896 yılında olimpiyat oyunlarına yer almaya başlayan diğer bir güreş stili grekoromen güreştir. Bu güreşte rakibi alt etmek için vücudun belden yukarısı kullanılmaktadır. Tek ve çift dalma, tırpan veya ayak kilidi gibi taktikler bu stilde yasaklanmıştır. Avrupa ülkelerinde bu stil daha yaygındır.

Çağımızın dünyasındaki teknolojik ilerlemeler hayatımıza her açıdan girmiş ve çalışma hayatlarımızda iş verimini arttırmıştır. Çalışma hayatının bireyin toplum içinde Maslow’un ihtiyaçlar hiyerarşisinde gereksinimlerini karşılanması amaçlanırken bu çaba uğruna yapılanların bireyin kişiliğini tüketmemesine, bireyin sosyal hayat dengesinin sağlanmasına, fiziksel ve psikolojik olarak dirlik ve refahının arka planda tutulmamasına niyet edilmelidir. Modern hayat, bireyin hayatını kolaylaştırmasının yanında bireylerde motivasyon düşüklüğüne, tatminsizlik duygusunun artmasına ve iç huzurun kaybedilmesine de sebep olmuştur. Modern hayatın temposu içinde birey çalışma hayatının sıkıcılığı ve rutinliği içinde kendisini yenileyebileceği ve motivasyonun üst düzeyde tutacağı argümanlara ve mekânlara ihtiyaç duymaya başlamıştır. Sağlıklı bir toplum ve sağlıklı birey olabilmek için bireyin kendini yenileyebileceği, içsel motivasyonu üst düzeyde tutabileceği, huzur ve refahı elde edilmesine yardımcı olmak maksadıyla rekreatif etkinliklere katılım sağlamak modern toplumun vazgeçilmezlerinden biri olmuştur.

Çağımızda en fazla rahatsız olunan konuların başında para ve zaman gelir. Para her ne kadar bulunabilse de zamanı geri döndürmek mümkün değildir. Bu sebepten dolayı zaman çok etkin ve etkili şekilde kullanılmalıdır. Başka bir deyişle, zamandan, zaman kazanılmalıdır. Çünkü geçen zamanın büyük bir kısmı kişinin kendisi tarafından boş geçirilmektedir (Özgen ve Doğan, 1997).

Çağımızda çoğu insan ise serbest zamanı çalışma saatleri dışında olan zaman olarak bilmekte ve düşünmektedir. Bu sebepten iş dışında bulunan zaman şeklinde bir tanım yapılabilir. Bu durumda meydana çağımızın sıkıntısı ortaya çıkmaktadır: Serbest zamanlarda ne yapılmalıdır? (Köktaş, 2004).

Zamanı en iyi şekilde değerlendirebilmek, insanın bedeni ve ruhuna, iş yaşamına, sosyalleşmesine, istirahat etmesine, eğlenmesine, fizyolojik ve biyolojik gereksinimlerini karşılamak için ihtiyaç duyduğu zamanlar arasındaki dengeyi iyi sağlamasına bağlıdır. Ancak serbest zamanın verimli bir şekilde kullanılması görev ve sorumluluklar sebebiyle çoğu zaman mümkün olmamaktadır (Karaküçük, 1999).

Yeniden tazelenme, yenilenme, yeniden biçimlenme anlamında gelen ve Latince “recreation” kelimesinden türeyen Rekreasyon, her gün bir önceki günden farksız olan çalışma hayatında enerji depolamak, enerji kazanmak için istekli olarak yöneldiğimiz rahatlatıcı, dinlendirici ve eğlendirici aktivitelere denmektedir.

Serbest zaman faaliyetleri genel olarak doğal alanlarında, park ve bahçelerde farklı terapötik mekânlarda meydana gelir. Rekreatif mekânların çoğumuz açısından büyük bir etkileyciliği bulunduğu, yenilenme ve rahatlama açısından makul olanaklar oluşturduğu ortadadır (Tekin, Ramazanoğlu ve Tekin, 2004). Araştırmada Güreş Eğitim Merkezlerinde (GEM) eğitim alan gençler üzerinde güreş ve rekreasyon kavramlarının üst ve alt ilişkileri demografik istatistikleri bağlamında irdelenmiş ve incelenmiştir.

