



**T.C.  
CUMHURİYET ÜNİVERSİTESİ  
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ  
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANA BİLİM DALI**

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN REKREATİF FAALİYETLERE YÖNELİK  
TUTUMLARI VE BOŞ ZAMAN MOTİVASYONLARININ BAZI  
DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ**

**Ali Murat KAYA**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**SİVAS**

**2011**

T.C.  
CUMHURİYET ÜNİVERSİTESİ  
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ  
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANA BİLİM DALI

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN REKREATİF FAALİYETLERE  
YÖNELİK TUTUMLARI VE BOŞ ZAMAN MOTİVASYONLARININ  
BAZI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

ALİ MURAT KAYA

YÜKSEK LİSANS TEZİ

DANIŞMAN  
YRD.DOÇ.DR. TUĞBAY İNAN

SİVAS

2011

Bu tez Cumhuriyet Üniversitesi Senatosu'nun 24.09.2008 tarihli ve 007 sayılı toplantısında kabul edilen Fen ve Sağlık Bilimleri Enstitüsü Lisansüstü Tez Yazım Kılavuzu adlı yönergeye göre hazırlanmıştır.

## ÖZET

# ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN REKREATİF FAALİYETLERE YÖNELİK TUTUMLARI VE BOŞ ZAMAN MOTİVASYONLARININ BAZI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

Ali Murat KAYA

Yüksek Lisans Tezi, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı

Danışman: Yrd.Doç.Dr. Tuğbay İNAN

2011/ 81 sayfa

Bu çalışma, üniversite öğrencilerinin rekreatif faaliyetlere yönelik tercihlerini ve boş zaman motivasyonlarını, rekreatif faaliyetlere katılımlarını sağlayan bireysel faktörleri ve bunları etkileyen bazı değişkenleri incelemek amacıyla yapılmıştır. Araştırmanın evrenini; Cumhuriyet Üniversitesini fakülte ve yüksekokullarında örgün öğrenim gören 12136 öğrenci, örneklemini ise; 2000 öğrenci oluşturmuştur. Araştırma kapsamında yer alan öğrencilerin % 52,3'ü kız, % 47,7'si erkek, % 93,4'ü 19-24 yaş aralığında, % 37,5'i ev arkadaşlarıyla, % 36,4'ü yurttan ve % 23'ü ise ailesi ile birlikte yaşamakta olup, %76,3'ünün gelir düzeyi 250-500 liradır. Katılımcıların % 66'9'u boş zamanını etkin geçirmediğini, % 91,9'u ise, Üniversite yerleşkesindeki rekreatif etkinlikler için tesis ve olanakları yeterli bulmadığını belirtmiştir. Öğrenciler en çok sosyo-kültürel etkinlikleri tercih etmekte olup, aktiviteler içerisinde sanatsal etkinlikleri tercih edenlerin oranı ise en azdır. Öğrencilerin en sık tercih ettikleri aktiviteler sırasıyla; müzik dinlemek, internette zaman geçirmek ve spor yapmak olup en az kitap okumak, sinema ve tiyatroya gitmektedirler. Öğrencilerin Boş Zaman Motivasyon Ölçeği puan ortalaması  $66,28 \pm 10,31$  olup, 19-21 yaş grubunda olan, kız cinsiyetinde, kendi isteğine göre bölümünü tercih eden ve yurttan kalan öğrencilerin boş zaman motivasyonlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. ( $p < 0,05$ ). Araştırmanın sonucunda öğrencilerin boş zaman motivasyonlarının orta düzeyde olduğu ve erkeklerin kendi isteğine göre fakültelerini tercih etmeyenlerin ve ailelerinin yanlarında kalanların motivasyonlarının daha düşük olduğu bulunmuştur. **Anahtar Kelimeler** : Rekreasyon, Boş Zaman, Üniversite Öğrencisi, Motivasyon

## **ABSTRACT**

### **REVIEW OF UNIVERSITY STUDENTS' ATTITUDES TOWARDS THE RECREATIVE ACTIVITIES AND LEISURE TIME MOTIVATIONS IN TERMS OF CERTAIN VARIABLES**

Ali Murat KAYA

Master Of Arts Thesis, Department of Physical Training and Sports

Supervisor Assist. Prof.Dr. Tuğbay İNAN

June 2011/ 81 pages

This study is conducted to examine the preferences and leisure time motivation of university students towards recreative activities, the individual factors which lead students to participate recreative activities and certain variables which affect those. 12136 students who takes education in the faculties and academies of Cumhuriyet University constitutes the population of the study. 2000 students constitutes the samples of the study. 52.3 % of the population is female; 47.7 % is male; 63.4 % is between 19-24 ages; 37.5 % stays with their flatmate; 36.4 stays in dormitory and 23 % stays with their family and their level of income is around 250-500 Turkish Liras. 66.9 % of the participants says that they do not use their leisure time efficiently while 91.9 % claims that there not not sufficient places and facilities for recreative activities in the campus. Students mostly prefer socio-cultural activities and the least preference in this section is artistic activities. The most common activities among the students are respectively, listening to music, spending time on Internet and doing sports while the least common ones are reading and going to cinema and theatre. The Average of the scale is  $66,28 \pm 10,31$  and the leisure time motivation of those females between 19 and 21 years old and who chose their field of study themselves and who stay at dormitories is relatively high. ( $p < 0.05$ ) The leisure time motivation level of the students is intermediate and those males who did not choose their field of study themselves and those who stay at dormitories is relatively high. ( $p < 0.05$ ).

**Key words:** Recreation, Leisure time, University student, Motivation

## TEŐEKKÖR

Öncelikle yüksek lisans eğitiminin bir ürünü olan bu çalışmamda, gerek lisans eğitimi gerekse yüksek lisans eğitimi süresince, bana her konuda yol gösteren ve benden hiçbir katkısını esirgemeyen değerli hocam ve danışmanım, Yrd.Doç.Dr. Tuğbay İNAN'a.

Tezin yazımı sırasında katkılarını esirgemeyen, sevgili ablam; Yrd.Doç.Dr. Meral KELLECI'ye ve sevgili hocam Yrd.Doç.Dr. Murat KANGALGİL'e,

Uygulama ve istatistik alanındaki yardımlarından dolayı, değerli hocam, Yrd.Doç.Dr. Ziyet ÇINAR'a,

Son olarak tüm eğitim ve öğrenim hayatım boyunca maddi ve manevi desteklerini esirgemeyen değerli aileme sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

## İÇİNDEKİLER

ÖZET.....	iii
ABSTRACT.....	iv
TEŞEKKÜR.....	v
TABLolar .....	ix
ŞEKİLLER .....	x
<b>I.BÖLÜM</b>	
1. GİRİŞ.....	1
1.1.Araştırmanın Amacı.....	4
1.2.Araştırmanın Soruları.....	4
1.3. Sayıtlılar.....	4
1.4. Sınırlılıklar.....	4
<b>I. BÖLÜM</b>	
2. GENEL BİLGİLER.....	5
2.1. Zaman Kavramı.....	5
2.2. Zamanın Kullanımı.....	6
2.3. Zamanın Kullanım Bölümleri.....	7
2.4. Boş Zaman Kavramı.....	8
2.4.1.Boş Zamanın Temel Fonksiyonları.....	10
2.4.1.1. Dinlenme Fonksiyonu.....	10
2.4.1.2. Eğlenme Fonksiyonu.....	10
2.4.1.3. Gelişim Fonksiyonu.....	11
2.4.2. Bos Zamanları Değerlendirmenin Yararları.....	11
2.4.2.1. Fiziksel Yararları.....	11
2.4.2.2. Psikolojik Yararları.....	12

2.4.2.3. Toplumsal Yararları.....	12
2.5. Rekreasyon.....	13
2.5.1. Rekreasyonun Tanımı ve Anlamı.....	13
2.5.2. Rekreasyonun Sınıflandırılması.....	15
2.5.3. Rekreasyonun Özellikleri.....	17
2.5.4. Rekreasyon İhtiyacı.....	18
2.5.5. Rekreasyona Duyulan - İhtiyacın Nedenleri.....	19
2.5.5.1. Kişisel Nedenler.....	19
2.5.5.2. Toplumsal Nedenler.....	22
2.5.6. Rekreasyonun Tarihsel Gelişimi.....	24
2.6. Motivasyon Kavramı.....	27
2.6.1. Motivasyonun Anlam ve Önemi.....	28
2.7. Rekreasyonel Egzersize Katılım ve Motivasyon.....	31
<b>III. BÖLÜM</b>	
3. ARAŞTIRMA YÖNTEMİ.....	33
3.1. Araştırma Yöntemi.....	33
3.2. Evren ve örneklem.....	33
3.3. Veri Toplama Araçları.....	33
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu(Ek-1).....	33
3.3.2. Rekreasyon Tercih Listesi (Ek-II).....	34
3.3.3. Boş Zaman Motivasyon Ölçeği (BMÖ)(Ek-III).....	34
3.4. Verilerin Toplanması	36
3.5. Verilerin Analizi.....	36
<b>IV. BÖLÜM</b>	
4. BULGULAR.....	37
4.1 Öğrencilerin Bazı Demografik Bilgilerine Göre Tanımlanması.....	37



4.2 Öğrencilerin Boş Zaman Aktivitelerine Katılımlarında Motive Eden Faktörlerin Sıralaması ile Bazı Değişkenlere Göre Analiz Sonuçları.....	45
<b>V. BÖLÜM</b>	
5. TARTIŞMA.....	61
<b>VI. BÖLÜM</b>	
6. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	67
KAYNAKLAR.....	70
EKLER.....	77
ÖZGEÇMİŞ.....	81

## TABLULAR DİZİNİ

Tablo 1.	Boş Zaman Motivasyon Ölçeğinde Yer Alan Soruların Alt Boyutlarda Yer Alan Maddelerinin İç Tutarlılık Katsayıları.....	35
Tablo 2.	Öğrencilerin Demografik Bilgileri.....	37
Tablo 3.	Öğrencilerin Fakültelere Göre Dağılımı.....	38
Tablo 4.	Öğrencilerin Öğrenim Gördükleri Bölümleri Kendi İsteklerine Göre Tercih Edip Etmeme Durumlarına göre Dağılımı.....	39
Tablo 5.	Öğrencilerin Boş Zamanlarını Etkin Değerlendirme Durumlarına Göre Dağılımı.....	40
Tablo 6.	Öğrencilerin Üniversitedeki Tesis ve Olanakların Yeterliliği Hakkındaki Görüşleri.....	41
Tablo 7.	Öğrencilerin En Çok Tercih Ettikleri Rekreatif Etkinlik Grupları.....	42
Tablo 8.	Öğrencilerin En Sık Tercih Ettikleri Aktiviteler.....	43
Tablo 9.	Öğrencilerin Boş Zaman Motivasyon Ölçeği Toplam ve Alt ölçek Puan Ortalamalarının Dağılımı.....	44
Tablo 10.	Öğrencilerin Boş Zaman Motivasyon Ölçeği Toplam ve Alt ölçek ve Puan Ortalamalarının Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılması.....	46
Tablo 11.	Öğrencilerin Boş Zaman Motivasyon Ölçeği Toplam ve Alt ölçek Puan Ortalamalarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması.....	48
Tablo 12.	Öğrencilerin Boş Zaman Motivasyon Ölçeği Toplam ve Alt ölçek Puan Ortalamalarının Fakültelere Göre Karşılaştırılması.....	49
Tablo 13.	Öğrencilerin Boş Zaman Motivasyon Ölçeği Toplam ve Alt ölçek Puan Ortalamalarının Öğrenim Gördükleri Bölümleri Kendi İsteklerine Göre Tercih Edip Etmeme Durumlarının Karşılaştırılması.....	51
Tablo 14.	Öğrencilerin Boş Zaman Motivasyon Ölçeği Toplam ve Alt ölçek Puan Ortalamalarının Yaşadıkları Yere Göre Karşılaştırılması.....	52
Tablo 15.	Öğrencilerin Boş Zaman Motivasyon Ölçeği Toplam ve Alt ölçek Puan Ortalamalarının Aylık Gelirlerine Göre Karşılaştırılması.....	54
Tablo 16.	Öğrencilerin Boş Zaman Motivasyon Ölçeği Toplam ve Alt ölçek Puan Ortalamalarının Boş Zamanlarını Etkin Değerlendirme Durumlarına Göre Karşılaştırılması.....	55
Tablo 17.	Öğrencilerin Boş Zaman Motivasyon Ölçeği Toplam ve Alt ölçek Puan Ortalamalarının Üniversitedeki Tesis ve Olanakların Yeterliliğini Değerlendirme Durumlarına Göre Karşılaştırılması.....	56

Tablo 18.	Öğrencilerin Boş Zaman Motivasyon Ölçeği Toplam ve Alt ölçek Puan Ortalamalarının En Çok Tercih Ettikleri Aktivite Gruplarına Göre Karşılaştırılması.....	57
Tablo 19.	Öğrencilerin Boş Zaman Motivasyon Ölçeği Toplam ve Alt Ölçek Puan Ortalamalarının En Sık Tercih Ettikleri Aktivitelere Göre Karşılaştırılması..	59

## ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil 1: Zamanın Kullanım Bölümleri.....	7
Şekil 2: Engeller, Motivasyon ve Katılım Sıklığı Arasındaki İlişki Modeli....	32

# I. BÖLÜM

## 1.GİRİŞ

Sanayi devriminin gerçekleşmesi ile birlikte, özellikle teknoloji alanındaki gelişmeler, ev içi aletlerin makineleşmesi, ulaşımdaki kolaylık ve çalışma saatlerinin kısılması gibi birçok etken, insanların daha fazla boş zamana sahip olmasına imkân sağlamıştır. Aynı zamanda bu gelişmeler boş zamana olan ilginin artmasına, boş zaman faaliyetlerinin çeşitlenmesine ve bu faaliyetlere ayrılan sürenin de artmasına neden olmuştur. Yaşamların değiştiği ve yeni boyutlar kazandığı günümüzde bu değişimin doğal sonucu olarak da yeni sorunlar ortaya çıkmaktadır. Bu sorunlardan biri de boş zamanların artması ve boş zamanların nasıl değerlendirileceğidir (Fişek, 1998) .

Bireylerin sosyal, psikolojik ve kültürel yönden gelişmesinde etkili olan boş zaman faaliyetleri insan unsurunun, topluma sosyal ve ekonomik yönden daha çok katkıda bulunmasına imkân sağlayacaktır. Boş zamanları önemli yapan diğer bir yönü de bireylerde çeşitli doyumlara yol açmasıdır. Bir başka yönüyle boş zaman faaliyetleri, bireylerin sosyalleşmesi toplumla bütünleşmesi gibi açılardan da etkili olabilmektedir (Özkalp, 1997).

Bireysellikten toplumsallığa geçiş sürecinde, bireyin en kalabalık topluluklarla bir arada olma süreci öğrencilik dönemlerinde görülmektedir. Bunun daha mantıklı ve bilinçli tercihlerle oluştuğu dönem, gelişim dönemi olarak da düşünüldüğünde, üniversitelerdir. Üniversite eğitimi sırasında, olası aile ortamından da uzaklaşan bireyin yeni eğilimler ve yeni arkadaş grupları edinme döneminde kazandırılacak bazı alışkanlıklar, onun tüm yaşam kalitesini de olumlu veya olumsuz yönde etkileyebilecektir. Zaman içerisinde arkadaş veya arkadaş grupları ile birlikte, sosyal çevreden de etkilenen öğrenciler boş zamanlarını etkili ve verimli bir biçimde kullanamayarak kötü alışkanlıklar ve sorumsuz davranış biçimleri de sergileyebilmektedirler.

Bu nedenle boş zamanların etkili ve verimli bir biçimde değerlendirilmesi gelişmiş ve gelişmekte olan tüm ülkelerde üzerinde en çok durulan ve önem verilen ortak problemlerdendir (Erken, 2008).

Boş zaman, kişinin işe, işle ilgili sorumluluklarına, kendisinin ve ailesinin bakımına ayırdığı zamanın dışında kalan, dolayısıyla zorunluluklarının olmadığı özgür

bir zaman birimi olarak tanımlanmaktadır (Karaküçük, 1997). Uluslararası boş zamanı inceleme gurubu boş zaman faaliyetinin niteliğini şöyle açıklamaktadır; boş zaman etkinliği kişinin mesleki, ailesel ve toplumsal ödevlerini yerine getirdikten sonra, özgür iradesiyle girişebileceği dinlenme, eğlenme, bilgi ya da becerilerini geliştirme, toplum yaşamına gönüllü olarak katılma gibi bir dizi uğraşlardır (Koç, 1994). Boş zaman olumlu kullanılırsa kişisel ve toplumsal gelişim olumsuz kullanılırsa bunalım, verimsizlik, mutsuzluk gibi sorunlar ortaya çıkmaktadır (Balcı, 2003).

Boş zaman değerlendirme ve rekreasyon bazen aynı anlamda kullanılmaktadır (Özdağ, 1996). Ancak rekreasyon boş zamanda yapılan etkinlikleri kapsamaktadır. Boş zamanları değerlendirme etkinliği olan rekreasyon, Gottman ve Glikson'a göre (Balcı, 2003), "insan zihninin tazelenmesi, yaşamının canlandırılmasıdır". Bir başka ifadeyle rekreasyon, kişinin kendini tatmin veya eğlence için yaptığı uğraşlardır. Avrupa standartlarına göre, 80 yıllık bir insan ömrünün % 32'lik zaman dilimi boş zaman olarak şekillenirken, bu oran ülkemiz kent insanında % 40 civarındadır (Küçüktopuzlu, vd., 2003).

İyi bir şekilde planlandığı ve sunulduğu zaman, rekreasyon sosyal yaşantı şekillerini her yaşta insana öğretmenin, ait olma duygusunu ve kişilik olgusunu oluşturmanın, böylece de insan kaynaklarını korumanın, geliştirmenin ve hayat standardını yükseltmenin yollarından birisidir. İlgi alanı bireyin dürtü ve motivasyonuna bağlı olarak belirlenebilir, dolayısıyla rekreasyon etkinlikleri düzenlenirken aktiviteleri spor, müzik, drama, el uğraşı, kamp, oyun, dans gibi sosyal ve özel olaylar içeren faaliyetler olarak planlanmalıdır (Balcı, 2003).

Toplumsal yaşamın içerisinde sıklıkla karşılaştığımız boş zaman faaliyetleri her kesimden ve her yaşta insanın ilgisini çekebilmekle birlikte, yoğun olarak gençler üzerinde etkisini göstermektedir. Boş zaman faaliyetlerin gerçekleştirilebilmesi için gerekli tesis ve donanım ise; kamu kurum ve kuruluşlarının yanı sıra sivil toplum örgütleri tarafından sağlanmaktadır. Özellikle gençlerin bu faaliyetleri toplu ve düzenli bir şekilde yapabilecekleri alanların geliştirilmesi ve düzenlenmesi üniversitelere de ciddi yükümlülükler getirmektedir (Balcı, 2003). Üniversiteler bir kurum olarak toplum kültürünü yansıtan bir araç konumundadır. Eğer mevcut kültürün ihtiyaçları çeşitli ve karmaşık ise üniversitelerin fonksiyonu da benzer şekilde ortaya çıkacaktır. Bu nedenlerle, rekreasyon eğitimi ile zamanın nasıl kullanılacağı öğrenilmeli ve kişiliği

etkileyen yönlerinden nasıl yararlanılacağı bilinmelidir. Bu da ancak, boş zamanın yaratılması ve kullanılması ile olur (Ağaoğlu, 2002).

İnsan yaşamında çok önemli bir yeri ve değeri olan yüksek öğretim kurumlarındaki öğrencilerin, genç bir yapıya sahip olan Türkiye nüfusu içinde önemli yeri vardır. Bununla birlikte gençler duyarlı ve dinamik yapısı ile ülke geleceğinin tükenmeyen potansiyeli ve güvenidir. Bu nedenle öğrencilerle ilgili konular, boş zamanları değerlendirme sorunları, tüm yüksek öğrenim kurumlarının ortak konuları ve sorunlarıdır.

Üniversite öğrenimi, yıllar boyu devam edecek davranış biçimlerinin oluştuğu en önemli süreçtir. Bu süreçte elde edilecek her pozitif davranış bireyi mutluluğa taşımada bir adım daha ileriye götürecektir. Bu nedenle, boş zaman faaliyetleri üniversite öğrencileri için akademik eğitimin bir parçası olarak yer almalı, öğrenciler rekreasyon kavramının ve boş zamanı değerlendirme eğitiminin kendi hayatlarındaki önemini belirlemelidirler. Çünkü boş zaman, yaşam içinde çocukluktan yaşlılığa kadar sürekli bireyle birlikte var olacak ve rekreasyon yaşamın her safhasında, insana psikolojik, sosyal ve fiziksel faydaları olacak deneyimler yükleyecektir (Karaküçük, 1997). Ayrıca, rekreasyon etkinliklerine katılım öğrencilere yüksek akademik başarıyı garanti etmese bile akademik başarıyı olumlu yönde etkilemektedir ve bilgi düzeylerinin artmasına yardımcı olur (Alay, 2000). Arslan (1996) yapmış olduğu çalışmada rekreasyonun akademik başarıya etkisinin ne olacağını sormuş ve %84,4'lük bir öğrenci kitlesi akademik başarıyı artıracığını belirtmiştir. Bugün zamanın büyük çoğunluğunu sınıflarda, laboratuvarlarda ya da çalışma masalarında geçiren her öğrencinin rekreatif etkinliklere katılıma ihtiyacı vardır. Bu nedenlerle üniversitelerin faaliyet programları, rekreasyon ve dinlenme için fırsatlar sağlamalı, modern yaşamın ve okul çalışmalarının verdiği yoğunluğu öğrencinin üzerinden atmalıdır. Bunun için gerekli çaba, planlama ve programlama yapılmalıdır (Kılbaş, 2001).

### **1.1. Araştırmanın Amacı**

Bu alışma, üniversite öğrencilerinin rekreatif faaliyetlere yönelik tercihlerini ve boş zaman motivasyonlarını, rekreatif faaliyetlere katılımlarını sağlayan bireysel faktörleri ve bunları etkileyen bazı değişkenleri incelemek amacıyla yapılmıştır.

### **1.2. Araştırmanın Soruları**

- a) Üniversite öğrencilerinin rekreatif faaliyetlere yönelik tercihleri nelerdir?
- b) Üniversite öğrencilerinin boş zaman motivasyonları ne düzeydedir?
- c) Üniversite öğrencilerinin rekreatif faaliyetlerini ve boş zaman motivasyonlarını etkileyen değişkenler nelerdir?

### **1.3. Sayıtlar**

Araştırmada kullanılan veri toplama modelinin geçerliliği ve güvenilirliği kanıtlanmış ve araştırmanın amaçlarına hizmet ettiği varsayılmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin anket sorularını eksiksiz, gerçeklere uygun ve içtenlikle cevapladığı varsayılmıştır.

### **1.4. Sınırlılıklar**

Araştırma, Cumhuriyet Üniversitesinin fakülte ve yüksekokullarında örgün öğrenim gören bölümlerinde 2010-2011 eğitim-öğretim yılı 1. (güz) döneminde öğrenim gören öğrencilerle sınırlı tutulmuştur.



## II. BÖLÜM

### 2. GENEL BİLGİLER

#### 2.1. Zaman Kavramı

Günlük hayatta karşılaşılan ve peş peşe gelişen bütün olaylar "zaman" kavramı içerisinde gelişir, yaşanır ve değerlendirilir. Zaman kavramı dışında meydana gelen hiçbir olay ve olgu olamaz. Zaman, hayattır ve zamanı boşa geçirmek, hayatı boşa geçirmek anlamını taşımaktadır (Baltaş ve Baltaş, 1987). İnsanların eşit sahip oldukları tek şey zaman'dır, isteyerek ve istemeyerek harcanmak zorundadır ( Filiz ve Özçalıkuşu, 2001). Herkesin elinde bulunan, kullanabileceği zaman miktarı aynıdır. Çoğu insan yeterli zamanının olmamasından yakınıyor ama yine de bazıları aynı zaman süreci içerisinde diğerlerinden daha fazla iş yapmayı becerirler ( Özmeden, 1997).

