



## **UÇURTMA VE RÜZGAR SÖRFÜ YAPAN BİREYLERİN BAZI KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI**

\* Merve Ceylan.,\*\* Dr. Ali Tekin ., \*\* Dr. Selçuk ÖZDAĞ., \*\*\* Özgür CEYLAN

\* Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ege Üniversitesi  
\*\* Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Muğla Üniversitesi  
\*\*\* Rekreasyon Uzmanı, Muğla

### **Özet**

Bu çalışmada, serbest zamanı değerlendirmek amacıyla uçurtma ve rüzgar sörfü yapan farklı iki grupta yer alan bireylerin, bazı kişilik özellikleri araştırılmıştır. Araştırma kapsamında Akyaka'da (Muğla) 2008 yılı yaz dönemi boyunca uçurtma sörfü ve rüzgar sörfü yapan 186 katılımcıya, Rathus Atılganlık Envanteri (RAE), Sosyotropi ve Otonomi Envanteri (BSOE) uygulanmıştır. Tüm anketlere cevap veren 120 katılımcının cevapları değerlendirilmeye alınmıştır. Değerlendirilmeye alınan anketler hem rüzgar sörfü hem de uçurtma sörfü yapan eşit sayıda katılımcıdan elde edilmiştir. Her bir grupta 20 bayan ve 40 erkek olmak üzere toplam 60 katılımcı bulunmaktadır. Uçurtma sörfü yapan bayanların yaşı 14 - 49, erkeklerin 21 - 53, rüzgar sörfü yapan bayanların 17 - 49, erkeklerin ise 18 - 56 aralığında değişmektedir. Elde edilen bilgilerin veri analizinde SPSS 15 programları kullanılmış; yüzde, bağımsız t-test ve basit korelasyon uygulaması yapılmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin değerlendirilmesi sonucunda, uçurtma sörfü ve rüzgar sörfü yapan bireyler arasında ölçülen kişilik özellikleri arasında sadece atılganlık düzeyleri açısından bir fark olduğu görülmektedir. Ayrıca sosyotropi ve otonomi arasında bir ilişki vardır.

Anahtar Kelimeler: kite-surf, windsurf, kişilik özellikleri

### **Abstract**

#### **Comparison of some personality traits of kite and windsurfers.**

In this study, some aspects of personalities of kite and windsurfers were analysed. Rathus Assertiveness Inventory (RAI), Beck Sociotrophy and Autonomy Inventory (BSAI) were conducted on 186 kitesurfers and windsurfers in Akyaka (Mugla) for the summer season of 2008. The answers of 120 participants who replied to all the questionnaires were evaluated. Questionnaires which were evaluated had been taken from the equal number of windsurfers and kitesurfers. In each group, there were 60 participants 40 of whom were male and 20 of whom were female. The ages of female kitesurfers were in the range of 14 – 49, and male kitesurfers were in the range of 21 – 53 whereas the ages of female windsurfers were in the range of 17 – 49, and male windsurfers were in the range of 18 – 56. In the analysis of the data collected the programmes SPSS 15 were used and independent t- test was applied. When the data collected in the survey were evaluated, it was found that there was a difference in assertiveness levels of between two groups. Moreover, there is a relationship between sociotrophy and autonomy.

Keywords: kite-surf, windsurf, personality traits

## **Giriş**

İnsanoğlunun suyun kaldırma kuvvetinden istifade ederek kullandığı teknelere rüzgarın enerjisini de eklemesiyle oluşan ve önceleri bir ulaşım biçimiyken doğayla mücadelenin ağır bastığı bir faaliyet haline gelen su sporları daha sonraki yıllarda bir eğlence aracı olarak kullanılmaya başlanmıştır. Yelkeni bir spor dalı olarak benimseyen ilk ülke İngiltere'dir. 1693 yılında Seamark Cub adında bir kulübün kurulmasından sonra yelken sporu dünyanın diğer ülkelerine de yayılmıştır. Uçurtma sörfünü ortaya çıkmasının temelini ise rekreasyonun içinde yer alan ve eğlence amacıyla uçurulan uçurtmaların, zamanla değişik şekillerde kullanılmaya başlanması oluşturmuştur. 2005 yılında Alan Tomlinson ve arkadaşları tarafından yapılan bir araştırma, Almanya' da rüzgar sörfündeki gelişimin ve rüzgar sörfü yapanların sayısının gittikçe azaldığını, buna karşılık uçurtma sörfünün gittikçe daha popüler olmaya başladığını ortaya koymuşlardır. Bunun nedenini uçurtma sörfünü kuvvetli rüzgar gerektirmemesi olarak açıklamışlardır. Bu nedenle uçurtma sörfünün gelecekte rüzgar sörfünün etkileyici bir alternatif sağlayabileceğini belirtmişlerdir. Ama uçurtma sörfünün rüzgar sörfünde olduğu gibi hemen hemen hiç popüler olmayacağını çünkü daha büyük riskler içerdiğini belirtmişlerdir. Uçurtma sörfünün geniş bir alana yayılmasına bir diğer engel, yönlendirmek için geniş bir alan gerektirmesi ve uzun uçuş ipleridir. Bu sebeplerden dolayı bu spor birkaç küçük ve orta büyüklükteki ülke sularında yasaklanmıştır. Ancak buna rağmen uçurtma sörfü dünya çapında gelişmeye devam eden sporlar arasına girmiştir (McConnel, 1985).