Rekreatif faaliyetlerin motivasyon ve tatmin üzerinde etkili olduğu düşüncesinden hareketle bu çalışmada güreş eğitim merkezlerinde rekreasyon faaliyetleri ile bunların motivasyon ve tatmin üzerindeki etkilerinin incelenmesi, ilişkilerinin ortaya çıkartılması ve güreş sporu ile ilgilenen araştırmacılara yol gösterici olması hedeflenmiştir.

YÖNTEM

Araştırmanın bu bölümünde katılımcılar, veri toplama araçları, veri toplama süreci ve analizinde uygulanan istatistiksel yöntem hakkında bilgi verilmiştir. Araştırma Helsinki Protokolüne uygun şekilde düzenlendi ve uygulandı. Araştırmanın etik kurul onayı Trakya Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu Başkanlığından alındı (Protokol no: 2019.04.02).

Araştırma Grubu (Evren-Örneklem)

Türkiye’de çeşitli yerlerde faaliyet gösteren 30 adet GEM’de eğitim alan toplam 750 sporcu araştırmanın evrenini, uygulama safhasına katılım gösteren 250 katılımcı ise araştırmanın örneklemini oluşturmaktadır.

Veri Toplama Araçları: Çalışma, katılımcıların demografik bilgileri, “Boş Zaman Motivasyon Ölçeği” ve “Serbest Zaman Tatmin Ölçeği” olmak üzere üç bölümden oluşmaktadır. Araştırmada yüz yüze görüşme tekniği ile soru formu vasıtasıyla veri toplama yöntemi uygulanmıştır.

Birinci bölümde katılımcıların demografik bilgileri, rekreatif faaliyetlere katılma türü, sıklığı ve başarılarına etkisi sorgulanmış, ikinci bölümde Pelletier ve ark. tarafından 1989 ile 1991 yılları arasında “Leisure Motivation Scale” adıyla geliştirilen ve 2008 yılında Mutlu tarafından Türkçe diline çevrilen “Boş Zaman Motivasyon Ölçeği”, son bölüm de ise Beard ve Ragheb tarafından 1980 yılında “Leisure Satisfaction Scale” adıyla geliştirilen ve 2008 yılında Karlı tarafından Türkçeye uyarlanan “Serbest Zaman Tatmin Ölçeği” kullanılmıştır.

Verilerin Analizi: Araştırma kapsamındaki soru formu ile elde edilen veriler hem STATA paket programı hem de SPSS paket programları kullanılarak analiz edilmiş, grafikleri ve analiz sonuçları karşılaştırma yapılarak yorumlanmıştır.

Birden fazla bağımlı değişkende normallik ve kovaryans matrislerinin homojenliği varsayımlarının sağlanması durumunda 1. Tip hatanın ortaya çıkma olasılığı artırmamak ve daha güvenilir sonuçlar elde etmek için “Tek Yönlü Varyans Analizi (MANOVA)” uygulanmıştır.

Kategorik iki değişken arasındaki ilişkinin tespit edilmesinde ki-kare testi uygulanmıştır. H₀ hipotezi değişkenler arasında ilişkisiz olduğu, H₁ alternatif hipotezi değişkenler arasında ilişkisiz olmadığı şeklinde kurulmuştur. Belirtilen anlamlılık düzeyinde olasılık değeri $p > 0,05$ olması durumunda H₀ hipotezi kabul edilmiş, $p < 0,05$ olması durumunda ise H₀ hipotezi reddedilmiştir.

Sürekli değişkenlerin ilişki yönü, şiddeti ve anlamlılığı incelenmesi durumunda; normal dağılım gösteren değişkenler için “Pearson Korelasyon Analizi”, normal dağılım göstermeyen değişkenlerin ilişki yönü, şiddeti ve anlamlılığı yorumlarken “Spearman’s Korelasyon Analizi” uygulanmıştır. Analizlerin değerlendirilmesinde $p < 0,05$ anlamlılık düzeyi dikkate alındı.