Zaman insan için varoluşundan bu yana büyük önem taşımıştır. İnsanın gelişmesinde ve hangi alanda olursa olsun başarısında zaman anlayışının payı büyüktür. Zaman kavramı, fertler kadar toplumlar için de böyle gelişmiştir. İş hayatını, sosyal ilişkilerini, eğlence ve dinlenme alışkanlıklarını bu anlayış içerisinde düzenleyen toplumlar, diğerlerine nazaran daha fazla gelişmişlerdir (Karaküçük, 2001). Türk Dil Kurumu Sözlüğü zamanı, olayların ardışıklığını örererek aklımızda yarattığımız ve olayların bundan sonra da içinde olup gideceklerini düşündüğümüz, başı ve sonu olmayan soyut kavram olarak açıklamaktadır (Türk Dil Kurumu, 1982; Tribe, 1995). Addington, zamanın insanların sonsuzluk ölçüsü olduğunu ve zamanla ilgili doğal kabul edilen her şeyin, insan düşüncesinin bir ürünü olarak ortaya çıktığını belirtir. Zamanı anlamak için, zamanın uzaya bağlı olduğunu kabul etmek gerekir. Uzay ölçüdür. Zaman uzay sayesinde ölçülenebilmektedir. Zaman, bir nesnenin uzaydaki bir noktadan başka bir noktaya geçtiği aralıktır. Zaman ve uzay kavramları birbiri için gereklidir ve birinin varlığı diğerinin varlığına bağlıdır (Karaküçük, 1997).

Jensen'e (1995) göre ise; zaman üç farklı parçadan oluşmaktadır.

- a) Var olma zamanı – biyolojik ihtiyaçlar (uyuma, yemek yeme ve kişisel bakım)
- b) Zorunlu olarak yapılan işler için harcanan zaman – bireyin çalışarak ekonomik kazanç elde etmek için yaptığı iş

### c) Boş zaman – geriye kalan zaman

Zamanın bu şekilde sınıflandırılması toplumdaki bireylerin zamanlarını nasıl harcadıklarının farkında olmasına yardımcı olur. Zamanın farkında olmak zamanın iyi kullanılması gerekliliğini ortaya koyar (Gürbüz, 2006).

Var olmakla ilgili zaman kavramı; insanın daha çok temel fizyolojik ihtiyaçlarını ve hayatını devam ettirmek için gerekli olan eylemleri yapmak için harcadığı zaman olarak da tarif edilebilir. Geçimle ilgili zaman ise; çalışma ve ekonomik giderlerin karşılanması amacıyla harcanan zamandır. Bu iki kavram günümüz insanların hemen hepsi için zorunludur.

Fakat gelişen dünya şartlarında insanlar, ağır çalışma şartlarında kendilerine özel bir zaman dilimine de ihtiyaç duymaktadır. Bu ihtiyaç insanlara boş zaman kavramını hatırlatmıştır. Bugün dünyanın en ileri toplumları da boş zaman konusunda ek taleplerde bulunarak kendilerine ait boş zamanları artırma çabası içindedir (Karaküçük, 2001).

## **2.2. Zamanın Kullanımı**

Zamanı etkili ve verimli kullanabilme öncelikle bir eğitim işidir. Dolayısıyla da okulların ve ailenin üzerinde olan bir sorumluluktur. Zamanın yanlış ve verimsiz kullanımından ortaya çıkan hastalıklar, kişiyi ve bütün toplumu etkilemektedir. Bu ise; bedeni hastalıklardan bile daha tehlikeli olabilmektedir. Zamanı iyi kullanabilmek, insanın kendisine, çalışma hayatına, sosyal hayatına, dinlenme ve eğlenmesine, biyolojik ve fizyolojik ihtiyaçlarının karşılanmasına ayırdığı zaman birimleri arasında dengeyi iyi kurabilmesine bağlıdır.

Zamanı iyi kullanmak için, öncelikle kişinin kendisini iyi tanıması gereklidir. Yani, ne yapacağını, hedeflerinin, amaçlarının neler olduğunu bu açmaların yaşama ve işe yönelik boyutlarının neler olabileceğini iyi kavramalıdır. Neyi yapıp yapmayacağını sınırlarını iyi çizmelidir.

Özetle, insan zamanı iyi planlamak ve kullanmak zorundadır.

Çünkü;

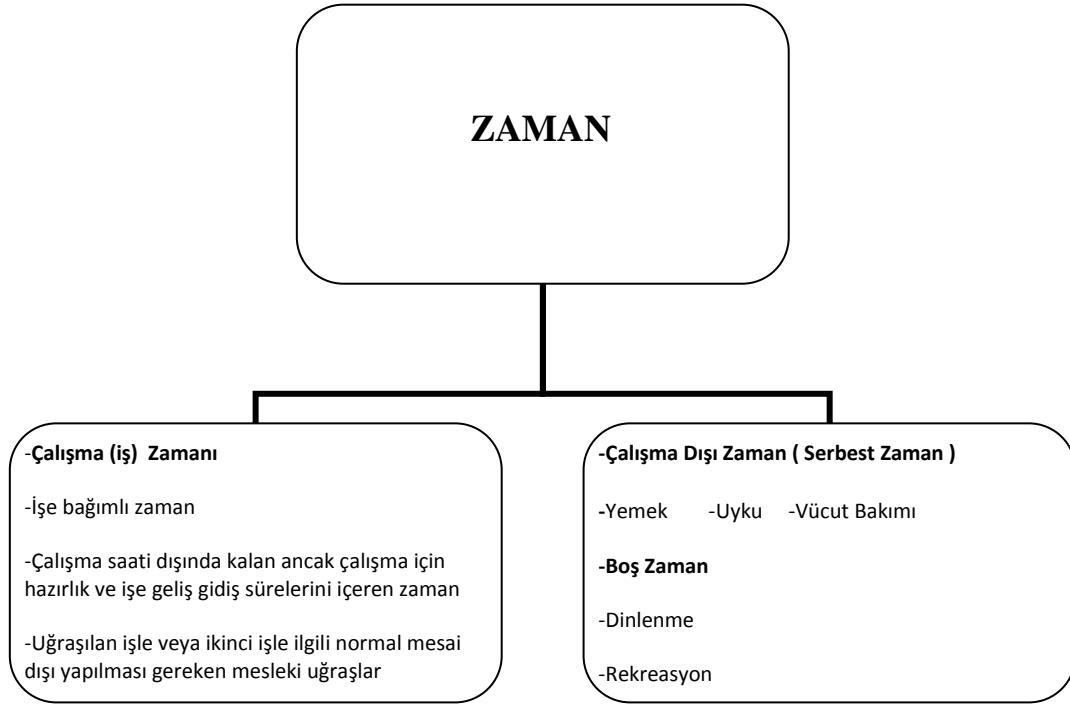
- a) Zaman tasarruf edilemeyen
- b) Ödünç alınamayan, kiralanamayan,

- c) Satın alınamayan, çoğaltılamayan
- d) Para gibi toplanamayan, hammadde gibi depolanamayan,
- e) Sadece kullanılan ve kaybedilen: diğer taraftan zaman, mal elde etmek, ilim tahsil etmek ve sağlık elde etmek için bir hammadde niteliği taşımaktadır (Karaküçük, 1997).

### 2.3. Zaman Kullanım Bölümleri

Zamanın yemek yemek, uyumak gibi fizyolojik ihtiyaçlarının karşılanmasıyla ilgili, çalışmakla ilgili ve oyun eğlence, spor gibi etkinliklerin yapıldığı kullanım bölümleri mevcuttur ( Şekil: 1). Garzia zamanı ; 1. Çalışma zamanı, 2. Çalışmaya bağlı etkinliklere ayrılan zaman, 3. Yaşamı sürdürmeye yönelik etkinlikler ve 4. Serbest zaman olarak bölümlere ayırırken, Megyeri de; 1. Temel ihtiyaçların giderilmesine ayrılan zaman, 2. Çalışma ve buna bağlı etkinlikler ve görevler için ayrılan zaman, 3. Serbest etkinliklere ayrılan zaman, 4. Diğer etkinliklere ayrılan zaman, olarak gruplama yapmıştır (Karaküçük, 1997).

Şekil 1 : Zamanın Kullanım Bölümleri



### 2.3. Boş Zaman Kavramı

Rekreasyon ile ilgili yapılacak bir çalışmada öncelikle ele alınacak konuların başında kuşkusuz boş zaman kavramı gelmektedir. Çünkü; rekreasyon her şeyden önce boş zamanı olan insanların, bu boş zamanlarında gerçekleştirecekleri etkinliklerle ilgilidir. Boş zamanların ve boş zamanları değerlendirmenin önemi, bireylerin dinlenme ve eğlenme gereksinimlerini karşılama ve onların yaşamla bağlarını güçlendirerek, mutlu kılmış olmasındadır (Kaya, 2003). Boş zaman kavramı, günümüzde çağdaş sanayi toplumunun yapısal bir özelliğini ve bu toplum tipinin bir ürünü oluşturmaktadır (Karaküçük, 1997). Birey için ihtiyaçlarını karşılamak, geçimini sağlamak ne kadar önemli ise, boş zaman oluşturmak ve bunu en iyi şekilde değerlendirmek de o derece önemli olmalıdır (Gülbahçe, 1996). Boş zaman; kişinin hem kendisi hem de başkaları için bütün zorunluluklardan veya bağlantılardan kurtulduğu ve kendi isteği ile seçeceği bir faaliyetle uğraşacağı zaman olarak tarif edilmektedir (Tezcan, 1993). Boş zaman birçok kültürel ve kamu hizmeti kapsamı içindeki hobiler ve meşguliyetler dizisine katılım suretiyle benlik geliştirmek için serbestçe kullanım hakkı ve fırsatlarını ifade etmektedir. Boş zaman aynı zamanda içinde bulunulan ruh hali, yaratıcılık ve ruhsal değerlerin bir kaynağı olarak ta kabul edilebilir (Zengin, vd., 2001). Daha geniş ve amaca uygun olabilecek tanımlamada ise boş zaman; insanın zorunluluklar dışında, eğilimleri ve istekleri doğrultusunda istediği gibi oyalanabilmesi, dinlenebilmesi, eğlenebilmesi veya kendini geliştirmesi için hak ettiği zaman dilimidir, ifadesi de kullanılabilir (Karaküçük ve Ekenci, 1995).

Boş zamanın istenildiği gibi yararlanılabilecek zaman olarak kabul edildiği çeşitli anlayışlar ve yaklaşımlar paralelinde birçok tanımlar yapılmıştır. Boş Zaman, teknik gelişim ve sosyal önlemler sonucunda kişinin üretime yönelmiş çalışmaları sonrası veya onu izleyen girişmekte olduğu üretim dışı faaliyetler sonucu harcayabileceği süre denilebilir (Bodur, 1988). Boş zaman yemek uyku ve cinsel ihtiyaçların karşılanması gibi fizyoloji, ev içinde yapılması zorunlu bazı işler gibi ailevi, iş hayatı gibi mesleki faaliyetlerin dışında kalan tamamen bireyin tercihine bağlı olarak tek başına ya da grup halinde özgürce yapılan faaliyetlere ayrılan zaman olarak tanımlanabilir (Arslan, 1996). Bir başka ifadeyle de boş zaman kişinin yapmak zorunda bulunduğu kişisel, mesleki, ailevi ve toplumsal yükümlülüklerini yerine getirdikten sonra geriye kalan zaman ve bu zaman da yapılan uğraşları içerir.

Bireyin kendi adına özgürce kullanma hakkına sahip olduğu iş, yaşam ve zorunlu sorumluluğu olduğu tüm görevler yerine getirildikten sonra, geriye kalan zaman biçiminde tanımlanan boş zaman kavramı; insanın bir şey yapmak ya da yapmamak arasında serbest bir seçim yapabildiği, yapmak ya da yapmamak istediği şeyleri serbestçe tayin edebildiği, fakat yapılan işin sorumluluğunu da yüklenebilecek davranışlar gösterebilmesi gereken zamandır. Aynı zamanda bireyin kendi isteği ile seçeceği bir faaliyetle uğraşacağı zaman olarak, yani kişinin kesin olarak bağımsız ve özgür olduğu iş hayatının dışındaki zaman olarak da tanımlamıştır (Shinn, 2004).

Boş zaman genellikle çalışma dışı zaman olarak kullanılsa da çalışma zamanının tersi kabul edilmektedir. Buna benzer olarak meşgul olunan ve meşgul olunmayan zaman; zorunlu olarak belirli işlere ayrılan zaman, serbest zaman; gerekli zaman, keyfi zaman gibi ifadelendirilerek, boş zamanla boş olmayan zamanı birbirinden ayırt etmeyi amaçlayan görüşlere de rastlanmaktadır (Karaküçük ve Ekenci, 1995). Ekonomik gelişmişlik sürecini tamamlamış ülkelerde boş zaman ortamı da kendiliğinden doğmaktadır. Boş zamanın anlamının farklı kültürlere göre değişebilir olması bu kavramın anlamı ve uygulamaları üzerinde henüz tam bir fikir birliği olmamasında temel nedenlerden sayılabilir (Cordes ve İbrahim, 1991).

Ülkemizde “boş zaman” ve “serbest zaman” ifadeleri kullanılırken biri, diğerine tercih edilebilmektedir. Buna göre, zamanın boş olmayacağından hareketle kavramın “serbest zaman” ifadesi bir tercih nedeni olarak sunulmaktadır. Ancak böyle bir tercih yapanlar bu kez “serbest” sözcüğünün gerçek anlamıyla oluşan farklılaşmadan haberdar görünmemektedir. Gerçekte Farsça bir sözcük olan “serbest”, “başı bağlı olmak” anlamına gelmektedir. Bu anlamıyla serbest zaman, mesai dışı ayrılmış bir zamandan çok, programlanmış, düzenlenmiş bir zamanı ifade etmektedir. Serbest sözcüğünün özgün karşıtı ise “serbaz” sözcüğüdür. O halde bu sözcüğün Türkçede eş anlamlısı ise “boş” ve “başıboş” sözcükleri olsa gerekir. Bu durumda, “serbest zaman” yerine “boş zaman” kavramının mesai dışı zaman ifadesinde kullanılması sözlüğe ve etimolojiye daha uygun görünmektedir (Doğan, 2002).

Tarih boyunca çalışma zamanı insanoğlunu yıpratırken çalışma dışı zamanı ise insanın kendisi için bir şeyler yapması yenilenmesine onun güç tazelemesine ve hayata yeniden başlamasına imkân vermiştir. Bu nedenle insanlar çalışma zamanına verdikleri önemin dışında çalışma dışı zamanına da yani boş zamanın kullanımına da önem

vermişlerdir. Çalışma dışı zamanının yani boş zamanın kullanımı rekreasyon kavramını ortaya koymuş ve insanlar bu kavramı her geçen gün daha da geliştirerek zenginleştirmişlerdir (Çınar ve Sanioğlu, 2000).

Rekreasyon gün geçtikçe büyüyüp gelişmektedir. Fakat daha önemlisi, sadece sosyal refahtan ziyade, gençler için eğitim kadar oyuna duyulan ihtiyaç ve boş zamandan keyif almak amaçlanmaktadır. Bu yüzyıl boyunca yerel parklar, eğlence merkezleri, sinemalar ve gösteri sporlarındaki gelişmeler, boş zaman değerlendirme alışkanlıklarının yenilenmesini sağlamıştır. Günümüzde teknoloji, birçok boş zaman aktivitesinde devrim yaratmıştır (Güngörmüş, 2007).

#### **2.4.1.Boş Zamanın Temel Fonksiyonları**

Boş zamanın üç temel fonksiyonundan bahsetmektedir. 3 D olarak da adlandırılan bu fonksiyonlar; dinlenme veya kendini bırakma, eğlenme ve kendini geliştirme veya gelişimdir (Karaküçük, 1997).

##### **2.4.1.1. Dinlenme Fonksiyonu**

Karaküçük; dinlenme fonksiyonunun, boş zamanı en fazla karakterize eden ve farklı algılamalarla, çalışma hayatı boyunca değerlendirilen temel bir fonksiyon olduğunu ifade etmektedir. Dinlenme, yeniden elde etme veya iş sonrası stres ve yorgunluk atma ile bedensel aşınmaları ve sinir gerilimlerini ortadan kaldıran bir fonksiyon üstlenmiştir. Çalışma saatlerinin 12–15 saat olduğu sanayi devriminin ilk dönemlerinde, işçiler boş zamanlarında dinlenme fonksiyonunu sadece fiziksel gücü yeniden elde etmek anlamında kullanmışlardır. Çalışan için boş zaman, sadece bir sonraki çalışma gününe fiziksel olarak hazırlanmayı ifade etmektedir (Karaküçük, 2005).

##### **2.4.1.2. Eğlenme Fonksiyonu**

Günümüzde insanlar, ne kadar boş zaman etkinliğine katılırsa o kadar başarılı sayılmakta ve statüsü artmaktadır. Eğlenceye verilen önem günlük yaşamda da görülmektedir (Püsküllüoğlu, 2005). Torkildsen, eğlenmenin içten gelen bir istek olduğunu ve boş zamanlarımızda bizleri memnun edecek anlara ihtiyaç duyduğumuzu belirtmiştir (Güngörmüş, 2007).

Bireyler artık birçok spor ve eğlence aktivitelerinde yoğun olarak yer almakta, spora ve eğlenceye olan bu ilgi 20. yüzyılın başlarında giderek artmakta olan bir akımın etkisiyle; sağlıklarına, duygusal, fiziksel ve psikolojik ruh hallerine verdikleri önemde artmıştır ve artmaya da devam etmektedir (Mutlu, 2008).

### **2.4.1.3. Gelişim Fonksiyonu**

Bu tür faaliyetler, insanların bedensel ve ruhsal yorgunluklarını gidererek onlara fiziksel ve ruhsal olarak yaratıcı bir güç kazandırır (Sağcan, 1986). İnsan düşüncesini günlük eylemlerin otomatizminden kurtaran, daha geniş sosyal katılıma imkân sağlayan ve insan kişiliğini geliştirip göstermesine eğilimli olan ve çıkarıcı olmayan faaliyetleri içerir (Karaküçük ve Ekenci, 1995).

Gelişme fonksiyonu, boş zamanda bilgi almak ya da vermek, bir kültürü geliştirmek ihtiyacının ağır bastığı uğraştır. Aniden ortaya çıkan ya da örgütlenmiş gönüllü sosyal faaliyetlere katılma ihtiyacının ağır bastığı etkinliklerdir (Koçer, 1977).

### **2.4.2. Bos Zamanları Değerlendirmenin Yararları**

Boş zamanları değerlendirmenin yararlarını temel olarak üç ana başlıkta toplayabiliriz. Bunlar; fiziksel, psikolojik ve sosyal yararları olarak sıralanmaktadır.

#### **2.4.2.1. Fiziksel Yararları**

Gelişen sanayileşme ve modern yaşam tarzı bedensel hareketliliği azaltmakta ve bu durumda hemen her yaş gurubundaki bireyleri olumsuz yönde etkilemekle birlikte beraberinde ciddi sağlık problemleri getirmektedir (Ateş, 2009). Bu hareketsizlik beraberinde birçok hastalığı da getirmektedir. Bunlardan kurtulmanın en etkili yolu fiziksel aktivitelere yönelmektir. Boş zaman etkinliklerinden biri olan spor, dans, açık ve kapalı alan eğlenceleri, insanların fiziksel sağlıkları için önemli ve ihmal edilemeyecek bir unsurdur. İnsan hareket eden bir varlıktır. Doğumuyla birlikte vücut organları ve sistemleri gelişir ve büyümeye başlar.

Yaşamın sürdürülebilmesi için harekete ihtiyaç vardır; yemek yeme, yürümek, çeşitli hareketlerde bulunmak gibi. Sağlıklı büyüme, gelişme ve yaşamı sürdürmek için uygun bir fiziksel yapı ve fiziksel aktivite gereklidir. Yapılan araştırmalar göstermiştir ki düzenli fiziksel aktivite, şişmanlığı, kalp ve dolaşım sistemi hastalıklarını, yüksek

tansiyon, kolesterol, çeşitli kas ve eklem rahatsızlıklarını vb. gibi önlemede etkilidir. Egzersizle sağlığı korumak bilimsel bir gerçekliktir (Arslan, 1996).

#### **2.4.2.2. Psikolojik Yararları**

Psikolojik yarar hali, insanın ruh sağlığını ifade etmektedir. Ruh sağlığı “kişinin kendisiyle ve çevresiyle sürekli bir denge ve uyum içinde olmasıdır. Ruhsal bakımdan sağlıklı bir insanda aranan nitelikler, olgun bir insanda aranan niteliklerdir. Ruhsal bakımdan sağlıklı, olgun insan seven ve sevilen, davranışları tutarlı, gerçekçi, özgür, çevresiyle uyumlu ilişkiler geliştiren, toplumda bir yeri ve görevi olduğunun bilincinde olan insandır. Yeteneklerini belirli bir amaca yöneltir, doğru ve verimli olarak kullanır. Kendine güvenir, umutsuzluğa kapılmaz, esnektir, hoşgörü sahibidir (Yörükoğlu, 1980).

Günümüzde insanın aile, okul, iş hayatındaki yoğunluğu ve sorunları sinir sistemini bozarak yorulmasına ve dayanma gücünün azalmasına neden olabilir. Modern yaşamın ortaya çıkardığı değişik stres yapıcılar ve bunların karşısında insanın ortaya koyduğu tepkiler, önemli bir rahatsızlığı ortaya koymaktadır (Karaküçük ve Ekenci, 1995).

#### **2.4.2.3. Toplumsal Yararları**

İnsanlar doğal özellikleri itibariyle sosyal özellikleri ile beraber yaratılmışlardır. İnsanlar birbiriyle olan ilişkilerine sadece temel fizyolojik ihtiyaçlarını karşılamazlar. Aynı zamanda katılım, kabullenme, yakınlık gibi sosyal ihtiyaçlarını da giderirler. Sosyalleşme uzun bir süreçtir. Boş zaman aktiviteleri de sosyalleşme için bir hizmet sürecidir. Özellikle boş zamanlarda kazanılan davranışlar bütün yaşamı etkiler.

Sosyalleşme sürecinde bireyin içinde yaşadığı toplumun rol beklentilerini ve değerlerini öğrenir (Kılbaş, 1994). Sosyalleşme sürecinde aile ve arkadaş grupları çok önemli araçlardır. Grup faaliyetlerinde katılımcılar sosyal ihtiyaçlarını karşılar veya ortamları hazırlar. Bu kişide bir tatmin yaratır ve kendini tanımasına yardımcı olur. Kişi boş zaman faaliyetlerine katılarak kendisi için ikinci bir kimlik oluşturma sürecine de girebilir. Birçok insan için boş zaman etkinliklerine katılmak, onların sosyal statüsünü yükseltir (Karaküçük, 2005).



## 2.4. Rekreasyon

### 2.4.1. Rekreasyonun Tanımı ve Anlamı

Genel anlamda rekreasyon insanların boş zamanlarında eğlence ve tatmin dürtüleri ile gönüllü olarak etkinliklere katılımı olarak açıklanabilir (Tunçel, 1999). Başlangıçta amaçlanmaksızın yada dışarıdan güdülenmeksizin, kişinin kendisi için yaptığı herhangi etkinlikler düşüncesi olarak gelişen rekreasyon, bireyin özgür zamanında zevk almak yada bazı fiziki, toplumsal ve duygusal davranışlar için yaptığı etkinlikler ya da deneyimlerdir. Bu nedenle rekreasyon, bireyde doyuma ve iyi olmaya doğru gelişen bir duygudur. Bu duygu üstünlük, güçlülük, canlılık, kabul görme, başarı, kişisel değer ve zevk almadan oluşur (Gültekin, 2008).

İnsanlar, çeşitli büyüklük ve zamanlarda ortaya çıkan boş zamanlarında; uzaklaşmak, dinlenmek, gezme-görme, sağlık, beraber olma, heyecan duyma, farklı yaşantılar elde etme gibi pek çok amaçla, ev dışında veya ev içinde, açık veya kapalı alanlarda ya da pasif-aktif şekillerde, kent içinde veya kırsal alanlarda etkinliklere katılmaktadırlar. Rekreasyon, insanların boş zamanlarında yaptıkları bu etkinlikleri ifade eden bir kavramdır ve insanın çalışma saatleri dışındaki boş zamanlarında katıldığı faaliyetlerle ilgilidir (Karaküçük, 1997).

