

Bölüm 23

EKSTREM SPORCULARDA SPOR TÜKETİM GÜDÜSÜNÜN FARKLI BRANŞLAR AÇISINDAN İNCELENMESİ

Merve CEYLAN¹

GİRİŞ

Spor, toplum hayatında çok değişik yollardan giderek, bireyleri doğrudan ya da dolaylı olarak kendisine bağımlı kılmış ve her zaman insanların ilgisini canlı tutmayı başarmış bir sosyal olgudur. İnsanların vazgeçilmez zevklerini, ihtiyaçlarını karşılayarak kendisine bağlayan spor, günümüz dünyasında büyük bir sosyal kurum olduğunu kabul ettirerek toplumu çok yakından ilgilendiren belli davranışlar, düşünceler, inançlar ve semboller geliştirmiştir. Modern dünyada hızla gelişen teknoloji, insan gücüne duyulan gereksinmeyi giderek azaltmış ve bireyleri hareketsiz bir yaşama mahkûm etmeye başlamıştır. İnsan doğasına uymayan bu yaşam biçimi ile birlikte iş ve sosyal çevreden gelen baskı ve stres ortamı insanları psikolojik bakımdan sıkıntıya sokmaktadır. İşte bu aşamada sporun rahatlatıcı ve monotonluktan kurtarıcı fonksiyonunun devreye girmesi, insanların psiko-sosyal gelişimlerine katkıda sağlamaktadır (Şimşek, 2012).

Bazı araştırmacılar ekstrem sporların popüler bir bireysel spor dalı olarak giderek yaygınlaştığını belirtirken, diğerleri bir adım daha ileriye giderek doğa sporlarını spor dünyasında bir devrim olarak tanımlamaktadır (Puchan, 2004). Doğal alanların insan psikolojisini olumlu yönde etkilediğini gösteren iki teori bulunmaktadır: Psiko-fizyolojik Stres Azaltma Teorisi ve Dikkat Restorasyonu Teorisi. Psiko-fizyolojik Stres Azaltma Teorisi'ne göre, insanların doğayla temas etmesiyle, tehdit unsuru taşımayan doğal uyarıcılar, insanı rahatlatmakta ve parasempatik sinir sistemi uyarılarak mutluluk duygusu ve gevşeme hissi ortaya çıkmaktadır. Dikkat Restorasyonu Teorisi'ne göre ise doğanın ilgi çekici ve güçlü uyarılarına verilen istem dışı dikkat, bilişsel performansı artırmaktadır. Kentin günlük yaşamı içinde dikkat gerektiren işler sınırlı olan bilişsel performansı tüketmektedir. Doğal ortamlardaki istem dışı dikkat ise tükenen bilişsel performansın yenilenmesini sağlamaktadır (WHO, 2016, s. 4). Bu da insanların bir doğa sporu olan ekstrem sporlara olan ilgilerinin artmasında haklı bir sebeptir.

¹ Öğr. Gör. Dr. / Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi / merveceylan@mu.edu.tr

Gün geçtikçe daha da popüler bir hal alan ekstrem sporlara olan ilgi özellikle gençler arasında gittikçe artmaktadır. Sosyal medya kullanımının yaygın olması, medyadaki figürlerin fiziksel olarak iyi olma hali ve gençler arasındaki gizli rekabet fiziksel iyi olmayı adeta bir zorunluluk haline getirmektedir. Bu nedenle gençlerin ekstrem sporlara katılımlarında hem popüler olma isteğinin hem de fiziksel olarak daha iyi görünme isteğinin önemli bir etken olduğu düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

- Adamson, B., Wade, K. (1986). Predictors of sport and exercise participation among health science students. *Australian Journal of Science and Medicine in Sport*, 18 (4), 3-10, 1986.
- Allman, T.L., Mittelstaedt, R.D., Martin, B., Goldenberg, M. (2009). Exploring the Motivations of BASE Jumpers: Extreme Sport Enthusiasts. *Journal of Sport & Tourism* Vol. 14, No. 4, , pp. 229–247
- Ardahan, F. (2013) Rekreasyonel Egzersiz Gdleme leėinin Rekreatif Spor Türüne Göre İncelenmesi: Antalya rneėi. *İğdir Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. Sayı 4, 95-108
- Ardahan, F., Lapa Yerlisu, T. (2010). Aıkalan rekreasyonu: bisiklet kullanıcıları ve yryşlilerin doğa sporu yapma nedenleri ve elde ettikleri faydalar. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 8:1.
- Biddle, S., Bailey, C. (1985). Motives toward participation and attitudes toward physical activity of adult participants in fitness programs. *Perceptual and Motor Skills*, 61, 831-834
- Demirer Y. (2005). Beden algısı ve ruh sağlığı. <http://www.acilservis.pro/beden-algisi-ve-ruhsagligi>
- Ergr, E. (1996). Üniversite rencilerinde beden-benlik algısı ve ruh sağlığı arasındaki ilişki. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Ewart, A. (1983). *Outdoor Adventure and Self-concept: A Research Analysis*”, Centre of Leisure Studies, University of Oregon
- Floyd, M.F., Nicholas, L., Lee, I., Lee, J., Scott, D., (2006) Social stratification in recreational fishing participation: Research and policy implications. *Leisure Sciences*, 28: 351-368.
- Kelly, J., (1983) Leisure style: A hidden core. *Leisure Sciences*, 5(4), 321-337.
- Lucas, R., (1990) Wilderness use and users: Trends and projections. In J.C. Hendee, G. H. Stankley and R. C. Lucas (Eds.), *Wilderness management* (pp. 356-390), Colorado: North American Press.
- Lupton, D. (1999). *Risk and Sociocultural Theory: New Directions and Perspectives*. Cambridge University Press, 1-25
- Mathes, S., Battista, R. (1985). College men’s and women’s motives for participation in physical activity. *Perceptual and Motor Skills*, 61, 719-726, 1985.
- Palmer C. (2001). Extreme sports a risky business for tourists. Media Release, 11 September 2000. Retrieved May 4
- Puchan, H. (2004). Living „extreme“: Adventure sports, media and commercialisation, Vol. 9, 2 171–178 *Journal of Communication Management*
- Shaw, S., (1999) Gender and leisure. In E. Jackson and T. Burton (Eds.), *Leisure studies:*

Spor Bilimleri Araştırmaları I

- Prospects for the twenty-first century (pp. 271-282), State College, PA: Venture Publishing Inc.
- Summers, J., Sargent, G., Levey, A. & Murray, K. (1982). Middle-aged, non-elite marathon runners: A profile. *Perceptual and Motor Skills*, 54, 963-969
- Şimşek, K.Y. (2010). Türk Ekstrem Sporcuları İçin Spor Tüketim Güdüsü Oeęinin Güvenirlik ve Geçerlik alıŐması”, *Celal Bayar Üniversitesi Beden Eęitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 5(3):97-106
- Şimşek, K.Y. (2012) Türk Ekstrem Sporcularının Spor Tüketim Faktörleri. *Ege Akademik BakıŐ Dergisi*, cilt 12, 71-84
- World Health Organization. (2016). *Urban Green spaces and health*. Copenhagen, Denmark