BULGULAR

Tablo 1. Ölçek puanlarının dağılımı

Ölçekler	Madde Sayısı	n	Min.	Maks.	Ort.	SS	C. Alpha
BZMÖ	22	250	38	92	66,2	11,18	0,76
SZTÖ	25	250	65	195	137,5	27,43	0,94

Araştırma kapsamında yer alan bireylerin BZMÖ toplam ortalama puanının 66,2 ve SZTÖ toplam ortalama puanının 137,5 olduğu ayrıca ölçeklerin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayılarının sırasıyla; 0,76 ve 0,94 olarak hesaplanmıştır. Bu bulgulardan hareketle, BZMÖ ve SZTÖ'nün çalışmamız için güvenilir ölçme yaptığı söylenebilir.

Tablo 2. Katılımcıların demografik özelliklerine göre frekans dağılımları

Kategori	Alt Grup	Frekans	Yüzde
Yaş	13 yaş	5	2,02
	14 yaş	44	17,81
	15 yaş	93	37,65
	16 yaş	70	28,34
	17 yaş	32	12,96
	18 yaş	3	1,21
	Toplam	247	100,00
Yaş Grubu	13-14 yaş	49	19,84
	15 yaş	93	37,65
	16 yaş	70	28,34
	17-18 yaş	35	14,17
	Toplam	247	100,00
Coğrafi Bölge	Akdeniz	61	24,40
	Doğu Anadolu	18	7,20
	Ege	109	43,60
	Güneydoğu Anadolu	16	6,40
	İç Anadolu	24	9,60
	Karadeniz	22	8,80
	Toplam	250	100,00
Güreş Kategorisi	Grekoromen	129	51,6
	Serbest	121	48,4
	Toplam	250	100,0
Annenizin Eğitim Durumu	İlköğretim	192	76,8
	Lise	55	22,0
	Üniversite	3	1,2
	Toplam	250	100,0
Babanızın Eğitim Durumu	İlköğretim	163	65,2
	Lise	76	30,4
	Üniversite	11	4,4
	Toplam	250	100,0

Boş zamanlarınızı genellikle hangi tür etkinlikler katılarak değerlendirirsiniz?	Kültürel/sanatsal etkinlikler	3	1,2
	Sosyal etkinlikler	33	13,7
	Sportif etkinlikler	205	85,1
	Toplam	241	100,0
Belirttiğiniz etkinliklere hangi sıklıkta katılırsınız?	Ayda 1-2kez	60	24,2
	Ayda 3-4kez	39	15,7
	Ayda 3-4kez	149	60,1
	Toplam	248	100,0
Katıldığınız boş zaman etkinliklerinin, sportif başarılarınıza nasıl etkilediğini düşünürseniz?	Etkilemiyor	29	11,7
	Olumlu	212	85,5
	Olumsuz	7	2,8
	Toplam	248	100,0

Katılımcıların %37,65'inin "15 yaş" grubunda, %43,6'nın "Ege Bölgesinde" ikamet ettiği, %51,6'sının "grekoromen" güreş stiline sporcu olduğu, %76,8'inin annesinin "ilköğretim" mezunu olduğu, %65,2'sinin babasının "ilköğretim" mezunu olduğu, %85,1'inin boş zamanlarında genellikle "sportif etkinlikler"e katıldığı, %60,1'inin de bu etkinliklere "ayda 3-4 kez" katıldığı ve %85,5'inin katıldıkları boş zaman etkinliklerinin sportif branşlarına "olumlu" etki yaptığını dile getirdikleri tespit edilmiştir.

Tablo 3. Boş Zaman Motivasyon Ölçeği ve Serbest Zaman Tatmin Ölçeği puanları ile ölçek alt boyutları arasında "Korelasyon Analizi Testi" sonuçları

	Sperman Korelasyon	Boş Zaman Motivasyon Ölçeği	Serbest Zaman Tatmin Ölçeği
“Motivasyonsuzluk”	r	0,038	0,131
	p	0,572	0,046
“Bilmek Başarmak”	r	0,481	0,695
	p	<0,001*	<0,001*
“Uyaran Yaşama”	r	0,322	0,731
	p	<0,001*	<0,001*
“Özdeşim İçer Atım”	r	0,386	0,741
	p	<0,001*	<0,001*
“Dışsal Düzenleme”	r	0,090	0,429
	p	0,178	<0,001*
“Boş Zaman Motivasyon Ölçeği”	r		0,507
	p		<0,001*
“Psikolojik”	r	0,863	0,438
	p	<0,001*	<0,001*
“Eğitimsel”	r	0,830	0,365
	p	<0,001*	<0,001*
“Sosyal”	r	0,826	0,423
	p	<0,001*	<0,001*
“Rahatlama”	r	0,782	0,348
	p	<0,001*	<0,001*
“Fizyolojik”	r	0,789	0,387
	p	<0,001*	<0,001*
“Estetik”	r	0,507	0,234
	p	<0,001*	<0,001*
“Serbest Zaman Tatmin Ölçeği”	r	0,507	
	p	<0,001*	