Rekreasyon, yenilenme, yeniden yaratılma veya yeniden yapılanma anlamına gelen Latince “recreate” kelimesinden gelmektedir. Türkçe karşılığı yaygın bir şekilde serbest zamanları veya boş zamanları değerlendirme olarak kullanılmaktadır. Bu ise kişilerin ya da toplumsal kümelerin boş zamanlarında gönüllü olarak yaptıkları dinlendirici ve eğlendirici etkinlikler anlamını taşımaktadır (Coleman ve Barries, 2000; Şama, 2003).

Bir başka tanımlamada ise, rekreasyon bireyin mesleki, ailevi, toplumsal ödevlerini yerine getirdikten sonra, bağımsız iradesiyle seçebileceği bir seri dinlenme, eğlenme, bilgi ve becerilerini artırma ve kendini yenileme uğraşlarına katılması olarak açıklanmaktadır ( Kır, 2007).

Kültür ve Turizm Bakanlığı, rekreasyonu insanların boş zamanlarında yaptıkları, zorunlu çalışma faaliyetlerinden bağımsız olarak, kişinin boş zamanını serbest olarak ve dilediği gibi kullandığı fiziksel gücünü onarmaya ve ruhsal kapasitesini zenginleştirmeye yönelik zorunlu faaliyetlere karşıt, özgürce seçilen ve fiziksel sosyal

çevrenin değişmesi anlamına gelen faaliyetler olarak da tanımlamaktadır (Karaküçük, 1999).

Rekreasyon kavramının daha kapsamlı bir açıklaması şu şekilde yapılabilir: İnsanın yoğun çalışma ya da rutin hayat tarzı veya olumsuz çevresel etkilerden tehlikeye giren veya olumsuz etkilenen bedeni ve ruhi sağlığını tekrar elde etmek tanımak veya devam ettirmek aynı zamanda zevk ve haz almak, kişisel doyum sağlayacak, tamamen çalışma ve zorunlu ihtiyaçlar için ayrılan zaman dışında kalan bağımsız ve bağlantısız boş zaman içinde, isteğe bağlı ve gönüllü olarak ferdi veya grup içinde seçerek yaptığı etkinliklere rekreasyon denir (Chick, 1986). Kavramın daha geniş açıklanabilmesi için şu tanımlayıcı temel ifadeler kullanılmaktadır.

- a) Rekreasyon, boş zamanda yapılır, iş değildir. Kar gayesi taşımaz.
- b) Rekreasyonla kişi, gönüllü olarak ve tamamen kendi arzusu ile katıldığı etkinlikler de bulunur.
- c) Rekreasyon faaliyetleri, katılana zevk veren, mutlu eden ve neşelendirin bir tarzda olur.
- d) Rekreasyon faaliyeti, kişisel ve toplumsal fayda sağlar.
- e) Toplumsal değerlere aykırı değildir. Yemek gibi hayati önem taşımaz (Karaküçük, 1999).

Yabancı terminolojide bir hastalıktan sonra eski haline gelmek, tazelenmek, yorgunluğu giderek eski iş ve başarısını kazanmak anlamlarına gelen rekreasyon, zamanla eğitime de girmiş ve bir anlamda insanların boş zamanlarının değerlendirilmesini ifade etmeye başlamıştır. Rekreasyon insanın 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 (Karaküçük ve Ekenci, 1995).

#### 2.4.2. Rekreasyonun Sınıflandırılması

Rekreasyonun bu kadar çok çeşitli tanımlamalarının ve özelliklerinin olması, araştırmacıları rekreasyonun sınıflandırılması gerekliliğine yöneltmiştir. Kültürel farklılıkların olması rekreasyonun sınıflandırılmasının çeşitlilik gösterebileceğini öngörmüştür (Eroğlu, 2000; Koçer, 1977). Buna göre rekreasyon çeşitli gruplarda ele alınarak incelenmiştir. Örneğin Tribe'e (1995) göre; rekreasyon etkinliklerini evde yapılan etkinlikler, ev dışında yapılan etkinlikler ve seyahat ve turizm olmak üzere 3 grupta incelemiştir (Güngörmüş, 2007), Karaküçük'e (1999) göre; rekreasyonun sınıflandırılmasında, kişinin rekreasyon etkinliklerine katılmasına sebep olan amaçlar, istekler ve zevklerin etkili olduğu görüşünü savunmuştur (Karaküçük ve Ekenci, 1995).

Hacıoğlu ve ark. (2003) göre, rekreasyon çeşitlerinin sınıflandırılmasında mekan, amaç, fonksiyon v.b. kriterlerin rol oynadığını savunmuştur. Bunun nedenini de rekreasyonun çok yönlü olmasına bağlamıştır. Buna göre rekreasyonun sınıflandırmasını şu şekilde yapmıştır:

- a) Mekansal açıdan rekreasyon çeşitleri
  - Açık alan rekreasyonu
  - Kapalı alan rekreasyonu
- b) Katılımcıların milliyetlerine göre rekreasyon çeşitleri
  - Ulusal rekreasyon
  - Uluslararası rekreasyon
- c) Bireyin etkinliklere katılma şekline göre rekreasyon çeşitleri
  - Etken (aktif) rekreasyon
  - Edilgen (pasif) rekreasyon
- d) Katılımcıların yaşlarına göre rekreasyon çeşitleri
- e) Katılımcıların sayısına göre rekreasyon çeşitleri
  - Ferdi (bireysel) rekreasyon
  - Grup rekreasyonu

f) Fonksiyonel açıdan rekreasyon çeşitleri

- Ticari rekreasyon
- Estetik rekreasyon
- Sosyal rekreasyon
- Sağlık rekreasyonu
- Fiziksel rekreasyon
- Sanatsal rekreasyon
- Kültürel rekreasyon
- Turistik rekreasyon (Hacıoğlu, vd., 2003).

Rekreasyon etkinlik alanları ise; boş zamanın şekline, süresine, katılımın tarzına, iklim, ekonomik, coğrafi durumlar ile toplum kültürüne göre farklılıklar ya da çeşitlilikler göstermektedir (Zengin, vd., 2001). Bu faktörlere ülkenin sanayileşmiş yapısını ve politikalarını da eklemek mümkündür. Zira ülkelerin gelişmişlik düzeyleri boş zamanla ilgili uygulamalarda değişiklik yaratmaktadır. Ülkeler gelişmişlikleri ve ya zenginlikleri ile orantılı olarak boş zaman imkânlarına sahip olabilmektedir. Kişilerin faaliyet seçimlerinde ise, yaşanan çevre, bu çevrede var olan imkanlar, ailenin sosyo-ekonomik düzeyi, yörenin gelenek ve görenekleri, yaş ve cinsiyet gibi kişilik özellikleri ile arkadaş çevreleri etkili olabilmektedir (Kır, 2007).

Rekreasyon etkinlik alanları, çeşitli yazarlar tarafından çok çeşitli etkinliklerle gruplandırılarak açıklanmaktadır.

Ergin'e göre rekreasyon etkinlik alanlarını

- a) Yaratıcı etkinlikler,
- b) Spor ve oyun,
- c) Öğrenme etkinlikleri,
- d) Seyretme etkinlikleri,
- e) Bireysel etkinlikler,
- f) Grup etkinlikleri oluşturmaktadır.

Dumazedier'e göre de rekreatif faaliyetler şu şekilde verilmektedir.

- Sanatsal (edb., sinema, tiyatro, fuar, şarkı, resim, heykel, fotoğraf gibi),
- Entellektüel (konferanslar, radyo, TV, kitap vb.),
- Sosyal (aile, balo, toplantılar vb.),
- Pratik (bahçecilik, el uğraşları, gibi) ve e. Fiziki (spor, av, yürümek vb) etkinlik alanları.

Rekreasyon programlarının her kesimden insanın ihtiyaç ve ilgi alanlarını kapsayarak, kişilerin rahatlıkla uygulayabileceği ve hünelerini gösterebileceği alanları içermeleri gerekmektedir. Bu anlayışla rekreasyon etkinlik alanlarını şu şekilde detaylandırarak da gruplayabiliriz.

- a) Müzik faaliyetleri (enstrümanlı, orkestralı, solo, koro vb.).
- b) Spor faaliyetleri (takım, ferdi, doğa, mücadele ve zihin sporları gibi).
- c) Oyunlar (her yaş kesimi için eğitsel oyunlar)
- d) Dans (halk oyunları, modern ve ritmik danslar gibi)
- e) Sanat ve hünere gerektiren faaliyetler (plastik, deri, grafik, seramik, metal, fotoğraf, resim, ahşap gibi)
- f) Mekan dışı faaliyetler (kamp kurmak, piknik yapmak, çevrecilik yapmak gibi)
- g) İlmî ve kültürel faaliyetler (edebiyat çalışmaları, tiyatro, bilimsel tartışma toplantıları gibi) (Kraus, 1977; Karaküçük, 1999).

### **2.4.3. Rekreasyonun Özellikleri**

İnsanlar ve boş zamanı değerlendirecek alanlar arasında bir bağ vardır (Demirel ve Harmandar, 2009). Bu alanlara bireyin katılmaktaki amaçları doğrultusunda rekreasyon ortak bir amaç olmaktadır. Bu ortak amaç, rekreasyonun özelliklerini belirlemektedir. Bu özellikler birçok araştırmalarda rastlanılan temel görüş olarak şu şekilde sıralanmıştır:

a) Rekreasyon faaliyetlerinde bireye hiçbir şekilde zorlama yapılmaz. Katılım gönüllü olarak gerçekleşir ve birey, kendisi için en doğru olan seçimi yapar.

b) Rekreasyon faaliyeti, boş zamanda yapılır ve her yaştaki ve cinsteki insanların bu faaliyetlere katılmalarına imkân verir. Evrensel olarak uygulanır.

c) Rekreasyon faaliyetleri, her türlü açık ve kapalı alanlarda, her mevsim ve iklim şartlarında uygulanabilmektedir.

d) Rekreasyon, çok çeşitli faaliyetler içerir, katılımcıya haz verir ve doyum sağlar bir amaç taşır.

e) Rekreasyon, bir faaliyet gerektirir. Bu faaliyetler fiziksel, zihinsel, toplumsal ya da duygusal olabilir. Katılımcıya kişisel ve toplumsal özellikler kazandırması beklenir.

f) Rekreasyon faaliyeti yapılırken, bir başka faaliyete ilgi duyma ve gerçekleştirme imkânını sağlar. Bu faaliyetlere katılma sonucu deneyim sahibi olunur.

g) Rekreasyon, toplumun geleneklerine, ahlâkına, törelerine ve manevi değerlerine uygun olmalıdır. Sosyal değerlere ters düşmemelidir.

h) Rekreasyon faaliyetleri, kişisel tatmin ve mutluluk sağlamada, toplum içindeki amaç ve hedeflerden sonra bir yan ürün olarak değerlendirilmektedir. Ayrıca kişilerin psikolojik yapılarını, sosyal ve fiziksel bünyelerini, sağlıklarını, vatandaşlık duygularını ve diğer kişilik geliştirici özelliklerini taşımaktadır.

i) Rekreasyon faaliyetlerinin bir fiyatı vardır. Yapılan faaliyetler ne olursa olsun faaliyeti yerine getiren kişinin bir bedel ödemesi, diğer bir ifade ile kişisel gelirden bir harcama yapması söz konusudur (Bozatay, 1998).

#### **2.4.4. Rekreasyon İhtiyacı**

Rekreasyon ihtiyacını açıklamadan önce “ihtiyaç” kavramının ne olduğu ve insanlar arasında farklılık gösterip göstermediği olgusuna bakmak gerekir. Genel olarak bir eksiklik hissi ve aynı zamanda bu hissini giderilmesi arzusunun veya doğal ya da sosyal yaşamdan doğmuş bir gerekliliğin ifadesine ihtiyaç denmektedir. İnsan bir şeyin eksikliğini duyduğu zaman bu eksikliğini giderecek amaçlı eylemlerde bulunarak tatmin

olmak ister. Amaçlı eylemler, ihtiyacı gidermeye yöneliktir. İhtiyaçlar davranışları başlatır ve devam ettirirler. İhtiyaçlar, insanların üzerinde onların düşünce ve karakterlerini belirtmesi bakımından doğrudan etkili olurlar. İhtiyaçlar, her insan için aynı olmasına karşın, çeşitlilik ve şiddet bakımından farklılıklar taşımaktadır.

Çağımızda, “endüstrileşme ve teknolojik gelişmeler bir yandan iş performansını geliştirirken öte yandan işte tatminsizlik, bıkkınlık ve uyumsuzluğu da beraberinde getirmektedir. Günümüzde insan, sanayi devrimi ile başlayan ve her alanda yayılan hızlı bir değişimin toplumsal ve ruhsal düzeyde yarattığı bunalımların köklü bir rahatsızlığa dönüştüğü bir ortamda yaşamaktadır ( Çolakoğlu, 2005). Bu bağlamda, boş zamanların değerlendirilmesi insanlar için önemli bir ihtiyaçtır. Oluşturduğu toplum ve yaşadığı çevresi ile çift yönlü ilişki içerisinde yaşayan kişi, boş zamanlarını değerlendirirken, kendini tanıma, ifade etme, olumsuz düşüncelerden kurtulma ve bu şekilde tatmin olmaya çalışırken aynı zamanda kişiliğini de geliştirme imkânı bulur (Kır, 2007). Bazı insanlarda öncelikle iyi beslenme söz konusuysen, bazılarında eğlenme ön plana çıkabilir. Eğlenirken ise, kimileri ihtiyacını tiyatroya, maça giderek tatmin ederken, kimileri de daha farklı şeyler bulurlar veya bizzat tiyatrodaki veya maçta aktif olarak görev alırlar (Karaküçük ve Ekenci, 1995). Bu şekilde ihtiyaçlar insandan insana farklılık gösterebilir.

#### **2.4.4.1. Rekreasyona Duyulan - İhtiyacın Nedenleri**

##### **2.4.4.1.1. Kişisel Nedenler**

Rekreasyona duyulan ihtiyaç rekreasyon faaliyetlerin kişisel ve toplumsal olarak sağladığı faydalardan ileri gelmektedir. Kişisel yönden; fiziki sağlık gelişiminin sağlanması, ruh sağlığı kazandırılması, insanı sosyalleştirmesi, yaratıcılık, kişisel beceri ve iş verimine etkisi, ekonomik hareketlilik, insanı mutlu etmesi gibi faydalar sağlarken, toplumsal yönden ise; toplumsal dayanışma ve bütünleşmeyi sağlaması ve demokratik toplum yaratılması, rekreasyona duyulan ihtiyacın nedenlerinden bazılarıdır. Kişisel yönden rekreasyona duyulan ihtiyacın nedenleri:(Karaküçük, 1997).

1. Fiziki sağlık gelişimi yaratır: İnsanın teknolojik imkânları kullanıp, modern hayata geçmesiyle beraber hareket etme ihtiyacının da azaldığı görülmektedir. Taşıt

vasıtalarının yaygınlığı, haberleşme imkânları, ev ve bürolardaki kullanım araç ve gereçlerin insanın daha önce yoğun bir hareket temposu içinde yaptığı birçok şeyi otomatik olarak ve çok az bir hareketle yapabilmesine imkân vermiştir (Erkal, 1982).

Rekreasyon faaliyetleri içinde, birçok insanın rekreatif ihtiyaçlarına cevap verebilecek çeşitlilikte ve özellikte olan beden eğitimi ve spor etkinlikleri önemli bir yer tutmaktadır. Bu etkinlikler insanın yavaş hareketinden doğan sorunların çözümü ve sağlıklı zinde yaşamasında büyük roller üstlenmiştir. Bu amaçla, ABD’de physical fitness ve Almanya da Trimm dich programları çok yaygın şekilleriyle rekreatif faaliyetler olarak uygulama ortamı bulmuşlardır. İnsanın beden eğitimi ve sporla güzel bir vücuda ve sağlığa kavuşması ve bunu en üst düzeyde muhafaza etmesinin mümkün olduğunun bilinmesi, bu programların doğmasının ve yaygınlaşmasının temelindeki düşünceyi oluşturmaktadır (Balcı, 2003).

2. Ruh sağlığı kazandırır: İnsanın, aile, okul veya iş hayatındaki sorunları onun sinir sistemini bozarak yorulmasına ve dayanma gücünün azalmasına neden olabilir. Sürekli aynı şeylerin tekrar edilmesi, aşırı kural uygulamaları, monotonluk gibi faktörler kişinin moral değerlerini alt üst eder. Teknolojik ilerlemeler ve modern yaşamın ortaya çıkardığı stres yapıcılar ve bunların karşısında insanın ortaya koyduğu psikolojik, fizyolojik veya davranışsal stres tepkileri önemli bir rahatsızlığı ortaya koyar. Bu durumlarda insanlar kendilerini değişik bir ortam içerisine sokarak moral kazanmak isterler. Bu değişik ortam, onlar için dinlenecek, eğlenecek, değişiklik yaratacak ve kendisini yenileyecek, böylece ruhsal tazeliklerini kazanacak rekreatif faaliyetlerdir (Karaküçük, 1997).

3. İnsanı sosyalleştirir: Daha çok grupsal olarak gerçekleştirilen rekreatif faaliyetler, insanın sosyal ilişkiler kurmasında ve geliştirmesinde büyük rol oynar. Nitekim yeni arkadaşlıkların oluşması, grup içinde yer edinme, yerini idrak edebilme ve diğer grup üyelerini tanıyabilme gibi çabalar, kişinin sosyal yaşantısını etkileyerek olgunlaşmasını ve toplum hayatına alışmasını sağlar. Ortak bir spor faaliyetinde bulunan insan, aynı çalışmayı yapan diğer insanlarla kaynaşarak yeni dostluklar kurabilir ve bir grubun üyesi olarak kendini tanımlar (Balcı, 2003).

Aynı faaliyetten zevk alan, benzer yetenek ve becerilere sahip insanların birbiriyle kolay anlaşabileceklerini ve uzun sürebilecek dostlukların oluşabileceğini söylemek rahatlıkla mümkündür. Rekreasyon faaliyetleriyle kişi, sosyal statüsünü



geliştirici veya tamamlayıcı bir nitelik kazanabilmektedir. Fabrikada çalışan bir işçi boş zamanlarında her hangi bir spor veya sanat faaliyetlerine katılmakla belirli bir fonksiyonu yerine getiriyorsa, bu onun toplumdaki statüsünü de yükseltebileceği anlamına gelmektedir. İşçi statüsünde bulunan bu kişinin boş zamanlarında yaptığı bu tür uğraşlarla elde ettiği tamamlayıcı statüler kişiyi sosyalleştirmektedir. Böylece, rekreatif faaliyetler insanların toplum içindeki dikey veya yatay oluşabilen sosyal tabakalar arasındaki geçitler de önemli rol oynamaktadır (Dinç, 2005).

4. Kişisel beceri ve yeteneğin gelişmesini sağlar: İnsanın çoğu kez hangi düzeyde bir beceri veya yetenek düzeyinde olduğu anlaşılabilir. Bu durum kişinin isteyerek ve severek yaptığı bir işte ancak kendisini gösterebilir. Herhangi bir faaliyeti rekreatif amaçlarla yapan kişi bu faaliyet için beceri ve yeteneğinin ortaya çıkmasını faaliyete katılan yetenekli diğer kişilerle kültürel ve sosyal ilişkiler kurarak ve devamlı çalışarak sağlayabilmektedir (Karaküçük, 2005).

5. Yaratıcı gücü geliştirir: Rekreatif faaliyetler insanın her yaş dönemindeki yaratıcılık gücünün ortaya çıkarılmasına ve bu gücün geliştirilmesine hizmet eder. Yaratıcı olmak, insan içinde saklı olan ve her insanda var olan bir yetenektir. Genellikle bu yeteneğinin var olduğunun çoğu insan farkında bile değildir. Yaratıcı özellikler ancak denemelerle gelişmektedir. İnsan bir işin kalitesine önem vermeden başarılı veya başarısız olunacağını düşünülmeden yapmış olduğu rekreatif faaliyetlerde birçok denemeler gerçekleştirir. Çocuğun çeşitli yaratıcı şekiller yapmasına, devamlı araştırmasına ve yeni şeyler geliştirmesine yardımcı olacak oyuncakları ileriki yaşlarda da ve benzer şekillerde ve kişiye uygun faaliyetlere dönüşürse bütün yaratıcılığını ortaya koyabilecek ve geliştirecektir (Karaküçük ve Ekenci, 1995).

6. Çalışma başarısı ve iş verimini artırır: Rekreasyon, uygun faaliyet seçimi yapmak, organize bir programa katılmak şartıyla iyi bir lider önderliğindeki kişinin iş verimini artırmakta ya da başarısına olumlu katkı sağlamaktadır. Çalışma sahasında verim, kişinin tatminsizliğine, kuvvetten düşme hissine ve bütün bunların sonucu ortaya çıkan can sıkıntısına bağlı olarak etkilenmektedir. Bu duygular genellikle uyarı eksikliğinden meydana gelmektedir. İşte rekreasyon faaliyetleri, kişiye bu eksik olan uyarıların verilmesiyle özellikle can sıkıntısının azalmasını sağlamaktadır. Böylece de verimi yükseltmektedir (Tezcan, 1993).

7. Ekonomik hareketi geliştirir: Kişi boş zamanlarını değerlendirirken seçeceği etkinlik çeşidiyle ekonomik işlevi olan bir üretim sağlayabilmektedir. Kişi üreteceği malda esas amaç olarak rekreatif bir faaliyeti güdüyorsa bu malı paraya dönüştürse dahi bir rekreasyon faaliyetinde bulunuyor demektir. Bu anlayışla hiçte ihtiyacı olmadığı halde üretici olarak faydalı olmayı amaçlayan bu kişi işinden arta kalan boş zamanında ekonomik katkı sağlayan üretici bir faaliyette bulunabilmektedir. Özellikle kırsal kesimde açılan halıcılık kursları, el sanatları öğrenmek, ayrıca ceza evlerinde mahkûmlara yaptırılan kunduracılık, tamircilik, marangozluk, hizmetleri gibi faaliyetler bu konuya örnek teşkil etmektedir (Baltaş ve Baltaş, 1987).

8. İnsanı mutlu eder: Rekreasyonun esas gayelerinden birisi insanın mutluluğunu sağlamaktır. Her insan mutlu olmak ister. Mutluluğun gerçekleşmesi içinde sürekli mücadele eder. Mutlu insan yaratıcı olma ihtiyacıdadır ve enerjisini hem işinde hem de iş dışında kullanmak ister. New York üniversitesinin her yaş grubundan binlerce kişi üzerinde yaptığı bir araştırma sonucuna göre; mutlu insanların mutluluk sebepleri şöyle belirlenmiştir (Karaküçük, 2005).

i. İşine ilgi duymak.

ii. Hobilere ilgi duymak.

iii. Diğer şeylere ilgi duymak ( insan, çevre gibi).

iv. Materyal şeylere ( maddeciliğe ) önem vermemek.

v. Kişilerle ve gruplarla sanat yoluyla ilişki kurmak, onlara karşılıksız hizmet vermek.

Günümüzde mutlu, sağlıklı ve çağdaş insan, rekreasyonla uğraşan insandır (Türk Dil Kurumu, 1982).

#### **2.4.4.1.2. Toplumsal Nedenler**

1. Toplumsal dayanışma ve bütünleşmeyi sağlar: Aynı konu üzerinde yapılan bir rekreatif faaliyet içinde toplumun her kesiminden insanlar bir arada bulunabilmektedir. Bugünkü toplumlarda değişik birçok faktör insanları birbirinden ayırmaktadır. Irk, milliyet, din, mezhep, sosyal konum, eğitim, kültür ve ekonomik farklılıklar bu ayırım gruplarını oluşturmaktadır. Bu gruplar arasındaki çeşitli şiddet derecelerinde olan sürekli bir çatışma, toplumların rahatsızlık kaynaklarından biridir. Rekreasyon

faaliyetleri gruplar arasındaki bu çatışmanın azalmasında önemli rol oynamaktadır. Rekreatif aktivitelerde sosyal, ekonomik ve eğitim farklılıkları ortadan kalkar ya da önemsizleşir. Her kesimden insan ortak zevkleri doğrultusundaki aktivitelerde bir araya gelirler ve ortak uğraşılarda bulunurlar. Faaliyetler, her kesimden olan bu insanların birbirlerini tanımalarına dostluklar kurmalarına ortak amaçlar etrafında çalışmalarına imkân hazırlar. Bir basketbol takımını oluşturan sporcuların etnik kökeni, ırkı, dini sosyal ve kültürel durumu, eğitim düzeyi ya da ekonomik yönü faaliyetlere katılanların hiçbirisi için ön planda önemsenmeyen unsurlardır. Takımı oluşturan her kesimden olan sporcuların ortaklaşa yaptıkları ve dikkatlerini öncelikle yoğunlaştırdıkları husus, basketbol faaliyetinin kendisidir.

Bir müzik faaliyeti olarak orkestrada veya bir resim, tiyatro çalışmalarında da aynı şeyler söz konusudur. Bütün bu rekreasyon faaliyetlerinde bir öğretim üyesi ile bir işçi bir fabrikatör bir öğrenci veya bir tamirci, ya da farklı ırklardan olan, ayrı kişiler bir araya gelebilmekte, aynı saflarda ve şartlarda etkinliklerde bulunabilmektedir. Bu durum toplum hayatının niteliğini geliştirmekte, toplumun moral değerlerini yükseltmektedir (Karaküçük, 1997).

## 2. Demokratik toplumun yaratılmasına imkân sağlar:

İnsanların birbirleriyle olan ilişkilerinin düzenlenmesinde ve toplumsal kurallara uyulmasında rekreatif faaliyetler önemli rol oynar. İyi bir yurttaş olabilmenin öğretilmesinin temelinde insanların sosyal ortamda toplumun kurallarına uymaları, davranışlarını kontrol etmeleri gibi hususlar bulunmaktadır. Bu özellikler bir voleybol veya futbol antrenmanında ya da maçında sporcuların eksiksiz uymak zorunda oldukları kurallara veya davranışlara benzemektedir. Bu benzerlikten dolayı kişinin rekreatif faaliyetlerle kazanacağı belirli kurallar içinde yaşamak bu kurallara uymakta ve uygulamakta zorluk çekmemek, başkalarının haklarına saygılı olmak böylece medeni bir toplum oluşmasına katkıda bulunmaktadır. Bu noktadan hareketle, rekreasyon aktivitelerine katılan bir insanın rutin hayatın terk edilmesi anlamına gelen kaçış ve beklentileri ifade eden yöneliş anlayışı paralelindeki şu temel motifler üzerinde gruplaştırılabilen ihtiyaçlara cevap aradığını söyleyebiliriz: (Karaküçük ve Ekenci, 1995).

- a) Fiziksel gücün yenilenmesi, beden sağlığının kazanılması anlamında fiziksel motifler.

- b) Rutin hayattan uzaklaşma, oyalanma, doğaya yönelme, değişiklik ve macera arzusu anlamında psikolojik motifler.
- c) Diğer insanlarla tanışma, eğlenme, sosyalleşme, anlamında toplumsal motifler.
- d) Yabancı insanlara, toplumlara onların geleneklerine, dillerine ve sanata duyulan ilgi anlamına gelen kültürel motifler.

Başka bir grupta ise, rekreatif etkinliklere katılımında etken olan temel faktörler şöyle sıralanabilir:

- a) Günlük yaşantıdan (monotonluktan) kaçış: Alışkanlık ve sorumluluktan kurtulma, sosyal kurallardan ayrılma, doğaya yönelme, değişiklik ve yeni şeyler yaşama.
- b) Kendini bulma: Bedensel, ruhsal, sosyal, psikolojik ve yaratıcılık bakımından aktif olma.
- c) İlişki arama: Sosyal soyutlamayı aşma, eş arama.
- d) Dinlenme: Bedensel ve ruhsal dinlenme.
- e) Kültür.
- f) Sağlığın elde edilmesi (Sağcan, 1986).

Sonuç olarak rekreasyon; boş zamanda ve tek başına, grupla, araçlı, araçsız, açık veya kapalı alanlarda, kent iç veya dış dışında da kent iç veya kent dışında bir organizasyon içinde ya da dışında zorunlu olmadan seçilen zevk ve neşe verici her türlü etkinliklerden oluşmaktadır (Demirel, 2003).

#### **2.4.5. Rekreasyonun Tarihsel Gelişimi**

Sanayi devriminin gerçekleşmesi ile birlikte, özellikle 20.yüzyılın başlarında öncelikle batı toplumlarında olmak üzere yeni bir toplumsal değer ve anlayışın geliştiği görülmüştür. Bu anlayışa göre; Sanayi toplumu içerisinde sadece verimli ve çok çalışan insan bütünüyle refaha ve huzura kavuşmamaktadır. Disiplinle, kalıplaşmış ve monoton bir çalışma düzeni; yabancılaşma, işe uyumsuzluk, manevi tatminsizlik gibi kişisel ve toplumsal birçok sorunun kaynağını oluşturmuştur. Bu sorunların çözümlerine yönelik tepki sadece dinlenme ve yeniden işe dönme anlayışından uzak, eğlenme ve diğer moral

etkinliklerinin de içinde yer alacağı, işten arta kalan boş zamanın artırılması ve değerlendirilmesi şeklinde bir anlayışın doğmasıyla kendini göstermiştir (Dinç, 2005).

Günümüzde çalışmaya yönelik bir anlayışın geliştiği de söylenebilir. Buna göre; fazla çalışan bir insanın veriminin yükselemeyeceği hatta düşeceği ileri sürülmüştür. Yapılan araştırmalar sekiz saatin üzerinde çalışıldığında verimin hızla düştüğünü ortaya koymaktadır.

Bu anlayış paralelinde, Avrupa ülkelerinde ve özellikle A.B.D’de çalışma saatlerinin sekiz saate çekilmesi tartışmaları gündeme geldiğinde çalışanın çalışma dışında kalan boş zamanlarının nasıl değerlendirileceği düşünölmeye başlanmıştır. Boş zamanları değerlendirme kavramını rekreasyon olgusuyla tanımlayan bilim, insanın alışılmış hayatı dışına çıkarak dinlenmesini, eğlenmesini, işteki verimliliğin artmasını sağlayarak mutlu olmasına imkan vermiştir (Dinç, 2005).

Rekreasyon, profesyonel işi dışında, insanın kendisinin karar verip seçtiği ve katıldığı faaliyetlerle yaşamının zenginleşmesi, mutlu olması ve bu yönlerde ilerlemesini sağlamaktadır. Bu tanımlamaya göre; spor örneğini verecek olursak; profesyonelliğin dışında yapıldığı zaman, yani amatör bir ruhla ve insanın beden sağlığını geliştirmek, dinlenmek, eğlenmek ve sosyal ihtiyaçlarını temin etmek amacıyla yapıldığında rekreasyonel bir araç olarak kullanılabilir (Karaküçük ve Ekenci, 1995).

Belirli kalıpları olmayan boş zamanları değerlendirme etkinlikleri, evrensel ve insani bir ihtiyaçtır. Başka bir deyişle insan mekanizmasının fizyolojik ve psikolojik bir ifadesidir. Ciddi ve amaçlı olan bu faaliyetlerin amacı ve değeri kişiye göre değişir. Yapılan etkinlik fiziksel, zihinsel, toplumsal veya duygusal olabileceği gibi gözlenebilir veya gözlenemez bir faaliyet de olabilir. Çok çeşitli olan boş zaman aktivitelerini insanın kendi dürtüleri belirler ve bunlar tamamen özgür zamanlar içinde başvuru alan faaliyetlerdir (Karaküçük, 1997).

İnsanların doğaya, maceraya, vücut güzelliğine ve sağlık gibi birçok değerlere önem verdiği günümüzde, spor önemli bir rekreasyon aracı olmuştur. Bu anlayışla sporun dağcılık, yüzme, bisiklet, tenis, dağ yürüyüşü, jogging, rafting, badminton gibi branşlarında ilginin daha fazla yoğunlaştığı görölmektedir. İlginin yoğunlaştığı bu spor branşlarının yarışma ve rekabetten çok, doğaya ve maceraya yönelik, bireysel, fazlaca vücut sentezine dayalı branşlardan olması rekreasyonel amaçlı yapılan sporların,

geleneksel bazı sporlara nazaran daha fazla tercih gördüğünün nedenlerini ortaya koymaktadır (Karaküçük ve Ekenci, 1995).

Zamanın değerini en iyi çalışan insanlar bilir. Buna rağmen çoğu çalışan insan çalışma zamanlarına verdikleri önemi boş zamanlarına vermezler. Boş vakitlerini yeterince iyi değerlendirmeye çalışmazlar. Hâlbuki paranın tekrar kazanılabileceği, ama giden zamanın geri gelmeyeceğinin unutulmaması gerekir. Buna rağmen birçok insanın dakikaları, saatleri, hatta yılları sorumsuzca tüketmesine rağmen bir kuruşu bile boşa harcamaması oldukça dikkat çekicidir.

Günümüzde zamanın boşa harcanmasının en önemli nedeni bilgisayar, internet, televizyon, video gibi teknolojik icatlardır. Aslında insan hayatına çok faydası olan bu araçların zamanı çalmasını önlemek için bunlara belirli zaman sınırlamaları koymak yararlı olacaktır. Böylece insanlar hem iş hem de iş dışındaki zamanları daha etkili kullanma fırsatını elde edeceklerdir.

Boş zamanların değerlendirilmesi ise, bireyin istediği bir uğraşı ile zevk ve doyum sağlamak amacıyla boş zamanını geçirmesidir. Boş zamanla kastedilen şey emeklilik dönemlerindeki gibi uzun bir süre olabileceği gibi hafta sonu tatilleri ve kısa geziler gibi kısa süreli de olabilir. Boş zamanları değerlendirme etkinliklerinin en önemli özelliklerinden biri, bireyin bu faaliyetlere kendi arzusuyla katılmasıdır. Ayrıca bu etkinlikler bireye doyum veren esnek aktivitelerdir. Belirli kalıpları olmayan boş zamanları değerlendirme etkinlikleri, evrensel ve insani bir ihtiyaçtır. Başka bir deyişle insan mekanizmasının fizyolojik ve psikolojik bir ifadesidir. Ciddi ve amaçlı olan bu faaliyetlerin amacı ve değeri kişiye göre değişir.

Yapılan etkinlik fiziksel, zihinsel, toplumsal veya duygusal olabileceği gibi gözlenebilir veya gözlenemez bir faaliyet de olabilir. Çok çeşitli olan boş zaman aktivitelerini insanın kendi dürtüleri belirler ve bunlar tamamen özgür zamanlar içinde başvurulan faaliyetlerdir.

Boş zamanları değerlendirme etkinliklerinin en önemlilerini hobiler teşkil eder. Hobiler kişisel başarıların bir ifadesi ve insanın kendini keşfetmesi için bir araçtır. Hobiler sayesinde insanlar kendilerine daha çok saygı duyarlar; hedef belirleme, karar verme ve problem çözme becerilerini geliştirme fırsatı yakalarlar. İnsanların teknoloji sayesinde daha çok boş zamanı olması gerekirken, çeşitli nedenlerle boş zamanların

oranı daha da azalmaktadır. Birçok insan işlerinin içinde kaybolduğu için asli ihtiyaç ve görevlerine yeterli zaman ayıramamaktadır. Kendine ayıracak yarım saat bile boş zamanı olmayan birçok insan vardır. Hâlbuki bir değerlendirme yapıldığında mutlaka gereksiz işlere harcanan vakitlerin olduğu görülecektir. Bunu engellemek için, insan öncelikle yaptığı şeylerin kendi sorumluluğu olup olmadığını ve uzun vadeli faydalarının neler olduğunu iyi tahlil etmelidir. Annie Dillard'ın dediği gibi bir günümüzü nasıl geçirdiğimiz aslında hayatlarımızı nasıl harcadığımızın bir göstergesidir (Johnson, 1996).

Eğer bir bireyin hayatındaki en önemli önceliği işi ise, o kişinin ailesi, sağlığı, arkadaşlık ve akrabalık ilişkileri bu durumdan olumsuz etkilenecektir. Bu nedenle insan özel hayatına mutlaka zaman ayırmaya çalışmalıdır. Bunun için bazı şeylere dikkat etmek yerinde olacaktır. Öncelikle bireyler en verimli çalışacakları zamanlara en zor ve en çok dikkat gerektiren işlerini koyarak bunları en az zaman kaybıyla bitirebilirler. Ayrıca insanların yapamayacakları işleri üstlenmemeleri de boş zamanları arttıracak en önemli tedbirlerdendir. Bunun yanı sıra önemsiz işleri en aza indirmek veya elemek de insanlara zaman kazandırması açısından çok önemlidir. Mümkün olduğunda aynı anda birkaç işi bir arada yaparak da zaman kazanılabilir.

## **2.5. Motivasyon Kavramı**

İnsan davranışlarını etkileyen çeşitli faktörlerden söz edilebilir. Ancak davranışın yönünü, şiddetini, kararlılığını belirleyen en önemli güç kaynağı motivasyondur (Acat ve Yenilmez, 2004). Motivasyon genellikle iki öğeye bağlı olarak kullanılmaktadır. Birincisi davranış veya hareketin bireyin amaçlarına ulaşmasında yardımcı olması, ikincisi bu davranış veya eğilimin eylemle ilişkilendirildiğinde dışsal faktörlerle desteklenmesi durumudur. Motivasyon, kişilerin bekleme ve ihtiyaçları, amaçları, davranışları, kendilerinin performansları hakkında bilgi verilmesi konuları ile ilişkilidir. Kişilerin belirli bir amacı gerçekleştirmek üzere kendi arzu ve istekleri üzere davranışları şeklinde tanımlanabilir (Sertbaş, 2006). Motivasyon, bireylere karşı nasıl davranıldığıyla ve bireylerin yaptıkları iş hakkında neler hissettikleriyle ilgili bir şeydir. Ancak insanları motive etmek ve motivasyonlarının sürmesini sağlamak görüldüğü kadar kolay değildir (Keenan, 1996).

### 2.5.1. Motivasyonun Anlamı ve Önemi

Motivasyon, Latince “hareket etme” anlamına gelen mot kökünden gelmektedir. Davranış bilimlerinde motivasyon, içten gelen itici kuvvetlerle belirli bir hedefe doğru yönelen amaçlı davranışlar için kullanılır. Motivasyon, istekleri, arzuları, gereksinimleri, dürtüleri (açlık, susuzluk, cinsellik gibi) ve ilgileri içeren bir kavramdır. Motivasyon bu terimler dikkate alınarak tanımlanmıştır. Buna göre motivasyon, insanları belirli durumlarda belirli davranışa yönelten etkenlerin tümüdür. Motivasyon insanların başarılı olmalarına, kişisel tatmine ulaşmalarına yardımcı olmaktadır (Coleman ve Barries, 2000).

Motivasyon (güdüleme), genel anlamda, insan organizmasını davranışa iten, bu davranışların şiddet ve enerji düzeyini tayin etmeyi, davranışlara belirli bir yön vermeyi ve bunun devamını sağlayan çeşitli iç ve dış sebepleri ve bunların işleyiş mekanizmalarını kapsar (Arkonaç, 1998).

Literatürde güdüleme konusunda çok sayıda tanım yapıldığı görülmektedir. “Güdüleme bilinçli veya bilinçsiz olarak davranışı doğuran, sürekliliğini sağlayan ve ona yön veren herhangi bir güç, bir etkinlik veya işin gizli nedeni; bireyleri bilinçli ve amaçlı davranışlarda bulunmaya iten dürtü veya dürtüler bileşkesidir (Keenan, 1996)”, “Güdüleme bireylerin bir işe yönelik enerji düzeyidir” (Kabasakal, 1989), “Güdüleme, davranışının nedenini ve yönünü belirleyen psikolojik bir süreçtir” (Karaküçükk, 2005), “Güdüleme, tatmin olmamış bir ihtiyacı doyuma ulaştıran içsel bir dürtüdür” (Higgins, 1994). Başarı motivasyonu (güdüsü), Murray tarafından bir işi ustaca yapma, mükemmel olarak başarma, engellerin üstesinden gelme, diğerlerinden daha iyi yapma olarak tanımlanmıştır. Gill’ de ise başarı güdülenmesi, başarısızlığa direnme, bir görevi başarmak için uğraşma, belirsiz durumlar arama olarak tanımlanmıştır (Aktaş, vd., 2006).

Güdülenmenin bir işi yapmaya karşı, iş görenin içinden gelen bir istek olmasına karşılık; güdüleme, iş göreni bir işi yapmaya dışarıdan gelen bir etkiyle istekli kılmaktır, Güdüleme, iş göreni beklenen nitelikte ve nicelikte görevini yapması için etkilemek anlamındadır (Başaran, 1992).

Genellikle güdülenme ile organizmada genel bir etkinlik artışı söz konusudur. Canlı varlık ya hoşlandığı bir nesneye yönelir, ya da kendisi için zararlı bir nesne veya



durumdan kaçma eğilimi gösterir. Bireyi bir iş ve eyleme yönelten güdülerden en önemlisi, bireyin içinden gelen güdülerdir. Bir başka açıdan güdülenme; yapılacak eylemin yönünü, gücünü ve öncelik sırasını belirleyen, organizmanın kaynaklanan dürtülerin geçmesine denir (Koç, 1994).

Güdü bireye amaçları doğrultusunda hareket etmesi için enerji verir ve harekete geçirir. Bu nedenle öğrencilerin öğrenme sürecinin başında öğrenmeye karşı güdülenmeleri büyük önem taşır. Güdülenme biçimleri açısından bireyler arasında önemli farklılıklar vardır. Bu farklılıklara onların belirli bir işe güdülenmelerini olumlu ya da olumsuz yönde etkiler (Erken, 2008).

Güdülenmenin amacı, kendimize ve başkalarına eyleme dönük ilham vermektir. Eyleme geçmektir. Bu sıradan değil, belirli bir eylemdir. Düşünceleri yaşama geçirme isteği, en az bu düşünceler kadar önemlidir. Güdülenen kişi, “girişimcilik” denilen kişisel niteliğe sahip olmalıdır. Bu, kişiyi durgunluktan eyleme ve değişime sevk eden içsel dürtüdür. İçten güdülenen kişi düşünceyi eyleme dönüştürür ve hedeflerini belirler, onlara ulaşmak için harekete geçer (Shinn, 2004; Balcı, 2003). Sonuçta bireyin bu hali “güdülenme” olarak ifade edilmektedir.

Günlük yaşamdaki davranışların çoğu amaçsız değil, belirli hedef yâda hedefleri olan davranışlardır. Örneğin, lokantaya gitmenin hedefi, büyük bir olasılıkla, karın doyurmaktır. Ders çalışan bir öğrencinin hedefi, derslerini başarı ile tamamlayıp okulunu bitirmektir. Davranışları inceleyen bir bilim dalı olan psikolojide, bir hedefe yönelik davranışların başlaması ve devam etmesi güdü kavramı ile açıklanmakta ve bu tür davranışlar, güdüsel davranışlar olarak adlandırılmaktadır (Özkalp, 1997).

Motivasyon, kişilerin belirli bir amacı gerçekleştirmek üzere kendi istek ve arzuları ile davranışlarıdır (Ölçer, 2006). Bireyleri belirli amaçlara doğru yönelterek, enerjisinin bir kısmını bu amaçların gerçekleşmesine sevk eden bir olgudur. Bireylerin davranışlarında bir değişiklik aramaktadır. Ancak bu değişikliğin meydana gelmesi, başka bir deyişle, bireyin motive olması için, bireyin sahip olduğu kognitif yapısının değişime uğraması gerekir. Gerçekte, motive edici güç veya etkinin, bir mozaik gibi farklı öğelerden oluşan bu işaret ve bilgileri değiştirmeye yönelik olması gerekir. Aslında, birey organizmasını eyleme geçiren, yalnızca dışarıdan gelen “sociogenic” güdüler değildir. Aynı zamanda, birey davranışının altında yatan “biogenic” güdüler topluluğu da, bir davranış belirleyicisidir. Hem iç güçlerin, hem de dış güçlerin

biçimlendirdiği insan davranışını değiştirebilmek için bu kaynaklara etki etmek gerekir (Eroğlu, 2000).

Aynı olaya farklı açıdan baktığımızı zaman zaman gözlemlemiştir. İnsanları algı açısından birbirinden farklı kılan şey, kendi duygusal ve düşünsel çerçevelerine göre anlamaları ve yorum yapmalarıdır. İnsanın davranış biçimine ihtiyaçlar ve motivasyonları yön verir (Kreitner, 1995).

Birey, birbirinden farklı fakat birbirinden ayrılamaz, birbirlerini tamamlayan iki ortam içinde yaşamaktadır. “Biyolojik ve sosyal ortam”. Bu iki ortamın bireyden istedikleri ve bireyde neden oldukları stres birbirinden farklıdır. Hatta çoğu zaman birbirleri ile çelişirler. Örneğin, karnı aç olan bir insan, her ne pahasına olursa olsun karnını doyurmak ister, çünkü varlığı tehlikeye girmiştir. Ancak sosyal ortam bireyin hırsızlık yaparak karnını doyurmasına izin vermez. Buna göre motivasyon, biyolojik ve sosyal motivasyon olarak iki ayrılabilir.

Bireyin organik varlığını sürdürmeye yönelik davranışlarının nedeni, biyolojik dürtü ve içgüdüler biyolojik motivasyondur. Örneğin; yemek, içmek, uyku gibi. Buna karşılık, birey toplum ile olan ilişkilerini kendi organizma ve yaşamı için rahatsızlık vermeyecek, sürtüşmelere yol açmayacak bir biçimde sürdürmek zorundadır. Bu amaçla yaptığı davranışlarda sosyal motifler hâkimdir. Toplumsal yaşamda, bireyin bencil istekleri ile toplum yaşamının gerekleri arasında her zaman bir çatışma söz konusudur.

Buna karşılık, birey yalnız organik varlığını değil, aynı zamanda sosyal varlığını da sürdürmek zorundadır. Ayrıca, var olmak, varlığını sürdürmek de kişiye yeterli değildir. Toplumda beğenilmek, takdir edilmek, başkalarına üstün olmak gibi heyecanı faktörler de kişinin davranışlarını etkiler. Çocuk, doğumundan, erişkinliğe kadar geçen zaman içinde, bir taraftan toplum ile ilişkilerinin bir takım sürtüşmelere yol açmasından kaçınmayı, diğer taraftan, toplum tarafından beğenilmeyi, takdir edilmeyi sağlayacak davranışlarda bulunmayı, yani hem topluma uymayı, hem de toplumun üzerine çıkmayı öğrenmek zorundadır. Bir cümle ile özetlenecek olursa, sosyal motivasyonlar, öğrenilen koşullu motivasyonlardır. Bütün bunlar, toplumda bazı kişilerin, sanat gibi, spor gibi, politika gibi, biyolojik ve sosyal varlığı sürdürmek ile direkt bağlantısı olmayan alanlara niçin yöneldiğini açıklamaktadır. Varlığını sürdürmek kişiye yeterli değildir (Doğan, 2002).

Motivasyon, kısaca insanı çalışmaya sevk etmek, çalışmak için bireyi harekete geçirmek ve isteklendirmek anlamına gelmektedir. Motivasyon yönetimi ise organizasyonda çalışanların daha istekli ve arzulu iş yapmalarına yönelik çeşitli araçlar (para, eğitim, takdir, ödüllendirme, başarı vs.) ile çalışanların harekete geçmesi ve isteklendirilmesi demektir (<http://www.Canaktan.org>).

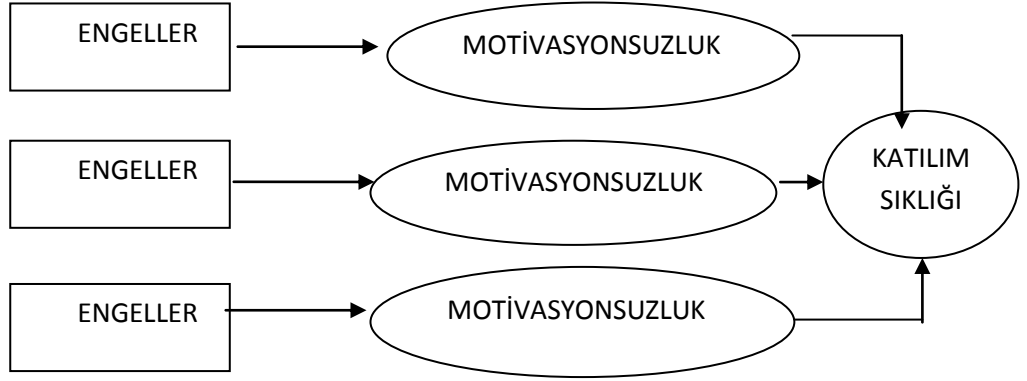
### **2.5.2. Rekreatyonel Egzersize Katılım ve Motivasyon**

Motivasyon kavramı spor ve rekreasyon psikolojisi literatüründe sıklıkla kullanılmaktadır. İngilizce karşılığı “motivation” olan bu kavram Türkçeye “motivasyon” olarak geçmiş ve harekete geçirmek veya hedefe yönlendirmek gibi anlamlar taşımaktadır. Bir başka ifade ile bireyin belirli bir amacı gerçekleştirmek için kendi arzusu ve istekleri ile harekete geçmesidir (Carroll, 1997). Carroll ve Alexandris ise motivasyon kelimesini kişiyi bir davranışı yapmaya yönlendiren içsel ve dışsal uyarıcılar olarak tanımlamaktadır.

Bireyin uyarıcılar veya güdüler yolu ile belirli bir motivasyon düzeyine ulaşması ise bireyin boş zaman aktivitesine katılmasına veya karşılaştığı engelleri aşmasında önemli rol oynar. Bireyin boş zaman aktivitelerine katılmasında dışsal faktörlerden daha çok içsel faktörler ön plana çıkar. İçsel motivasyon düzeyi ise; boş zamanı algılama, boş zaman aktivitelerine yönelik bireyin geliştirdiği tutum ve boş zaman aktivitelerine katılımın önündeki engellerin algılanması gibi faktörlerden etkilenir (Carroll ve Alexandris 1997).

Carroll ve Alexandris, rekreatyonel sportif aktivitelere katılımın önündeki engellerin algılanmasının içsel motivasyon, dışsal motivasyon ve motivasyonsuzluk düzeyi ile ilişkisi ortaya koymak için bir çalışma gerçekleştirmişlerdir.(Şekil 2) Engellerin aşılmasında motivasyonun çok büyük önemi olduğunu vurguladıkları bu çalışmada bireyin engelleri algılamasından daha çok motivasyon düzeyinin artırılarak motivasyonsuzluk durumunun ortadan kaldırılabilceği ve böylece katılım sıklığının da artacağını vurgulamışlardır (Carroll ve Alexandris 1997).

**Şekil 2 : Engeller, Motivasyon ve Katılım Sıklığı Arasındaki İlişki Modeli**



Kaynak: Carroll B., ve Alexandris K., (1997). Perception of Constraints and Strength of Motivation: Their relationship to Recreational Sport Participation. Journal of Leisure Research; 29(3): 279-299

## III. BÖLÜM

### 3. ARAŞTIRMA YÖNTEMİ

#### 3.1. Araştırma Yöntemi

Çalışmada, araştırma amaçlarına uygun olarak tarama ( survey ) modeli kullanılmıştır. Araştırmacı tarafından hazırlanan bilgi ( anket ) toplama formu kullanılmıştır. Araştırma tanımlayıcı araştırma tipinde yapılmıştır.

#### 3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini; Cumhuriyet Üniversitesini fakülte ve yüksekokullarında örgün öğrenim gören 12136 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmanın örneklemini ise;  $\alpha=0,01$ ,  $d=0,04$ ,  $\Delta =0,076$ ,  $t=2,58$  değerleri alınarak (  $n= N t^2 \Delta^2 / (N-1) d^2+t^2 \Delta^2$  ) formülü ile; 12136 öğrenciden  $\alpha=0,01$ , sapma miktarı=0,04, evren standart sapması =0,76,  $t=2,58$  değerleri alınarak 2000 öğrenci oluşturmuştur ( Kız; 1045, Erkek; 955). Daha sonra her fakülte ve yüksekokuldan örnekleme alınacak birey sayısı belirlenirken Tabakalı Örneklem Yöntemi kullanılmıştır. Basit Rastgele Örneklem ve Küme Örneklem yöntemi uygulanarak her fakülte ve yüksekokuldan örnekleme alınacak birey sayıları belirlenmiştir. Eksik doldurulması nedeniyle 10 adet form örneklem dışında bırakılmış ve çalışma 1990 öğrenci üzerinde gerçekleştirilmiştir.

#### 3.3. Veri Toplama Araçları

Bu bölümde katılımcıların demografik bilgilerini belirlemeye yönelik “Kişisel Bilgi Formu”, boş zamanlarında tercih etmiş oldukları rekreatif etkinlikleri belirlemeye yönelik “Rekreasyon Tercih Listesi” ve bireyleri rekreatif etkinliklere katılıma motive edebilecek faktörleri içeren “Boş Zaman Motivasyon Ölçeği” yer almaktadır.

##### 3.3.1. Kişisel Bilgi Formu(Ek-1)

Ankette katılımcıların yaş, cinsiyet, bölüm, ekonomik durum, yaşadığı yer, anne-baba eğitim durumunu belirlemeye yönelik sorular bulunmaktadır.

### **3.3.2. Rekreasyon Tercih Listesi (Ek-II)**

Rekreasyon Tercih Listesi, Müftüler tarafından 2008 yılında geliştirilmiş ve “Muğla Üniversitesi’nde okuyan öğrencilerin çoklu zekâ alanlarına göre rekreasyon tercihlerinin belirlenmesi” isimli çalışmada kullanılmıştır. Rekreasyon tercih listesinde, 4 etkinlik gurubu ve 49 faaliyet yer almaktadır. Etkinlik alanları; sosyo-kültürel etkinlikler, sanatsal etkinlikler, sportif etkinlikler ve bireysel etkinlikler şeklinde sıralanmıştır. Öğrencilerden okul, çalışma ve zorunlu ihtiyaçlar dışında kalan serbest zamanlarında yapmayı tercih ettiği etkinliklerden bir veya birkaçını kutucuklara (X) işaretini koyarak tercihlerini belirtmeleri istenmektedir. Tercihlerini yaparken, tamamen kendi isteklerini göz önünde bulundurmaları istenmektedir. Ayrıca anketin sonunda bulunan 4 (dört) gruptan birini de işaretlemeleri gerekmektedir (Müftüler, 2008).

### **3.3.3. Boş Zaman Motivasyon Ölçeği (BMÖ)(Ek-III)**

Boş Zaman Motivasyon Ölçeği (BMÖ), Pelletier, Vallerand,. Blais ve Brière tarafından geliştirilmiştir (Mutlu, 2008). Ölçek, bireyleri rekreasyonel egzersizlere katılıma motive edebilecek faktörleri içeren (1) bilmek (içsel motivasyon), (2) başarmak (içsel motivasyon), (3) dürtüyü/uyarıyı hissetmek (içsel motivasyon), (4) belirlemek (dışsal motivasyon), (5) introjected (dışsal motivasyon), (6) dış düzen (dışsal motivasyon) ve (7) motivasyonsuzluk gibi 7 alt boyut ve toplam 28 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte yer alan ifadeler “Hiç Katılmıyorum (1)” ve “ Tamamen Katılmıyorum(7) şeklinde 7’li likert tipi ölçek üzerinde değerlendirilmektedir.

Ölçeğin Türkçe güvenirliği ve geçerliği “Mutlu” tarafından, 2008 yılında yapılmıştır. Ölçeğin Türkçe formu, toplam 22 maddeden ve (1) motivasyonsuzluk (2) bilmek ve başarmak, (3) uyaran yaşama, (4) özdeşim/ içe atım ve (5) dışsal düzenleme gibi 5 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçek 5’li likert tipindedir ( Tamamen Katılmıyorum 1 puan, Katılmıyorum 2 puan, Kısmen Katılıyorum 3 puan, Katılıyorum 4 puan, Tamamen Katılıyorum 5 puan). Motivasyonsuzluk alt boyutu 5,12 ve 19, bilmek ve başarmak alt boyutu 6,9,13,16 ve 20, uyaran yaşama alt boyutu 11 ve 18, Özdeşim/içe atım alt boyutu 10,14,17 ve 21, dışsal düzenleme alt boyutu 1,8,15 ve 22 numaralı sorulardan oluşmaktadır. Ölçeğin toplam iç tutarlılık katsayısı. 77’ dir. Ölçeğin Türkçe’ye çeviri aşamasında çeviri tekrar çeviri (translation-back translation)

prosedüründe yer alan aşamalar takip edilmiştir (Mutlu, 2008). Ölçeğin Motivasyonsuzluk, Özdeşim/içe atım, Dışsal Düzenleme alt boyutları ters puanlanmıştır. Ayrıca çalışmamızda elde edilen veriler neticesinde geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılmış olup, ölçeğin Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı 0.75 olarak tespit edilmiştir.

**Tablo 1: Boş Zaman Motivasyon Ölçeği'nde Yer Alan Soruların Alt Boyutlarda Yer Alan Maddelerin İç Tutarlılık Katsayıları**

<b>Alt Boyutlar</b>	<b>Alfa</b>
Motivasyonsuzluk	.70
Bilmek ve Başarmak	.66
Uyaran Yaşama	.73
Özdeşim / İçe Atım	.60
Dışsal Düzenleme	.70

### **3.4. Verilerin Toplanması**

Araştırmada kullanılan veri toplama formları; 30 Ekim -30 Aralık 2010 tarihleri arasında kurumdan gerekli izinler alındıktan sonra sınıf ortamında öğrencilere çalışmayla ilgili detaylı bilgi ve açıklamalar yapılarak, çalışma için gönüllü olan bireylere sözel onayları alındıktan sonra, araştırmacı tarafından uygulanmıştır.

### **3.5. Verilerin Analizi**

Elde edilen veriler kontrol edilmiş ve elektronik ortamda kayıt altına alınmıştır. Katılımcılara uygulanan 2000 adet anket sonucunda 10 adet anketin kullanılamaz durumda olduğu tespit edilmiştir. Verilerin değerlendirilmesinde SPSS 14.0 paket programı kullanılmıştır. Demografik bilgilerin ve motivasyon ölçeği ile ilgili davranışların belirlenmesinde, frekans (f) ve yüzde (%) oranları hesaplanmıştır. Araştırma grubunda yer alan öğrencilerin motivasyon ölçeğinde yer alan 5 alt boyuttaki ölçümlere göre bağımsız değişkenler karşılaştırılırken; iki ortalama arasındaki farkın önemlilik testi, Varyans Analizi ve Tukey Testi uygulanmıştır. Sonuçların yorumlanmasında 0.05 anlamlılık düzeyi ölçüt alınmıştır.



## IV. BÖLÜM

### 4. BULGULAR

#### 4.1 Öğrencilerin Bazı Demografik Bilgilerine Göre Tanımlanması

Çalışmanın bu bölümünde elde edilen veriler; katılımcıların demografik ve ekonomik özellikleri gruplandırılarak verilmiştir.

**Tablo 2. Öğrencilerin Demografik Bilgileri**

Değişkenler		n	%
Cinsiyet	Kız	1040	52,3
	Erkek	950	47,7
Yaş	<18	41	2,1
	19-21	1215	61,1
	22-24	645	32,4
	25>	89	4,5
Yaşanan Yer	Yurt	725	36,4
	Aile	458	23,0
	Ev Arkadaşları	747	37,5
	Diğer	60	3,0
Aylık Gelir	<250	522	26,2
	251-500	996	50,1
	501-750	262	13,2
	751-1000	106	5,3
	1001>	104	5,2

Tablo 2 incelendiğinde; araştırma kapsamında yer alan öğrencilerin % 52,3'ünün kız, % 47,7'sinin erkek, % 93,4'ünün 19-24 yaş aralığında olduğu, % 37,5'inin ev arkadaşlarıyla, % 36,4'ünün yurt ve % 23'ünün ise ailesi ile birlikte yaşadığı, %76,3'ünün gelir düzeyinin 250-500 lira civarında olduğu ve yalnızca % 10'5'inin 751 lira ve üzerinde gelir durumuna sahip olduğu görülmektedir.

**Tablo 3. Öğrencilerin Fakülterele Göre Dağılımı**

<b>Fakülte</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Fen Fakültesi	193	9,7
Edebiyat Fakültesi	329	16,5
Tıp Fakültesi	148	7,4
İlahiyat Fakültesi	41	2,1
Eğitim Fakültesi	309	15,5
Güzel Sanatlar Fakültesi	42	2,1
Teknik Eğitim Fakültesi	9	0,5
Diş Hekimliği	51	2,6
İktisat Fakültesi	260	13,1
Mühendislik Fakültesi	419	21,1
Sağlık Bilimleri Fakültesi	117	5,9
Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu	72	3,6
<b>Toplam</b>	<b>1990</b>	<b>100,0</b>

Tablo 3'e bakıldığında; öğrencilerin fakülterele göre dağılımı frekans ve yüzdelerle ifade edildiği görülmektedir. Tabloda da görüldüğü gibi öğrencilerin %9,7'si Fen Fakültesi, %16,5'i Edebiyat Fakültesi, %7,4'ü Tıp Fakültesi, %2,1'i İlahiyat Fakültesi, %15,5'i Eğitim Fakültesi, %2,1'i Güzel Sanatlar Fakültesi, %0,5'i Teknik Eğitim Fakültesi, %2,6'sı Diş Hekimliği Fakültesi, %13,1'i İktisat Fakültesi, %21,1'i Mühendislik Fakültesi, %5,9'u Sağlık Bilimleri Fakültesi ve %3,6'sı Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda öğrenim görmektedirler.

**Tablo 4. Öğrencilerin Öğrenim Gördükleri Bölümleri Kendi İsteklerine Göre Tercih Edip Etmeme Durumlarına göre Dağılımı**

<b>Tercih Durumu</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Evet	1597	80,3
Hayır	393	19,7
<b>Toplam</b>	<b>1990</b>	<b>1990</b>

Tablo 4’te öğrencilerin öğrenim gördükleri bölümleri kendi isteklerine göre tercih edip etmeme durumlarına bakıldığında; % 80,3’ünün bölümlerini kendi tercihlerine göre belirledikleri anlaşılmaktadır.

**Tablo 5. Öğrencilerin Boş Zamanlarını Etkin Değerlendirme Durumlarına Göre Dağılımı**

<b>Tercih Durumu</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Evet	658	33,1
Hayır	1332	66,9
<b>Toplam</b>	<b>1990</b>	<b>1990</b>

Tablo 5’de öğrencilerin boş zamanlarını etkin değerlendirme durumlarına bakıldığında, % 66’9 gibi yüksek bir oranda bu soruya “hayır” cevabını verdikleri ve yalnızca % 33’1’inin boş zamanlarını etkin değerlendirdikleri anlaşılmaktadır.

**Tablo 6. Öğrencilerin Üniversitedeki Tesis ve Olanakların Yeterliliği Hakkındaki Görüşleri**

<b>Tercih Durumu</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Evet	161	8,1
Hayır	1829	91,9
<b>Toplam</b>	<b>1990</b>	<b>1990</b>

Tablo 6’da öğrencilerin Üniversitedeki tesis ve olanakların yeterliliği hakkındaki görüşlerine bakıldığında, % 91,9 gibi yüksek bir oranda bu soruya “hayır” cevabını verdikleri ve yalnızca % 8,1’inin tesis ve olanakların yeterli olduğunu belirttikleri görülmektedir.

**Tablo 7. Öğrencilerin En Çok Tercih Ettikleri Rekreatif Etkinlik Grupları**

<b>Etkinlik Grupları</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Sosyo Kültürel Etkinlikler	715	35,9
Sanatsal Etkinlikler	179	9,0
Sportif Etkinlikler	489	24,6
Bireysel Etkinlikler	607	30,5
<b>Toplam</b>	<b>1990</b>	<b>100,0</b>

Tablo 7’de öğrencilerin en çok tercih ettikleri rekreatif etkinlik grupları incelendiğinde; % 35,9’unun “Sosyo Kültürel Etkinlikler”, % 30,5’inin “Bireysel Etkinlikler”, % 24,6’sının “Sportif Etkinlikler” ve yalnızca % 9,0’ının “Sanatsal Etkinlikler”i tercih ettikleri görülmektedir.

**Tablo 8. Öğrencilerin En Sık Tercih Ettikleri Aktiviteler**

Aktiviteler	n	%
Spor Yapmak	349	17,5
Televizyon İzlemek	270	13,6
Kitap Okumak	306	15,4
Sinema ve Tiyatroya Gitmek	242	12,2
Müzik Dinlemek	434	21,8
İnternette Zaman Geçirmek	389	19,5
<b>Toplam</b>	<b>1990</b>	<b>100,0</b>

Tablo 8’de öğrencilerin en sık tercih ettikleri aktivitelere bakıldığında; % 21,8’inin “Müzik Dinlemek”, % 19,5’inin “İnternette Zaman Geçirmek”, % 17,5’inin “Spor Yapmak”, % 15,4’ünün “Kitap Okumak”, % 13,6’sının “Televizyon İzlemek”, % 12,2’sinin ise “Sinema ve Tiyatroya Gitmek” olduğu anlaşılmaktadır.

**Tablo 9. Öğrencilerin Boş Zaman Motivasyon Ölçeği Toplam ve Alt ölçek Puan Ortalamalarının Dağılımı**

<b>Alt Boyutlar</b>	<b>n</b>	<b>Min (Min)*</b>	<b>Max (Max)*</b>	<b>Ortalama</b>	<b>Standart Sapma</b>
<b>Toplam Puan</b>	1987	18,00 (18)	90,00 (90)	66,28	10,31
<b>Motivasyon</b>	1990	3,00 (3)	15,00 (25)	10,81	2,56
<b>Bilmek/Başarmak</b>	1988	5,00 (5)	25,00 (25)	17,10	3,79
<b>Uyaran Yaşama</b>	1990	2,00 (2)	10,00 (10)	4,77	1,91
<b>Özdeşim/İçe Atım</b>	1990	4,00 (4)	20,00 (20)	12,64	3,37
<b>Dışsal Düzenleme</b>	1990	4,00 (4)	20,00 (20)	9,99	2,52

(Min)\* Ölçekten alınabilecek minimum puan

(Max)\* Ölçekten alınabilecek maximum puan

Tablo 9’da öğrencilerin Boş zaman Motivasyon Ölçeği toplam ve alt boyut puan ortalamalarının dağılımı verilmiştir. Tabloya göre öğrencilerin boş zaman motivasyonlarının orta düzeyde olduğu söylenebilir.



## **4.2 Öğrencilerin Boş Zaman Aktivitelerine Katılımlarında Motive Eden Faktörlerin Sıralaması ile Bazı Değişkenlere Göre Analiz Sonuçları**

Bu bölümde örneklem grubunda yer alan katılımcıları boş zamanlarında rekreatif etkinliklere katılıma motive eden (1) motivasyonsuzluk, (2) bilmek ve başarmak, (3) uyaran yaşama, (4) özdeşim/ içe atım ve (5) dışsal düzenleme faktörlere (alt boyutlara) ilişkin puanlarına ve bu puanların bazı demografik değişkenlere göre yapılan istatistiksel değerlendirmelere ilişkin bulgulara yer verilmiştir.

**Tablo 10. Öğrencilerin Boş Zaman Motivasyon Ölçeği Toplam ve Alt ölçek ve Puan Ortalamalarının Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılması**

Alt Boyutlar	Yaş Grupları	n	Ortalama	Standart Sapma	Test/p
<b>Toplam Puan</b>	<18	41	68,04	9,33	F=9.66 <b>p=0.001</b>
	19-21	1215	67,17	10,27	
	22-24	645	64,89	10,49	
	25>	89	63,47	8,24	
<b>Motivasyonsuzluk</b>	18	41	10,95	2,74	F=8.49 <b>p=0,001</b>
	19-21	1215	11,03	2,49	
	22-24	645	10,49	2,65	
	25>	89	10,13	2,52	
<b>Bilmek ve Başarmak</b>	18	41	18,14	3,15	F=10,51 <b>p=0,001</b>
	19-21	1215	17,42	3,78	
	22-24	645	16,55	3,79	
	25>	89	16,14	3,51	
<b>Uyaran Yaşama</b>	18	41	4,51	1,62	F=1,13 p=0,333
	19-21	1215	4,83	1,90	
	22-24	645	4,68	1,97	
	25>	89	4,71	1,69	
<b>Özdeşim / İçer Atım</b>	18	41	11,80	2,83	F=4,90 <b>p=0,002</b>
	19-21	1215	12,85	3,42	
	22-24	645	12,42	3,32	
	25>	89	11,86	2,98	
<b>Dışsal Düzenleme</b>	18	41	10,87	2,35	F=1.84 p=0,137
	19-21	1215	10,00	2,44	
	22-24	645	9,92	2,65	
	25>	89	10,00	2,60	

Tablo 10’da öğrencilerin yaş gruplarına göre Boş Zaman Motivasyon Ölçeği toplam ve alt ölçek puan ortalamaları karşılaştırılmıştır. Tabloda da görüldüğü gibi yaş grupları ile Toplam Puan, Motivasyonsuzluk, Bilmek ve Başarmak, Özdeşim/İçer Atım alt boyutları puan ortalamaları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlıdır ( $p<0,05$ ). Gruplar ikili karşılaştırıldığında BMÖ toplam puanı açısından 19-21 yaş grubu ile 22-24 yaş grubu arasında ( $p<0.0001$ ), 19-21 yaş grubu ile 25> yaş grubu arasındaki farklılık anlamlı ( $p<0.006$ ) bulunurken, diğer yaş grupları arasındaki farklılık

önemsiz bulunmuştur ( $p>0.05$ ). Öğrencilerin Motivasyonsuzluk alt boyut puan ortalaması açısından 19-21 yaş grubu ile, 22-24 yaş grubu arasında ( $p<0.0001$ ), 19-21 yaş grubu ile 25> yaş grubu arasındaki farklılık anlamlı ( $p<0.008$ ) bulunmuş, diğer yaş grupları arasındaki farklılık önemsiz bulunmuştur ( $p>0.05$ ).

Öğrencilerin Bilmek ve Başarmak alt boyut puan ortalamaları karşılaştırıldığında 19-21 yaş grubu ile 22-24 yaş grubu arasında ( $p<0.0001$ ), 19-21 yaş grubu ile 25> yaş grubu arasındaki farklılık anlamlı ( $p<0.010$ ) bulunmuş, diğer yaş grupları arasındaki farklılık önemsiz bulunmuştur ( $p>0.05$ ). Öğrencilerin yaş gruplarına göre ölçeğin Özdeşim/İçe Atma alt boyut puan ortalamaları karşılaştırıldığında 19-21 yaş grubu ile 22-24 yaş grubu ( $p<0.046$ ), 19-21 yaş grubu ile 25> yaş grubu ( $p<0.038$ ) arasındaki farkın anlamlı olduğu bulunmuştur. Öğrencilerin yaş gruplarına göre Ölçeğin Uyarıcı Yaşama ve Dışsal Düzenleme puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 11. Öğrencilerin Boş Zaman Motivasyon Ölçeği Toplam ve Alt ölçek Puan Ortalamalarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması**

Alt Boyutlar	Cinsiyet	n	Ortalama	Standart Sapma	Test/p
<b>Toplam Puan</b>	Kız	1038	67,46	9,86	t=5,34
	Erkek	949	65,00	10,65	<b>p=0,001</b>
<b>Motivasyonsuzluk</b>	Kız	1040	11,18	2,44	t=6,75
	Erkek	950	10,41	2,63	<b>p=0,001</b>
<b>Bilmek ve Başarmak</b>	Kız	1040	17,55	3,66	t=5,52
	Erkek	950	16,61	3,86	<b>p=0,001</b>
<b>Uyaran Yaşama</b>	Kız	1040	4,81	1,83	t=1,03
	Erkek	950	4,72	1,99	p=0,301
<b>Özdeşim / İçer Atım</b>	Kız	1040	13,11	3,31	t=6,54
	Erkek	950	12,13	3,35	<b>p=0,001</b>
<b>Dışsal Düzenleme</b>	Kız	1040	9,92	2,35	t=1,20
	Erkek	950	10,07	2,69	p=0,195

Tablo 11’de öğrencilerin cinsiyete göre Boş Zaman Motivasyon Ölçeği toplam ve alt ölçek puan ortalamaları karşılaştırılmıştır. Öğrencilerin cinsiyete göre Ölçeğin Toplam Puan, Motivasyonsuzluk, Bilmek ve Başarmak, Özdeşim ve İçer Atım puan ortalamaları açısından gruplar arasındaki farkın anlamlı olduğu bulunmuştur ( $p<0.05$ ). Öğrencilerin cinsiyete göre Uyaran Yaşama ve Dışsal Düzenleme puanları karşılaştırıldığında ise; farklılık önemsiz bulunmuştur ( $p>0.05$ ).

**Tablo 12. Öğrencilerin Boş Zaman Motivasyon Ölçeği Toplam ve Alt ölçek Puan Ortalamalarının Fakülterle Göre Karşılaştırılması**

Alt Boyutlar	Fakülte	n	Ortalama	Standart Sapma	Test/p
<b>Toplam Puan</b>	Fen Fakültesi	191	62,94	9,43	F=7,56 p=0,001
	Edebiyat Fakültesi	329	68,49	9,09	
	Tıp Fakültesi	148	63,62	10,19	
	İlahiyat Fakültesi	41	63,80	10,80	
	Eğitim Fakültesi	309	68,09	9,36	
	Güzel Sanatlar Fak.	42	66,57	6,99	
	Teknik Eğitim Fak.	9	74,88	5,55	
	Diş Hekimliği Fakültesi	50	64,42	8,20	
	İktisat Fakültesi	260	67,92	11,21	
	Mühendislik Fakültesi	419	64,97	10,39	
	Sağlık Bilimler	117	67,03	12,55	
	Beden Eğitimi	72	64,73	12,01	
	<b>Motivasyonsuzluk</b>	Fen Fakültesi	191	9,97	
Edebiyat Fakültesi		329	11,39	2,29	
Tıp Fakültesi		148	10,40	2,60	
İlahiyat Fakültesi		41	10,46	2,73	
Eğitim Fakültesi		309	11,06	2,28	
Güzel Sanatlar Fak.		42	11,30	1,77	
Teknik Eğitim Fak.		9	13,00	1,41	
Diş Hekimliği Fakültesi		50	10,56	2,05	
İktisat Fakültesi		260	11,23	2,58	
Mühendislik Fakültesi		419	10,47	2,60	
Sağlık Bilimler		117	11,03	2,98	
Beden Eğitimi		72	10,05	2,98	
<b>Bilmek ve Başarmak</b>		Fen Fakültesi	191	16,19	3,75
	Edebiyat Fakültesi	329	17,70	3,59	
	Tıp Fakültesi	148	16,08	3,68	
	İlahiyat Fakültesi	41	16,17	4,15	
	Eğitim Fakültesi	309	17,66	3,46	
	Güzel Sanatlar Fak.	42	17,11	3,12	
	Teknik Eğitim Fak.	9	20,00	1,22	
	Diş Hekimliği Fakültesi	50	16,66	3,01	
	İktisat Fakültesi	260	17,75	4,02	
	Mühendislik Fakültesi	419	16,57	3,77	
	Sağlık Bilimler	117	17,70	4,24	
	Beden Eğitimi	72	16,66	4,16	
	<b>Uyaran Yaşama</b>	Fen Fakültesi	191	4,79	2,01
Edebiyat Fakültesi		329	4,99	1,80	
Tıp Fakültesi		148	4,16	1,65	
İlahiyat Fakültesi		41	4,36	1,95	
Eğitim Fakültesi		309	4,88	1,99	
Güzel Sanatlar Fak.		42	4,95	2,14	
Teknik Eğitim Fak.		9	5,33	2,00	
Diş Hekimliği Fakültesi		50	4,70	1,71	
İktisat Fakültesi		260	4,87	1,89	
Mühendislik Fakültesi		419	4,62	1,95	
Sağlık Bilimler		117	4,82	1,87	
Beden Eğitimi		72	5,02	1,91	
<b>Özdeşim / İçer Atım</b>		Fen Fakültesi	191	11,40	3,33
	Edebiyat Fakültesi	329	13,22	2,95	

	Tıp Fakültesi	148	11,96	3,39	<b>p=0,001</b>
	İlahiyat Fakültesi	41	12,56	3,70	
	Eğitim Fakültesi	309	13,44	3,21	
	Güzel Sanatlar Fak.	42	12,28	3,25	
	Teknik Eğitim Fak.	9	15,44	1,58	
	Diş Hekimliği Fakültesi	50	11,47	2,36	
	İktisat Fakültesi	260	13,09	3,44	
	Mühendislik Fakültesi	419	12,00	3,22	
	Sağlık Bilimler	117	13,60	3,83	
	Beden Eğitimi	72	12,69	4,06	
<b>Dışsal Düzenleme</b>	Fen Fakültesi	191	9,93	2,51	F=0,66 p=0,774
	Edebiyat Fakültesi	329	9,98	2,38	
	Tıp Fakültesi	148	9,87	2,41	
	İlahiyat Fakültesi	41	9,82	2,78	
	Eğitim Fakültesi	309	10,13	2,35	
	Güzel Sanatlar Fak.	42	10,47	2,35	
	Teknik Eğitim Fak.	9	10,00	1,32	
	Diş Hekimliği Fakültesi	50	9,84	2,99	
	İktisat Fakültesi	260	9,96	2,55	
	Mühendislik Fakültesi	419	10,10	2,70	
	Sağlık Bilimler	117	9,58	2,53	
	Beden Eğitimi	72	9,95	2,60	

Tablo 12’de öğrencilerin öğrenim gördükleri bölümlere göre Boş Zaman Motivasyon Ölçeği ve Alt ölçek ve puan ortalamalarının karşılaştırılması yer almaktadır. Tabloda da görüldüğü gibi; öğrencilerin öğrenim gördükleri bölümlere göre ;ölçeğin Toplam Puan, Motivasyonsuzluk, Bilmek ve Başarmak, Uyarıcı Yaşama, Özdeşim / İçerik Atım Puan ortalamaları açısından gruplar arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Öğrenim gördükleri bölümlere göre öğrencilerin, ölçekte yer alan Dışsal Düzenleme alt boyut puan ortalamaları arasındaki farklılık önemsiz bulunmuştur ( $p>0,05$ ).

Gruplar ikili karşılaştırıldığında, Fen fakültesi ile ( Edebiyat Fakültesi, Eğitim Fakültesi, Teknik Eğitim Fakültesi, İktisat Fakültesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi), Edebiyat fakültesi ile (Tıp Fakültesi, Mühendislik Fakültesi), Tıp Fakültesi ile ( Eğitim Fakültesi, İktisat Fakültesi), Eğitim Fakültesi İle (Mühendislik Fakültesi ), İktisat Fakültesi ile ( Mühendislik Fakültesi ) aralarında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Diğer gruplar ikili karşılaştırıldığında aralarındaki farklılık önemsiz bulunmuştur ( $p>0,05$ ).

**Tablo 13.Öğrencilerin Boş Zaman Motivasyon Ölçeği Toplam ve Alt ölçek Puan Ortalamalarının Öğrenim Gördükleri Bölümleri Kendi İsteklerine Göre Tercih Edip Etmeme Durumlarının Karşılaştırılması**

Alt Boyutlar	Tercih	n	Ortalama	Standart Sapma	Test/p
<b>Toplam Puan</b>	Evet	1594	67,46	9,86	t=5,34
	Hayır	393	65,00	10,65	p=0.886
<b>Motivasyonsuzluk</b>	Evet	1597	10,88	2,55	t=2.37
	Hayır	393	10,53	2,60	<b>p=0.018</b>
<b>Bilmek ve Başarmak</b>	Evet	1597	17,14	3,80	t=1.00
	Hayır	393	16,93	3,71	p=0.313
<b>Uyaran Yaşama</b>	Evet	1597	4,75	1,91	t=0.90
	Hayır	393	4,85	1,93	p=0.364
<b>Özdeşim / İçe Atım</b>	Evet	1597	12,65	3,42	t=0.06
	Hayır	393	12,63	3,15	p=0.951
<b>Dışsal Düzenleme</b>	Evet	1597	9,89	2,48	t=0.06
	Hayır	393	10,41	2,62	<b>p=0.001</b>

Tablo 13’de Öğrencilerin öğrenim gördükleri bölümleri kendi isteklerine göre tercih edip etmeme durumlarına göre Boş Zaman Motivasyon Ölçeği toplam ve alt ölçek puan ortalamaları arasındaki farkın karşılaştırılması yer almaktadır. Buna göre; ölçeğin Motivasyonsuzluk ve Dışsal Düzenleme alt ölçeklerindeki puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olduğu görülmektedir ( $p<0.05$ ).

**Tablo 14. Öğrencilerin Boş Zaman Motivasyon Ölçeği Toplam ve Alt ölçek Puan Ortalamalarının Yaşadıkları Yere Göre Karşılaştırılması**

Alt Boyutlar	Yaşanan Yer	n	Ortalama	Standart Sapma	Test/p
<b>Toplam Puan</b>	Yurt	723	<b>67.14</b>	10.61	F=4.01 <b>p=0.007</b>
	Aile	458	66.29	10.20	
	Ev Arkadaşları	746	65.68	9.98	
	Diğer	60	63.46	10.79	
<b>Motivasyonsuzluk</b>	Yurt	723	10,96	2,63	F=1.88 p=0.130
	Aile	458	10,81	2,58	
	Ev Arkadaşları	746	10,65	2,48	
	Diğer	60	11,03	2,55	
<b>Bilmek ve Başarmak</b>	Yurt	723	<b>17,48</b>	3,89	F=4.45 <b>p=0.004</b>
	Aile	458	17,06	3,72	
	Ev Arkadaşları	746	16,77	3,69	
	Diğer	60	16,85	3,76	
<b>Uyaran Yaşama</b>	Yurt	723	<b>4,83</b>	1,85	F=4.48 <b>p=0.004</b>
	Aile	458	4,75	1,89	
	Ev Arkadaşları	746	4,79	1,97	
	Diğer	60	3,90	1,89	
<b>Özdeşim / İçer Atım</b>	Yurt	723	12,77	3,46	F=2.09 p=0.099
	Aile	458	12,75	3,34	
	Ev Arkadaşları	746	12,52	3,27	
	Diğer	60	11,80	3,44	
<b>Dışsal Düzenleme</b>	Yurt	723	9,98	2,38	F=1.21 p=0.303
	Aile	458	10,13	2,42	
	Ev Arkadaşları	746	9,95	2,68	
	Diğer	60	9,53	2,83	

Tablo 14’de öğrencilerin Boş Zaman Motivasyon ölçeği toplam ve alt ölçek puan ortalamalarının yaşadıkları yere göre karşılaştırılması yer almaktadır. Öğrencilerin yaşadıkları yere göre ölçeğin Toplam Puan, Bilmek, Başarmak Ve Uyaran Yaşama puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı ( $p < 0.05$ ), Motivasyonsuzluk, Özdeşim/İçer Atım ve Dışsal Düzenleme puan ortalamaları arasındaki farkın ise anlamsız olduğu bulunmuştur ( $p > 0.05$ ).



Yaşadıkları yere göre ölçeğin toplam puan ortalaması ikili karşılaştırıldığında yurttaki kalanlarla evde kalanlar, yurttaki kalanlarla diğer grupta yer alanlar arasındaki farkın anlamlı olduğu saptanmıştır ( $p < 0.05$ ). Alt boyutlara bakılarak gruplar ikili karşılaştırıldığında, bilmek/başarmak puanlarına göre yurttaki kalanlar ile evde kalanlar arasındaki fark önemli bulunmuştur ( $p > 0.05$ ). Uyaran yaşama puanlarına göre; yurttaki kalanlar ile diğer yerlerde kalanlar, ailesi ile birlikte kalanlar ile diğer yerlerde kalanlar, evde kalanlar ile diğer yerler arasındaki fark önemli bulunmuştur ( $p > 0.05$ ).

**Tablo 15. Öğrencilerin Boş Zaman Motivasyon Ölçeği Toplam ve Alt ölçek Puan Ortalamalarının Aylık Gelirlerine Göre Karşılaştırılması**

Alt Boyutlar	Aylık Gelir Durumu	n	Ortalama	Standart Sapma	Test/p
<b>Toplam Puan</b>	<250	522	66,66	10,3	F=1.22 p=0.298
	251-500	995	66,34	10,4	
	501-750	260	65,01	8,98	
	751-1000	106	66,68	11,24	
	1001>	104	66,58	10,99	
<b>Motivasyonsuzluk</b>	250	522	10,98	2,66	F=2.17 p=0.069
	251-500	995	10,82	2,49	
	501-750	260	10,41	2,50	
	751-1000	106	10,76	2,70	
	1001>	104	10,88	2,67	
<b>Bilmek ve Başarmak</b>	250	522	17,22	3,94	F=1.58 p=0.177
	251-500	995	17,17	3,65	
	501-750	260	16,56	3,74	
	751-1000	106	17,05	4,30	
	1001>	104	17,16	3,78	
<b>Uyaran Yaşama</b>	250	522	4,71	1,80	F=0.48 p=0.748
	251-500	995	4,77	1,92	
	501-750	260	4,78	2,04	
	751-1000	106	4,78	1,98	
	1001>	104	5,00	1,93	
<b>Özdeşim / İçe Atım</b>	250	522	12,78	3,46	F=0.98 p=0.413
	251-500	995	12,66	3,38	
	501-750	260	12,32	2,99	
	751-1000	106	12,43	3,36	
	1001>	104	12,82	3,58	
<b>Dışsal Düzenleme</b>	250	522	10,06	2,39	F=1.16 p=0.954
	251-500	995	9,97	2,60	
	501-750	260	9,92	2,45	
	751-1000	106	9,98	2,57	
	1001>	104	10,00	2,47	

Tablo 15’de öğrencilerin gelir durumlarına göre toplam puan ve alt boyut puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamsız olduğu belirlenmiştir ( $p>0.05$ ).

**Tablo 16. Öğrencilerin Boş Zaman Motivasyon Ölçeği Toplam ve Alt ölçek Puan Ortalamalarının Boş Zamanlarını Etkin Değerlendirme Durumlarına Göre Karşılaştırılması**

Alt Boyutlar	Tercih	n	Ortalama	Standart Sapma	Test/p
<b>Toplam Puan</b>	Evet	656	66,38	10,61	t=0.28
	Hayır	1331	66,23	10,17	p=0.774
<b>Motivasyonsuzluk</b>	Evet	658	10,92	2,62	t=1.34
	Hayır	1332	10,75	2,53	p=0.178
<b>Bilmek ve Başarmak</b>	Evet	656	<b>17,40</b>	3,91	t=2.45
	Hayır	1332	16,95	3,72	<b>p=0.014</b>
<b>Uyaran Yaşama</b>	Evet	658	4,78	1,96	t=0.14
	Hayır	1332	4,76	7,89	p=0.885
<b>Özdeşim / İçe Atım</b>	Evet	658	12,78	3,53	t=1.25
	Hayır	1332	12,58	3,28	p=0.210
<b>Dışsal Düzenleme</b>	Evet	658	9,84	2,68	t=1.92
	Hayır	1332	10,07	2,43	p=0.054

Tablo 16’da Öğrencilerin Boş Zaman Motivasyon Ölçeği Toplam ve Alt ölçek Puan Ortalamalarının Boş Zamanlarını Etkin Değerlendirme Durumlarına Göre karşılaştırılması verilmiştir. Öğrencilerin toplam ölçek puanları ve alt boyut puanları karşılaştırıldığında bilmek/başarmak puanları yönünden farklılık önemli bulunurken ( $p < 0.05$ ), diğer gruplar arasındaki farklılık önemsiz bulunmuştur ( $p > 0.05$ ).

**Tablo 17. Öğrencilerin Boş Zaman Motivasyon Ölçeği Toplam ve Alt ölçek Puan Ortalamalarının Üniversitedeki Tesis ve Olanakların Yeterliliğini Değerlendirme Durumlarına Göre Karşılaştırılması**

Alt Boyutlar	Tercih	n	Ortalama	Standart Sapma	Tets/p
<b>Toplam Puan</b>	Evet	161	65,63	10,46	t=0.83
	Hayır	1826	66,34	10,30	p=0.407
<b>Motivasyonsuzluk</b>	Evet	161	10,54	2,63	t=1.38
	Hayır	1829	10,83	2,55	p=0.168
<b>Bilmek ve Başarmak</b>	Evet	161	16,95	3,92	t=0.53
	Hayır	1827	17,11	3,78	p=0.591
<b>Uyaran Yaşama</b>	Evet	161	4,86	2,01	t=0.61
	Hayır	1829	4,76	1,90	p=0.536
<b>Özdeşim / İçe Atım</b>	Evet	161	12,63	3,40	t=0.03
	Hayır	1829	12,64	3,36	p=0.974
<b>Dışsal Düzenleme</b>	Evet	161	9,88	2,53	t=0.60
	Hayır	1829	10,00	2,52	p=0.547

Tablo 17’de Öğrencilerin Boş Zaman Motivasyon Ölçeği Toplam ve Alt ölçek Puan Ortalamalarının Üniversitedeki Tesis ve Olanakların Yeterliliğini Değerlendirme Durumlarına Göre Karşılaştırılması yer almaktadır. Tabloda da görüldüğü gibi öğrencilerin üniversitedeki tesis ve olanakların yeterliliğini değerlendirmeleri açısından ölçek toplam puan ve alt boyut puan ortalamaları arasındaki farklılık anlamsızdır ( $p>0.05$ ).

**Tablo 18. Öğrencilerin Boş Zaman Motivasyon Ölçeği Toplam ve Alt Ölçek Puan**

**Ortalamalarının En Çok Tercih Ettikleri Aktivite Gruplarına Göre**

**Karşılaştırılması**

Alt Boyutlar	Etkinlikler	n	Ortalama	Standart Sapma	Test/p
<b>Toplam Puan</b>	Sosyo-Kültürel	713	66,76	9,89	F=1.36 p=0.253
	Sanatsal Etkinlik	179	66,02	9,95	
	Sportif Etkinlik	488	66,46	10,75	
	Bireysel Etkinlik	607	65,65	10,54	
<b>Motivasyonsuzluk</b>	Sosyo-Kültürel	715	11,01	2,56	F=5.06 <b>p=0.002</b>
	Sanatsal Etkinlik	179	<b>11,18</b>	2,34	
	Sportif Etkinlik	489	10,68	2,67	
	Bireysel Etkinlik	607	10,56	2,51	
<b>Bilmek ve Başarmak</b>	Sosyo-Kültürel	713	17,26	3,84	F=3.38 <b>p=0.017</b>
	Sanatsal Etkinlik	179	<b>17,40</b>	3,75	
	Sportif Etkinlik	489	17,25	3,80	
	Bireysel Etkinlik	607	16,70	3,70	
<b>Uyaran Yaşama</b>	Sosyo-Kültürel	715	4,72	1,83	F=0.98 p=0.400
	Sanatsal Etkinlik	179	4,62	1,82	
	Sportif Etkinlik	489	4,87	1,98	
	Bireysel Etkinlik	607	4,79	1,97	
<b>Özdeşim / İçe Atım</b>	Sosyo-Kültürel	715	12,83	3,27	F=1.60 p=0.186
	Sanatsal Etkinlik	179	12,59	3,51	
	Sportif Etkinlik	489	12,67	3,47	
	Bireysel Etkinlik	607	12,42	3,33	
<b>Dışsal Düzenleme</b>	Sosyo-Kültürel	715	10,02	2,41	F=3.72 <b>p=0.011</b>
	Sanatsal Etkinlik	179	9,53	2,57	
	Sportif Etkinlik	489	9,87	2,56	
	Bireysel Etkinlik	607	<b>10,20</b>	2,58	

Öğrencilerin Boş Zaman Motivasyon Ölçeği Toplam ve Alt ölçek Puan Ortalamalarının En Çok Tercih Ettikleri Aktivite Gruplarına Göre Karşılaştırılması Tablo 18’de verilmiştir. Öğrencilerin en sık tercih ettikleri aktivite gruplarına göre ölçeğin Motivasyonsuzluk, Bilmek Ve Başarmak Ve Dışsal Düzenleme puan ortalamalar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir (  $p<0.05$ ).

Aktivite gruplarına göre ölçeğin Motivasyonsuzluk alt boyut puan ortalaması ikili karşılaştırıldığında; Sosyo-Kültürel Etkinlikler ile Bireysel etkinlikler, Sanatsal Etkinlikler ile Bireysel Etkinlikler arasındaki farklılığın önemli olduğu bulunmuştur (  $p<0.05$ ). Bilmek Başarmak puan ortalaması yönünden gruplar ikiye karşılaştırıldığında, Sosyo-Kültürel Etkinlikler ile Bireysel etkinlikler arasındaki farklılık önemli bulunmuş (  $p<0.05$ ), diğer gruplar arasındaki farklılık önemsiz bulunmuştur

( $p>0.05$ ). Dışsal Düzenleme puan ortalaması açısından gruplar ikişerli karşılaştırıldığında ise; Sanatsal Etkinlikler ile Bireysel etkinlikler arasındaki farklılık önemli bulunmuş ( $p<0.05$ ), diğer gruplar arasındaki farklılık önemsiz bulunmuştur ( $p>0.05$ ).

**Tablo 19. Öğrencilerin Boş Zaman Motivasyon Ölçeği Toplam ve Alt Ölçek Puan Ortalamalarının En Sık Tercih Ettikleri Aktivitelere Göre Karşılaştırılması**

Alt Boyutlar	Aktiviteler	n	Ortalama	Standart Sapma	Test/p
<b>Toplam Puan</b>	Spor Yapmak	349	66,61	10,41	F=0.86 p=0.502
	Tv İzlemek	270	66,40	10,65	
	Kitap Okumak	303	65,95	10,07	
	Sinema ve Tiyatro	242	66,03	10,11	
	Müzik Dinlemek	434	66,94	10,20	
	İnternette Zaman Geç.	389	65,59	10,44	
<b>Motivasyonsuzluk</b>	Spor Yapmak	349	10,77	2,66	F=1.60 p=0.156
	Tv İzlemek	270	10,66	2,51	
	Kitap Okumak	306	11,09	2,56	
	Sinema ve Tiyatro	242	10,78	2,71	
	Müzik Dinlemek	434	10,94	2,46	
	İnternette Zaman Geç	389	10,61	2,51	
<b>Bilmek ve Başarmak</b>	Spor Yapmak	349	17,30	3,90	F=1.16 p=0.324
	Tv İzlemek	270	16,90	3,79	
	Kitap Okumak	304	17,41	3,63	
	Sinema ve Tiyatro	242	17,00	3,89	
	Müzik Dinlemek	434	17,13	3,80	
	İnternette Zaman Geç	389	16,84	3,73	
<b>Uyaran Yaşama</b>	Spor Yapmak	349	4,87	1,99	F=0.81 p=0.538
	Tv İzlemek	270	4,86	1,80	
	Kitap Okumak	306	4,80	2,00	
	Sinema ve Tiyatro	242	4,48	1,85	
	Müzik Dinlemek	434	4,75	1,87	
	İnternette Zaman Geç	389	4,73	1,92	
<b>Özdeşim / İçer Atım</b>	Spor Yapmak	349	12,59	3,39	F=1.41 p=0.216
	Tv İzlemek	270	12,66	3,34	
	Kitap Okumak	306	12,71	3,50	
	Sinema ve Tiyatro	242	12,86	3,17	
	Müzik Dinlemek	434	12,84	3,32	
	İnternette Zaman Geç	389	12,28	3,41	
<b>Dışsal Düzenleme</b>	Spor Yapmak	349	10,01	2,67	F=3.25 p=0.006
	Tv İzlemek	270	<b>10,38</b>	2,52	
	Kitap Okumak	306	9,57	2,39	
	Sinema ve Tiyatro	242	9,94	2,47	
	Müzik Dinlemek	434	10,10	2,54	
	İnternette Zaman Geç	389	9,95	2,45	

Tablo 19’da Öğrencilerin Boş Zaman Motivasyon Ölçeği Toplam ve Alt ölçek Puan Ortalamalarının En Sık Tercih Ettikleri Aktivitelere Göre Karşılaştırılması verilmiştir. Tabloda da görüldüğü gibi öğrencilerin en sık tercih ettikleri aktivitelere göre ölçeğin Toplam Puan, Motivasyonsuzluk, Bilmek Ve Başarmak, Uyaran Yaşam ve Özdeşim/İçer Atım puan ortalamaları arasındaki fark anlamsızdır ( $p>0.05$ ). Dışsal Düzenleme alt boyut puan ortalamaları açısından gruplar arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı olup ( $p<0.05$ ), bu boyut içerisinde gruplar ikişerli karşılaştırıldığında,

Televizyon İzleme ile Kitap Okuma arasındaki farklılık önemli ( $p < 0.05$ ), diğer gruplar arasındaki farklılık önemsiz bulunmuştur ( $p > 0.05$ ).



## V. BÖLÜM

### 5. TARTIŞMA

Üniversite öğrencilerinin rekreatif faaliyetlere yönelik tercihlerini ve boş zaman motivasyonlarını, rekreatif faaliyetlere katılımlarını sağlayan bireysel faktörleri ve bunları etkileyen bazı değişkenleri incelemek amacıyla yapılan araştırmada “Üniversite öğrencilerinin rekreatif faaliyetlere yönelik tercihleri nelerdir?”, “Üniversite öğrencilerinin boş zaman motivasyonları ne düzeydedir?” ve Üniversite öğrencilerinin rekreatif faaliyetlerini ve boş zaman motivasyonlarını etkileyen değişkenlerin neler olduğunu araştırmaktır.

Araştırmaya katılan öğrencilerin, %52,3’ü kız, %47,7’si erkek, %93,4’ü 19-24 yaş aralığında olup, %37,5’i ev arkadaşlarıyla, %36,4’ü yurttan ve % 23’ü ailesi ile birlikte yaşamaktadır. Öğrencilerin %76,3’ünün gelir düzeyi 250-500 lira civarında ve yalnızca %10’5’inin 751 lira ve üzerindedir (Tablo 2 ).

Çalışmamızda öğrencilerin en sık tercih ettikleri aktiviteler sırasıyla müzik dinlemek, internette zaman geçirmek ve spor yapmak olup en az kitap okumak sinema ve tiyatroya gitmek olarak belirlenmiştir. Bu durumun nedenleri arasında üniversitedeki olanakların yetersizliği ve grup olarak yapılan faaliyetlerdeki sınırlılıklar olabileceği gibi, teknolojiye paralel olarak müzik çarhalarının yaygınlaşması ve dijital ortamlarda müziklere daha kolay ulaşım imkânının olması sayılabilir. Balcı (2003)’de yapmış olduğu araştırmada, gelişmiş ülkelerde serbest zamanların değerlendirilmesinde çeşitli kültürel ve mesleki faaliyetlerin ön planda olduğu, az gelişmiş ve gelişmekte olan ülkelerde ise serbest zaman değerlendirilmesinde spor faaliyetlerinin ilk sırada yer aldığını belirtmiştir (Balcı, 2003). Ülkemizin gelişmekte olan bir ülke olduğunu göz önüne alırsak bu sonuç araştırmamızda elde edilen sonuçları destekler niteliktedir. Nevşehir ilinde 2003 yılında yapılan çalışmada da bayanların %86,8, erkeklerin %58,0 oranla “kitap, dergi-gazete vb.” okudukları görülmektedir. Buna göre, kadınların erkelere oranla boş zaman faaliyeti olarak kitap okumayı daha fazla tercih ettikleri söylenebilir. Erkek katılımcıların %23,2’inin “TV İzlemek” aktivitesini, buna karşın kadın katılımcıların yalnızca %24,9’inin “TV İzlemek” aktivitesini tercih ettiği anlaşılmaktadır (Mutlu, 2008). Balcı’ nın 2003’de yapmış olduğu araştırmada, öğrencilerin boş zamanlarını değerlendirmek için yaptığı 5 etkinlik sıralamasında birinci

sırada sinemaya gitmek, ikinci sırada müzik dinlemek, daha sonrada internet kullanarak boş zamanlarını değerlendirme tercih ettiklerini belirtmiştir (Balcı, 2003).

Çalışmada öğrencilerin üniversitedeki tesis ve olanakları % 91,9 gibi yüksek bir oranda yeterli bulmadığı, yalnızca % 8,1'inin yeterli bulduğu saptanmıştır. Eroğlu, (2001) araştırmasında benzer bir soruyu beş farklı üniversitede sorgulamıştır. Farklı üniversitelerdeki öğrenciler (Muğla Üniversitesi % 46.5, Ege Üniversitesi % 34.4, Dokuz Eylül Üniversitesi % 40.6, Celal Bayar Üniversitesi % 35.3, Balıkesir Üniversitesi % 48.3) en çok oranlarda üniversitelerinde yardımcı imkân ve ortam olmadığını belirtmişlerdir (Eroğlu, 2001). Zengin, Sertbaş ve Kolayış, ( 2001) tarafından yapılan bir çalışmada da öğrencilerin % 67,1'inin rekreatif faaliyetlere katılmadığı belirlenmiştir (Zengin, vd., 2001). Rekreasyon faaliyetlerine istediği ölçüde katılmadığını belirten öğrencilerin rekreasyon faaliyetlerine istedikleri ölçüde katılmama nedenleri incelendiğinde elde edilen veriler ışığında en çok oranı bulunan çevrede tesis – araç gereç olmaması yer almaktadır. Bu çalışmalarda elde edilen oranlar araştırmamızdaki değerlerden daha düşük olmakla birlikte bu durum, ülkemizdeki üniversite öğrencileri için çözümlenmesi gereken önemli bir sorunun olduğunu düşündürmektedir. Oysaki, boş zaman faaliyetleri bireylerin sosyal, psikolojik ve kültürel yönden gelişmesinde etkili olması nedeniyle insan unsurunun, topluma sosyal ve ekonomik yönden daha çok katkıda bulunmasına imkân sağlayacaktır. Bununla birlikte boş zaman faaliyetleri bireylerde çeşitli doyumlara yol açarak, bireylerin sosyalleşmesi ve toplumla bütünleşmesine yardım edecektir (Özkalp, 1997). Bu nedenle üniversitelerde öğrencilerin boş zamanlarını etkili bir şekilde değerlendirebilmeleri için gerekli olanakların sağlanması önemli görülmektedir.

Çalışmada öğrencilerin en çok tercih ettikleri rekreatif etkinlik grupları içerisinde ilk sırayı “Sosyo Kültürel Etkinlikler (%35,9)”, ikinci sırayı “Bireysel Etkinlikler (% 30,5), üçüncü sırayı “Sportif Etkinlikler (% 24,6)” ve son sırada “Sanatsal Etkinlikler (% 9,0)” yer almıştır (Tablo 7). Öğrencilerin en sık tercih ettikleri aktiviteler ise “Müzik Dinlemek (%21,8)”, “İnternette Zaman Geçirmek (% 19,5)”, “Spor Yapmak (% 17,5)”, “Kitap Okumak (% 15,4), “Televizyon İzlemek (% 13,6)” ve “Sinema ve Tiyatroya Gitmek (% 12,2)” dir. Süzer'in (1997) araştırmasında kitap okuma % 22,7 ile ilk sırada yer almakta, müzik dinleme de % 14,4 ile onu izlemektedir (Süzer, 1997) . Zengin, Sertbaş ve Kolayış (2001) tarafından yapılan çalışmada öğrencilerin en sık yaptıkları

rekreasyon faaliyetleri incelendiğinde ilk üç sırayı % 17,2 ile müzik dinleme, % 15,8 ile kitap okuma ve % 13,1 ile bilgisayar ve internet gibi pasif rekreatif faaliyetlerin aldığı görülmektedir. Spor yapma ise % 12,3 ile dördüncü sırada yer almaktadır (Zengin, vd., 2001). 1997 ile 2001 ve 2011 yılları arasında kitap okumaktan, müzik dinlemeye geçiş özellikle teknolojik gelişmelerle birlikte, mp3 çalar vb. aletlerin yaygınlaşması, müzik parçalarına ücretsiz ulaşım gibi nedenlerden dolayı gerçekleştiği söylenebilir. Pulur (2001), öğretim elemanlarının ve idari personelin boş zamanlarının sporla değerlendirme eğilimlerini araştırdığı çalışmasında kitap, dergi vb. okuma % 22,3 ile en çok oran olarak bulmuştur (Pulur, 2001). Yağmur, (2006) tarafından Afyon Kocatepe Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencileri ile Farklı Bölümlerdeki Öğrencilerin Serbest Zaman Aktivitelerinin Karşılaştırılması amacıyla yapılan çalışmada BESYO öğrencileri % 16,8'i müzik, % 7,6'sı dans faaliyetleri, % 3'ü sanat ve küçük el becerileri, % 51,2'si spor oyunları , % 1,6'sı sahne çalışmaları , % 0,8'i açık hava etkinlikleri, % 3,8' çeşitli etkinlikler, % 15,3'ü hobi faaliyetleri, diğer bölüm öğrencileri % 30,9'u müzik, % 7,7'si dans faaliyetleri,% 7,1'i sanat ve küçük el becerileri, % 24,8'i spor oyunları , % 1,6'sı sahne çalışmaları , % 1,6 'sı açık hava etkinlikleri, % 10,2'si çeşitli etkinlikler, % 16'sı hobi faaliyetleri olduğunu belirtmişlerdir (Yağmur, 2006). Çalışmalarda farklı sonuçların elde edilmesinin nedeni üniversitelerin sunduğu bazı özel olanaklar doğrultusunda öğrencilerin de yönelimlerinin belirlenmesi olabilir. Üniversiteler, öğrencilerin yönelimlerinin belirlenmesindeki tek etken olmamakla birlikte belirli bir ağırlığa sahip oldukları da elde edilen sonuçlardan izlenebilmektedir. Üniversite gençliğinin büyük çoğunluğu aynı aralıktadır. Yapılan aktivitelerde becerilerin iyi olması ve zevk alma ön planda gelmektedir. Tesis, araç –gereç ve programlamadaki yetersizlik öğrencilerin serbest zaman faaliyetlerini kısıtlamaktadır.

Çalışmada öğrencilerin Boş zaman Motivasyon Ölçeği toplam ve alt boyut puan ortalamalarının orta düzeyde olduğu saptanmıştır. Boş zaman motivasyonu bireyin belirli bir amacı gerçekleştirmek için kendi arzusu ve istekleri ile harekete geçmesidir. Bununla birlikte uyarıcılar veya güdüler yolu ile belirli bir motivasyon düzeyine ulaşması ise bireyin boş zaman aktivitesine katılmasına veya karşılaştığı engelleri aşmasında önemli rol oynar (Caroll, 1997). Ancak üniversite öğrencilerinde boş zaman motivasyonlarının orta düzeyde olması düşündürücü bir bulgudur. Yapılan literatür incelemesinde de bu konu üzerinde yapılmış her hangi bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Oysa geleceğin toplumunu oluşturacak ve topluma liderlik yapacak konumdaki üniversite öğrencilerinin boş zamanlarını verimli bir şekilde geçirmeleri beklenmektedir.

Öğrencilerin yaş gruplarına göre Boş Zaman Motivasyon Ölçeği (BMÖ) toplam ve alt ölçek puan ortalamaları karşılaştırıldığında, yaş grupları ile Toplam Puan, Motivasyonsuzluk, Bilmek ve Başarmak, Özdeşim/İçe Atım alt boyutları puan ortalamaları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $p<0,05$ ), (Tablo 10) Gruplar ikili karşılaştırıldığında bu farkın 19-21 yaş grubundan kaynaklandığı belirlenmiştir. Büküşoğlu ve Bayturan'ın (2005)' de, Serbest Zaman Etkinliklerinin gençlerin kişilik, sosyal ve eğitsel gelişimleri üzerindeki etkileri üzerine yapmış olduğu çalışmada, Boş Zaman Etkinliklerine en fazla katılım gösterenlerin, 19-21 yaş diliminde yer alan ve genelde öğrenci olan gençlerin oluşturduğunu belirtmişlerdir (Büküşoğlu ve Bayturan, 2005). Bu sonuç varmış olduğumuz sonucu desteklemektedir.

Öğrencilerin cinsiyete göre Boş Zaman Motivasyon Ölçeği toplam ve alt ölçek puan ortalamaları karşılaştırıldığında, Ölçeğin Toplam Puan, Motivasyonsuzluk, Bilmek ve Başarmak, Özdeşim ve İçe Atım puan ortalamaları açısından gruplar arasındaki farkın anlamlı olduğu bulunmuştur ( $p<0,05$ ), (Tablo 11). Bu sonuçlar kız öğrencilerin boş zamanlarını erkeklerden daha aktif geçirdiklerini göstermesi açısından dikkat çekici bir bulgu olarak düşünülebilir.

Öğrencilerin öğrenim gördükleri bölümlere göre Boş Zaman Motivasyon Ölçeği ve Alt ölçek ve puan ortalamalarının karşılaştırıldığında, ölçeğin Toplam Puan, Motivasyonsuzluk, Bilmek ve Başarmak, Uyarın Yaşama, Özdeşim / İçe Atım Puan ortalamaları açısından gruplar arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Gruplar ikili karşılaştırıldığında ise, **Fen Fakültesi** ile (Edebiyat Fakültesi, Eğitim Fakültesi, Teknik Eğitim Fakültesi, İktisat Fakültesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi), **Edebiyat Fakültesi** ile (Tıp Fakültesi, Mühendislik Fakültesi), **Tıp Fakültesi** ile (Eğitim Fakültesi, İktisat Fakültesi), **Eğitim Fakültesi** ile (Mühendislik Fakültesi), **İktisat Fakültesi** ile (Mühendislik Fakültesi) aralarında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Diğer gruplar ikili karşılaştırıldığında aralarındaki farklılık önemsiz bulunmuştur ( $p>0,05$ ), (Tablo 12). Öğrencilerin öğrenim gördükleri bölümlere göre boş zaman motivasyonlarında değişiklik olduğu görülmektedir. Ancak bu farkın oluşma nedenini yorumlamak için eldeki veriler yetersizdir. Bu nedenle bölümler

arasında farklılığın neden kaynaklandığını araştıracak çalışmalara gereksinim duyulduğu söylenebilir. Bununla birlikte bölümlerin öğrencilere sağladığı olanaklardaki farklılıklar motivasyonlarını etkileyebilir.

Öğrencilerin öğrenim gördükleri bölümleri kendi isteklerine göre tercih edip etmeme durumlarına göre Boş Zaman Motivasyon Ölçeği toplam ve alt ölçek puan ortalamaları arasındaki farkın karşılaştırılmasına göre; Ölçeğin Motivasyonsuzluk ve Dışsal Düzenleme alt ölçeklerindeki puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olduğu görülmektedir ( $p<0.05$ ), (Tablo 12). Diğer taraftan istatistiksel olarak anlamlı bir fark çıkmasa da isteyerek tercih edenlerin boş zaman motivasyonlarının daha yüksek olduğu görülmektedir. Öğrencilerin Boş Zaman Motivasyon Ölçeği toplam ve alt ölçek puan ortalamalarının yaşadıkları yere göre karşılaştırılmasında, yaşadıkları yere göre ölçeğin Toplam Puan, Bilmek ve Başarmak ve Uyarıcı Yaşama puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı ( $p<0.05$ ), Motivasyonsuzluk, Özdeşim/İçerik Atım ve Dışsal Düzenleme puan ortalamaları arasındaki farkın ise anlamsız olduğu bulunmuştur ( $p>0.05$ ), (Tablo 14). Yaşadıkları yere göre farkın hangi gruptan kaynaklandığı araştırıldığında yurtda kalan öğrencilerin boş zaman etkinliklerinde daha aktif oldukları görülmektedir. Bu sonuç şehirde ve ailesi ile birlikte kalan öğrencilerin geleneksel aile yapısı içinde boş zamanlarını motive olarak geçirmediğini göstermesi açısından önemli bir bulgu olarak düşünülebilir.

Öğrencilerin gelir seviyeleri ve boş zaman etkinlikleri puanları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığı da araştırılmış, fakat anlamlı farklar bulunamamıştır. Bu bulgu, Gezer ve Erol (2006), Özmen, Çakmakçı Çetinkaya ve Nehir (2005) ve Şama (2003) tarafından yapılan çalışmalarda bulgularla benzerlik göstermektedir (Küçüktopuzlu, vd., 2003; Süzer, 1997; Demir ve Demir, 2006). Diğer taraftan Demir-Demir' in 2006 yılında yaptıkları araştırmada, yüksek gelire sahip bireylerin yeni ve pahalı olarak nitelendirilen boş zaman etkinliklerine (golf, tenis, dış turizm veya seyahat gibi ) daha fazla katılma eğiliminde oldukları tespit edilmiştir. Bu da gelir seviyesi arttıkça bireylerin yaşamda boş zaman aktivitelerine katılmada daha fazla imkânlarının oldukları göstermiştir. Bireyler, temel ihtiyaçlarını karşıladıktan sonra gelirlerinden bir kısmını arttırabiliyorsa, gelirinin arttıran kısmı ile boş zaman faaliyetlerine katılmaları söz konusu olabilmektedir. Ekonomik gelir, sadece boş zaman türünü değil aynı zamanda katılım sıklığını da etkilemektedir (Demir ve Demir, 2006).

Öğrencilerin Boş Zaman Motivasyon Ölçeği Toplam ve Alt ölçek Puan Ortalamalarının Boş Zamanlarını Etkin Değerlendirme Durumlarına Göre karşılaştırılmasına göre; öğrencilerin toplam ölçek puanları ve alt boyut puanları karşılaştırıldığında bilmek/başarmak puanları yönünden farklılık önemli bulunurken ( $p<0.05$ ). Diğer gruplar arasındaki farklılık önemsiz bulunmuştur ( $p>0.05$ ), (Tablo 16).

Bu sonuç boş zamanlarını etkin geçirdiğini düşünen öğrencilerinde aslında boş zaman motivasyonlarının, etkin geçirmediğini düşünenlerle benzer olduğunu göstermesi bakımından önemli bir bulgu olarak yorumlanabilir.

Bireysellikten toplumsallığa geçiş sürecinde, bireyin en kalabalık topluluklarla bir arada olma süreci öğrencilik dönemlerinde görülmektedir. Bunun daha mantıklı ve bilinçli tercihlerle oluştuğu dönem, gelişim dönemi olarak da düşünüldüğünde, üniversitelerdir. Üniversite eğitimi sırasında, olası aile ortamından da uzaklaşan bireyin yeni eğilimler ve yeni arkadaş grupları edinme döneminde kazandırılacak bazı alışkanlıklar, onun tüm yaşam kalitesini de olumlu veya olumsuz yönde etkileyebilecektir. Zaman içerisinde arkadaş veya arkadaş grupları ile birlikte, sosyal çevreden de etkilenen öğrenciler boş zamanlarını etkili ve verimli bir biçimde kullanamayarak kötü alışkanlıklar ve sorumsuz davranış biçimleri de sergileyebilmektedirler. Bu nedenle boş zamanların etkili ve verimli bir biçimde değerlendirilmesi gelişmiş ve gelişmekte olan tüm ülkelerde üzerinde en çok durulan ve önem verilen ortak problemlerdendir (Erken, 2008).

Öğrencilerin en sık tercih ettikleri aktivite gruplarına göre boş zaman motivasyonları incelendiğinde sanatsal etkinlikleri tercih edenlerin motivasyonlarının daha yüksek olduğu ancak bu etkinliği tercih eden öğrencilerin sayısının diğer etkinlikleri tercih edenlerden daha az olduğu dikkati çekmektedir.

## VI. BÖLÜM

### 6. SONUÇ VE ÖNERİLER

**Araştırmanın sonucunda aşağıda belirtilen bilgiler elde edilmiştir.**

1. Araştırma kapsamında yer alan öğrencilerin % 52,3'ü kız, % 47,7'si erkek, % 93,4'ü 19-24 yaş aralığında, % 37,5'i ev arkadaşlarıyla, % 36,4'ü yurt ve % 23'ü ise ailesi ile birlikte yaşamaktadır. Öğrencilerin %76,3'ünün gelir düzeyi 250-500 lira civarında olup yalnızca % 10'5'i 751 lira ve üzerinde gelir durumuna sahiptir (Tablo 2). Öğrencilerin % 80,3'ü bölümlerini kendi tercihlerine göre belirlemiştir (Tablo 4).
2. Öğrencilerin % 66'9 'u boş zamanlarını etkin değerlendirmedeğini düşünmektedir (Tablo 5).
3. Öğrencilerin % 91,9'u üniversitedeki tesis ve olanakların yeterli olmadığını belirtmektedir (Tablo 6).
4. Öğrencilerin en çok tercih ettikleri rekreatif etkinlikler; Sosyo Kültürel Etkinlikler (%35,9), Bireysel Etkinlikler (% 30,5), Sportif Etkinlikler (% 24,6) ve Sanatsal Etkinlikler (% 9,0) 'dir ( Tablo 7).
5. Öğrencilerin en sık tercih ettikleri aktiviteler % 21,8'inin "Müzik Dinlemek", % 19,5'inin "İnternette Zaman Geçirmek", % 17,5'inin "Spor Yapmak", % 15,4'ünün "Kitap Okumak", % 13,6'sının "Televizyon İzlemek", % 12,2'sinin ise "Sinema ve Tiyatroya Gitmek" dir. (Tablo 8).
6. Öğrencilerin boş zaman motivasyonlarının orta düzeydedir.
7. Öğrencilerin yaş grupları ile Toplam Puan, Motivasyonsuzluk, Bilmek ve Başarmak, Özdeşim/İçe Atım alt boyutları puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu ( $p<0.05$ ), yapılan ileri analizde bu farkın 19-21 yaş grubundan kaynaklandığı bulunmuştur (Tablo 10).
8. Öğrencilerin cinsiyete göre Ölçeğin Toplam Puan, Motivasyonsuzluk, Bilmek ve Başarmak, Özdeşim ve İçe Atım puan ortalamaları açısından gruplar arasındaki farkın anlamlı olduğu bulunmuştur ( $p<0.05$ ) ( Tablo 11).

9. Öğrencilerin öğrenim gördükleri bölümlere göre; ölçeğin Toplam Puan, Motivasyonsuzluk, Bilmek ve Başarmak, Uyarıcı Yaşam, Özdeşim / İçerik Atım Puan ortalamaları açısından gruplar arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $p < 0,05$ ) ( Tablo 12).
10. Öğrencilerin öğrenim gördükleri bölümleri kendi isteklerine göre tercih edip etmeme durumlarına göre Motivasyonsuzluk ve Dışsal Düzenleme alt ölçeklerindeki puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olduğu belirlenmiştir ( $p < 0,05$ ) ( Tablo 13).
11. Öğrencilerin kaldıkları yere göre ölçeğin toplam puan, bilmek, başarmak ve uyarıcı yaşam puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı ( $p < 0,05$ ), motivasyonsuzluk, özdeşim/içerik atım ve dışsal düzenleme puan ortalamaları arasındaki farkın ise anlamsız olduğu bulunmuştur ( $p > 0,05$ ) ( Tablo 14).
12. Öğrencilerin gelir durumlarına göre toplam puan ve alt boyut puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamsız olduğu belirlenmiştir ( $p > 0,05$ ) ( Tablo 15).
13. Öğrencilerin Boş Zaman Motivasyon Ölçeği Toplam ve Alt ölçek Puan Ortalamalarının Boş Zamanlarını Etkin Değerlendirme Durumlarına Göre Öğrencilerin toplam ölçek puanları ve alt boyut puanları karşılaştırıldığında bilmek/başarmak puanları yönünden farklılık önemli bulunurken ( $p < 0,05$ ), diğer gruplar arasındaki farklılık önemsiz bulunmuştur ( $p > 0,05$ ) ( Tablo 16).
14. Öğrencilerin üniversitedeki tesis ve olanakların yeterliliğini değerlendirmeleri açısından ölçek toplam puan ve alt boyut puan ortalamaları arasındaki farklılık anlamsızdır ( $p > 0,05$ ) (Tablo 17).
15. Öğrencilerin en sık tercih ettikleri aktivite gruplarına göre ölçeğin motivasyonsuzluk, bilmek ve başarmak ve dışsal düzenleme puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir ( $p < 0,05$ ) ( Tablo 18).
16. Öğrencilerin en sık tercih ettikleri aktivitelere göre ölçeğin toplam puan, motivasyonsuzluk, bilmek ve başarmak, uyarıcı yaşam ve özdeşim/içerik atım puan



ortalamları arasındaki fark anlamsızdır ( $p>0.05$ ). Dışsal düzenleme alt boyut puan ortalamaları açısından gruplar arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlıdır ( $p<0.05$ ) (Tablo 19).

### **Araştırmanın Önerileri**

- Üniversite yönetimine; öğrencilerin orta düzeyde olan boş zaman motivasyonlarını artırmak için; özellikle kültür ve sanat alanında yeni uğraşlar bulmaları, öğrencilerin hobilerini geliştirmeye yönelik olarak kişisel gelişim kursları açmaları, fakülte ve yüksek okullar arasında sportif etkinlikler düzenlemeleri, aynı zamanda tesis ve olanakları gözden geçirmeleri ve olanaklar ölçüsünde geliştirmeleri,
- Fakülte ve Yüksekokul yönetimlerine öğrencilerin boş zaman aktivitelerini geliştirebilmeleri ve etkin değerlendirebilmeleri için, üniversite yönetimi ve öğrencilerle birlikte toplantılar düzenlemeleri ve bu konuda konferansların yapılması,
- Üniversite yerleşkesindeki boş zaman değerlendirme olanaklarının gelişimine katkı yapacak olan Sağlık Kültür ve Spor Daire Başkanlığı biriminde, özellikle kendi alanında uzmanlaşmış; Rekreasyon ve Spor Yöneticiliği programlarından mezun olan personellerin istihdam edilmesi önerilir.

## KAYNAKLAR

1. Acat, M, B., Yenilmez, K., (2004). Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Öğretmenlik Mesleğine İlişkin Motivasyon Düzeyleri, Manas Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 53, 12.
2. Ağaoğlu, Y.S, (2002)., Türkiye'deki Üniversitelerin rekreasyon programlarının geliştirilmesi. Yayınlanmamış Doktora Tezi. On Dokuz Mayıs Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, (Tez Danışmanı: Yrd. Doç. Dr. M. Yalçın Taşmektepligil), Samsun.
3. Aktaş, Z., Çobanoğlu, G., Yazıcılar, İ., Er, N., (2006). Profesyonel Basketbolcularda Spora Özgü Başarı Motivasyon Düzeyinin Cinsiyetler Açısından Karşılaştırılması, Spormetre, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 2006, IV (2) 55-59.
4. Arslan, S. (1998)., Yükseköğrenim Kredi ve Yurtlar Kurumuna Bağlı Yurtlarda Kalan Bayan Öğrencilerin Rekreasyon Sorunları Üzerine Bir Araştırma, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 1996.
5. Alay, S. (2000)., Relationship between time management and academic achievement of selected univesity students. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, (Tez Danışmanı: Yrd. Doç. Dr. M. Settar Koçak), Ankara.
6. Arkonaç, S. A. (1998)., Psikoloji Zihin Süreçleri Bilimi, Alfa, İstanbul, 510s.
7. Ateş, B., (2009). Ev Hanımlarında Fiziksel Kapasite Ve Yaşam Kalitelerinin Değerlendirilmesi, Yüksek Lisans Tezi, Muğla Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Rekreasyon Ana Bilim Dalı, Muğla.
8. Balcı, V. (2003)., Ankara'daki Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Etkinliklerin Katılımlarının Araştırılması, Milli Eğitim, Kültür ve Sanat Dergisi, Bahar, 158, 161,173.
9. Baltaş A. ve Baltaş Z., (1987) . Başarılı ve Sağlıklı Olmak İçin Stres ve Başarım Yolları 5. Baskı, Remzi Kitabevi, İstanbul, s.241.
10. Başaran, D. E., (1992). Yönetimde İnsan İlişkileri: Yönetimsel Davranış, Ankara, Gül Yayınevi.

11. Bodur, F., (1988). Anadolu Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Öğrencilerinin Boş Zamanlarını Değerlendirme Eğilimleri, Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eskişehir.
12. Bozatay, H. (1998)., “Devlet Memurlarının Rekreatif Faaliyetleri Üzerine Bir Araştırma (Çanakkale İli Uygulaması)”, Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bed. Egt. ve Spor ABD., Y. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya.
13. Büküsoglu, N. ve Bayturan, A., (2005).“Serbest Zaman Etkinliklerinin Gençlerin Pisiko-Sosyal Durumlarına İlişkin Algısı Üzerindeki Rolü”, Ege Tıp Dergisi, Yıl 3, Sayı 44, s. 173-177.
14. Carroll B., ve Alexandris K., (1997). Perception of Constraints and Strength of Motivation: Their elationship to Recreational Sport Participation. Journal of Leisure Research; 29(3): 279-299
15. Coleman, R., ve Barries, G., (2000). Yöneticinin Kılavuzu, Çeviren: Harmancı M. Remzi Kitabevi, İstanbul, 206s.
16. Chick, G.E., (1986). “Leisure, Labor and the Complexity of Culture: An Anthropological Prespective”, Journal of Leisure research, Vol: 18, No:3, s:162.
17. Cordes, K.A., İbrahim, H.M., (1991). “Application İn Recreation & Leisure For Today and Future”, Mosby Company, London, s: 262–268.
18. Çınar,V, Sanioğlu, A., (2000). Farklı Branşlardaki Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu Öğrencilerinin Rekreasyon Faaliyetlerine Katılımlarının Değerlendirilmesi, Yüksek Lisans Tezi.
19. Çolakoğlu, T., (2005). Üniversite Öğretim Elemanlarının Boş Zaman Alışkanlıklarını Değerlendirmeleri Üzerine Bir Araştırma, GÜ, Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi, Cilt 25, Sayı 1 (2005) 247-258.
20. Demir, C. & Demir, N., (2006). Bireylerin Boş Zaman Faaliyetlerine Katılmalarını Etkileyen Faktörler İle Cinsiyet Arasındaki İlişki : Lisans Öğrencilerine Yönelik Bir Uygulama. Ege Akademik Bakış, 6(1), 36-48.
21. Demirel, M., Harmandal, D., (2009). Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Etkinliklere Katılımlarında Engel Oluşturabilecek Faktörlerin Belirlenmesi, Uluslar arası İnsan Bilimleri Dergisi, ISSN: 1303-5134, Cilt:6, Sayı: 1.
22. Demirel, Ö., (2003). Turizm Yörelerinde Yerleşik Olarak Yaşayan Yerli Ve Yabancı Bireylerin Rekreatif Faaliyetlerinin Karşılaştırılması, Yüksek Lisans

Tezi, Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı, Muğla.

23. Dinç, Y., (2005).“Boş Zaman, Rekreasyon Yönetimi”, Detay Yayıncılık, Ankara.
24. Doğan İ.,(2002).Sosyoloji: Kavramlar ve Sorunlar. 5. Baskı. Ankara: Pegem Yayıncılık.
25. Doug Johnson., (1996). “How We Spend Our Days”, www.dougjohnson.com, S.5.
26. Erkal, M. , (1982). “Sosyolojik Açıdan Spor”, Filiz Kitapevi, İstanbul, s: 10
27. Erken, K., (2008). Öğretmenlerin Serbest Zamanlarında Spor Faaliyetlerine Katılmalarının İncelenmesi, Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
28. Eroğlu, F., (2000). Davranış Bilimleri, Beta Basım Yayın Dağıtım, İstanbul, 365s.
29. Eroğlu, M., (2001), Üniversitelerdeki Sağlık, Kültür ve Spor Dairesi Başkanlıklarının Yönetim Yapısı ve İşlevliği, Muğla Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Kamu Yönetimi Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi, 2001.
30. Filiz, K., Özçalıkuşu O., (2001). Hatay İli Yatılı İlköğretim Bölge Okullarında Okuyan Öğrencilerin Boş Zaman Alışkanlıkları, Atatürk Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, ISSN: 1302-2040.
31. Fişek K., (1998). Spor Yönetimi, Bağırhan Yayımevi, Ankara, s:112-120.
32. Gülbahçe, Ö., (1996). Boş Zamanları Değerlendirme Alışkanlıkları, Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Erzurum.
33. Gültekin, E., (2008). Serbest Zaman Etkinlikleri İçinde Müzikli Etkinliklerin Yeri (Sakarya Mahallesi □ Örneği), Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
34. Güngörmüş A, H., (2007). Özel Sağlık-Spor Merkezlerinden Hizmet Alan Bireyleri Rekreasyonel Egzersize Güdüleyen Faktörler, Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor ABD, Ankara.
35. Gürbüz, B., (2006). Kentsel yaşam sürecinde rekreasyonel katılım sorunları. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü,

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, (Tez Danışmanı: Prof. Dr. Suat Karaküçük), Ankara.

36. Hacıoğlu, N., Gökdeniz, A. ve Dinç, Y., (2003). Boş Zaman & Rekreasyon Yönetimi: Örnek Animasyon Uygulamaları. Ankara: Detay Yayıncılık
37. Higgins, J. M., (1994). The management challenge (2nd ed.) New York: macmillan.
38. (<http://www.canaktan.org>), ( Erişim Tarihi; 18 Mart 2011).
39. Kabasakal, H. E., (1989). Güdüleme Kuramları ve Son Yıllardaki Gelişmeler, D.E.Ü., İ.B.F. Dergisi, Cilt:4, Sayı:1-2, İzmir.
40. Karaküçük, S. , Ekenci G., (1995). Okulların Boş Zamanları Değerlendirme (Rekreasyon) Eğitimindeki Rolü. Milli Eğitim Dergisi; 128: 62–66.
41. Karaküçük, S., (1997). Rekreasyon, Bos Zamanları Degerlendirme, Bağırzan Yayınevi, \_kinci Baskı, Ankara.
42. Karaküçük, S., (1999). Rekreasyon Boş Zamanları Değerlendirme. Ankara: Bağırzan Yayınevi 3. Basım. Sayı:6–85–128.
43. Karaküçük, S., (2001). Rekreasyon Boş Zamanları Değerlendirme, Dördüncü Baskı, Gazi Kitabevi, Ankara, s.56–57
44. Karaküçük, S., (2005). Rekreasyon – Boş Zaman Değerlendirme, Gazi Kitapevi, “5.Basım”, Ankara, “s. : 3–59–89”.
45. Kreitner, R., Management (1995). Boston: Houghton Mifflin Company.
46. Keenan, K., (1996). Yöneticinin Kılavuzu Motivasyon, Çev: Koparan Z.,Remzi Kitabevi, İstanbul, s:61.
47. Kılbaş, Ş., (2001). Rekreasyon. Anaca Yayınları. 1.Baskı. Aralık, S. 20, 49, 70,71,149, Adana.
48. Kır, İ., (2007). Yüksek Öğretim Gençliğinin Boş Zaman Etkinlikleri: Ksü Örneği, Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, Cilt:17, Sayı:2, s:307-328 ,Elazığ.
49. Koç, Ş. , (1994). Spor Psikolojisine Giriş, Saray Medikal Yayıncılık, İzmir, s: 286.
50. Koçer, İLA., (1977). “Eğitim Tarihi”, Ankara Üniversitesi Yayını, Ankara.
51. Kraus, R.G., (1977). “Recreation Today, Program, Planing and Leadership”, Goodyear Publishing Company, Inc., Santa Monica, California,s:182-186.

52. K c ktopuzlu, K. F., G zek, K., Uğurlu, A., (2003). Boş Zaman Rekreasyon İlişkisi ve  niversite  ğrencilerinin Boş Zaman Faaliyetlerini Değerlendirmeye Yönelik Bir Araştırma. 1. Gençlik Boş Zaman ve Doğa Sporları Sempozyumu, Bildiriler Kitabı, Ankara.
53. Kaya, S., (2003). Yetiştirme Yurdunda Kalan Gençlerin Boş Zamanlarını Değerlendirme Eğilimi ve Etkinliklerin Sosyalleşmeye Etkisi, Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara.
54.  ler, F., (2006). Departmanlı Mağazalarda Motivasyon  zerine Bir Araştırma, Erciyes Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, Sayı 25, Temmuz – Aralık 2005
55.  zmen, D., akmaki etinkaya, A., Nehir, S., (2005). Üniversite  ğrencilerinin evre Sorunlarına Yönelik Tutumları. TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni 4, s:330-344.
56.  zdağ, S., (1996). Yerel Yönetimlerde (Belediyelerde) Rekreatif Etkinliklerin Yeri ve  nemi Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara, s:131.
57.  zkalp, E., (1997). Anadolu Üniversitesi Yayınları, Davranış Bilimlerine Giriş, Yayın No: 1027, Eskişehir, s:332.
58.  zmağden, M., (1997). Yüksek  ğrenim Kredi ve Yurtlar Kurumunda İkamet Eden  ğrencilerinin Boş Zaman Faaliyetlerini Değerlendirme Sorunları  zerine Bir Araştırma ( Çanakkale İli  rneği), Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara.
59. Mutlu, İ., (2008). “Egzersiz Yapan Kişilerin Boş Zamanlarına Yönelik Tutumları  zerine Bir Araştırma (Kayseri ili  rneği)”, Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Niğe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
60. Müftüler, M., (2008). Muğla  niversitesi’nde Okuyan  ğrencilerin oklu Zek  Alanlarına Göre Rekreasyon Tercihlerinin Belirlenmesi, yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
61. Pulur, A., (2001). Üniversitede Görev Yapan  ğretim Elemanları ve İdari Personellerin Boş Zamanlarının Sporla Değerlendirme Eğilimlerinin Araştırılması (Kırıkkale  rneği), Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Ankara.

62. Püsküllüoğlu A., (2005). Türk Dil Kurumu. Türkçe Sözlük. 10. Baskı.  
Ankara: Türk Dil Kurumu Yayınları.
63. S. Kılbas., (1994). Gençlik ve Boş Zamanı Değerlendirme, Adana, Çukurova  
Ün. Basımevi: s:41.
64. Sağcan M., (1986). Rekreasyon ve Turizm,. İzmir: Cumhuriyet Baskı evi, s:5
65. Sertbaş, K., (2006). Üniversite2005 İzmir Oyunlarında Görevli Gönüllü İnsan  
Kaynaklarının, Organizasyona Katılım Nedenleri ve Motivasyonel Faktörlerin  
Analizi, Doktora Tezi, Kocaeli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden  
Eğitimi Ve Spor Anabilim dalı, Kocaeli.
66. Shinn G., (2004). Motivasyonun Mucizesi. 8. Baskı. Çeviren: Kaplan  
U.İstanbul: Sistem Yayıncılık.
67. Süzer, M., (1997), Üniversite Öğrencilerinin Sosyal ve Ekonomik Özelliklerine  
Göre Boş Zaman Faaliyetlerini Değerlendirme Biçimleri, Hacettepe  
Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 1997
68. Şama, E., (2003). Öğretmen Adaylarının Çevre Sorunlarına Yönelik Tutumları.  
Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi, 23(2), s:99-110.
69. Tezcan, M., (1993). Boş Zamanlar Sosyolojisi. Ankara, Ankara Üniversitesi  
Basımevi.
70. Tribe, J., (1995). The Economics of Leisure and Tourism: Environments,  
Markets and Impacts. Oxford: Butterworth-Heinemann Ltd.
71. Tunçel, E, F., (1999). Orta Öğretim Kurumlarında Görev Yapan Öğretmenlerin  
Boş Zamanlarını Değerlendirme Alışkanlıklarında Sporun Yeri, Yüksek Lisans  
Tezi, Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
72. Türk Dil Kurumu Türkçe Sözlük., (1982). TDK Yayını, Ankara, s.884.
73. Yağmur, R., (2006). Afyon Kocatepe Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor  
Yüksekokulu Öğrencileri ile Farklı Bölümlerdeki Öğrencilerin Serbest Zaman  
Aktivitelerinin Karşılaştırılması, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve  
Spor Ana Bilim Dalı, Afyon.
74. Yörük oğlu, A., (1980). “Çocuk Ruh Sağlığı”, 3.Baskı, T.İ.B. Kültür Yay.  
Ankara, s: 5.

**75.** Zengin, E., Sertbaş, K., Kolayış, H., (2001), Kocaeli Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu ğrencilerinin Boş Zaman Profilleri Ve Raket Sporlarına Gösterdikleri İlgi Düzeylerinin Araştırılması, Spor Yönetimi Ve Bilgi Teknolojileri Dergisi ISSN: 1306-4371, Cilt:1, Sayı:1



## EKLER

### KİŞİSEL BİLGİ FORMU (EK-1)

- 1- Yaşınız : -18 ( ) 19-21 ( ) 22-24 ( ) 25 + ( )
- 2- Cinsiyetiniz : Kadın ( ) Erkek ( )
- 3- Medeni Durum : Evli ( ) Bekar ( )
- 4- Fakülte-Yüksekokul :
- 5- Bölümünüz :
- 6- Sınıfınız :
- 7- Bölümünüzü kendi isteğinizle mi tercih ettiniz? Evet ( ) Hayır ( )
- 8- Şuan yaşadığınız yer : Yurt ( ) Aile ( ) Ev arkadaşları ( ) Diğer ( )
- 9- Aylık Gelir Düzeyiniz : -250( ) 251-500( ) 501-750( ) 751-1000( ) 1001 ve üzeri ( )
- 10- Sizce boş zamanınızı etkili şekilde değerlendirebiliyor musunuz?  
Evet ( ) Hayır ( )
- 11- Üniversitemizin boş zamanlarınızı değerlendirebilmede yeterli tesis ve olanaklara sahip olduğunu düşünüyor musunuz?  
Evet ( ) Hayır ( )

## REKREASYON TERCİH LİSTESİ (EK-II)

Değerli katılımcı,  
Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı'nda yürütülmekte olan “Cumhuriyet Üniversitesinde öğrenim gören öğrencilerin Rekreatif Faaliyetlere Yönelik Tutumları ve Boş Zaman Motivasyonlarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi” başlıklı tez çalışmasında yer alan bu anket çalışmasında; sizlerin okul, çalışma ve zorunlu ihtiyaçlar dışında kalan serbest zamanlarınızda YAPMAYI TERCİH ETTİĞİNİZ etkinliklerden bir veya birkaçını yandaki kutucuklara (X) işaretini koyarak tercihlerinizi belirtmeniz istenmektedir. Tercihlerinizi yaparken, tamamen kendi isteklerinizi göz önünde bulundurmanız ve samimi davranmanız çalışmanın geçerliliği için önem arz etmektedir. Anketin sonunda bulunan 4 (dört) gruptan birini de işaretlemeyi unutmayınız.

Koro çalışmalarına katılmak		Tenis, masa tenisi, badminton, squash	
Kitap, gazete veya dergi okumak		Savunma sporları (judo, karate v.b.)	
Aile, arkadaş veya akraba toplantılarına katılmak		Bisiklete binmek	
Arkadaşlarla eğlence yerlerine gitmek		Su sporları (yüzme, sörf, dalış v.b.)	
Özel ilgi alanı kurslarına katılmak		Ata binmek	
Arkadaşlarla pikniğe gitmek ve/veya kamp yapmak		Fitness / Fiziksel antrenman	
Kulüp, parti veya derneğe aktif olarak katılmak		Dağcılık	
Sosyal ve gönüllü işlerde çalışmak		Vücut geliştirme	
Arkadaşlarla kâğıt oyunları oynamak		Kaya veya yapay duvar tırmanışı	
Arkadaşlarla spor müsabakalarına gitmek		Yoga yapmak	
Seyahat etmek		Boks veya güreş	
Müzik dinlemek		Aerobik, aerobik dans, step aerobik	
Müzik aleti çalmak		Televizyon seyretmek	
Resim, heykel veya seramik yapmak		Evde vakit geçirmek	
Sinema, konser, tiyatro, sergi, müze veya kütüphaneye gitmek		Bilgisayar oyunları oynamak	
El sanatı ile uğraşmak		Bahçe ile uğraşmak	
Şiir, hikâye v.b. yazmak		Dinlenme, hiçbir şey yapmamak	
Fotoğrafçılık		Doğa ile iç içe olmak	
Egzersiz yapmak		Kendi kendine çalışmak	
Egzersiz amaçlı yürüyüş		El-ışı (örgü, tığ, dikiş-nakış v.b.) ile uğraşmak	
Parkta veya doğada yürüyüş		Yemek yapma	
Avcılık veya balıkçılık		Ev işleri ile uğraşmak	
Bilardo, dart veya satranç oynamak		İnternette zaman geçirmek	
Dans çalışmalarına gitmek		<b><u>En Çok Tercih Edilen Etkinlik Grubu</u></b>	
Hafif tempolu koşu (jogging)		1-Sosyo Kültürel ( ) 2- Sanatsal Etkinlik ( )	
Cimnastik		3-Sportif Etkinlik ( ) 4- Bireysel Etkinlik( )	
Takım sporları (Futbol, Basketbol, Hentbol, Voleybol)			

## BOŞ ZAMAN MOTİVASYON ÖLÇEĞİ (EK-III)

	1	2	3	4	5
<p><b>Boş Zaman</b> :Bireyin çalışma saatleri ve zorunlu olarak kendisine ayıracağı zamanın dışında kalan, özgürce kullanabilme ve seçme şansına sahip olduğu bir zaman parçasıdır.</p> <p><b>Boş zamanlarınızda en sık yaptığınız aktiviteleri önem derecesine göre sıralayınız (1.2.3.4.5)</b></p> <p>( ) Spor yapmak ( ) Tv izlemek ( ) Kitap okumak ( ) Sinemaya-tiyatroya gitmek ( ) Müzik dinlemek ( ) İnternette Zaman Geçirmek</p> <p>Aşağıdaki ölçeği kullanarak, boş zamanlarınızda yaptığınız aktivitelere katılma nedeninize uygun seçeneği belirtiniz.</p>	TAMAMEN KATIMYORUM	KATILMIYORUM	KISMEN KATILYORUM	KATILYORUM	TAMAMEN KATILYORUM
1- Diğer işleri yapmaktan kurtulmak için					
2- Boş zaman aktivitelerini neden yaptığımı bilmiyorum					
3- Mücadele gerektiren ilginç şeylerin üstesinden gelmeye çalışmak doyum hissi veriyor					
4- Hiçbir iş yapmayan birisi gibi görünmek istemediğim için					
5 -Bana çekici gelen konular hakkında daha fazla bilgi edinmenin beni memnun etmesi					
6- Kişisel düzeyde gelişim sağlamanın bir yolu olarak gördüğüm için					
7- Bu tür aktiviteleri yaparken kendimi özgür hissettiğim için					
8- Emin değilim ama boş zaman aktivitelerinin bana uygun olmadığını düşünüyorum					
9- İlginç aktiviteler yaparak kendimi geçtiğimi (aştiğimi) hissediyorum					
10-Hayatta mutlu olmak için boş zaman aktivitelerine gerçekten ihtiyaç duyulduğu için					
11- Bazen diğerleri tarafından takdir edilmemi sağladığı için					
12- İlgimi çeken konuları derinliğine (daha iyi) anlamama imkân verdiği için					
13- Diğer alanlarda benim için önemli olan becerileri kazanmanın bir yolu olarak gördüğüm için					
14 -Boş zaman aktiviteleri beni gerçekten yüce/asıl hissettirdiği için					
15- Emin değilim ama çok iyi yapabileceğim bir aktivitenin olmadığı gibi bir fikrim var					
16-Mücadele gerektiren aktiviteleri yaparken kendimi geçtiğimi (aştiğimi) Hissettiğim için					

<b>17-</b> Kendimi kesinlikle meşgul hissetmek istediğim için					
<b>18-</b> Diğerlerine kendimin dinamik bir insan olduğunu göstermek için					
<b>19-</b> Kendimin diğer yönlerini keşfetmenin bir yolunun da boş zaman aktivitelerine katılmaktan geçtiğini düşündüğüm için					
<b>20-</b> Tamamen rahatlama hissi verdiği için					
<b>21-</b> Karışık aktiviteleri yapmaya çalışırken kendimi hoşnut hissediyorum					
<b>22-</b> Boş zamanlarımda kendimin kesinlikle iyi bir ruh halinde olmasını istediğim için					

## ÖZGEÇMİŞ

### Kişisel bilgiler

Adı Soyadı	Ali Murat KAYA
Doğum Yeri ve Tarihi	Sivas, 17/09/1983
Medeni Hali	Bekar
Yabancı Dil	İngilizce
İletişim Adresi	Cumhuriyet Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu Spor Yöneticiliği Bölümü, 58140- Sivas
E-posta Adresi	a.muratkaya@hotmail.com

### Eğitim ve Akademik Durumu

Lise	Atatürk Lisesi, Sivas 2001
Lisans	Cumhuriyet Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu, Spor Yöneticiliği Bölümü, Sivas 2009

### İş Tecrübesi

Türkiye-Futbol Federasyonu	Futbol Hakemi, 2005-...
----------------------------	-------------------------