## **Araştırma ile İlgili Tanımlamalar**

*Rekreasyon:* İnsanın öz benliğine uygun ve yapmaktan zevk aldığı bir faaliyete katılması ile monoton modern hayat ve yaşam kavgasının sıkıcı havasından sıyrılarak kendisini bulması ve kendi duygularına ortak olacak diğer insanlarla kaynaşarak zevk içinde sosyal bir kişilik kazanmasıdır (Tekin, 2009).

*Uçurtma sörfü:* Yelken- paraşüt karışımı bir uçurtma, buna bağlı bir kontrol barı, ipler ve bir board' dan oluşan spordur. Paraşütü andıran uçurtmanın kontrolü, bar adı verilen kontrol çubuğuyla sağlanırken, board su üzerinde kaymaya ve yönlendirmeye yaramaktadır. Kontrollü bir seyir ve enerji tasarrufu sağlamak için uçurtma bele takılan trapeze sabitlenmektedir (Demirkan, Tekin ve Ark., 2006).

*Rüzgar sörfü:* Yelkenin, board adı verilen bir teknenin üzerine hareketli bir mafsalla bağlanıp bu sayede öne veya arkaya eğilebilen yelkenle hareketli bir dümene gerek duymadan yön tutmanın mümkün olduğu, böylece boardun altına sabit bir dümen ve yelkenin düşmesine engel olmak ve yön tutmak için kullanılan bir çatal (bumba) ile tamamlanan donanım en küçük ancak en hızlı yelken sınıfı olarak bilinmektedir (Demirkan, Tekin ve Ark., 2006).

*Kişilik:* İnsanları birbirlerinden farklı kılan, kendisi ve çevresindekilere bakış açıları, onlarla kurabildiği ilişki düzeyleri ve tepkilerini kapsayan çeşitli ortamlarda kendini gösteren bedensel, düşünsel ve ruhsal özelliklerdir. Kişiliğin bütünlüğü içinde her insanın öteki insanlardan farklı olmasını sağlayan, kendine özgü özellikleri vardır. Bu özellikler kişiliğin belli öğeleriyle bağlantılıdır ve bunların dışarıya yansımalarıdır. Örneğin; iyi ya da kötü hatırlama, çabuk duygulanma, öfkelenme, alınganlık, kolay ve çabuk düşünüp karar verme, iyi konuşma, atılgan olma vb. Bunların yanı sıra insanın giyinişi, yürüyüşü, el ve kol hareketleri, ses tonu, beğenisi de kişiliğinin birer parçasıdır (Kuru, 2003).

*Atılganlık:* Kişinin, başkalarını da dikkate alarak duygularını, gereksinimlerini ve düşüncelerini ifade etmesi ve kendi haklarını korumasıdır (Kahriman, 2005).

*Sosyotropi:* Bireyin diğer bireyler ile pozitif etkileşim gösterebilme özelliği olarak tanımlanmaktadır. Bu bireylerin olumlu kendilik imgelerini sürdürebilmeleri, kendileri için önemli olan kişiler tarafından onaylanmalarına, sevmelerine, sayılmalarına, önemsenmelerine bağlıdır. Kişinin diğer insanlarla olumlu ilişkilerde olma ihtiyacını belirtmektedir (Tegin, 1999).

*Otonomi:* Bireyin bağımsızlığını, kişisel haklarını koruyabilme ve artırabilme özelliği olarak tanımlanmaktadır. Bu kişilik özelliği yüksek olan bireyler, kendi aktivitelerini yönlendirmekten, hedeflerine ulaşmaktan, çevrelerinde olup bitenleri kontrol etmekten ve başarılı olmaktan mutluluk duyarlar (Kabakçı, 2001).

Son yıllarda kitle turizmine alternatif bir alan olarak ortaya çıkan spor turizmi ve açık alan rekreasyonu bu alanda ülkemizde önemli bir potansiyel oluşturmaktadır. Özellikle genç neslin tatillerini aktif olarak değerlendirmeye başlamaları spor turizmini ve açık alan rekreasyonunu hareketlendirmiştir. Rüzgar sörfü, uçurtma sörfü (kiteboard), yelken, deniz kanosu (sea kayak), optimist, rafting, dalış vb rekreasyonel faaliyetler arasında yer almaktadır.

Rekreasyonel etkinliklere katılan birey, hareketler aracılığıyla duygularını ifade etme olanağı bulunur. Uyumsuz davranışlar olarak nitelendirilen saldırganlık, öfke, utangaçlık, kıskançlık gibi duyguların boşalmasını ve bunların kontrolünü sağlar. Böylece uyum sağlama sürecine de olumlu etki yapmış olur. Böylece aşırı heyecanların, saldırganlık duygularının, sinirlilik hallerinin giderilmesine yardımcı olur (Kuru, 2003). Sağlığın korunmasında, rekreasyon içerisinde değerlendirilen hobi, spor, oyun, dans, açık hava etkinlikleri ve grup etkileşimlerinin büyük önemi vardır. Rekreasyon fizyolojik ve psikolojik tabanlı rahatsızlıkların sadece önlenmesinde değil aynı zamanda giderilmesinde de etkilidir (Kraus, 1977).

Günümüzde bireylerin rekreasyon faaliyeti olarak neden rüzgar sörfü ya da uçurtma sörfünü seçtiklerini belirlemeye yönelik bir çalışma bulunmamaktadır. Ancak bunun nedeninin bireylerin kişilik ve davranış özelliklerinden kaynaklandığı varsayılmaktadır. Yani atılgan yapıya sahip bireylerin uçurtma sörfünü tercih ettiği varsayılırken, daha sakin yapıya sahip bireylerin rüzgar sörfünü tercih ettikleri düşünülmektedir.