* p<0,05

BZMÖ ile SZTÖ ölçeği arasındaki ilişkiyi gözlemlemek için korelasyon analizi uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre, BZMÖ’nün “psikolojik”, “eğitimsel”, “sosyal”, “rahatlama”, “fizyolojik” ve “estetik” puanları arasında yüksek şiddette ve pozitif yönde bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir (sırasıyla $r = 0,863$, $r = 0,830$, $r = 0,826$, $r = 0,782$, $r = 0,789$; $p < 0,05$).

SZTÖ’nün “bilmek başarmak” ve “dışsal düzenleme” puanları arasında ise orta şiddette (sırasıyla $r = 0,695$, $r = 0,429$; $p < 0,05$); “uyaran yaşama” ve “özdeşim içe atım” puanları arasında da yüksek şiddette pozitif yönlü bir korelasyon olduğu görüldü (sırasıyla $r = 0,731$, $r = 0,741$; $p < 0,05$).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Katılımcıların %37,65'inin "15 yaş" grubunda, %43,6'nın "Ege Bölgesinde" ikamet ettiği, %51,6'sının "grekoromen" güreş stiline sporcu olduğu, %76,8'inin annesinin "ilköğretim" mezunu olduğu, %65,2'sinin babasının "ilköğretim" mezunu olduğu, %85,1'inin boş zamanlarında genellikle "sportif etkinlikler"e katıldığı, %60,1'inin de bu etkinliklere "ayda 3-4 kez" katıldığı ve %85,5'inin katıldıkları boş zaman etkinliklerinin sportif branşlarına "olumlu" etki yaptığını dile getirdikleri tespit edilmiştir.

Yaş gruplarının bağımlı değişken düzeyinde literatürdeki bazı çalışmalar ile paralel sonuçlar elde edilirken bazıları ile çelişen sonuçlar elde edilmiştir. Benzerlik ve farklılıkların yaş grubu ve örneklem farklılığından kaynaklandığı ve çalışmamızın daha geniş bir coğrafyada yapıldığı düşünüldüğünde katılımcıların farklı sosyal ve ekonomik çevrelerden gelmelerinin tatmin ve motivasyon algılarını etkilemiş olabileceği düşünülmektedir. Yaş arttıkça heyecan arama isteğinde azalma olduğu söylenebilir (Beşikçi, 2016). Ayrıca bu çalışmada katılımcılar yerleşim yerleri coğrafi bölgelere göre kategorilendirilmesi ile katılımcılarının coğrafi konumlarındaki değişikliğin "motivasyonsuzluk", "uyaran başaran", "psikolojik", "eğitimsel" alt boyutların ortalama puanlarında anlamlı bir farklılığın oluşturduğunu göstermektedir. Yerleşim yerlerinin sunduğu olanaklar ve sosyal kültürel atmosferi, rekreatif faaliyet hizmeti sunan çalışanların tutum ve davranışları vb. nedenlerin diğer çalışma sonuçlarıyla benzer ya da farklı olmasını etkilediği düşünülmektedir. Ebeveyn eğitim durumu incelendiğinde ise bu değişkenlerin ölçeklerin alt boyutlarıyla istatistiksel bakımdan anlamlı farka neden olmadığı tespit edilmiştir.

"Dışsal düzenleme" alt boyutunda ortalama puanlar kültürel sanatsal (1 puan), sosyal (2,51 puan) ve sportif (2,65 puan) etkinliklere katılım gösterme durumuna göre ortalamalar yönünden anlamlı fark oluşturmaktadır. Sportif ve sosyal etkinliklere katılan güreş öğrencileri kültürel sanatsal etkinliklere göre daha yüksek puan almaktadır. Demiral ve ark. 2019 yılında Kuşak Güreşi Gençler kategorisinde yarışan sporcular ve yöneticiler üzerinde yapmış olduğu çalışmada etkinlik türüne göre "boş zaman motivasyon toplam", "bilmek başarmak", "uyaran yaşama", "özdeşim içe atım", "serbest zaman tatmin toplam", "eğitimsel" ve "sosyal" puanları açısından bir farklılık bulunmadığını ve "motivasyonsuzluk", "dışsal düzenleme", "psikolojik", "rahatlama", "fiziksel" ve "estetik" puanları açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunduğunu belirterek, bu çalışmayı destekler sonuçlar ortaya koymuştur. Çelik (2018) Güneydoğu Anadolu Bölgesinde 15-21 yaş güreşçilerle yapmış olduğu çalışmada ise serbest zaman ölçeği alt boyutları ile katılım sağlanan etkinlik türü arasındaki ilişkiyi

incelemiş; estetik alt boyutunda anlamlı fark olduğunu, kültürel ve sanatsal etkinliklere katılım sağlayan güreşçilerin etkinlik mekanlarını güzellik, tasarım, ilginçlik ve hoşluk bakımından değerlendirdiklerini, diğer bir anlamlı farklılığın fizyolojik boyutunda olduğunu, güreşçilerin zinde kalma, sağlıklı olma ve kilo kontrolü gibi faydalar sağladıklarını belirterek, estetik boyunun anlamlı çıkması kapsamında bu çalışmayı destekleyen sonuçlar ortaya koymuştur.

Bireyin serbest zaman aktivitelerine katılmasının beden ve ruh sağlığına olumlu etkilerini, bireyin ruhsal rahatlamasını ve çevresi ile daha sağlıklı sosyal ilişkiler geliştirmesini etkilemesini, fiziksel görünümünü ve sağlığına olumlu katkılarını ifade eden “fizyolojik” alt boyutunda; kültürel sanatsal faaliyetlere katılım sağlayanlar katılımcıların, sosyal etkinliklere katılım sağlayanlara göre daha uzun soluklu olarak kendilerine olumlu katkı sağladıkları söylenebilir. Kültürel sanatsal aktivitelere katılım sağlamanın sosyal aktivitelere katılım sağlayanlara göre fizyolojik doyumunun daha yüksek olduğu söylenebilir.

Bireyin serbest zaman aktivelerine katılmasının beden sağlığının yanı sıra fiziksel görünümdeki estetiğine dikkat edildiğini, serbest zaman aktivitelerinin yapıldıkları mekânların görünüş hoşluğunun ve ilgi çekiciliğini önemini, aktivelerdeki başarının diğerleri tarafından estetize edilmesini ifade eden “estetik” alt boyutunda; sportif etkinliklere katılım sağlayanlar sosyal etkinliklerine katılım sağlayanlar arasında anlamlı fark bulunmaktadır (3,62 – 3,26). Sportif etkinlik yapılan mekânların ferahlığı, sporcu sağlığı ve işlevselliği düşünüldüğünde; sportif faaliyet katılımcıları etkinlik mekânlarının fiziksel görünümüne daha fazla önem vermesinin sebebi olarak düşünülebilir.

Etkinliklere katılım sıklığı değişkeninin “sosyal” alt boyutunda ortalamalar üzerinde anlamlı bir fark olduğu görüşmüştür. Ağduman 2014 yılında üniversite öğrencileri üzerinde yapmış olduğu çalışmada; bütün alt boyutlarda etkinliklere katılım sıklığı değişkenine çalışmadan farklı olarak “Ayda 7 ve üzeri” ifadesini ekleyerek araştırma yapılmış ve katılım sıklığı ile ölçeklerin alt boyutları ile ayda yedi ve daha fazla etkinlik yapan üniversite öğrencileri lehine anlamlı sonuçlar ortaya çıktığını belirtmiştir. Bu çalışmada katılım sıklığının ayda 4 kez den fazla seçeneğine lehine yığılma olduğu görülmektedir. Bu nedenle ana branşı spor olan bireylere yönelik çalışmalarda katılım sıklığının daha geniş aralık olarak belirlenmesinin faydalı olacağı düşünülmektedir. Yerlisu Lapa ve ark. (2012) çalışmada; etkinliklere katılım sıklığı etkisinin BZMÖ, “motivasyonsuzluk”, “bilmek ve başarmak”, “özdeşim içe atım”, “uyaran yaşama” alt boyutları ortalama puanları üzerinde istatistiksel

olarak anlamlı bir farklılık oluşturduğunu, etkinliklere katılım sıklığı artıkça motivasyonsuzluk puanının düştüğünü belirtmiştir. Bu bulgular çalışmamızla çelişmektedir.