### **Kuramsal Çerçeve**

Her insan, yaşamı boyunca fiziksel çevresi ile ilişki içindedir. İnsanlar, ilköğretilerden bu yana temel fiziksel çevre unsurları ile denge halinde olmuş ve bunlardan yararlandığı ölçüde sağlıklı ve mutlu olabilmıştır. Günümüzde, doğayı ve doğanın ayrılmaz bir parçası olan insanı, hatta tüm yaşamı tehdit eden birçok olumsuz faktör nedeniyle, insanların toplumsal ve fiziksel çevre koşulları ile denge durumu bozulmaya başlamakta, sağlıklı ve mutlu olabilmesi güçleşmektedir (Willis, 1991).

Rekreasyon bireylerin iş yaşamı dışında özgür iradeyle kendilerini geliştirmek ve yenilemek amacıyla gönüllü olarak katıldıkları aktivitelerdir. Serbest zaman, olumlu bireysel doyum için sınırlamalar veya zamana bağlılık olmaksızın bireyin istediğini yapabileceği özgürlüğüdür. Diğer bir deyişle serbest zaman; işten arta kalan, özgürce, gönüllü olarak, fayda elde etmek için istediğimiz aktivite ile değerlendireceğimiz zaman olarak ifade edilebilir (Kesim, 2006). Rekreasyonel etkinlikler sosyal, ekonomik ve eğitim farklılıkları olmaksızın her kesimden insanın ortak zevklerini içeren aktivitelerde bir araya gelerek bireyin sosyal ilişkiler kumasında büyük rol oynamakta, beceri, yetenek ve yaratıcılık gücünün ortaya çıkmasına ve gelişmesine sebep olmaktadır (Akaya, 2005).

Serbest zamanın dinlenme fonksiyonu kadar önemli diğerk iki fonksiyonu olan eğlenme ve kişiyi özgür kılma fonksiyonlarının bilincine ise daha sonraki dönemlerde varılabilmıştır. Rekreasyon açısından, özellikle özgür kılma fonksiyonu çok önemlidir. Çünkü zorunluluk ve yükümlülükler nedeniyle zamanın kölesi haline gelen insan, bunların olmadığı dönemlerde, zamanın hâkimi olmakta ve böylece kendi potansiyelinin farkına varma, içindeki gizli enerjii ortaya çıkarma ve yaratıcı olarak kullanma, kısaca kendini gerçekleştirme olanağına kavuşur. Kendini gerçekleştirme, serbest zamanın, rekreasyon tarafından oluşturulan temel kullanım biçimidir. Kendini gerçekleştirme ihtiyacı, insanın temelde tüm potansiyelini gerçekleştirme, hayatını dolu dolu yaşama ihtiyacını ifade ettiği için rekreasyon amaçlarıyla eş anlamlıdır. Rekreasyon kapsamındaki bazı etkinlikler yolu ile insanlar, bir yandan kendini gerçekleştirme ihtiyaçlarını giderirken, diğerk yandan dinlenme ve eğlenme ihtiyaçlarını giderme şansını da elde etmektedirler. Sağlığın korunmasında, rekreasyon içerisinde değerlendirilen hobi, spor, oyun, dans, açık hava etkinlikleri ve grup etkileşimlerinin büyük önemi vardır. Rekreasyon fizyolojik ve psikolojik tabanlı rahatsızlıkların sadece önlenmesinde değil aynı zamanda giderilmesinde de etkilidir (Kraus, 1977).

Sosyal ilişkilerde serbest zaman faaliyetlerinin etkisi modern toplumlarda giderek artmaktadır. Serbest zaman faaliyetlerine harcanan para, bu amaçla kullanılan araziler, büyük spor organizasyonları ve aktivitelere katılım, hobi amaçlı bahçe işleriyle uğraşmak, serbest zamanı müzelerde ve kütüphanelerde değerlendirme her geçen gün artmakta, tatil merkezleri dolmakta ve spor merkezleri daha da kalabalıklaşmaktadır. İnsan ömründeki ücretli işe ayrılan zaman oranı düşmekte, bu düşüşün sebebi ekonomik standartlardaki artış olarak görülmektedir (Akaya, 2005). Serbest zaman faaliyetlerinde fiziksel aktivitelere katılım oranlarının artırılmasının bireylerin ruhsal ve fiziksel gelişimi açısından önemli olduğu bilinmektedir. Rekreasyon, çalışma faaliyetleriyle tükenen bedenin yeniden yaratılması amacını taşır (Bağır ve Geri, 2007).

### ***Egzersiz ve Kişilikle İlgili Araştırmalar***

Tarihsel olarak spor psikolojisinin ilgilendiği en popüler konulardan biri spora katılım ve kişilik arasındaki ilişkidir. İnsanlar fiziksel görünüşlerinden düşüncelerine ve duygularına kadar birçok açıdan çeşitlilik gösterir. Yıllardan bu yana davranışın temel belirleyicileri olarak durumsal faktörlerin ve değişmez davranış özelliklerinin üzerinde durulmuştur. Araştırmacılar her ikisinin de davranış üzerinde etkili olduğu konusunda fikir

birliği içerisinde (Brody, 1988). Sezgisel bir yaklaşıma göre belli kişilik özellikleri (rneğin; zgven, rekabetçilik) sporda başarıya ulaşmak için önemlidir. Diğer bir görüşe göre ise, belli kişilik özellikleri (rneğin özsaygı, duygusal kontrol) spora katılım yoluyla geliştirilebilir. Bu yaklaşımların her ikisi de son yıllarda geniş bir Şekilde araştırılmıştır.