Bireyin serbest zaman aktivitelerine katılmasının sosyal bir çevre için gerçekleşmesinin olumlu etkisini, sosyal çevrede bir araya geldiklerini kişilerin sosyal tutumlarının eğlendirici olmasını, aktivelere katılım sağlayan kişilerin benzer duygu ve düşüncede olmalarını ve bu kişilere karşı kuvvetli tabiiyet duygusu hissetmelerini, topluluk içinde yürütülen faaliyetlere katılım sağlanmasının tercih edilmesini ifade eden “sosyal” alt boyutunda; rekreatif etkinliklere ayda 2 ve daha az katılım sağlayanlar 4 ve daha fazla katılım sağlayanlar arasında anlamlı fark oluşmaktadır (3,54-3,79). Katılımcılar sosyal ve eğlenceli bir bulunma isteklilikleri oldukça fazla olduğu söylenebilir.

Sosyalleşmenin bireylerin toplumlarını ve kültürel birikimlerini öğrenme süreci, kültürün nesillere aktarım süreci, birey sosyal bir sistemin parçası ve ihtiyaç durumuna gelmesini, toplum değerlerinin öğrenildiği öğrenme süreci olarak tanımlandığı düşünüldüğünde; (Koştaş, 1987) katılımcıların sosyalleşme eğilimlerinin yüksek olmasının ve daha sık sosyalleşme ihtiyacı duymalarını açıklayabilir.

Araştırmanın 13-17 yaş kategorisinde yapılan bu çalışma ile katılımcıların coğrafi bölgelerinin ölçek alt boyutlarında ve kategori değişkenlerinde önemli farklılıklara gösterdiği, sosyalleşmenin ve etkinliklere katılım sıklığının yüksek düzeyde olduğu, rekreatif faaliyetlerin katılımının olumlu katkısının tartışmasız denecek düzeyde öneminin kavrandığı düşünüldüğünde; BZMÖ ve SZTÖ dışındaki kategorik değişkenlerin tasarlanmasında daha ayrıntılı ve kapsayıcı düşünülmesinin gerekli olduğunun öneminin anlatılmasının sonraki çalışmalara yol gösterici olacağı düşünülmektedir.

Yapılan analiz sonucuna göre BZMÖ puanlarında “boş zaman etkinliklerinin sportif başarıya etkisi” durumu alt gruplarına göre anlamlı farklılık gösterdiği gözlenmiştir. Sporcuların etkinliklere katılım sağlamaları ruhsal ve zihinsel sağlıklarının, fiziksel yeterliliklerinin sağlanması önemlidir. Sporcunun zihinsel ve ruhsal sağlığında gelişme akademik başarısını ve fiziksel yetisini de artıracakı düşünülmektedir. Bunların benzer sonuçların ortaya çıkmasında etkili olduğu düşünülmektedir.

Katılımcıların SZTÖ puanları ile BZMÖ puanları arasında pozitif yönlü, istatistik olarak anlamlı ve orta şiddette korelasyon vardır ($r = 0,507$, $p < 0,05$) (Tablo 3). Demiral ve ark. (2019) boş zaman motivasyonlarını ve serbest zaman tatmin durumlarının orta şiddette ilişkisi

olduğunu belirtmiştir. Yapılan bu çalışmada diğer literatür çalışmalarıyla tutarlılık gösterdiği söylenebilir.

Ağduman 2014 yılında üniversite öğrencileri üzerinde yapmış olduğu çalışmasında SZTÖ ile “motivasyonsuzluk” arasında ters yönde anlamlı bir ilişki bulurken, bu çalışmada pozitif yönü gösteren fakat istatistiksel olarak anlamlı olmayan ilişki bulunmuştur. Ayrıca Ağduman aynı çalışmada ölçek ile “dışsal düzenleme” arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığını ve diğer alt boyutlar arasında anlamlı pozitif ilişki olduğunu belirtmesi, bu çalışma ile benzer sonuçlar elde ettiğini göstermektedir.