Psikologlar kişilik kavramını birçok farlı bakış açısından ele almışlardır. Kişilikle ilgili başlıca yaklaşımlar üç tane dir:

### ***Özellik Yaklaşımı***

Bu yaklaşıma göre kişiliğin temelini, onun oturmuş, kolaylıkla değişmeyen özellikleri oluşturur. Yani kişilik özellikleri birçok farklı koşulda ve ortamda değişmeden sürekli liğini korur. Özellik yaklaşımında psikologlar, davranışın nedenlerini bireyin içinde ararlar. Çevresel ve durumsal faktörlerin davranış üzerindeki etkisinin çok az olduğunu ileri sürerler. Koşullar ve evre faktörleri ne olursa olsun, bireyin belli bir Şekilde davranış sergilemesini sahip olunan özelliklerin etkilediği kabul edilir. Eğer sporcu rekabetçi bir yapıya sahipse, bu özelliğinin etkisi ile müsabaka esnasında skor veya duruma bakmaksızın her Őeyini ortaya koyarak büyük bir çaba sarf edecektir. Bu etki her zaman gerçekleşmeyebilir. Ancak bu sporcunun spor ortamında da rekabetçi bir yapıya bürünmesi olasıdır. Bireyin kişilik özelliklerini bilmek, onun spor ve fiziksel egzersiz ortamındaki davranışını doğru tahmin etmek için her zaman yeterli olmayabilir. Normal yaşantısında sakin olan bir bireyin spor ortamında aşırı saldırganlaşması, araştırmacıları kişilik özelliklerinden daha çok evre ve koşullar üzerinde yoğunlaşmaya yönlendirmiştir.

### ***Durum Yaklaşımı***

Durum yaklaşımı, davranışın evre ve Őartlar tarafından belirlendiğini varsaymaktadır. Bu yaklaşımın temeli Bandura'nın (1977) davranışın gözlemler yolu ile öğrenme (model alma) ve sosyal destek (geri bildirim) ile oluştuğunu kabul eden Sosyal ğrenme Teorisi'ne dayanmaktadır. Basitçe ifade etmek gerekirse, çevresel etkiler ve destekler davranışı Őekillendirir. Örneğin, bireysel kişilik özellikleri ne olursa olsun herhangi bir durumda kendine güvenen birey, diğer bir durumda kararsız ve ürkek olabilir. Eğer çevrenin etkisi yeterince güçlü ise, kişilik özelliklerinin etkisi en aza iner. Dışa dönük ve utangaç bir birey, bir tehdit altında olduğunda dışa dönük ve saldırgan olabilir. Birçok sporcu saha dışında kibar ve utangaçtır. Ancak durum (müsabaka) onların daha saldırgan veya atılgan olmalarını gerektirir. Bu yüzden davranışın belirlenmesinde durumla ilgili koşullar, bireysel kişilik özelliklerinden daha etkili olabilir.

Durum yaklaşımı, spor psikologları tarafından özellik yaklaşımı kadar geniş bir şekilde kabul edilmemesine rağmen, Rushall ve Siedentop (1972) çevre şartlarını değiştirerek spor davranışının değiştirilebileceğini ileri sürmüşlerdir. Yine de, durumsal yaklaşım tıpkı özellik yaklaşımı gibi, davranış üzerinde tam olarak belirleyici değildir. Durum, davranışı belirleyebilir, ancak bazı bireyler durumdan etkilenmeyebilir.

### ***Etkileşim Yaklaşımı***

Etkileşim yaklaşımı, hem bireyi hem de durumu, davranışı ortaklaşa belirleyen unsurlar olarak ele alır. Bu iki unsurun her ikisi de davranış üzerinde etkili olan değişkenlerdir. Diğer bir deyişle, bireyin psikolojik özelliklerini ve durumu bilmek, davranışı anlamaya yardımcı olur. Etkileşim yaklaşımını kullanan araştırmacılar, aşağıdaki gibi sorulara cevap ararlar:

1- Takım sporlarında dışa dönükler, bireysel sporlarda içe dönükler mi daha iyi performans sergilerler?

2- Egzersiz programlarını, daha çok motive edilen bireyler daha az motive olmuşlara göre daha düzenli olarak mı sürdürürler?

3- Özgüveni yüksek olanlar rekabet içeren, özgüveni düşük olanlar rekabet içermeyen spor ortamlarını mı tercih ederler?

Birçok spor ve egzersiz psikoloğu davranış çalışmalarında etkileşim yaklaşımının kullanılmasını onaylamaktadır. Kişiler ve durumlar arasındaki etkileşim, özellik ve durum yaklaşımına göre davranışı çok daha iyi açıklayabilir (Bowers, 1973). Etkileşim yaklaşımı, spor yapan bireyin özel ortamlarda bireysel olarak nasıl tepki verdiğini araştırır. Basketbol karşılaşmasının öncesinde, karşılaşma esnasında ve sonrasında, sporcuların gösterdikleri kaygı düzeyinin araştırılması örnek olarak verilebilir (Fisher ve Zwart, 1982).

Kişilik ve spor performansı arasında bir ilişki vardır ama noksansız değildir. Yani, kişilik özellikleri olumlu davranışa ve başarıya yardımcı olabilir ama bu yeterince kesin değildir. Bazı olimpik uzun mesafe koşucularının dışa dönük kişilik özellikleri ortaya koymuş olmaları, uzun mesafe koşucularının başarılı olmaları için, dışa dönük olmaları gerektiği anlamına gelmez. Benzer şekilde, futbolda sağ ve sol çizgi savunucularının çoğu saldırgan kişiliktedirler ama diğer başarılı çizgi savunucuları saldırgan olmayabilirler.