Demiral ve ark. (2019) çalışmasında bu çalışma ile paralel olarak “motivasyonsuzluk” puanı ile BZMÖ ortalama puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığını ve diğer alt boyutlar arasında pozitif yönde anlamlı sonuçlar elde edildiğini belirtmiştir. Yaman ve ark. (2016) spor merkezlerine katılım sağlayan bireylerin serbest zaman tatmin düzeylerini incelediği çalışmasında tatmin düzeylerinin alt boyutları arasında anlamlı pozitif korelasyon olduğunu, alt boyut ortalama puanlarındaki değişimin diğer alt boyut ortalama puanlarını etkilediğini belirtmiştir.

BZM ve SZT ölçekleri literatürde birçok çalışmada kullanılmıştır (Ağduman, 2014; Demiral ve ark., 2019; Serdar, 2016; Ayyıldız, 2015; Köksal, 2019; Çelik, 2018; Yiğit, 2018; Beşikçi, 2016; Yaman, 2016; Güler, 2017; Kaya, 2011; Yaşartürk ve ark., 2018; Yağmur ve ark., 2016).

Bu çalışmanın araştırma konusu ile paralellik göstermesine rağmen kategorik değişkenlerin birbirlerini ile ilişkileri incelenmediği görülmüştür. Güreş eğitimi alan bireylerin yaş, coğrafi bölge, ebeveyn eğitim durumu, etkinliğe katılma sıklığı, başarıya katkısı, katılım sağlanan etkinlik türü değişkenlerinin birbirleri ile ilişkilerinin ortaya çıkartılmasının önemli olduğu düşünüldüğünden çapraz karşılaştırmalar yapılması Türkçe literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Sportif etkinliklerin, bireylerin motivasyon ve tatmin düzeyleri üzerinde daha çok farkındalık oluşturduğu gözlemlenmiştir.

Yine bu sonuca dayanarak; yalnızca sportif etkinliklerden başka (kültürel, sanatsal ve sosyal) etkinliklere katılanlar ile katılmayanlar arasında, serbest zaman motivasyon ve yaşam tatmini arasındaki ilişkinin incelendiği yeni çalışmaların yararlı olabileceği düşünülmektedir.

Güreş eğitim merkezlerindeki erkek sporcuların örnekleminde yapılan bu araştırmanın gelecekte diğer Sporcu Eğitim Merkezleri ve Türkiye Olimpiyat Hazırlık Merkezlerinde kadın ve erkek sporculara da uygulanması, farklı yaş ve cinsiyet kategorilerine uygulanarak yaş

değişkeni ve cinsiyet değişkeni ile boş zaman motivasyon ve tatmin karşılaştırılması gibi çalışmalar yapılabilir. Bu araştırmalar sayesinde, insanlar boş zaman aktivitelerine katılıma teşvik edilebildiği gibi daha fazla entelektüel sporcuların kitlelere yayılmasına ve gelecek nesillere aktarılmasında katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Ayrıca daha fazla rekreasyon etkinliği yapılabilecek tesisler ve alanlar yaratılmasına katkı sağlayacağı söylenebilir.

Ata sporumuz olan güreş branşı akademik çalışmalarla incelenmesi, ulusal ve uluslararası bilimsel toplantılarla da desteklenerek, gelişimine ve geleceğe aktarımının sağlanmasına katkı sağlanmalıdır. Bunun içinde yeni yol haritalarının oluşturulması, eylem planlarının geliştirilmesine hız verilmesi gerektiği düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