2.000 üniversite öğrencisinde yapılan bir araştırmada, sporcu olan ve olmayan öğrenciler arasında kişilik özellikleri açısından ayırt edici bir fark bulunamamıştır. Ancak sporcu öğrenciler spor dallarına göre sınıflandırıldıklarında, birçok fark ortaya çıkmıştır. Takım sporcuları, sporcu olmayanlara göre, daha soyut bir mantığa sahiptir, dışa dönüktür,

bağımlıdır ve egoları daha zayıftır. Bireysel sporcular sporcu olmayanlara göre, daha nesnel, daha bağımlı, daha az kaydı düzeyine sahip ve daha soyut bir mantığa sahiptir. Sporcu ve sporcu olmayanları ayıran bazı kişilik farklılıkları vardır. Takım sporcularının bireysel sporculara göre daha bağımsız, dışa dönük, kaygılı ve az yaratıcı olduğunu bildirmiştir. Belli kişilik tiplerinin belli spor dallarına ilgi duyduğu, spora katılımın kişiliği bir şekilde değiştirdiğini ileri süren görüşten daha çok destek görmektedir (Schurr, Ashley ve Joy,1977).

Bilge (1990), değişik spor dallarındaki, erkek sporcuların psikolojik gereksinimlerini ortaya koymak amacıyla 18-25 yaşları arasında 95 milli sporcu ile 104 sporcu olmayan toplam 199 üniversite öğrencisine Edwards Kişisel Tercih Envanteri (EPPS) uygulamıştır. Takım sporcularının gösteriş ve saldırganlık gereksinimlerinin bireysel sporculardan, bireysel sporcuların uyarılık ve kendini suçlama gereksinimlerinin takım sporcularından daha yüksek olduğu bulunmuştur. Hentbolcuların duyguları anlama gereksiniminin basketbolculardan, hentbolcuların, voleybolcuların ve atletlerin dayanıklılık gereksinimlerinin basketbolculardan ve basketbolcuların saldırganlık gereksinimlerinin atletlerden daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Koruç ve Bayar (1989), bu araştırmada Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri (MMPI) kullanarak milli takım düzeyinde takım sporları ve bireysel sporlarla uğraşan sporcuların kişilik özellikleri arasındaki fark araştırmıştır. Bireysel ve takım sporu yapan erkekler karşılaştırıldığında takım sporu yapan erkekler daha toleranslı, estetik, düşünebilen, daha az saldırgan bireyler olduğu şeklinde yorumlanmıştır.

Literatürde taraması sonucu doğrudan uçurtma sörfü ve rüzgar sörfü yapan bireylerde sosyotropi ve otonomi ile ilgili araştırmalara rastlanmamıştır. Bu araştırma uçurtma sörfü ve rüzgar sörfü yapan bireylerin atılganlık, sosyotropi ve otonomi düzeyleri arasında anlamlı bir fark olup olmadığının belirlenmesi amacıyla yapılmıştır. Son yıllarda kitle turizmine alternatif bir alan olarak ortaya çıkan spor turizmi ve açık alan rekreasyonu bu alanda ülkemizde önemli bir potansiyel oluşturmaktadır. Özellikle genç neslin tatillerini aktif olarak değerlendirmeye başlamaları rekreasyonel etkinliklere çeşitlilik kazandırmıştır. Bu hareketlilikle birlikte kişilerin sıra dışı sporlara olan ilgileri giderek artan bir şekilde çoğalmıştır (Demirkan, Tekin ve Ark., 2006). Gelişmiş ülkelerde önemli bir yere sahip olan rüzgar sörfü ile ülkemizin 1980' lerde tanışması ve uçurtma sörfünün 2000' li yılların başında ülkemize de girmesi, rekreasyonel faaliyetlerin çeşitlenmesine ve bu sporlara olan



ilginin her geçen gün artmasına neden olmuştur. Rekreatyonel anlamda uçurtma sörfü ve rüzgar sörfüne olan ilginin hem dünya çapında hem de ülkemizde giderek artması, ülkemizde yeni gelişmekte olan rekreatyon alanında yapılan çalışmaların azlığı, yapılacak olan yeni araştırmalara başvuru kaynağı olabilmesi yapılacak olan bu araştırmanın önemini artırmaktadır.

## **Materyal ve Metod**

Araştırma kapsamında Akyaka Su Sporları Merkezi'nde (Muğla) 2008 yılı yaz dönemi boyunca düzenli olarak uçurtma ve rüzgar sörfü yapan 186 katılımcıya, Rathus Atılganlık Envanteri (RAE), Beck Sosyotropi ve Otonomi Envanteri (BSOE) uygulanmıştır. Tüm anketlere tam olarak cevap veren 120 katılımcının cevapları değerlendirilmeye alınmıştır. Değerlendirilmeye alınan anketler hem rüzgar sörfü hem de uçurtma sörfü yapan eşit sayıda katılımcıdan elde edilmiştir. Her bir grupta 20 bayan ve 40 erkek olmak üzere toplam 60 katılımcı yer almıştır.

### ***Ölçüm Araçları***

*Rathus Atılganlık Envanteri (RAE):* Bu envanter Rathus tarafından geliştirilmiş, Nilüfer Voltan Acar tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır (Erkek, Özgür ve Babacan Gümüş, 2006).

*Beck Sosyotropi ve Otonomi Ölçeği (BSOSOTÖ):* Özgün adı Sociotropy-Autonomy Scale (SAS) olan BSOSOTÖ, Beck ve arkadaşları tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlanması Şahin ve arkadaşları tarafından yapılmıştır (Kraus, Richard, 1977).

### ***Verilerin Analizi***

Verilerin analizinde yüzde, bağımsız T- test, değişkenler arasındaki ilişkinin düzeyini ve yönünü belirlemek için ise basit korelasyon analizi yapılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişki Pearson korelasyon katsayısı ile belirlenmiştir.

## Bulgular

Tablo 1. Katılımcıların rekreasyonel tercihlerine göre dağılımı.

Rekreasyonel etkinlik	Cinsiyet	Sayı	%
Rüzgar Sörfü	Bayan	20	33.5
	Erkek	40	66.5
Toplam		60	100
Uçurtma sörfü	Bayan	20	33.5
	Erkek	40	66.5
Toplam		60	100

RS: Rüzgar sörfü, US: Uçurtma sörfü

Tablo 2. Etkinlik türü ve cinsiyete göre katılımcıların atılganlık düzeylerinin karşılaştırılması

Değişkenler	Sayı	X	SS	t	p
Rüzgar Sörfü	60	128,16	16,62	2,454	,016*
Uçurtma Sörfü	60	135,40	15,65		
Erkek	80	130,31	16,40	1,388	,168
Bayan	40	134,72	16,45		

\* P < 0.05

Tablo 3. Rekreasyonel etkinlik türü ve cinsiyete göre katılımcıların sosyotropi düzeylerinin karşılaştırılması

Değişkenler	Sayı	X	SS	t	p
Rüzgar Sörfü	60	64,95	12,55	,568	,571
Uçurtma Sörfü	60	66,30	13,45		
Erkek	80	66,11	12,86	,550	,563
Bayan	40	64,65	13,30		

Tablo 4. Rekreasyonel etkinlik türü ve cinsiyete göre katılımcıların otonomi düzeylerinin karşılaştırılması

Değişkenler	Sayı	X	SS	t	P
Rüzgar Sörfü	60	89,46	13,43	-,042	,967
Uçurtma Sörfü	60	89,56	12,75		
Erkek	80	90,46	13,20	1,125	,263
Bayan	40	87,62	12,66		

**Tablo 5. Değişkenlere Ait Korelasyon Analizi sonuçları**

		<b>Atılganlık</b>	<b>Sosyotropi</b>	<b>Otonomi</b>
<b>Atılganlık</b>	Pearson Correlation	1		
	Sig. (2-tailed)	,120		
<b>Sosyotropi</b>	Pearson Correlation	-,102	1	
	Sig. (2-tailed)	,266	,120	
<b>Otonomi</b>	Pearson Correlation	,096	,221(*)	1
	Sig. (2-tailed)	,297	,015	,120

### **Tartışma ve Sonuç**

Araştırmada elde edilen verilen değerlendirilmesi sonucunda, uçurtma sörfü ve rüzgar sörfü yapan bireylerin atılganlık düzeyleri arasında anlamlı bir fark olduğu ancak sosyotropi ve otonomi düzeyleri arasında herhangi bir fark olmadığı ortaya çıkmıştır.

Katılımcıların rekreasyonel etkinlik türüne göre atılganlık düzeyleri karşılaştırıldığında aralarında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür (Tablo 2). Rüzgar sörfü yapan bireylerin atılganlık düzeyleri orta, buna karşılık uçurtma sörfü yapan bireylerin yüksek olduğu görülmektedir. Atılganlığı bu araştırmada ele alındığı şekilde konu edinen benzer kaynaklara ulaşılamadığından önceki araştırmalarla örtüşen ya da çelişen bir durumdan söz edilememektedir. Araştırmamızda karşılaştırdığımız etkinliklerin her ikisi de açık alanda yapılmakla birlikte, uçurtma sörfü rüzgar sörfüne göre daha fazla risk içeren dolayısıyla daha fazla özgüven ve atılganlık gerektiren bir etkinlik olarak kabul edilebilir. Uçurtma sörfü yapanların rüzgar sörfüyle uğraşanlara göre atılganlık puanlarının yüksek olması bu nedene dayandırılabilir.

Katılımcıların rekreasyonel etkinlik türü ve cinsiyete göre sosyotropi ve otonomi düzeyleri karşılaştırıldığında aralarında anlamlı bir fark görülmemiştir (Tablo 3, 4). Her iki aktivite grubunda da orta düzeyde sosyotropi özelliği görülürken, yüksek düzeyde otonomi özelliği görülmüştür. Elde edilen sonuçlar doğrultusunda her iki gruptaki katılımcıların kendi etkinliklerini yönlendirmekten, hedeflerine ulaşmaktan, çevrelerinde olup bitenleri kontrol etmekten ve başarılı olmaktan mutluluk duydukları, özgür düşünüp karar verme, kararlarını uygulamaya geçirmede özgürlüğe sahip olmayı sevdiğini göstermektedir.

Atılganlık, sosyotropi ve otonomi değişkenleri arasındaki ilişki incelendiğinde sadece sosyotropi ile otonomi arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Diğer değişkenler arasında ise anlamlı bir farklılık görülmemektedir (Tablo 5). Bu durum açık alan etkinliklerinin, ister rüzgar sörfü ister uçurtma sörfü olsun, katılımcılara sosyal ilişkiler kurabilme becerisi olan sosyotropi özelliğinin yanında bağımsız ve özerk davranabilme becerisi olan otonomi özelliğini de kazandırmış olduğunun bir göstergesidir.

Büküsoğlu ve Bayturan (2005) serbest zaman aktivitelerine katılım sonrasında bireylerin kendilerini aktif, girişken, güvenli, daha az kaygılı algıladıklarını ortaya çıkarmıştır. Kendini tanıma, düşüncelerini ifade edebilme, sorumluluk alma gibi sosyal becerilerinde aktiviteye katılım öncesine göre belirgin bir artış belirlenmiştir. Ayrıca serbest zaman aktiviteleri ve bu aktiviteler sırasında yaşanan etkileşimler bireylerin yaşam deneyimlerini zenginleştirmekte, farkındalıklarını arttırmaktadır. Açık alan serbest zaman etkinlikleri öncesi bireyler kendilerini daha sessiz, pasif algılamalarına karşın, etkinlikler sonrasında aktif, girişken, güvenli, daha az kaygılı algılamışlardır. Bu tip etkinlikler kendini tanıma, düşüncelerini ifade edebilme, sorumluluk alma gibi sosyal becerilerde gelişim sağlamaktadır. Olumlu kişilik özelliklerindeki artış, sosyalleşmenin kişilik kazanma süreci üzerindeki olumlu etkisi ile açıklanmaktadır.

Kaya (2006) açık alan etkinliği yapan bisikletçiler ile halk oyuncuların bazı kişilik özelliklerini karşılaştırmıştır. Kişilik özelliklerini belirleyen atılganlık- uysallık boyutuna ait puan ortalamalarında halkoyuncuların uysallık, bisikletçilerin ise atılganlık boyutunda oldukları tespit edilmiştir.

Kılbaş (2001), rekreasyonun eğlendirme ve dinlendirme işlevinin yanı sıra toplumsal değişmeyi ve kalkınmayı destekleyen eğitim işlevinin önem kazandığını, özellikle toplumsallaştırma ve kişilik gelişimini sağlama açısından gençlerin yetiştirilmesinde kurumsal bir niteliğe büründüğünü belirtmektedir. Rekreasyon bireylerin yeteneklerini ve güçlü yanlarını ortaya çıkararak kendilerine olan güven duygusu, kabul görme ve başarı duygusunu geliştirmekle birlikte, kendilerini daha iyi tanıyabilmelerine yardımcı olmaktadır. Katılımcılar etkinliklerde kendilerini ifade edebilme becerilerini geliştirmekte, kendi düşüncelerini rahatlıkla söyleyebilmektedirler. Aynı zamanda arkadaş çevrelerinin gelişmekte, kendi çevrelerinde beğenilmekte, arkadaşlık kurma ve sürdürmeleri kolaylaşmaktadır. Kendilerini gerçekleştirmeleri, artan güven duygusu, zorluklarla baş etme gücünü arttırmaktadır.

Cılga (1986), serbest zaman etkinliklerine katılımının bireylerin psikososyal gelişimlerine olumlu etkileri olduğunu, kendilerini gerçekleştirme, güven duygusu ve zorluklarla baş etme gücünü arttırdığını belirtmektedir.

Uluslararası araştırmalarda da, serbest zaman etkinliklerinin pek çok ruhsal hastalığın tedavisinde etkin bir tedavi yöntemi olduğu, psikososyal gelişimdeki olumlu katkıları bildirilmektedir.

Mc Avoy (1985) tarafından yapılan araştırma, açık alan etkinliklerine katılımın bireylerde fiziksel, ruhsal ve sosyal sağlığa olumlu etkilerinin yanında, bireyin kendine olan güven ve saygısını arttırdığını, kişisel beceri, sosyal davranışlar, vücut ve kişilik gelişimi ile genel davranışları üzerinde olumlu değişikliklere yol açtığını ortaya koymuştur. Açık alanda yapılan her rekreasyonel etkinlik günlük baskılardan ve yaşamın olumsuz etkilerinden terapötik bir kaçıştır. Açık havada, doğa içinde uzun bir yürüyüş büyük bir problemin çözümü olabilir veya rahatsız edici düşüncelerden kurtulmayı sağlayabilir (Tomporowski ve Ellis, 1984). Serbest zaman aktivitelerine katılım sırasında motorik ve fiziksel yeteneklerin (Bowles, 1969) gelişimi söz konusudur. Motorik becerilerin artması bireylerin kendilerini daha yeterli görmelerini sağlayabilir. Bunun sonucunda bireylerin atılganlık, kişisel ve sosyal uyum düzeyleri artarken depresyon düzeyleri düşmektedir (Saygılı, 2000).

Görüldüğü gibi serbest zaman etkinliklerine katılım, bireyi diğer bireylerden ayıran kişilik ve davranış özelliklerinin olumlu yönde değişmesine neden olmaktadır. Araştırmamızda rekreasyonel etkinlik olarak rüzgar sörfü ve uçurtma sörfü yapan bireylerin atılganlık, sosyotropi ve otonomi özellikleri incelenmiş ve bu özelliklerin hiçbirinde olumsuz bir durumla karşılaşılmamıştır. Bu durumun, serbest zaman etkinliklerinin bireyler üzerindeki olumlu etkilerinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Her iki etkinlik katılımcıların mental ve fiziksel enerjilerini dengeleyebildiklerini akla getirmektedir.

Ancak araştırmadan elde edilen bu sonuçların, seçilen rekreasyonel etkinliklerin birbirine benzemesinden de kaynaklanmış olabileceği de dikkatten kaçmamalıdır. Bu nedenle bundan sonraki araştırmalarda;

- 1- Rekreasyonel etkinliklerin birbirinden daha farklı seçilmesi,
- 2- Katılımcı sayısının daha fazla tutulması,

3- Katılımcıların seçtikleri rekreasyonel etkinliğe hangi sebeplerden dolayı yöneldiklerinin belirlenmesi,

4- Katılımcıların hangi meslek grubunda yer aldığı ve aylık gelir düzeyinin belirlenmesi,

5- Anketlerin tamamının katılımcılara yüz yüze uygulanması önerilebilir.

## Kaynaklar

Akaya, C. (2005). Depresyon Etiyolojisinde Serotonin ve Noradrenalin. *Yeni Symposium Dergisi*, 43(3), 91-963.

Bağır, S., Geri S. (2007). Moskova Meslek Yüksekokulundaki Öğrencilerin Serbest Zaman Faaliyetleri Periyodunda Fiziksel Aktivitelere Olan İlgileri. 9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Bildiri Kitabı, Sayfa 71.

Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215.

Bilge, F. (1990). *Sporcuların Psikolojik İhtiyaçları*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. H.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara

Bowers, K.S. (1973). Situationism in psychology: An analysis and a critique. *Psychological Review*, 80(5), 307-336.

Brody, N. (1988). *Personality: in search of individuality* / San Diego : Academic Press.

Büküsoğlu, N., Bayturan, A.F. (2005). Serbest Zaman Etkinliklerinin Gençlerin Psiko-Sosyal Durumlarına İlişkin Algısı Üzerindeki Rolü. *Ege Tıp Dergisi*, 44 (3), 173 – 177.

Cılga, İ. (1986). *Toplumla Çalışma İlkeleri Açısından Gençlik Merkezi Faaliyetlerinin Geliştirilmesi*, Gençlik Merkezi Yöneticileri Semineri, Ankara, MEB Basımevi

Demirkan, M., Tekin, A., Zorba, E., Müftüleri, M., Ceylan, Ö. (2006). *Spor Turizmi: Gökova Körfezi'nde Su Sporlarına Uygun Alanların Belirlenmesine Yönelik Bir Çalışma*. 9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Muğla.

Erkek, N., Özgür, G., Babacan Gümüş, A.(2006). Hipertansiyon Tanısı Alan Hastaların Sürekli Öfke Ve Öfke İfade Tarzları. *C.Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi* (2006), 10(2), 9-18

Fisher, A.C., Zwart, E.F. (1982). Psychological Analysis of Athletes' Anxiety Responses. *Journal of Sport Psychology*, Vol. 4 Issue 2, 139.

Fraleigh, W.P. (1956). *Influence of play upon social and emotional adjustment with implications for physical education*. Univ. of Oregon, Eugene, Ore

Frost, A.K., Pakiz, B. (1990). The effects of marital disruption on adolescents: Time as a dynamic. *American Journal of Orthopsychiatry*. Vol 60(4), 1990, 544-555.

Kabakçı, E. (2001). Üniversite Öğrencilerinde Sosyotropik/Otonomik Kişilik Özellikleri, Yaşam Olayları ve Depresif Belirtiler, *Türk Psikiyatri Dergisi*, (12-4), 273-282

Kahriman, İ. (2005). Karadeniz Teknik Üniversitesi Trabzon Sağlık Yüksekokulu Öğrencilerinin Benlik Saygıları Ve Atılganlık Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *C.Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, Adana, (9), 24- 32

- Kaya, N., Aştı, T., Acaroğlu, R., Kaya, H., Şendir, M. (2006). Hemşire Öğrencilerin Sosyotropik-Otonomik Kişilik Özellikleri ve İlişkili Faktörlerin İncelenmesi. *C.Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 10 (3), 1- 11
- Kesim, Ü. (2006). *Fiziksel Aktivite, Sağlıklı Yaşam ve Yerel Yönetimler Sempozyumu Sonuç Raporu*, Eskişehir
- Kılbas, S. (2001). *Gençlik ve Boş zaman Değerlendirme*. AnacaYayınları. Adana
- Koruç, Z. ve Bayar, P. (1989). *Sporun Kişilik Üzerine Etkileri*. Ankara: Araştırma Raporu, Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü
- Kraus, Richard G. (1977). *Recreation Today: Program, Planning and Leadership*, California
- Kuru, E. (2003). Farklı Statülerdeki Beden Eğitimi Öğrencilerinin Kişilik Özellikleri. *G.Ü. Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23 (1), 175-191.
- McConnel, K.E. (1985). *The Economics of Outdoor Recreation. (Handbook of Natural Resources and Energy Economics* , Volume II, Elsevier Science Publishers: Ed. Knesee, A.V., Sweeney, J.L..
- Rushall, B.S., Siedentop, D. (1972). *The development and control of behavior in sport and physical education*. Philadelphia, PA, US: Lea & Febiger.
- Saygılı H. (2000). *Problem çözme becerisi ile sosyal kişisel uyum arasındaki ilişkinin incelenmesi*. A.Ü Sosyal bilimleri Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi, Erzurum
- Schurr, K.T., Asley, M.A., Joy, K.L. (1977). A multivariate analysis of male athlete characteristics: Sport type and success. *Multivariate Experimental Clinical Research*, 3, 53-68
- Tegin, B. (1999). Üniversite Öğrencilerinde Depresif Belirtilerle Atılgnlık Düzeyi Arasındaki İlişki. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7 (1-2), 51-63
- Tekin, A. (2009). *Rekreasyon*, Ata Ofset Matbaacılık, Ankara
- Tomporowski P.D., Ellis N.R. (1984). Effects of exercise on the physical fitness, intelligence, and adaptive behavior of institutionalized mentally retarded adults. *Applied-research-in-mental-retardation-(Elmsford, N.Y.)*. 5(3), 329-337
- Willis, K.G. (1991). The Recreational Value of the Forestry Commission Estate in Great Britain: A Clawson-Knetsch Travel Cost Analysis. *Scottish Journal of Political Economy*, 38(1): 58-75.37. 28