- Ağduman, F. (2014). Üniversite öğrencilerinin boş zaman motivasyon ve tatminlerinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Arslan, C. (2017). Spor arkeolojisi; antik dönem olimpiik güreşler ve tarihsel gelişim süreçleri. Uluslararası Türk Halkları Geleneksel Oyunlar Sporlar Sempozyumu. 8-10 Aralık, Kahramanmaraş.
- Ayyıldız, T. (2015). Rekreatif dans faaliyetlerine katılan bireylerin serbest zaman tatmin düzeylerinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Beard, J. G. and Ragheb, M. G. (1980). Measuring leisure satisfaction. Journal of Leisure Research, 12(1), 20-33.
- Beşikçi, T. (2016). Macera rekreasyonunda heyecan arayışı, serbest zaman motivasyonu ve serbest zaman tatmini arasındaki ilişkinin incelenmesi: Çok hafif hava araçları (ÇHHA) pilot örneği. Yüksek Lisans Tezi, Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Manisa.
- Çelik, E. (2018). Güneydoğu Anadolu Bölgesindeki güreşçilerin serbest zaman tatmin düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Batman Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Batman.
- Demiral Ş. ve Chaushev O. R. (2019). Geleneksel sporlarımızdan Kuşak Güreşi sporcu ve yöneticilerinin boş zaman motivasyon ve tatminlerinin incelenmesi. Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 21(3), 56-72.
- Karaküçük S. (1999), Rekreasyon Boş Zaman Değerlendirme. Gazi Yayınevi, Ankara.
- Karlı, Ü., Polat, E., Yılmaz, B. & Koçak, S. (2008). Serbest Zaman Tatmin Ölçeği'nin (SZTÖ-Uzun Versiyon) geçerlik ve güvenirlik çalışması. Spor Bilimleri Dergisi, 19 (2), 80-91.
- Koç, M. C., Harun, A., Gümüş, H. & Çimen, K. (2019). Leisure motivation and leisure satisfaction: A practice on open water swimming competitions. OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi, 13(19), 1914-1929.
- Kostas, M. (1987). Sosyalleşme. Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi, 1987.

- Köksal, G. (2019). Serbest zaman doyumu ve yaşam tatmini ilişkisi: Beden eğitimi öğretmenleri örneği. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sağlık bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Köktaş, Ş. K. (2004). Rekreasyon: Boş zamanı değerlendirme. Nobel.
- Mutlu, İ. (2008). Egzersiz yapan kişilerin boş zamanlarına yönelik tutumları üzerine bir araştırma (Kayseri İli Örneği). Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Niğde.
- Özgen, H. ve Doğan, S. (1997). Zaman yönetiminde yeni yönetim ve organizasyon yaklaşımları. Standard Dergisi, Yıl, 36, 136-145.
- Pelletier, L. G., Vallerand, R. J., Briere, N. M. & Blais, M. R. (1989). Construction Et Validation de l'Échelle de Motivation Vis-à-Vis des Loisirs (EML), Communication Présentée au Congrès Annual de la SQR, Octobre.
- Pelletier, L. G., Vallerand, R. J., Blais, M. R. & Briere, N. M. (1991). Leisure Motivation Scale (lms-28). Online erişim adresi: http://www.er.uqam.ca/nobel/r26710/LRCS/echelles/EML28_en.pdf.
- Serdar, E. (2016). Üniversite öğrencilerinin katıldıkları serbest zaman etkinliklerinden tatmin olma ve algılanan özgürlük düzeylerinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Tekin, A., Ramazanoğlu, F. & Tekin, G. (2004). Fiziksel egzersiz içeren serbest zaman aktiviteleri ve stres ilişkisi. Sporda Sosyal Alanlar Seçme Konular, 1, 86-87.
- Yağmur, Y. ve İçigen, E. T. (2016). Üniversite öğrencilerinin sosyalleşme süreci ve rekreasyon faaliyetlerinin incelenmesi üzerine bir çalışma. Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi, 27(2), 227-242.
- Yaman, B., Akgül, B., Karaman, M., Ayyıldız, T. & Karaküçük, S. (2016). Gençlik merkezi faaliyetlerine katılan bireylerin serbest zaman tatmin düzeylerinin incelenmesi. Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 10 (3), 474-487.
- Yaşartürk, F., Akyüz, H., Karatas, İ. & Türkmen, M. (2018). The relationship between free time satisfaction and stress levels of elite-level student-wrestlers. Education Sciences, 8(3), 133.
- Yerlisu Lapa, T., Ağyar, E. & Ziya, B. (2012). Yaşam tatmini, serbest zaman motivasyonu, serbest zaman katılımı: Beden eğitimi ve spor öğretmenleri üzerine bir inceleme (Kayseri il Örneği). Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 10(2), 53-59.
- Yiğit, İ. (2018). Üniversite topluluklarında rekreatif faaliyetlere katılan bireylerin serbest zaman tatmin düzeylerinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya.