

**T.C.  
DUMLUPINAR ÜNİVERSİTESİ  
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**AKADEMİK PERSONELLERİN BOŞ ZAMAN  
ETKİNLİKLERİNE KATILIM MOTİVASYONLARININ BAZI  
DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ**

**Aliye ÇOBAN**

**Beden Eğitimi ve Spor Programı**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**KÜTAHYA**

**2018**

**T.C.  
DUMLUPINAR ÜNİVERSİTESİ  
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**AKADEMİK PERSONELLERİN BOŞ ZAMAN  
ETKİNLİKLERİNE KATILIM MOTİVASYONLARININ BAZI  
DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ**

**Aliye ÇOBAN**

**Beden Eğitimi ve Spor Programı**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Danışman**

**Doç. Dr. MEHMET DEMİREL**

**KÜTAHYA**

**2018**

**ONAY SAYFASI**

Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü'ne:

Aliye Çoban'ın hazırladığı "Akademik Personellerin Boş Zaman Etkinliklerine Katılım Motivasyonlarının Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi" başlıklı tez çalışması jürimiz tarafından, Beden Eğitimi ve Spor Programında Yüksek Lisans tez çalışması olarak kabul edilmiştir.

(Tarih 09/02/ 2018)

İmzalar

**Jüri Başkanı:** Doç. Dr. Çetin ÖZDİLEK

.....

DPÜ BESYO Öğretim Üyesi

**Danışman:** Doç. Dr. Mehmet DEMİREL

.....

DPÜ BESYO Öğretim Üyesi

**Üye:** Yrd. Doç. Dr. Sinan AKIN

.....

SDÜ SBF Öğretim Üyesi

ONAY

Bu tez Dumlupınar Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliği'nin ilgili maddeleri uyarınca yukarıdaki jüri üyeleri tarafından uygun görülmüş ve Enstitü Yönetim Kurulu kararı ile kabul edilmiştir.

Prof. Dr. Muhammet DÖNMEZ

Sağlık Bilimleri Enstitü Müdürü

## TEŞEKKÜR

Yüksek Lisans tez çalışmamın her aşamasında destek ve yol gösterici tavrını sabırla sürdüren ve bu çalışmanın tamamlanmasında büyük emeği olan sevgili hocam ve danışmanım Doç. Dr. Mehmet Demirel'e teşekkür ederim.

Tüm eğitim ve öğrenim hayatımda, attığım her adım ve aldığım tüm kararlarda bana destek olan aileme yürekten teşekkür ederim.

## ÖZET

**Çoban, A. Akademik Personellerin Boş Zamanlarında Rekkreatif Faaliyetlere Motive Eden Faktörlerin İncelenmesi. Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Programı Yüksek Lisans Tezi, Kütahya. 2018.**

Bu çalışma, akademisyenlerin boş zamanlarında, rekreatif faaliyetlere yönelik tercihlerini, faaliyetlere katılımlarını sağlayan bireysel nedenlerini, boş zaman motivasyonlarını ve bunları etkileyen diğer değişkenleri incelemek amacıyla yapılmıştır. Çalışmaya Eskişehir ilindeki Anadolu ve Osmangazi Üniversitesi fakülte ve yüksekokullarında görev alan 215 akademisyen gönüllü olarak katılmıştır. Veri toplama aracı olarak katılımcıların demografik bilgilerini belirlemek amacıyla “Kişisel Bilgi Formu” ile Pelletier, Vallerand, Blais ve Briere tarafından geliştirilen, Türkçe uyarlaması Mutlu tarafından yapılan Boş Zaman Motivasyon Ölçeği uygulanmıştır. Ölçeğin Türkçe versiyonu 5 alt boyut ve 22 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin toplam iç tutarlık sayısı .77 olarak hesaplanmıştır. Verilerin değerlendirilmesi aşamasında SPSS for Windows 16 Paket kullanılmıştır. Çarpıklık ve basıklık değerlerine bakılmış ve verilerin normal dağılıma sahip olduğu belirlenmiştir. Anlamli farklılıkların tespit edilmesi için bağımsız örneklem t-testi ve one way anova testleri uygulanmıştır. Sonuç olarak akademisyenlerin rekreatif faaliyetlere katılım motivasyonlarının cinsiyet, boş zamanlarını değerlendirmekte güçlük çekme ve boş zaman değerlendirme türlerine göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Yaş, medeni durum, refah düzeyi, boş zaman sürelerinin yeterliliği ve boş zamanın haftanın/ günün hangi bölümlerine göre rekreatif faaliyetlere katılım motivasyonu açısından anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Boş Zaman, Rekreasyon, Motivasyon

## ABSTRACT

**Çoban, A. An Investigation of The Factors That Motivate Academic Staff Participation in Recreational Activities. Dumlupınar University Health Sciences Institute, Physical Education and Sports Program Master Thesis, Kütahya. 2018.**

This study focuses on examining academicians' leisure time preferences for recreational activities, individual motives of participation in these activities, leisure motivation and other variables affecting them. 215 academicians who serve in the faculties and colleges of Anadolu and Osmangazi University in Eskişehir voluntarily participated in the study. In order to collect data, the "Personal Information Form" was used to determine the demographic information of the participants and the "Leisure Motivation Scale" which developed by Pelletier, Vallerand, Blais and, Briere and adapted by Mutlu have been applied. The Turkish version of the scale consists of 5 sub-dimensions and 22 items. The total internal consistency of the scale was calculated as .77. SPSS for Windows 16 Package was used during the evaluation of the data. The values of skewness and kurtosis were determined and it was determined that the data had normal distribution. Independent Sample t-test and One Way ANOVA tests have been used to determine meaningful differences. As a result, it was determined that the motivation of participation of academicians in recreational activities are significantly different according to gender, difficulty in evaluating leisure time and leisure time types. There is no significant difference in terms of age, marital status, level of prosperity, a sufficiency of leisure time and motivation for participation in recreational activities according to which part of the day/week of leisure time.

**Keywords:** Leisure, Recreation, Motivation

## İÇİNDEKİLER

### Sayfa

<b>ONAY SAYFASI</b> .....	<b>iii</b>
<b>TEŞEKKÜR</b> .....	<b>iv</b>
<b>ÖZET</b> .....	<b>v</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>vi</b>
<b>İÇİNDEKİLER</b> .....	<b>vii</b>
<b>TABLolar DİZİNİ</b> .....	<b>xi</b>
<b>GRAFİKLER DİZİNİ</b> .....	<b>xii</b>
<b>1. GİRİŞ</b> .....	<b>1</b>
1.1. Araştırmanın Önemi .....	1
1.2. Araştırmanın Amacı .....	1
1.3. Problem Durumu .....	2
1.3.1. Alt Problemler .....	2
1.4. Hipotezler .....	3
1.5. Araştırmanın Varsayımları .....	3
1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları .....	4
<b>2. GENEL BİLGİLER</b> .....	<b>5</b>
2.1. Zaman Kavramı .....	5
2.2. Boş Zaman Kavramı.....	7
2.3. Boş Zaman Fonksiyonları .....	9
2.3.1. Dinlenme Fonksiyonu.....	9
2.3.2. Eğlenme Fonksiyonu .....	9
2.3.3. Gelişim Fonksiyonu.....	9
2.4. Boş Zaman ve Çalışma İlişkisi .....	10
2.5. Boş Zaman Değerlendirme Kavramı.....	11
2.6. Boş Zamanı Değerlendirmeyi Etkileyen Faktörler .....	11
2.7. Rekreasyon Kavramı .....	12
2.8. Rekreasyonun Etkinlik Alanları .....	14
2.9. Rekreasyonun Sınıflandırılması .....	14
2.10. Rekreasyona Duyulan İhtiyacın Nedenleri.....	15
2.11. Motivasyon Kavramı .....	17

2.12. Motivasyon Çeşitleri .....	18
2.12.1. İçsel Motivasyon.....	18
2.12.2. Dışsal Motivasyon .....	19
2.13. Motivasyonsuzluk .....	19
2.14. Motivasyon Süreci.....	20
2.15. Motivasyonun İş Hayatı Üzerine Etkileri.....	20
2.16. Rekreatif Katılım ve Motivasyon .....	21
2.17. Alan İle İlgili Yapılan Çalışmalar .....	22
<b>3. GEREÇ VE YÖNTEM.....</b>	<b>24</b>
3.1. Araştırma Modeli .....	24
3.2. Evren ve Örneklem.....	24
3.3. Protokol .....	24
3.4. Veri Toplama Araçları.....	25
3.4.1. Kişisel Bilgi Formu .....	25
3.4.2. Boş Zaman Motivasyon Ölçeği (BMÖ) .....	25
3.5. İstatistik Yöntem .....	26
<b>4. BULGULAR .....</b>	<b>27</b>
4.1. Katılımcıların Genel Özellikleri .....	27
4.1.1. Cinsiyet Türüne Göre Katılımcıların Genel Özellikleri .....	27
4.1.2. Yaşlarına Göre Katılımcıların Genel Özellikleri.....	27
4.1.3. Refah Düzeyine Göre Katılımcıların Genel Özellikleri .....	28
4.1.4. Medeni Duruma Göre Katılımcıların Genel Özellikleri.....	29
4.1.5. Boş Zaman Süresinin Yeterliliğine Göre Katılımcıların Genel Özellikleri.....	29
4.1.6. Günün Hangi Bölümünde Daha Fazla Boş Zamanın Oluşuna Göre Katılımcıların Genel Özellikleri.....	30
4.1.7. Boş Zamanlarını Değerlendirme Güçlük Durumuna Göre Katılımcıların Genel Özellikleri .....	30
4.1.8. Boş Zaman Değerlendirme Türlerine Göre Katılımcıların Genel Özellikleri.....	31
4.2. Veri Toplama Aracının Güvenirlik Sonuçları .....	32



4.3. Hipotez 1: Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri .....	32
4.4. Hipotez 2: Katılımcıların Yaşlarına Göre Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri	33
4.5. Hipotez 3: Katılımcıların medeni durumlarına göre Motivasyon Düzeyleri...	34
4.6. Hipotez 4: Katılımcıların Refah Düzeyi Durumlarına Göre Motivasyon Düzeyleri .....	35
4.7. Hipotez 5: Katılımcıların Boş Zaman Süresinin Yeterliliğine Göre Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri .....	36
4.8. Hipotez 6: Katılımcıların Sahip Oldukları Boş Zaman Süresinin Günün/Haftanın Hangi Bölümlerinde Olduğuna Göre Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri .....	37
4.9. Hipotez 7: Katılımcıların Boş Zamanı Değerlendirme Güçlüğü Çekme Durumlarına Göre Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri .....	38
4.10. Hipotez 8: Katılımcıların Boş Zamanlarını Değerlendirme Türlerine Göre Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri.....	39
<b>5. TARTIŞMA .....</b>	<b>40</b>
5.1. Tartışma.....	40
5.1.1. Hipotez 1: Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri .....	40
5.1.2. Hipotez 2: Katılımcıların Yaşlarına Göre Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri .....	40
5.1.3. Hipotez 3: Katılımcıların Medeni Durumlarına Göre Motivasyon Düzeyleri .....	41
5.1.4. Hipotez 4: Katılımcıların Refah Düzeyleri Durumuna Göre Motivasyon Düzeyleri .....	41
5.1.5. Hipotez 5: Katılımcıların Boş Zaman Süresinin Yeterliliğine Göre Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri.....	42
5.1.6. Hipotez 6: Katılımcıların Sahip Oldukları Boş Zaman Süresinin Günün/Haftanın Hangi Bölümlerinde Olduğuna Göre Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri .....	42
5.1.7. Hipotez 7: Katılımcıların Boş Zamanı Değerlendirme Güçlüğü Çekme Durumlarına Göre Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri .....	43

5.1.8. Hipotez 8: Katılımcıların Boş Zamanlarını Değerlendirme Türlerine Göre Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri.....	43
<b>6.SONUÇ.....</b>	<b>45</b>
<b>7. ÖNERİLER .....</b>	<b>47</b>
<b>KAYNAKÇA .....</b>	<b>48</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>54</b>
Ek-1 Kişisel Bilgi Form .....	54
Ek-2: Boş Zaman Motivasyon Ölçeği .....	56
Ek-3: Veriler .....	58
Ek-4: İstatistik Test Sonuçları .....	68
Ek -5: İzin Belgesi .....	78

**TABLolar DİZİNİ****Sayfa**

<b>Tablo 4.1:</b> Veri toplama aracının örneklem grubu için güvenilirlik sonuçları .....	32
<b>Tablo 4.2:</b> Katılımcıların cinsiyetlerine göre boş zaman motivasyon düzeyleri.....	32
<b>Tablo 4.3:</b> Katılımcıların yaşlarına göre boş zaman motivasyon düzeyleri.....	33
<b>Tablo 4.4:</b> Katılımcıların medeni durumlarına göre motivasyon düzeyleri .....	34
<b>Tablo 4.5:</b> Katılımcıların refah düzeyi durumlarına göre motivasyon düzeyleri.....	35
<b>Tablo 4.6:</b> Katılımcıların boş zaman süresinin yeterliliğine göre boş zaman motivasyon düzeyleri .....	36
<b>Tablo 4.7:</b> Katılımcıların sahip oldukları boş zaman süresinin günün/haftanın hangi bölümlerinde olduğuna göre boş zaman motivasyon düzeyleri .....	37
<b>Tablo 4.8:</b> Katılımcıların boş zamanı değerlendirme güçlüğü çekme durumlarına göre boş zaman motivasyon düzeyleri .....	38
<b>Tablo 4.9:</b> Katılımcıların boş zamanlarını değerlendirme türlerine göre boş zaman motivasyon düzeyleri .....	39

**GRAFİKLER DİZİNİ**

	<b><u>Sayfa</u></b>
<b>Grafik 4.1:</b> Katılımcıların cinsiyetlerine ilişkin bilgilerinin dağılımı.....	27
<b>Grafik 4.2:</b> Katılımcıların yaşlarına ilişkin bilgilerin dağılımı .....	28
<b>Grafik 4.3:</b> Katılımcıların refah düzeyine ilişkin bilgilerinin dağılımı.....	28
<b>Grafik 4.4:</b> Katılımcıların medeni durumlarına ilişkin bilgilerinin dağılımı .....	29
<b>Grafik 4.5:</b> Katılımcıların boş zaman sürelerinin yeterliğine ilişkin bilgilerinin dağılımı .....	29
<b>Grafik 4.6:</b> Katılımcıların günün hangi saatine daha fazla boş zamanları olduğuna ilişkin bilgilerinin dağılımı .....	30
<b>Grafik 4.7:</b> Katılımcıların boş zamanlarını değerlendirme güçlüklerine ilişkin bilgilerinin dağılımı .....	31
<b>Grafik 4.8:</b> Katılımcıların boş zaman değerlendirme türlerine ilişkin bilgilerinin dağılımı .....	31

## 1. GİRİŞ

### 1.1. Araştırmanın Önemi

İnsanlar, zorunlu sorumluluklar, iş ve fiziksel ihtiyaçlar dışında, kişisel gereksinmelerine zaman ayıramamakla yakınırılar. Rutin iş ve sorumluluklarını yerine getirirlerken yaşamları sığ bir hal alır. İnsan varoluşu gereği, sosyal bir varlıktır, kendini ve yaptığı işi ortaya koyarken en iyi şekilde ifade etmek, yaşadığı çevreyle uyum içinde olmak ister. Farklı yönleri keşfetmek, farklı ilgileri yönetmek hayata başka anlamlar katar.

Bu nedenle rekreatif faaliyetler, bireylerin boş zamanlarında hiçbir zorunluluğu olmadan, özgürce tercih edebildikleri faaliyetleri kapsar. Bireylerin kendi seçimleri doğrultusunda, farklı doyumlara erişmeyi sağlar. Kendini psikolojik, sosyal ve kültürel anlamda geliştiren, bu doğrultuda çaba gösteren bireylerin, parçası olduğu topluma daha çok katkıda bulunabilmesini sağlar.

Bu çalışmada, yapılan araştırmanın seçilmesinde, toplumların gelişmesinde önemli rolü olan üniversitelerde görev alan akademisyenlerin, rekreatif faaliyetler anlamında diğer meslek gruplarına göre farkındalık sahibi olmaları ve Eskişehir ilinin rekreatif imkanlar bakımından zengin olmasıdır. Bu varsayımdan yola çıkarak, yükseköğretim kurumlarında görev yapan öğretim üyelerinin boş zamanlarında, onları rekreatif faaliyetlere motive eden faktörlerin incelenmesi kayda değerdir.

Bu bilgiler ışığında çalışmanın amacı akademik personellerin rekreatif faaliyetlere katılımında; onları bu faaliyetlere motive eden faktörlerin belirlenmesi ve bu faktörlerin bazı değişkenlere göre ortaya konması veya motivasyonsuzluk durumlarının nedenlerini ortaya koymaktır.

### 1.2. Araştırmanın Amacı

Bu çalışmada yapılan araştırmanın seçilmesinde, Eskişehir ilindeki üniversitelerde görev yapmakta olan akademik personellerin, rekreatif imkanların fazla olduğu bir ilde, rekreatif motivasyonlarının da fazla olacağı düşünülmesinden dolayıdır. Bu anlamda görev yapmakta olan akademik personelleri, rekreatif faaliyetlere motive eden faktörlerin ortaya konması hedeflenmiştir.

### 1.3. Problem Durumu

Boş zamanların değerlendirilmesi insanlar için bir ihtiyaçtır. Çünkü sorumluluklarımız dışında ilgi duyduğumuz ve bireysel doyuma ulaştığımız tüm aktiviteler yaşam kalitemizi oluşturmamızı sağlar. Bu anlamda rekreatif faaliyetlere katılım açısından birçok değişken olabilir, bu değişkenleri tanımlamak ve eğer bir motivasyonsuzluk durumu varsa bunu belirlemek önemli bir durumdur.

Eskişehir ilinde rekreatif imkanların fazla olduğundan, burada görev yapan akademik personellerin rekreatif faaliyetlere katılım motivasyonlarının fazla olacağı düşünülmüştür. Bu nedenle, çalışmanın problem cümlesi, akademik personellerin boş zamanlarında, onları rekreatif faaliyetlere motive eden faktörlerin incelenmesidir.

#### 1.3.1. Alt Problemler

1. Akademik personellerin Cinsiyet değişkenine bağlı olarak Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri arasında anlamlı farklılık var mıdır?
2. Akademik personellerin Yaş değişkenine bağlı olarak Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri arasında anlamlı farklılık var mıdır?
3. Akademik personellerin Medeni Durum değişkenine bağlı olarak Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri arasında anlamlı farklılık var mıdır?
4. Akademik personellerin Refah Düzeyi değişkenine bağlı olarak Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri arasında anlamlı farklılık var mıdır?
5. Akademik personellerin Boş Zaman Süresi Yeterliliği değişkenine bağlı olarak Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri arasında anlamlı farklılık var mıdır?
6. Akademik personellerin Boş Zaman Algısı değişkenine bağlı olarak Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri arasında anlamlı farklılık var mıdır?
7. Akademik personellerin Boş Zamanı Değerlendirme değişkenine bağlı olarak Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri arasında anlamlı farklılık var mıdır?
8. Akademik personellerin Boş Zamanlarda Yapılan Aktivite Türü değişkenine bağlı olarak Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri arasında anlamlı farklılık var mıdır?

#### **1.4. Hipotezler**

Araştırmada şu hipotezler üzerine kurulmuştur:

1. Akademik personellerin Cinsiyet değişkenine bağlı olarak Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri arasında anlamlı farklılık yoktur.
2. Akademik personellerin Yaş değişkenine bağlı olarak Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri arasında anlamlı farklılık yoktur.
3. Akademik personellerin Medeni Durum değişkenine bağlı olarak Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri arasında anlamlı farklılık yoktur.
4. Akademik personellerin Refah Düzeyi değişkenine bağlı olarak Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri arasında anlamlı farklılık yoktur.
5. Akademik personellerin Boş Zaman Yeterlik Algısı değişkenine bağlı olarak Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri arasında anlamlı farklılık yoktur.
6. Akademik personellerin Boş Zaman Algısı değişkenine bağlı olarak Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri arasında anlamlı farklılık yoktur.
7. Akademik personellerin Boş Zamanı Değerlendirme değişkenine bağlı olarak Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri arasında anlamlı farklılık yoktur.
8. Akademik personellerin Boş Zamanlarda Yapılan Aktivite Türü değişkenine bağlı olarak Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri arasında anlamlı farklılık yoktur.

#### **1.5. Araştırmanın Varsayımları**

Yapılan çalışmada, katılımcıların evreni temsil eder ölçüde olduğu varsayılmıştır.

Çalışmaya katılan akademisyenlerin, anket sorularını anlayıp, doğru ve samimiyetle cevapladıkları varsayılmıştır.

Çalışmada kullanılan araştırma yöntem ve tekniklerin, çalışmaya uygun olduğu kabul edilmiştir.

Yapılan istatistik yöntemleri değerlendirmelerin geçerli ve güvenilir olduğu varsayılmaktadır.

### **1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları**

1. 2016-2017 Eğitim Öğretim Akademik Yılı ile sınırlıdır.
2. 2016-2017 Eğitim öğretim akademik Yılında görev yapan akademisyenlerle sınırlıdır.
3. Eskişehir ilindeki üniversite ve fakültelerde görev yapan akademisyenlerle sınırlıdır.
4. Eskişehir ilindeki üniversite ve fakültelerde görev yapan 220 akademisyenle sınırlandırılmıştır.



## 2. GENEL BİLGİLER

### 2.1. Zaman Kavramı

Zamanı tek bir anlamda algılamak mümkün değildir. Zaman yaşamın kendisidir, sahip olduğumuz en değerli olgudur. Kelime anlamı olarak zaman; olayların geçmişten bugüne gelip, geleceğe doğru birbirini takip ettiği bireyin kontrolü dışında, kesintisiz devam eden bir süreçtir (2). Zaman tüm insanlığa adaletli olarak dağıtılmıştır, son derece değerli eşsiz bir kaynaktır. Para gibi toplanamaz, hammadde gibi depolanamaz, isteyerek ya da istemeyerek tüketilir. Zaman tekrar ele geçmeyen bir olgudur (16). TDK ise zamanı; olayların birbiri ardına gelen ve ardışık olarak sürüp gideceklerini düşündüğümüz, başlangıcı ve sonu olmayan soyut bir kavram olarak açıklamaktadır (61).

Yaratılıştan bu zamana büyük önem taşıyan zaman, insanın gelişmesinde ve diğer alanlardaki başarılarında zaman anlayışının etkisi çoktur. Bu durum, bireyler kadar toplumlar içinde böyledir. İş yaşamını, sosyal ilişkilerini, kişisel alışkanlıklarını bu algı çerçevesinde tanzim eden toplumların gelişimleri, diğerlerine göre fazladır (31).

Zaman, tüm insanlar için homojendir. İnsanların eşit sahip olduğu tek şey zamandır. İsteyerek ve istemeyerek harcanmak zorundadır (21). Fakat günümüzde her bireyin zaman ihtiyacı farklılık göstermektedir. Bu durum da var olan zamandan çok, zamanın nasıl ve ne amaçla değerlendirildiği daha çok önem kazanmaktadır. Bu da zaman kullanımını anlayışını ortaya çıkarmıştır.

Yaşamın içerisinde kapladığı yer açısından uzun veya kısa, tekrarı olmayan, başı ve sonu bilinen, saat ile ölçülebilen bir bölümü olan zaman, bazı sınıflara ayrılmaktadır (1);

- Var olmakla ilgili zaman
- Geçimle ilgili zaman
- Boş zaman

Zamanı kendi içinde sınıflamak, bireylerin nasıl bir zamanın içinde bulduklarıyla ilgili farkındalıklarının artmasına ve bu doğrultuda zamanın verimli kullanımını açısından bir denge sağlar. Var olmakla ilgili zaman, genel olarak bireyin

varlığını sürdürebilmesi için gerekli olan fizyolojik ihtiyaçlarıyla ilgili olan zaman bölümüdür. Geçimle ilgili zaman ise, bireyin ekonomik açıdan görev ve sorumluluklarıyla harcadığı zamanı ifade eder. Bu zaman bölümleri tüm insanlar için, varlığımızı sürdürebilmek için zorunlu olan kısımlardır. 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 (33).

Zamanı iyi kullanabilmek, verimli ve etkili olmasını sağlamak, bir eğitim işi olmakla beraber, insanın çalışma hayatına, dinlenme ve eğlenmesine, biyolojik ve fizyolojik ihtiyaçların karşılanmasına ayırdığı zaman birimleri arasında dengeyi iyi kurabilmesine bağlıdır. Hayata atılan bir kimsenin başarılı olmasında onun zaman anlayışının büyük önemi vardır. Bu bilgi ve alışkanlıklar hayatın her anını verimli bir şekilde kullanmayı sağlayarak, ferdin başarısında birinci derecede rol oynayacaktır (58).

Zamanını iyi kullanabilen bir insan;

- Her zaman ne yapacağını ve zamanını yararlı biçimde kullanmayı bilir.
- Eksikliklerini ve karakteriyle ilgili zayıf yanlarını bilir.
- Tecrübe ettiği olaylardan gerekli dersleri alarak yaşantısını zenginleştirir.
- Birey kendi hayatını ve özgün karakterini yaşar.
- Birçok şeyi unutmayacak şekilde tasarlanmış hafızaya sahip olduğundan, zihnindeki anlamsız nedenlerin yerini, fayda sağlayacak anlamlı sorular alır.
- Ulaşmak istediği hedefler için her anını, nerelerde kullanması gerektiğini bilerek, kendini daha verimli ve mutlu kılmak için, ilgi ve hobilerine gerekli zamanı ayırabilir (66).

Boş zamanların değerlendirilme şekli aynı zamanda ülkelerin gelişmişlik düzeyini gösterir. Gelişmiş ülkelerin, zamanı en iyi şekilde kullanmak konusunda farkındalıklarının yüksek ülkeler olduğunu söylemek mümkündür.

Zamanın iyi kullanılabilmesi, bir eğitim işi olmakla beraber; insanın kendisine, çalışma yaşamına, toplumsal yaşamına, dinlenme ve eğlenmesine, biyolojik ve

fizyolojik gereksinimlerin karşılanmasına ayırdığı zaman arasında dengeyi iyi kurabilmesine bağlıdır. Zamanın yanlış ve verimsiz kullanımından ortaya çıkan rahatsızlıklar kişiyi ve bütün toplumu etkilemektedir. Bu ise bedensel hastalıklardan bile daha tehlikeli olabilmektedir (31).

## 2.2. Boş Zaman Kavramı

Boş zamanın tanımlanmasında bilim insanları zorlanmaktadır. Bunun başlıca iki sebebi vardır; birincisi tanımlamada subjektif kelimeler kullanılması, ikincisi ise boş zaman kavramının farklı kültürlerde, farklı anlamlara gelmesidir (58).

Eylemlerimizin ve tecrübelerimizin bir yansıması olan zaman, yalnızca fiziksel bir gerçeklik değildir. Teknoloji çok hızlı bir biçimde insan hayatı için gerekli olan tüketim ürünlerini sağlarken, insanların çalışma zamanından ayrı “boş zaman” kavramını ortaya çıkarmıştır (1).

Boş zaman; bireyin çalışma saatleri dışında, uykuda geçen zamanın, işe gidip gelme zamanını ve zaruri gereksinimleri için (vücut temizliği yapmak, yemek yemek gibi) harcadığı zamanın dışında kalan ve bireyin istediği gibi kullanacağı zamandır (1). Boş zaman kavramı, günümüzde çağdaş sanayi toplumunun yapısal bir özelliğini ve bu toplum tipinin bir ürününü oluşturmaktadır (32). İnsan için ihtiyaçlarını gidermek, geçimini sürdürmek ne kadar önem taşıyor ise, hayatında boş zaman oluşturmak ve bu zamanı en verimli şekilde kullanmak da o derece mühim olmalıdır (24). Buna göre boş zamandan bahsedebilmek için öncelikle çalışma saatleri dışında kalan ve zorunlu katılım gerektirmeyen faaliyetlerin yapılmasından söz etmeliyiz. Yani insan boş zamanlarında dinlenme, eğlenme, sosyalleşme, kişisel gelişimini gerçekleştirme, kültürel faaliyetlerde bulunma gibi etkinliklere kişisel beğeni ve tercihleri doğrultusunda katılmaktadır.

Boş zamanı değerlendirirken yapılan faaliyetlerin, bireylerin ilgi ve ihtiyaçları göz önünde tutularak belirlenmesi gerekmektedir. Bu durum, boş zaman değerlendirme organizasyonlarının var olma sebebidir (34). Boş zamanların artması ise, boş zaman eğilimlerini gerekli kılmıştır (27).

Boş zaman davranışları, işlevsel açıdan iki güdüleme gücünün, aynı anda etkisi altında kalmaktadır. Bu güdülemelerden birisi günlük yaşamın tekdüzeliğinden,

sıradanlığından, çevreden ve ilişkilerden uzaklaşmaktır. Diğeri ise, boş zaman etkinliklerine katılarak kendini belirleme, etkin olma, üstünlük, mücadele, öğrenme, keşif, rahatlama gibi kişisel, toplumsal iletişim gibi psikolojik ödül beklentisi ile güdülenmesidir (41).

Ekonomik olarak gelişimini tamamlamış ülkelerde, boş zaman ortamı da kendiliğinden ortaya çıkar. Bu durum, boş zaman kavramının farklı kültürlerdeki toplumlara göre değişiklik göstermesi, boş zamanın anlamı ve uygulanabilirliği açısından tam bir düşünce birliği olmamasının ana nedenlerinden sayılabilir (10). Günümüz yaşam koşullarındaki sanayileşme oranı, çalışma ortamındaki mekanikleşen yapı ve gelişen teknoloji, insan yaşamındaki iş ve yaşam şartlarını hafifletmekte ve daha fazla boş zaman kazanımını sağlamaktadır (25).

Boş zaman, insana ve değerlerinin gelişmesine hizmet ettiği ve kötüye kullanılmadığı ölçüde değer kazanmaktadır. Bir bakıma, boş zamanın görevi; spor, sanat, turizm ve daha birçok etkinlikler aracılığıyla insana kaybettiği bütünlüğü yeniden verebilmesi, insanı mutlu edebilmesi, geliştirebilmesi ve yeni yaşam biçimlerine zemin hazırlayabilmesidir (6). Boş zamanı değerlendirmenin bireyin kendisi kadar, toplumun sosyo-kültürel ve ekonomik yapısı ile ilişkili olduğu göz önünde bulunmalıdır.

Buna göre, boş zamanın iyi ve kötü değerlendirilmesi sonucunda, bazı değerler kendiliğinden ortaya çıkar. Örneğin, boş zaman anlamlı ve yerinde değerlendirildiğinde insana, dinlenmek, eğlenmek, kendini geliştirmek, yaratıcılığını fark etmek, toplumsallaşmak, olgunlaşmak, düşünce ve görüş alanını genişletmek, kendi özgürlüğünü yaşamak, zamanını kullanmada ve iş yapmada dilediğince bir tercih yaparak, kendi kendini bulma şansını verir (35).

Kötü kullanıldığında ise; gençlerde ve yetişkinlerde zararlı alışkanlıklar, durgunluk, gevşeklik, tembellik, dikkatsizlik, bencillik, başıbozukluk, serserilik, düşünce, görüş ve duygu darlığı, can sıkıntısı, hoşnutsuzluk, bıkkınlık, sinirlilik vb. gibi davranışlar kazanılmasına imkan verir (35).

### 2.3. Boş Zaman Fonksiyonları

Boş zamanın üç temel fonksiyonundan bahsedilmektedir. Bu fonksiyonlar; dinlenme, eğlenme ve gelişimdir.

#### 2.3.1. Dinlenme Fonksiyonu

Dinlenme fonksiyonunun boş zamanı en iyi ayırt eden ve farklı algılarla bireyin çalışma hayatı süresince kullanacağı en önemli işlev olduğunu belirten Karaküçük, dinlenme fonksiyonunun yeniden sahip olma veya çalışma sonrası fiziksel yorgunlukları ve zihinsel gerginliklerin ortadan kalkmasına fayda sağlayan bir fonksiyon olarak açıklar. Sanayi devriminin ilk dönemlerinde çalışma saatleri 12-15 saat olarak görmekteyiz. Bu dönemde çalışanlar, boş zamanlarında dinlenme fonksiyonunu yalnızca bedensel gücü yeniden toparlamak olarak kullanmışlardır. Çalışan için boş zaman, yalnızca bir sonraki çalışma sürecine fiziksel açıdan hazırlık yapmayı ifade ettiği görülmektedir (34).

#### 2.3.2. Eğlenme Fonksiyonu

Çağımızda insanlar, ne kadar fazla etkinliği hayatlarına dahil ederlerse, o kadar başarılı ve prestijli sayılmaktadırlar. Eğlenceye verilen değer günlük hayatta da varlığını korumaktadır (54). Torkildsen, eğlenmenin kişinin içsel bir arzusu olduğunu ve boş zamanlarımızda kendimize doyum sağlayacak anlara ihtiyacımız olduğunu ifade etmiştir (26). Bireyler artık birçok değişik aktivitelere yoğun olarak katılım sağlamakta, spora ve eğlenceye olan bu ilgi 20. Yüzyıla beraber giderek artış göstermekte olan bir hareketin etkisiyle; bedensel ve ruhsal sağlık durumlarına gösterdikleri önem, belirgin şekilde artmış ve bu artış devam etmektedir (49).

#### 2.3.3. Gelişim Fonksiyonu

Gelişim 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 (42).

Bu etkinlikler, insanların fiziksel ve ruhsal ağırlıklarını hafifleterek, onlara yaratıcı bir güç kazandırır (57).

Psiko-sosyal bir varlık olarak insan, çeşitli gereksinimlere sahiptir. Bu gereksinimlerin bir bölümü fizyolojik ve gözle görülebilirken, diğer bölümü gözle

görülmemesine rağmen oldukça önemli ihtiyaçlardır. Özetle her birey farklı güdülerle motive edilmektedir. Bireysel ihtiyaç ve istekler giderilmezse bir iç dengesizlik durumu meydana gelir. Bireyin ihtiyaç ve isteklerini belirleyen güdüler tamamen kişiseldir. İnsanın sosyal bir varlık olarak kendine özgün istekleri, zihni ve düşünüş biçimi olması bu durumun sonucudur (60).

#### **2.4. Boş Zaman ve Çalışma İlişkisi**

Tarih boyunca çalışma zamanı insanoğlunu yıpratırken, çalışma dışı zamanı ise, insanın kendisi için bir şeyler yapması yenilenmesine onun güç tazelenmesine ve hayata yeniden başlamasına imkan vermiştir. Bu nedenle insanlar çalışma zamanına verdikleri önemin dışında çalışma dışı zamanın da yani boş zamanın kullanımına da önem vermişlerdir. Çalışma ve boş zaman kavramları arasındaki ilişki, oldukça tartışılan bir konudur ve evrensel bir sonuca varılamamıştır. Ancak bilinmektedir ki, ister antik isterse modern olsun, toplumlar çalışma ve boş zaman arasında belirgin bir ayırım yapmışlardır. Tarih göstermektedir ki, boş zaman hayatını, yani rekreasyonu ancak yeterli vakti ve kendilerini gerektiğinde işten kurtarabilecek imkanlara sahip olanlar yaşayabilmektedir (64).

Sanayileşme ve kentleşmenin bir sonucu olarak ortaya çıktığı kabul edilen boş zaman; eğitim, kentleşme, gelir artışı, sağlıklı yaşam bilincinin gelişmesi gibi nedenlerle gün geçtikçe daha görünür ve önemsendir bir hal almıştır (35).

İkinci Dünya savaşının ardından meydana gelen ve hız kazanan teknolojik gelişmeler, insan gücüne olan ihtiyacı azaltmış, üretim artmış, gelir yükselmiş ve çalışma yaşamının kuralları daha belirginleşerek çalışma saatlerinde azalma ve bunun karşılığı olarak da boş zaman artmaya başlamıştır (35).

Günümüzde ise çalışanların ve ailelerinin yaşam standartlarının ve refah düzeylerinin yükseltilmesi amacıyla, iş yeri ve çalışma koşullarının iyileştirilmesi, çalışma saatlerinin azaltılması ve boş zamanın artırılması pek çok ülkenin sosyal hedefi olmuştur (69). Ülkelerin boş zaman politikaları, birey ve toplumsal sağlık bakımından önem arz eder (35).

## 2.5. Boş Zaman Değerlendirme Kavramı

Bireyin arzu ettiği bir uğraşmayı, keyif almak ve kişisel doyum sağlamak için boş zamanını değerlendirmesidir. Yani boş zamanda yapılan herhangi bir faaliyet veya faaliyetlerdir. İnsanların dinlenme ve eğlenme gereksinimleri boş zamanların değerlendirilmesi ile karşılanarak onların yaşamla bağları güçlenmiş ve mutlu kılınmış olurlar. Boş zamanların asıl önemi buradan gelmektedir. Bireyin boş zamanında yaptığı etkinlikler olarak ifade edilebilir, bireysel veya grup ile yapılabilir. Boş zaman aktiviteleri yalnızca dinlenme veya güzel vakit geçirmek amacı ile değil aynı zamanda kişisel gelişime ve yaşam standardını arttırmaya yönelik aktivitelerdir (62).

## 2.6. Boş Zamanı Değerlendirmeyi Etkileyen Faktörler

Bireyin boş zamanını değerlendirmeyi etkileyen birçok faktör vardır. Bunlar; toplumsal, ekonomik ve demografik faktörler olarak üç grupta incelenmektedir (46).

Bireyin yaşamı kitle kültürünün, tüketiminin ve boş zaman değerlendirme şekillerinin etkisi ile biçimlenir. Birey dışa yönelmiş insan olarak ifade edilebilir. Toplumsal yaşam zamanla birçok değişime uğramıştır ve bu değişimler öncelikle aileyi etkilemiştir. Bunun sonucu olarak, daha az baskılı, daha çok hoşgörülü aile ortamları meydana gelmiştir. Toplum içerisindeki bireyin boş zaman davranışını etkileyen temel sosyal faktörler bireyin içinde yaşadığı, kültür, sosyal sınıfı, etkileşim grupları ve ailedir (39).

Toplumda, birey ile toplum yapısı, kültürün maddi ve manevi üyeleri arasında sıkı bir bağlantı bulunmaktadır. Bireyin değişik davranış biçimleri ve tutumları kazanmasında öncelikle içinde bulunduğu doğal çevre daha sonra da anne babanın tutumu, eğitim kuruluşu ya da yaşanan yerin özellikleri, kırsal bölge, küçük ya da büyük kent yaşamı etkilidir. Birey içinde yaşadığı kültürel ortamdan, doğrudan doğruya veya dolaylı olarak etkilenip kişiliğini kazanmaktadır (43).

Toplumun demografik özellikleri incelendiğinde, belli nüfus dilimleri arasında ekonomik ve sosyal kurumların kullanımları açısından farklılıklar görülmektedir. Ayrıca boş zaman değerlendirme şekillerinde görülen bu farklılık, aslında özgürce seçme sorunudur. Fakat kısmen de olsa belirli zorunluluklardan da kaynaklanmaktadır. Bu seçim ve veya zorunluluklar arasındaki farkı bireyin sosyal sınıfının motifleri

oluşturur (67). Her sosyal sınıfı karakterize eden yaşam biçimi, boş zaman etkinliklerine belli zorunlu şekiller getirmektedir. Bu olgu, bazı araştırmalarda, bireyin sınıfının beklentilerine uymaya zorlayan sosyal baskı olabileceği; yani bireyin sosyal sınıfı için tipik özellik taşıyan etkinliklere katılma durumunda ise, kendisini kötü hissedebileceği ileri sürülmektedir (48).

Rekreasyon faaliyetleri toplumu meydana getiren gruplar arasındaki ortaya çıkan veya çıkması muhtemel çatışmaların azalmasında önemli bir faktördür. Rekreatif faaliyetlerde sosyo-ekonomik ve eğitim farklılıkları önemini yitirir veya kaybolur. Farklı kesimden insanların ortak keyifleri çerçevesindeki aktivitelerde aynı ortamda bulunur ve ortak uğraşları gerçekleştirirler. Aktiviteler, farklı kesimlerden bir araya gelen bu bireylerin, birbirleriyle iletişim kurmalarına, dostluklar kazanmalarına ortak bir amaç etrafında çalışmalarına ortam hazırlar (39).

Fertler cinsiyetlerine göre de sosyal bir statüye sahip olmaktadır. Başka bir deyişle bireyin boş zaman davranışını bir diğer önemli faktör de cinsiyettir (36). Geleneksel toplumlarda toplumun kadın ve erkeklere yüklediği roller çok kesin çizgilerle belirtilmiş, örf ve adetlerle sınırlandırılmıştır. Modern kentsel ortamlarda, cinsiyet farklılığının hızla değişen toplumsal yapı içinde bireylerin tutum ve davranışlarına daha az yansıdığı dikkati çekmektedir (3).

Cinsiyetlere göre boş zaman değerlendirme aktivitelerinin birey için taşıdığı anlam da değişiklik gösterebilmektedir (68).

## **2.7. Rekreasyon Kavramı**

Rekreasyon, zamanın planlı ve iyi kullanılması sonucu ortaya çıkan ve bir zaman kullanım bölümü olan boş zamanın, birey tarafından özgürce seçilen etkinliklerle değerlendirilmesidir. Bireyin önceden planlanmış ya da kendiliğinden oluşan organizasyonlarla, kendisini yenilemek, sosyalleşmek, mutlu ve sağlıklı olarak nitelikli bir yaşam sürebilmek için, gönüllü olarak yaptığı faaliyetlerle boş zamanlarını değerlendirmesi anlamını taşır (35).

Rekreasyon, yenilenme, yeniden yaratılma veya tazelenme anlamına gelen Latince “recreatio” kelimesinden gelmektedir (14). Bu anlamıyla rekreasyon; çalışma



faaliyetiyle tüklenen insanın, fiziksel ve ruhsal kaynaklarını “yeniden yaratma” veya “yenileme” amacı taşır (47).

Bayer’e göre rekreasyon; kişiyi hayata bağlayan dinlendirici, eğlendirici, meşgul edici veya zevk verici olay ve eylemleri yapmak veya bu etkinliklere katılmak suretiyle ruhen ve bedenen bir canlılığı elde etmektir (7).

Bazı araştırmacılar, rekreasyona ahlaki olarak “mantıklı”, zihinsel ve fiziksel olarak “geliştirici” olarak bakarlar. Romney; rekreasyonun etkinliklerden daha çok duygu meselesi olduğunu belirtmiştir.

Modern anlamda bir sosyal kurum, aktiviteler topluluğu ve profesyonel bir çalışma alanı olarak rekreasyon; işten bağımsız, kendi içinde değerli olan, kişinin pek çok önemli ihtiyacını karşılayan, dolu ve mutlu bir yaşam aracıdır. Bu yaklaşımla rekreasyon; insanların boş zamanlarında gönüllü olarak ve çok değişik amaçlarla katıldıkları ve kişisel olarak doyum sağladıkları aktiviteler olarak tanımlanabilir (35).

Yetiş’ e göre (2008) ise; bir aktivite herhangi bir kültürde rekreatif etkinlik olmasına rağmen, bir başka kültürde iş olarak algılanabilmektedir. Yani bir etkinlik, herhangi bir birey için rekreasyon faaliyeti olabiliyorken, diğer bir kişi için iş amaçlı olup, külfet ve sıkıcı olabilmektedir. Var olan ortam ve koşullar, aktivitenin bir rekreasyon şekli olup olmadığı konusunda önem teşkil eder. Araba kullanmak, keyif ve heyecan hazzı için rekreatif faaliyet olabiliyorken, işe gidip gelirken araba kullanmak yalnızca bir ulaşım biçimidir (72).

Rekreatif katılımlar bireyde; arkadaşlık ilişkileri kurma, macera, farklı deneyimler, kazanma-kaybetme duygusu, yaratıcılık keyfi, bedensel kuvvet, zihinsel süreçleri kullanma, duygusal deneyimler kazanma ve dinlenme gibi doyumlar kazanma amacı taşımaktadır (62).

Bundan dolayı, boş zamanların kullanımı, gelişimini tamamlamış ve nedenle boş zamanların değerlendirilmesi gelişmiş ve gelişmekte olan ülkelerde; üzerinde en çok durulan konuların başında gelmektedir. Boş zamanı, her iki tarafı keskin bir nesneye benzetmek mümkündür. Doğru yönde kullanılırsa bireysel ve toplumsal gelişim, aksi yönde kullanılırsa buhran ve düzensiz davranışlar gibi sorunlar doğurmaktadır (34).

Hayatın akışıyla süregelen tekdüzelik ve rutin çalışma koşullarının sebep olduğu sıkıntı, rekreatif katılımlar sayesinde; bir yenilik, değişim ve dikkat çekiciliği yaratarak oluşan olumsuz durumun ortadan kalkmasını sağlar. Bu durum Günümüzde giderek karmaşıklaşan insan hayatı açısından bir anlamda zorunluluk sayılmaktadır (30).

## **2.8. Rekreasyonun Etkinlik Alanları**

Rekreasyon etkinlik alanları, boş zaman türüne, sürecine, katılım amacına, coğrafi koşullara, ekonomi ve kültüre göre değişkenlik göstermektedir (74). Toplumların gelişmişlik seviyeleri veya zenginlikleri ile boş zaman imkanlarına sahip olmak birbiriyle ilişkili durumlardır. Bireylerin faaliyet seçiminde ise, yaşanılan çevre, sahip olunan imkanlar, ailenin sosyo-ekonomik düzeyi, toplumun gelenek ve görenekleri, yaş ve cinsiyet gibi faktörler etkili olabilmektedir (23).

Buradan yola çıkarak, rekreasyon etkinlik alanlarını şu şekilde detaylandırabiliriz.

- Spor faaliyetleri,
- Müzik faaliyetleri,
- Sanat ve hüner gerektiren faaliyetler,
- Oyunlar,
- Dans,
- Mekan dışı faaliyetler,
- İlmî ve kültürel faaliyetler (34).

## **2.9. Rekreasyonun Sınıflandırılması**

Rekreasyon etkinliklerinin sınıflandırılması, rekreasyonun fonksiyonlarına veya çeşitli kriterlerle ilgili olarak değişiklik göstermektedir. Her birey için farklı hedef ve istekler olabileceği ve bu doğrultuda çok çeşitli rekreatif etkinliklerin ortaya çıkacağı düşünülürse, kesin bir sınıflama yapmanın güçlüğü ortaya çıkmaktadır (35).

Rekreasyonu sınıflamada ana prensip, genel anlamda bireylerin rekreatif faaliyetlere katılmalarında amaç ve istekleri ön planda olmaktadır (34).

Karaküçük, (2005) rekreasyonu sınıflandırma yapmış ve bu sınıflandırmayı,

### **Amaçlarına göre rekreasyon;**

- Dinlenme
- Kültürel
- Toplumsal
- Sportif
- Turizm
- Sanatsal

### **Çeşitli kriterlere göre rekreasyon;**

- Yaş faktörüne göre rekreasyon
- Faaliyete katılanların sayısına göre rekreasyon
- Zamana göre rekreasyon
- Kullanılan mekana göre rekreasyon
- Sosyolojik içeriğe göre rekreasyon (34).

## **2.10. Rekreasyona Duyulan İhtiyacın Nedenleri**

İnsanlar için ihtiyaçlar aynı olsa da, ihtiyaçların çeşitliliği ve yoğunluğu bakımından farklılıklar göstermektedir. Bir kısım insan için sağlıklı beslenme öncelik ifade ederken, başkaları için eğlence daha ön planda olabilir. Bazı insanlar eğlenme ihtiyacını tiyatroya, maça giderek karşılarken, bazıları da maça ya da tiyatroya aktif katılım sağlayarak tatmin olurlar (35).

Görüldüğü gibi, ihtiyaçlar aynı tipte değildir. Yoğunlukları farklılaşan ve insandan insana farklılıklar gösteren bir yapıya sahiptir. İhtiyaçları değişik şekillerde sınıflandırmak mümkündür. Öncelikle bu sınıflandırma: birinci derecede temel ihtiyaçlar (birincil ihtiyaçlar) ve ikinci derecede tamamlayıcı ihtiyaçlar (ikincil ihtiyaçlar) olarak yapılabilir (19).

Birincil ihtiyaçlar; insanın yaşamını devam ettirebilmek ve gerekli etkinlikleri yapabilmek için yemek, içmek, sıcağın, soğuktan korunmak, dinlenmek, uyumak, solunum ve soyunu devam ettirebilmek için cinsellik gibi faktörleri kapsamaktadır.

İkincil ihtiyaçlar ise; düşünce ve duygularla ilgili olduğundan, sosyal ve psikolojik bir özelliğe sahiptir. Kişisel takdir, görev sorumluluğu, hissetme, iddia

etme, şefkat duyma, yarışma, sahip olma, yakınlık kurma gibi ihtiyaçlar buna örnek olarak verilebilir. İkincil ihtiyaçlar insan yaşamının ilk yıllarından itibaren ortaya çıkar, zamanla bilgi, görgü ve tecrübe arttıkça gelişir, şiddetlenir. Rekreasyon ihtiyacı bu grup içerisinde yer alır (35).

İçinde rekreasyon ihtiyacı da bulunan insan ihtiyaçlarının giderilememesi durumunda insan, her şeyden önce mutsuz olur. İnsanın amacı, en şiddetlisinden başlayarak ihtiyaçlarını gidermektir. Rekreasyona önem kazandıran husus, onun; fert ve toplumun birçok gerekli ve temel ihtiyaçlarına cevap vermesidir. Rekreasyon insanların rutinleşmiş hayatları dışına çıkararak, dinlenmelerini, eğlenmelerini, işteki verimliliklerinin artmasının sağlanmasıyla ve daha pek çok nedenden dolayı mutlu olmalarına imkan vermektedir (35).

İnsan sorumluluklarının artması, hayatın daha karmaşık ve zor bir hale gelmesi gibi sorunlar karşısında, kendisinin düştüğü sıkıntıları onaracak, çözecek önemli bir ihtiyaç unsuru olarak rekreasyon ortaya çıkmaktadır (9).

Rekreasyon, öncelikle sanayileşmenin ortaya çıkardığı ve ulaşılan üretim düzeyi ile çalışma hayatının düzenlenmesiyle şiddetini ve imkanlarını artırdığı bir ihtiyaç olmuştur.

İnsanın yenilenmesi anlamında düşünülen rekreasyon ihtiyacının farkına varıldıkça, daha fazla boş zaman sağlanmaya çalışılmaktadır (29).

Görüldüğü gibi insanların mutlu olabilmeleri için, boş zamanlarında; yaratma gücünü ortaya koymaları, toplum üyesi olabilmeleri, enerjilerini o toplumda yaratıcı toplum kalkınmasına bir şeyler katabilecek faaliyetlere harcayabilmeleri büyük önem taşımaktadır. Rekreasyon, insanın bu tür istek ve heyecan ihtiyaçlarına cevap verebilecek önemli bir faaliyet alanı oluşturmaktadır (35).

Rekreasyona duyulan ihtiyaç; rekreasyon faaliyetlerinin kişisel ve toplumsal olarak sağladığı faydalardan ileri gelmektedir.

Kılbaş (2001) bireyin rekreasyona katılımında etkili olan temel ihtiyaçlarını şu şekilde tanımlamıştır.

- Kendini yenileme ihtiyacı
- Ödülleme ihtiyacı

- Eğitim ihtiyacı
- Gözlem ihtiyacı
- İletişim ihtiyacı
- Bütünleşme ihtiyacı
- Gruplaşma ihtiyacı
- Kültürel etkileşim ihtiyacı (41).

Rekreasyona duyulan ihtiyacın, rekreasyon faaliyetlerinin kişisel ve toplumsal açıdan sağladığı faydalardan kaynaklandığını savunan Karaküçük (2005) ise, rekreasyona duyulan ihtiyacı şu şekilde sıralamıştır.

a) Kişisel yönden rekreasyona duyulan ihtiyacın nedenleri;

- Fiziki sağlık gelişimini sağlar.
- Ruh sağlığı kazandırır.
- İnsanı sosyalleştirir.
- Kişisel beceri ve yeteneğin gelişmesini sağlar.
- Yaratıcı ve hayal gücünü geliştirir.
- Çalışma başarısı ve iş verimini artırır.
- Ekonomik hareketi geliştirir.
- İnsanı mutlu eder.

b) Toplumsal yönden rekreasyona duyulan ihtiyacın nedenleri;

- Toplumsal dayanışma ve bütünleşmeyi sağlar.
- Demografik toplumun yaratılmasına imkan verir.

### **2.11. Motivasyon Kavramı**

Motivasyon kavramı, spor ve rekreasyon psikolojisi literatüründe sıklıkla kullanılmaktadır. Harekete geçirmek ve hedefe yönlendirmek gibi anlamlar taşımaktadır. Bir başka ifade ile bireyin belirli bir amacı gerçekleştirmek için kendi arzusu ve istekleri ile harekete geçmesidir (8). Carroll ve Alexandris ise motivasyon kelimesini kişiyi bir davranışı yapmaya yönlendiren içsel ve dışsal uyarıcılar olarak tanımlamaktadır.

Başka bir ifadeyle; motivasyon, hareketin başlamasına yol açan, ona yön veren ve devam ettiren içgüdüsel durumdur. Motivasyon bireye hedefleri doğrultusunda hareket etmesi için güç sağlar ve harekete geçirir (59).

Motivasyon genellikle iki ögeye bağlı olarak kullanılmaktadır. Birincisi davranış veya hareketin bireyin amaçlarına ulaşmasında yardımcı olması, ikincisi bu davranış ve eğilimin eylemle ilişkilendirildiğinde dışsal faktörlerle desteklenmesi durumudur. Motivasyon, kişilerin bekleme ve ihtiyaçları, amaçları, davranışları, kendilerinin performansları hakkında bilgi verilmesi konuları ile ilişkilidir (37).

Motivasyonu oluşturan temellerden biri “davranışa neyin sebep olduğudur”. Neticesinde motivasyonun, bir işe başlama, devam etme, değiştirme, hedefe doğru hareket etmesine ve hedefe giderken doğacak sonuçlar karşısında neler yapacağına çare aramaktır. Bir diğer temel ise, “davranışın yoğunluğundaki değişime nelerin neden olduğudur”. Davranışlar kişinin kendisinde ve kişiler arasında farklılık göstermektedir. Motivasyon araştırmaları davranışa gücü ve bu davranışa yönelme sırasındaki durumları ve yaşananları araştırır (55).

Motivasyon, bireye amaçları doğrultusunda hareket etmesi için enerji verir ve harekete geçirir (18).

Motivasyon hemen hemen bütün davranışların öğrenilmesinde ve uygulanmasında birinci derecede rol oynar. Öğrenilen bir davranış uygulanmadığı takdirde motivasyondan söz edilemez (17). Motivasyon önemlidir çünkü başarıya katkıda bulunur; aynı zamanda bir sonuç olarak motivasyon tek başına da önemlidir (20).

## **2.12. Motivasyon Çeşitleri**

Farklı tanımlar olsa da, araştırmalar motivasyonu genellikle üç şekilde incelemektedir. Bunları içsel, dışsal motivasyon ve motivasyonsuzluk olarak karşımıza çıktığını görmekteyiz.

### **2.12.1. İçsel Motivasyon**

İçsel olarak motive olmuş bireyler, rekreatif aktivitenin içinde yer alırken, bunu kendileri için yapar ve hedeflerine ulaşmayı amaçlarlar (73). İçsel motivasyon, insanın

özünde olan bir ihtiyaçtır; yetenek ve kendini gerçekleştirme ihtiyacı gibi bebeklikten başlar (20).

### **2.12.2. Dışsal Motivasyon**

Dışsal motivasyonda ise motivasyonun kaynağı, kişinin dışında ve eylemin gerçekleşmiş olmasında yatar (52). Başkaları aracılığıyla gelen dışsal motivasyon, olumlu ve olumsuz sonuçlar yaratabilen, davranışın tekrarlanma ihtimalini değiştirebilen, maddesel ve tinsel değerler taşıyabilen pekiştirmelerdir. Dışsal ödüller (para, madalya, kupa vb.) maddi materyaller olduğu gibi, maddi olmayan (takdir edilme, övülme vb.) kaynaklardan da gelebilir (65). Bir ödül almak veya herhangi bir cezadan kurtulmak için katılım sağlayan bireyler, dışsal olarak motive olmuş kişilerdir. Başarı veya başarısızlıkla sonuçlanan durumların kendi kontrollerinin dışında olduğunu düşünürler (73).

Bireyin belirli bir motivasyon seviyesine gelmesi, onun boş zaman etkinliklerine katılmasına veya karşılaştığı zorlukları aşmasında önemli bir etkidir. Kişinin boş zaman etkinliklerine katılmasında içsel motivasyon daha belirleyicidir (8).

### **2.13. Motivasyonsuzluk**

Araştırmacılar, İçsel ve dışsal motivasyon dışında kalan insan davranışlarını daha iyi anlamlandırmak için, motivasyonsuzluk tanımı ortaya çıkmıştır (12). Motivasyonsuzluk, bireyin davranışlarıyla, sonuçları arasında bir ilişki kuramaması durumudur.

Carrol ve Alexandris rekreasyonel faaliyetlere engel olan faktörlerin algılanabilmesi için içsel motivasyon, dışsal motivasyon ve motivasyonsuzluk düzeyi ile ilişkisini anlamlandırmak için bir çalışma gerçekleştirmişlerdir. Motivasyonun, rekreatif faaliyetlere katılımında engel oluşturacak faktörlerin aşılmasında ne kadar önemli olduğunun altını çizdikleri çalışmada, bireyin rekreatif katılıma engel faktörleri algılamasından daha çok var olan motivasyon düzeyinin artırılarak, motivasyonsuzluk durumunun ortadan kalkacağı ve bu nedenle rekreatif katılım sıklığının artacağını vurgulamışlardır (8).

Bireysel farklılıkları göz önünde bulundurmamak, motivasyonun oluşum sürecinde önem taşır. Bireyler bazı aktiviteler için içsel olarak motive olurken, bazı

insanlar bu şekilde motive olamazlar. İçsel motivasyon, herkeste aynı durumla gerçekleşmez. Bunun aksine dışsal motivasyon, bireyleri bir durum sonucunda, ulaşacakları hedef uğruna bir şeyler yapmaları için güdüler. Başka bir ifadeyle dışsal motivasyon, yapılan davranış sonucunda bir ödüle ulaşmak veya istenmeyen bir durumdan kaçınmak amacını taşır. Dışsal ödüller, yapılan işin kendisinden değil, yönetici, öğretmen vb. tarafından verilir. Bunlar; ödül, yan gelir, unvan vb. gibi şeyleri kapsar (44).

İçsel ve dışsal motivasyon zıt uçlarda gibi görünse de, birbiriyle ilişkisi olan durumlardır. İnsanlar bir katılımda hem içsel hem de dışsal olarak motive olabilirler (45).

#### **2.14. Motivasyon Süreci**

Motiv, çeşitli ihtiyaçların karşılanması için bireyleri davranış ve eyleme iten neden olarak tanımlanırken, motivasyon bu eylemin kendisini yansıtır (56).

Motivasyon sürecinde dört temel aşama vardır (4):

1. İhtiyaç: Motivasyon, belirli şeylere karşı duyulan gereksinim ile başlar.
2. Uyarılma: Bireyde gereksinimin giderilebilmesi için, herhangi bir gücün oluşmasıdır.
3. Davranış: Bireyin ihtiyacı doğduğunda ve bu ihtiyacı gerçekleştirmek için uyarıldığında belirli bir davranışta bulunma aşamasına gelinir.
4. Doyum: Bireyin gösterdiği davranış, ihtiyacını gerçekleştirdiği ölçüde birey doyuma ulaşır. Yani motivasyon, insan davranışlarının belirlendiği, etkilendiği ve açıklandığı bir yönetim sürecidir.

#### **2.15. Motivasyonun İş Hayatı Üzerine Etkileri**

Rekreasyona duyulan gereksinim, rekreatif etkinliklerin bireysel ve toplumsal açıdan getirdiği yararlı kaynaklanmaktadır. Bireysel açıdan bakıldığında, fiziksel sağlık yaratması, ruhsal sağlık kazandırması, bireyi sosyal kılmayı, yaratıcılık, beceri ve var olan yeteneğini geliştirmesi, başarısı ve iş hayatındaki verimine etkisi, kişiyi mutlu etmesi, toplumsal açıdan; toplumsal dayanışma ve bütünleşmeyi gerçekleştirmesi ve demokratik toplumun oluşmasına yardımcı olması, ayrıca



ekonomik yönden ve çevresel aıllardan rekreasyona duyulan ihtiyaın nedenlerinden bazılarını oluşturmaktadır (11).

Rekreasyon, uygun faaliyet seçimini yaparak, düzenlenmiş bir programa dahil olmak şartıyla, iyi bir lider eşliğindeki kişinin iş hayatındaki verimi artırmakta ya da kişisel başarısına pozitif yönde fayda sağlamaktadır (22).

Çalışma ortamında verim, bireyin tatmin olmama durumuna, isteksizliğine, iş gücünden düşme hissiyatına ve bu durumun sonucu olarak oluşan can sıkıntısına bağlı olarak etki etmektedir. Bu durum genel olarak, uyarı eksikliğinden ileri gelmektedir. Rekreatif faaliyetler, bireye ihtiyaı olan uyarıların verilmesiyle, can sıkıntısının azalmasına neden olmaktadır. Bununla beraber iş verimini de artırmaktadır (22).

## **2.16. Rekreasyonel Katılım ve Motivasyon**

Motivasyon kavramı, bireyleri bir davranışta bulunmaya yönelten, zihinsel ve duygusal bir g olarak tanımlanabilir. Motivasyonsuz harekete geçmek, başarmak ve sonuca ulaşmak imkansızdır (5). Bütün davranışlarımız bu psikolojik olguyla yn bulmaktadır.

Rekreasyon faaliyetleri ise bireye özgürlük hissiyle beraber, kişisel bir doyum sağlar. Her insanın rekreasyon aktivitelerine katılım amacı farklı olabilir. Çünkü bu dürtü kişisel ihtiyaçtan doğar ve her birey için bu ihtiyaçlar farklılaşır. Yapılan birçok değişik çalışmalar, bireylerin yaş, cinsiyet, eğitim durumları, gelir, statü gibi birçok değişik etmenin boş zamanlarda tercih edilen faaliyetleri belirlemede önemli etkisi olduğunu göstermektedir.

Rekreasyon kişinin bütünsel gelişimine fırsat tanırken yaşam standartlarını yükseltmesine de katkıda bulunur. Rekreatif katılımın en önemli nedenleri, boş zamanı anlamlı hale getirmek, işin dışında bir Őeyle uğraşmak, insanlarla etkileşim kurmak, farklı deneyimler kazanmak, başarı duygusunu tatmak, topluma fayda sağlamak ve zamanı en iyi Şekilde geçirmektir (70).

İhtiyaç hissi motive edici bir durumdur. Bireyler içlerindeki değişik ihtiyaç duygularını tamamen gidermek için bir hedefe doğru motive olurlar (15). Birey hedefi doğrultusunda çaba gösterdiği sürece gelişim gösterecek ve bu nedenle motivasyonu

artacaktır. Rekreatif katılım hayatın diğer alanlarında karşılaşılan problemleri aşmaya katkı sağlar.

Rekreasyon tanımlarının ortak noktaları ele alındığında; bireylerin rekreatif katılımını ekonomik, toplumsal ve psikolojik etkenlerin yönlendirdiği görülmektedir.

Rekreatif etkinliklerin yaygınlaştırılıp herkese ulaşabilmesi için, ülkemizde hükümet programlarının kanun ve yasalarında yerini aldığını görüyoruz.

Bazıları şöyledir;

- Boş zamanların değerlendirilmesi yaşamın bir parçası haline getirilecektir.
- Kullanılacak alan ve tesisler, çocuk, genç, ev hanımları, yaşlı yalnız yaşayanlar, engelli ve benzeri gruplar tarafından değişik zamanlarda istifade edebilecek şekilde geliştirilecektir.
- Bedenen ve ruhen sağlıklı bir toplum yetiştirilmesinin temel unsurlarından biri olan sporun geniş kitlelerce yapılması teşvik edilecek.
- Toplumun her kesiminin boş zamanları değerlendirme faaliyetlerine katılabilmesi için çok amaçlı tesislerin mahalli idarelerin yardımı ile semtlere ve kırsal kesime kadar yaygınlaştırılması çabaları sürdürülecek.

Bireyler rekreatif aktivitelere katılım sonucunda; hayatlarına yeni deneyimler, kalıcı alışkanlıklar, onları hayatın başka yerlerine götürecek duygular katar. Kısıtlı yaşam alanlarımızda daha fazla rekreatif katılım sağlamak önce kişiyi, sonra toplumları hayata karşı etkin ve güçlü kılar.

## **2.17. Alan İle İlgili Yapılan Çalışmalar**

Çalışmanın teorik temeline katkısı olması amacıyla, aşağıda benzer araştırmalardan bahsedilmiştir.

Kaya (2011) tarafından Cumhuriyet Üniversitesi fakülte ve yüksekokullarında öğrenim gören 2000 öğrenci üzerinde, öğrencilerin rekreatif faaliyetlere yönelik tercihlerini, boş zaman motivasyonlarını, rekreatif faaliyetlere katılımını sağlayan bireysel faktörleri ve bunları etkileyen bazı değişkenleri incelemek amacıyla çalışma yapılmıştır. Araştırmanın sonunda, öğrencilerin %66.9'u boş zamanını etkin geçirmediğini, %91.9'u ise, üniversite yerleşkesindeki rekreatif aktiviteler için

olanakları yetersiz bulduğunu belirtmiştir. Öğrencilerin Boş Zaman Motivasyon Ölçeği puan ortalaması,  $66.28 \pm 10.31$  olarak orta düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Üstün (2013) tarafından Ege Bölgesinde bulunan Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokullarında öğrenim gören 822 öğrenci üzerinde, öğrencileri rekreatif faaliyetlere motive eden faktörleri bazı değişkenler açısından incelemek amacıyla çalışma yapılmıştır. Çalışmanın sonucunda, Çalışmaya katılan öğrencilerin, rekreatif faaliyetlere katılım motivasyonlarının, cinsiyet, akademik başarı düzeyi, boş zamanlarını değerlendirme biçimleri, boş zamanlarını nerede değerlendirdikleri ve öğrenim gördükleri bölümlere göre anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir.

Altunay (2015) tarafından Ankara Keçiören ilçesindeki ilköğretim okullarında değişik branşlarda görev yapan 1075 öğretmen üzerinde, öğretmenlerin boş zaman motivasyon düzeylerini incelemek amacıyla çalışma yapılmıştır. Araştırma sonucunda, katılım gösteren öğretmenlerin, boş zaman etkinliklerine katılım motivasyon düzeylerinin demografik değişkenlere göre farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Mutlu ve ark (2011) ise, Kayseri ilindeki spor tesislerinde 515 egzersiz katılımcısı üzerinde yaptığı çalışmada, katılımcılara ait verileri çeşitli değişkenler açısından Boş Zaman Motivasyon Ölçeğindeki alt boyutlara göre değerlendirilmiştir. Kadınların erkeklere göre boş zaman etkinliklerine katılım motivasyonlarının daha az olduğu tespit edilmiştir.

### **3. GEREÇ VE YÖNTEM**

Araştırma, Anadolu Üniversitesi Fakülte ve Yüksekokullarında görev yapan öğretim üyelerinin boş zamanlarında hangi türde aktivitelere katıldıklarını ve bu aktivitelere onları motive eden faktörlerin incelenmesi için yapılmıştır.

#### **3.1. Araştırma Modeli**

Araştırma modelini, 2016-2017 eğitim ve öğretim yılında, fakülte ve yüksekokullarda görev yapan akademisyenler üzerine betimsel tarama modeli bir çalışma niteliğindedir.

#### **3.2. Evren ve Örneklem**

Çalışmanın evrenini 2016-2017 eğitim öğretim yılında Eskişehir Anadolu Üniversitesinde görev yapan akademisyenler oluşturmaktadır.

Çalışmanın örneklem grubunu ise uygun örnekleme yöntemi ile seçilen ve çalışmaya gönüllü olarak katılım sağlayan Anadolu Üniversitesi Fakülte ve Yüksekokullarında görev yapan 215 öğretim elemanı oluşturmaktadır.

#### **3.3. Protokol**

Konu ile ilgili çalışmanın yapılabilmesi için, Anadolu Üniversitesi Rektörlüğü'ne dilekçe aracılığıyla başvuru yapılmış ve gereken izin alınmıştır. Örneklem grubunu oluşturan Anadolu Üniversitesi Fakülte ve Yüksekokulların müdürlükleri veya bölüm başkanlıklarına araştırmacı tarafından, Anadolu Üniversitesi Rektörlüğü izin yazısı ile birlikte veri toplama aracını uygulamak için gerekli izin onayı alınmıştır.

Araştırmada kullanılan veri toplama aracının Türkçe uyarlamasını gerçekleştiren "Mutlu"ya mail yoluyla bilgi verilmiştir.

Çalışmanın örneklem grubunda yer alan üniversite ve yüksekokulların müdürlükleri ve/veya bölüm başkanlıklarına, araştırmacı tarafından Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı Başkanlığı izin yazısı ile veri toplama aracının uygulanması için mail aracılığıyla izin alınmıştır.

Örnekleme grubunda yer alan akademisyenlere, uygulanmak istenen veri toplama aracı araştırmacı tarafından akademisyenlerle yüz yüze görüşerek çalışmanın amacı ve içeriği anlatılarak dağıtılmış ve uygulanmıştır.

### **3.4. Veri Toplama Araçları**

Çalışmada katılımcıların demografik bilgilerini belirlemeye yönelik “Kişisel Bilgi Formu”, bireyleri rekreatif faaliyetlere motive edebilecek faktörleri içeren “Boş Zaman Motivasyon Ölçeği” yer almaktadır.

#### **3.4.1. Kişisel Bilgi Formu**

Formda katılımcıların yaş, cinsiyet, refah düzeyi, medeni durum vb. durumları belirlemeye yönelik sorular bulunmaktadır.

#### **3.4.2. Boş Zaman Motivasyon Ölçeği (BMÖ)**

Pelletier, Vallerand, Blais ve Briere tarafından geliştirilen Boş Zaman Motivasyon Ölçeği, bireyleri rekreatif faaliyetlere 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 28 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte yer alan ifadeler “Hiç Katılmıyorum (1)” ve “Tamamen Katılmıyorum (7)” şeklinde 7’li likert tipi ölçek üzerinde değerlendirilmektedir. Ölçeğin Türkçe güvenilirliği ve geçerliği “Mutlu” tarafından, 2008 yılında yapılmıştır. Ölçeğin Türkçe formu, toplam 22 maddeden ve (1) motivasyonsuzluk, (2) bilmek ve başarmak, (3) uyarıcı yaşama, (4) özdeşim/içerme 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, uyarıcı yaşama alt boyutu 11 ve 18, özdeşim/içerme alt boyutu 10,14,17 ve 21, dışsal düzenleme alt boyutu 1,8,15 ve 22 numaralı sorulardan oluşmaktadır. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı 77’ dir (49).

### 3.5. İstatistik Yöntem

Verilerin bilgisayar ortamına girilmesi ve grafiklerin çizilmesinde Windows için Microsoft Excel 2003, verilerin analizinde Windows için SPSS 20.0 paket programı ve tez yazımında Windows için Microsoft 2007 Office paketi kullanılmıştır.

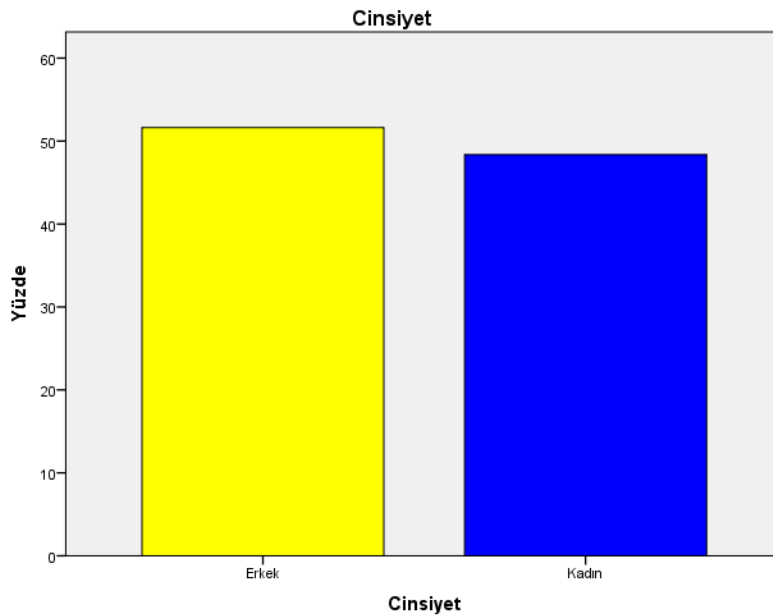
Çalışmaya katılan akademik personellerin demografik bilgilerinin dağılımları (f) ve yüzdeleri (%) tanımlayıcı istatistik (Descriptive Statistics) yöntemi ile belirlenmiştir. Verilerin normal dağılıma sahip olup olmadığının belirlenmesi için ise çarpıklık ve basıklık değerlerine bakılmış ve bunun neticesinde verilerin parametrik test koşullarına uygun olduğunun anlaşılmasından sonra, anlamlı farklılıkların belirlenmesi için Tek Yönlü Anova ve T- testleri uygulanmıştır ( $\alpha = 0.05$ ).

## 4. BULGULAR

### 4.1. Katılımcıların Genel Özellikleri

#### 4.1.1. Cinsiyet Türüne Göre Katılımcıların Genel Özellikleri

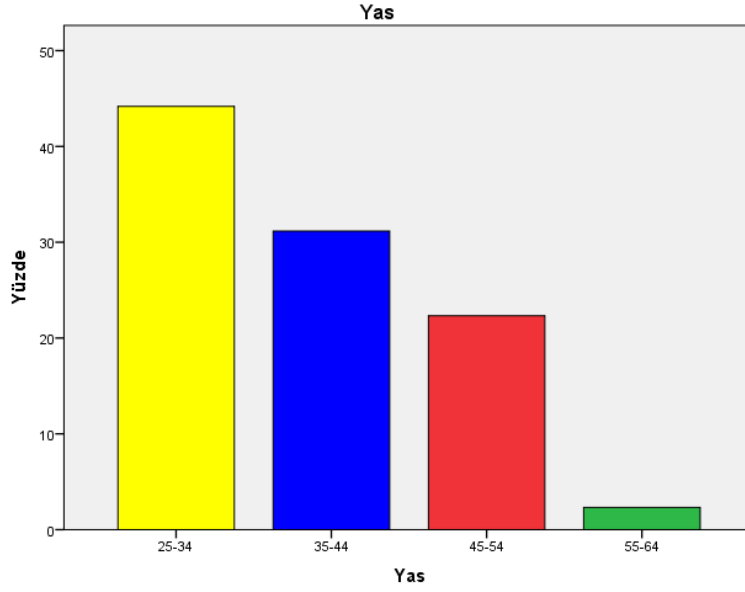
Katılımcıların cinsiyet e göre dağılımlarına bakıldığında %51,6 (111) sının “Erkek” %48,4 (104) ünün ise “Kadın” olduğu belirlenmiştir (Bkz. Grafik 4.1).



**Grafik 4.1:** Katılımcıların cinsiyetlerine ilişkin bilgilerinin dağılımı

#### 4.1.2. Yaşlarına Göre Katılımcıların Genel Özellikleri

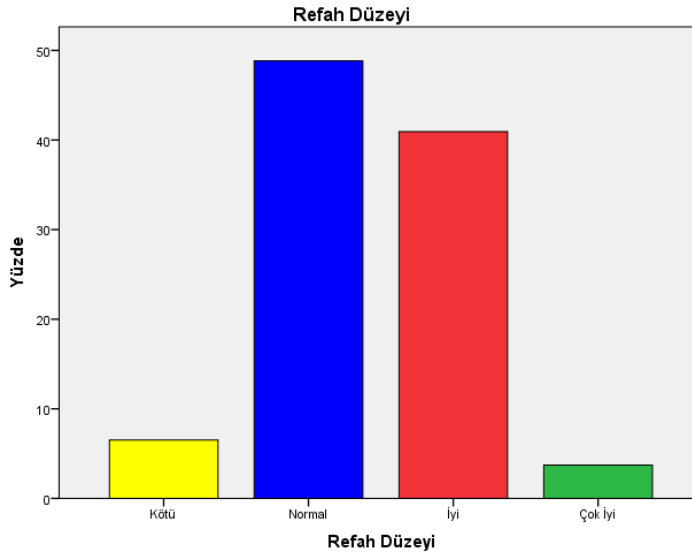
Katılımcıların yaşlarına göre dağılımlarına bakıldığında % 44,2 (95) sinin 25-34 yaş, %31,2 (67) sinin 35-44 yaş, %22,3 (48) ünün 45-54 yaş, % 2,3 (5) ünün 55-64 yaşlarında olduğu belirlenmiştir (Bkz. Grafik 4.2).



**Grafik 4.2:** Katılımcıların yaşlarına ilişkin bilgilerin dağılımı

#### 4.1.3. Refah Düzeyine Göre Katılımcıların Genel Özellikleri

Katılımcıların refah düzeyine göre dağılımlarına bakıldığında % 6,5 (14) ünün kötü, %48,8 (105) inin normal, %40,9 (88) unun iyi, %3,7 (8) inin çok iyi refah düzeyinde olduğu belirlenmiştir (Bkz. Grafik 4.3).

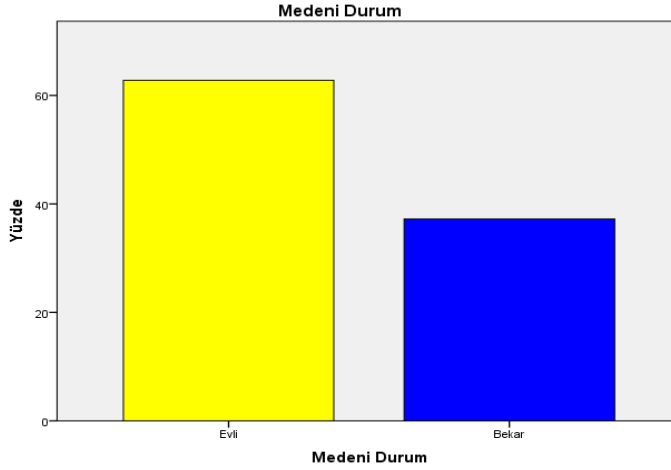


**Grafik 4.3:** Katılımcıların refah düzeyine ilişkin bilgilerinin dağılımı



#### 4.1.4. Medeni Duruma Göre Katılımcıların Genel Özellikleri

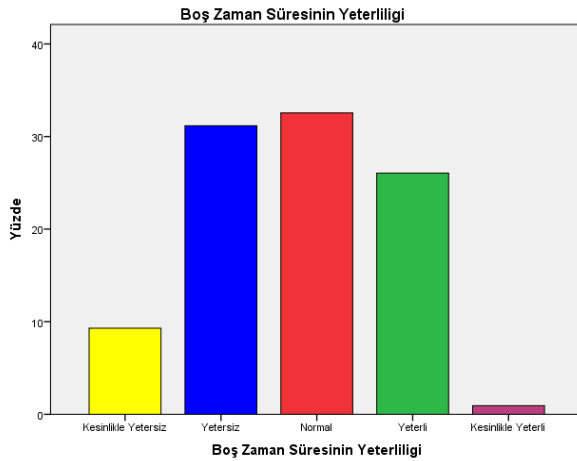
Katılımcıların medeni durumlarına bakıldığında, %62.8 (135)'inin “Evli” ve %37.2 (80)'sinin “Bekar” olduğu belirlenmiştir.(Bkz. Grafik 4.4).



**Grafik 4.4:** Katılımcıların medeni durumlarına ilişkin bilgilerinin dağılımı

#### 4.1.5. Boş Zaman Süresinin Yeterliliğine Göre Katılımcıların Genel Özellikleri

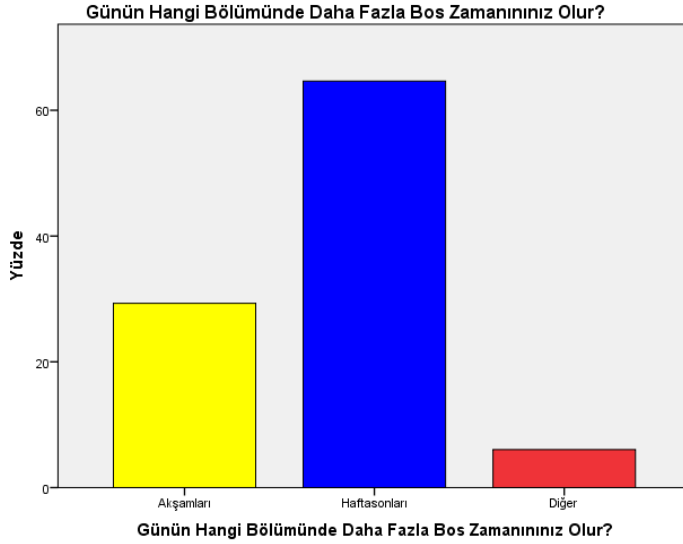
Katılımcıların boş zaman yeterlik algılarına bakıldığında, %9.3 (20)'ünün “Kesinlikle Yetersiz”, %31.2 (67)'sinin “Yetersiz”, %32.6 (70)'sinin “Normal”, %26.0 (56)'ının “Yeterli” ve % 0.9 (2)'unun “Kesinlikle Yeterli” olduğu belirlenmiştir. (Bkz. Grafik 4.5).



**Grafik 4.5:** Katılımcıların boş zaman sürelerinin yeterliliğine ilişkin bilgilerinin dağılımı

#### 4.1.6. Günün Hangi Bölümünde Daha Fazla Boş Zamanın Oluşuna Göre Katılımcıların Genel Özellikleri

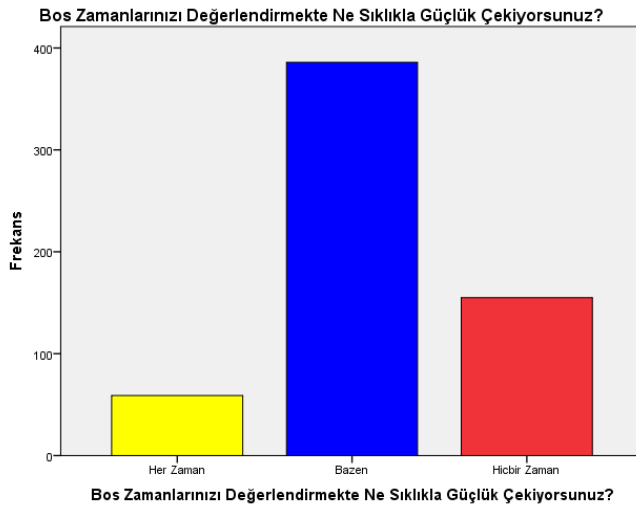
Katılımcıların günün hangi bölümünde boş zamana sahip olduklarına bakıldığında, % 29.3 (63)'ünün "Akşamları", %64.7 (139)'sinin "Haftasonları" ve %6.0 (13)'ünün diğer günler olduğu belirlenmiştir. (Bkz. Grafik 4.6).



**Grafik 4.6:** Katılımcıların günün hangi saatine daha fazla boş zamanları olduğuna ilişkin bilgilerinin dağılımı

#### 4.1.7. Boş Zamanlarını Değerlendirme Güçlük Durumuna Göre Katılımcıların Genel Özellikleri

Katılımcıların boş zamanları değerlendirme güçlüklerine bakıldığında, %6.5 (14)'ünün "Her Zaman", %58.1 (125)'inin "Bazen" ve %35.3 (76)'ünün "Hiçbir Zaman olduğu belirlenmiştir. (Bkz. Grafik 4.7).



**Grafik 4.7:** Katılımcıların boş zamanlarını değerlendirme güçlüklerine ilişkin bilgilerinin dağılımı

#### 4.1.8. Boş Zaman Değerlendirme Türlerine Göre Katılımcıların Genel Özellikleri

Katılımcıların boş zamanlarını hangi tür aktivitelerle değerlendirdiklerine bakıldığında, %14.0 (30)'ının "Dinlenerek", %1.9 (4)'ünün "Fiziksel Etkinliklere Katılarak", %80.9 (174)'unun "Sosyal etkinliklere Katılarak", %0.5 (1)'inin "Kültürel Etkinliklere Katılarak", %0.9 (2)'unun "Turistik Etkinliklere Katılarak" ve %1.9 (4)'ünün "Diğer Etkinliklere Katılarak" olduğu belirlenmiştir. (Bkz. Grafik 4.8).



**Grafik 4.8:** Katılımcıların boş zaman değerlendirme türlerine ilişkin bilgilerinin dağılımı

#### 4.2. Veri Toplama Aracının Güvenirlilik Sonuçları

Çalışmada kullanılan veri toplama aracının örneklem grubunun güvenilirliğinin test edilmesi için Cronbach Alpha hesaplaması yöntemi kullanılmıştır. Buna göre veri toplama aracının örneklem grubu için güvenilir (.58) olduğu söylenebilir (Bkz. Tablo 4.1. ).

**Tablo 4.1:** Veri toplama aracının örneklem grubu için güvenilirlik sonuçları

Cronbach's Alpha	N of Items
0.587	22

#### 4.3. Hipotez 1: Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri

**Tablo 4.2:** Katılımcıların cinsiyetlerine göre boş zaman motivasyon düzeyleri

Alt Boyut	Cinsiyet	N	Ort.	F	t	p
Motivasyonsuzluk	Erkek	111	1.828	4.343	1.944	.053
	Kadın	104	1.650			
Bilmek ve Başarmak	Erkek	111	3.420	1.586	-.544	.587
	Kadın	104	3.469			
Uyaran Yaşama	Erkek	111	3.351	1.157	-	.011
	Kadın	104	3.567			
Özdeşim/İçe Atım	Erkek	111	3.441	.322	-1.762	.080
	Kadın	104	3.580			
Dışsal Düzenleme	Erkek	111	1.977	1.744	.528	.598
	Kadın	104	1.932			

Tablo 4.2'de katılımcıların cinsiyetlerine göre boş zaman motivasyon düzeylerini test etmek amacıyla yapılan T testi sonuçları verilmiştir. Test sonuçlarına göre, "Uyaran Yaşama" alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir ( $p < 0.05$ ).

#### 4.4. Hipotez 2: Katılımcıların Yaşlarına Göre Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri

**Tablo 4.3:** Katılımcıların yaşlarına göre boş zaman motivasyon düzeyleri

Alt Boyut	Yaş	N	Ort.	F	P
Motivasyonsuzluk	25-34	95	1.712	.256	.857
	35-44	67	1.741		
	45-54	48	1.784		
	55-64	5	1.933		
Bilmek ve Başarmak	25-34	95	3.531	1.542	.205
	35-44	67	3.310		
	45-54	48	3.468		
	55-64	5	3.333		
Uyaran Yaşama	25-34	95	3.428	.754	.521
	35-44	67	3.408		
	45-54	48	3.569		
	55-64	5	3.533		
Özdeşim İçer Atım	25-34	95	3.524	.626	.599
	35-44	67	3.497		
	45-54	48	3.527		
	55-64	5	3.166		
Dışsal Düzenleme	25-34	95	1.960	1.479	.221
	35-44	67	1.880		
	45-54	48	2.000		
	55-64	5	2.450		

Tablo 4.3'de katılımcıların sahip oldukları yaşlarına göre boş zaman motivasyon düzeylerini test etmek amacıyla yapılan Anova testi sonuçları verilmiştir. Test sonuçlarına göre; hiçbir alt boyutta istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ( $p>0.05$ ).

#### 4.5. Hipotez 3: Katılımcıların medeni durumlarına göre Motivasyon Düzeyleri

**Tablo 4.4:** Katılımcıların medeni durumlarına göre motivasyon düzeyleri

Alt Boyut	Cinsiyet	N	Ort.	F	t	P
Motivasyonsuzluk	Evli	135	1.706	.049	-1.028	.305
	Bekar	80	1.804			
Bilmek ve Başarmak	Evli	135	3.459	1.136	.434	.665
	Bekar	80	3.418			
Uyaran Yaşama	Evli	135	3.501	.214	1.395	.164
	Bekar	80	3.379			
Özdeşim/İçe Atım	Evli	135	3.525	.328	.571	.569
	Bekar	80	3.479			
Dışsal Düzenleme	Evli	135	1.957	3.370	.049	.961
	Bekar	80	1.953			

Tablo 4.4’de katılımcıların sahip oldukları medeni durumlarına göre boş zaman motivasyon düzeylerini test etmek amacıyla yapılan T-Testi testi sonuçları verilmiştir. Test sonuçlarına göre; hiçbir alt boyut da istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ( $p>0.05$ ).

#### 4.6. Hipotez 4: Katılımcıların Refah Düzeyi Durumlarına Göre Motivasyon Düzeyleri

**Tablo 4.5:** Katılımcıların refah düzeyi durumlarına göre motivasyon düzeyleri

Alt Boyut	Refah Düzeyi	N	Ort.	F	P
<b>Motivasyonsuzluk</b>	Kötü	14	1.642	.311	.817
	Normal	105	1.771		
	İyi	88	1.738		
	Çok İyi	8	1.583		
<b>Bilmek ve Başarmak</b>	Kötü	14	3.369	1.00	.393
	Normal	105	3.496		
	İyi	88	3.371		
	Çok İyi	8	3.687		
<b>Uyaran Yaşama</b>	Kötü	14	3.357	.229	.876
	Normal	105	3.460		
	İyi	88	3.454		
	Çok İyi	8	3.583		
<b>Özdeşim İçer Atım</b>	Kötü	14	3.523	.937	.424
	Normal	105	3.568		
	İyi	88	3.429		
	Çok İyi	8	3.562		
<b>Dışsal Düzenleme</b>	Kötü	14	2.035	.107	.956
	Normal	105	1.961		
	İyi	88	1.937		
	Çok İyi	8	1.937		

Tablo 4.5’de katılımcıların sahip oldukları refah düzeyleri durumlarına göre boş zaman motivasyon düzeylerini test etmek amacıyla yapılan Anova testi sonuçları verilmiştir. Test sonuçlarına göre; hiçbir alt boyutta istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ( $p>0.05$ ).

#### 4.7. Hipotez 5: Katılımcıların Boş Zaman Süresinin Yeterliliğine Göre Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri

**Tablo 4.6:** Katılımcıların boş zaman süresinin yeterliliğine göre boş zaman motivasyon düzeyleri

Alt Boyut	Boş Zaman Yeterliliği	Süre	N	Ort.	F	P
Motivasyonsuzluk	Kesinlikle Yetersiz		20	1.833	.634	.639
	Yetersiz		67	1.696		
	Normal		70	1.681		
	Yeterli		56	1.833		
	Kesinlikle Yeterli		2	2.000		
Bilmek ve Başarmak	Kesinlikle Yetersiz		20	3.525	.995	.411
	Yetersiz		67	3.445		
	Normal		70	3.531		
	Yeterli		56	3.315		
	Kesinlikle Yeterli		2	3.166		
Uyaran Yaşama	Kesinlikle Yetersiz		20	3.516	1.880	.115
	Yetersiz		67	3.517		
	Normal		70	3.533		
	Yeterli		56	3.261		
	Kesinlikle Yeterli		2	3.500		
Özdeşim İçerme	Kesinlikle Yetersiz		20	3.691	1.753	.140
	Yetersiz		67	3.500		
	Normal		70	3.557		
	Yeterli		56	3.375		
	Kesinlikle Yeterli		2	4.000		
Dışsal Düzenleme	Kesinlikle Yetersiz		20	2.062	1.334	.259
	Yetersiz		67	1.880		
	Normal		70	1.925		
	Yeterli		56	2.067		
	Kesinlikle Yeterli		2	1.375		

Tablo 4.6’da katılımcıların sahip oldukları boş zaman süre yeterliliğine göre boş zaman motivasyon düzeylerini test etmek amacıyla yapılan Anova testi sonuçları verilmiştir. Test sonuçlarına göre; hiçbir alt boyutta istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ( $p>0.05$ ).



**4.8. Hipotez 6: Katılımcıların Sahip Oldukları Boş Zaman Süresinin Günün/Haftanın Hangi Bölümlerinde Olduğuna Göre Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri**

**Tablo 4.7:** Katılımcıların sahip oldukları boş zaman süresinin günün/haftanın hangi bölümlerinde olduğuna göre boş zaman motivasyon düzeyleri

Alt Boyut	Boş Zaman Süresinin Bölümleri	N	Ort.	F	P
Motivasyonsuzluk	Akşamları	63	1.836	.870	.420
	Haftasonları	139	1.707		
	Diğer	13	1.666		
Bilmek ve Başarmak	Akşamları	63	3.412	.506	.604
	Haftasonları	139	3.442		
	Diğer	13	3.615		
Uyaran Yaşama	Akşamları	63	3.386	1.170	.312
	Haftasonları	139	3.467		
	Diğer	13	3.666		
Özdeşim İçerik Atım	Akşamları	63	3.410	1.524	.220
	Haftasonları	139	3.539		
	Diğer	13	3.653		
Dışsal Düzenleme	Akşamları	63	2.095	2.330	.100
	Haftasonları	139	1.902		
	Diğer	13	1.846		

Tablo 4.7’de katılımcıların sahip oldukları boş zaman süresinin günün/haftanın hangi bölümlerinde olduğuna göre boş zaman motivasyon düzeylerini test etmek amacıyla yapılan Anova testi sonuçları verilmiştir. Test sonuçlarına göre; hiçbir alt boyutta istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ( $p>0.05$ ).

#### 4.9. Hipotez 7: Katılımcıların Boş Zamanı Değerlendirme Güçlüğü Çekme Durumlarına Göre Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri

**Tablo 4.8:** Katılımcıların boş zamanı değerlendirme güçlüğü çekme durumlarına göre boş zaman motivasyon düzeyleri

Alt Boyut	Boş Zaman Değerlendirme Güçlükleri	N	Ort.	F	P
<b>Motivasyonsuzluk</b>	Her Zaman	14	2.142	7.847	.001
	Bazen	125	1.829		
	Hiçbirzaman	76	1.526		
<b>Bilmek ve Başarmak</b>	Her Zaman	14	3.261	.603	.548
	Bazen	125	3.466		
	Hiçbirzaman	76	3.440		
<b>Uyaran Yaşama</b>	Her Zaman	14	3.261	1.515	.222
	Bazen	125	3.426		
	Hiçbirzaman	76	3.539		
<b>Özdeşim İçe Atım</b>	Her Zaman	14	3.345	.946	.390
	Bazen	125	3.546		
	Hiçbirzaman	76	3.475		
<b>Dışsal Düzenleme</b>	Her Zaman	14	2.250	6.341	.002
	Bazen	125	2.036		
	Hiçbirzaman	76	1.769		

Tablo 4.8’de katılımcıların boş zamanı değerlendirme güçlüğü çekme durumlarına göre boş zaman motivasyon düzeylerini test etmek amacıyla yapılan Anova testi sonuçları verilmiştir. Test sonuçlarına göre; “Motivasyonsuzluk” ve “Dışsal Düzenleme” alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir ( $p < 0.05$ ).

#### 4.10. Hipotez 8: Katılımcıların Boş Zamanlarını Değerlendirme Türlerine Göre Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri

**Tablo 4.9:** Katılımcıların boş zamanlarını değerlendirme türlerine göre boş zaman motivasyon düzeyleri

Alt Boyut	Boş Zamanı Değerlendirme Türleri	N	Ort.	F	P
Motivasyonsuzluk	Dinlenerek	30	2.088	4.093	.001
	Fiziksel Etkinliklere Katılarak	4	1.666		
	Sosyal Etkinliklere Katılarak	174	1.666		
	Kültürel Etkinliklere Katılarak	1	3.666		
	Turistik Etkinliklere Katılarak	2	2.166		
	Diğer	4	1.833		
Bilmek ve Başarmak	Dinlenerek	30	3.244	1.124	.349
	Fiziksel Etkinliklere Katılarak	4	3.458		
	Sosyal Etkinliklere Katılarak	174	3.474		
	Kültürel Etkinliklere Katılarak	1	2.666		
	Turistik Etkinliklere Katılarak	2	3.500		
	Diğer	4	3.791		
Uyaran Yaşama	Dinlenerek	30	3.166	2.047	.073
	Fiziksel Etkinliklere Katılarak	4	3.583		
	Sosyal Etkinliklere Katılarak	174	3.501		
	Kültürel Etkinliklere Katılarak	1	2.666		
	Turistik Etkinliklere Katılarak	2	3.833		
	Diğer	4	3.500		
Özdeşim İçe Atım	Dinlenerek	30	3.294	1.349	.245
	Fiziksel Etkinliklere Katılarak	4	3.541		
	Sosyal Etkinliklere Katılarak	174	3.542		
	Kültürel Etkinliklere Katılarak	1	3.166		
	Turistik Etkinliklere Katılarak	2	3.250		
	Diğer	4	3.833		
Dışsal Düzenleme	Dinlenerek	30	2.025	1.187	.317
	Fiziksel Etkinliklere Katılarak	4	1.937		
	Sosyal Etkinliklere Katılarak	174	1.925		
	Kültürel Etkinliklere Katılarak	1	3.000		
	Turistik Etkinliklere Katılarak	2	2.250		
	Diğer	4	2.375		

Tablo 4.9’da katılımcıların boş zamanı değerlendirme türlerine göre boş zaman motivasyon düzeylerini test etmek amacıyla yapılan Anova testi sonuçları verilmiştir. Test sonuçlarına göre; “Motivasyonsuzluk” alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir ( $p < 0.05$ ).

## 5. TARTIŞMA

### 5.1.Tartışma

Bu çalışmada akademik personellerin, boş zaman etkinliklerine katılım motivasyonlarının; cinsiyet, yaş, medeni durum, refah düzeyleri, sahip olunan boş zaman süresinin yeterliliği, sahip olunan boş zamanın haftanın/günün hangi bölümlerinde olduğu, boş zamanı değerlendirmede yaşanan güçlük durumlarına ve boş zamanlarını değerlendirme türleri gibi değişkenler bakımından hangi yönde farklılaştığı incelenmiştir. Elde edilen bulgular, araştırma problemine göre tartışılmıştır.

#### 5.1.1. Hipotez 1: Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri

Katılımcıların boş zamanlarında, rekreatif faaliyetlere katılım motivasyon düzeyleri ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla T testi uygulanmıştır.Elde edilen T testi sonucu yalnızca “Uyaran-Yaşama” alt boyutunda anlamlı farklılık tespit edilmiştir ( $p<0.05$ ).

Literatür incelemelerinde boş zaman etkinliklerine katılımın gerçekleşmesinde, cinsiyet faktörünün önemli değişkenlerden biri olduğu görülmüştür. Araştırma bulgularımızı destekler nitelikte cinsiyet açısından anlamlı sonuçlar bulunan çalışmaların yanısıra ; cinsiyete göre anlamlı farklılık taşımayan çalışmaların olduğu da gözlenmiştir.

Çalışmamızda elde edilen bulgular, literatürdeki benzer çalışmalarla paralellik göstermektedir. Mutlu ve ark. (2011) yaptıkları çalışmada benzer sonuca ulaşılmış ve “Uyaran-Yaşama” alt boyutunda anlamlı farklılık tespit etmişlerdir. Hudson (2000) yapmış olduğu bir çalışmada, bireylerin rekreatif faaliyetlere katılımında cinsiyete bağlı farklılıklar olduğunu belirtmektedir.

#### 5.1.2. Hipotez 2: Katılımcıların Yaşlarına Göre Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri

Katılımcıların boş zamanlarında, rekreatif faaliyetlere katılım motivasyon düzeyleri ile yaşları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla One Way Anova testi uygulanmıştır. Elde edilen bulgular incelendiğinde,

katılımcıların yaş değişkeni açısından rekreatif faaliyetlere katılım motivasyon düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Çalışmamızda elde edilen bulgular, Üstün'ün (2013) yapmış olduğu çalışmayla örtüşmektedir. Yine yapılan başka bir çalışmada Yeniçeri ve ark. (2011) kadınların rekreatif faaliyetlere katılım oranının erkeklere göre daha az olduğunu belirtmişlerdir. Bu sonuç çalışmamızla örtüşmemektedir.

### **5.1.3. Hipotez 3: Katılımcıların Medeni Durumlarına Göre Motivasyon Düzeyleri**

Katılımcıların boş zamanlarında, rekreatif faaliyetlere katılım motivasyon düzeyleri ile medeni durum değişkeni arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla T testi uygulanmıştır. Çalışma sonucunda elde edilen bulgular incelendiğinde, katılımcıların medeni durumları açısından rekreatif faaliyetlere katılım motivasyon düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Mutlu ve ark. (2011), 515 egzersiz katılımcısı üzerinde yaptığı çalışmada , BMÖ'nin sadece dışsal düzenleme alt boyutunda, medeni duruma göre anlamlı bir farklılık gösterdiğini belirtmiştir. İlban ve Özcan'ın (2003) yaptıkları çalışmada, medeni durum ile spor etkinliği arasındaki ilişkiyi ortaya koyan tespiti, bekar olanların evli olanlara oranla daha çok etkinliğe katıldıkları yönündedir.

Elde edilen bulgular neticesinde, literatürdeki farklı çalışmalarda istatistiksel olarak zıtlık göstermektedir (8).

### **5.1.4. Hipotez 4: Katılımcıların Refah Düzeyleri Durumuna Göre Motivasyon Düzeyleri**

Katılımcıların boş zamanlarında, rekreatif faaliyetlere katılım motivasyon düzeyleri ile refah düzeyi değişkeni arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla One Way Anova testi uygulanmıştır. Çalışma sonucunda elde edilen bulgular incelendiğinde, katılımcıların refah düzeyleri durumları açısından rekreatif faaliyetlere katılım motivasyon düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

Literatür incelemelerinde (Kaya, 2011)'nin benzer çalışmasında, öğrencilerin boş zamanlarında rekreatif faaliyetlere katılım motivasyonu aylık gelirlerine göre

incelenmiştir. Bu çalışma sonucunda öğrencilerin gelir durumlarına göre istatistiksel açıdan herhangi bir anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Oğuz (2000), Dwyer (1993) yaptıkları farklı çalışmalarda öğrencilerin boş zaman faaliyetlerine katılmalarında ve rekreasyonel davranışlarında, sahip oldukları maddi imkanın önemli etkisi olduğunu ve öğrencilerin ellerine geçen para miktarı arttıkça boş zaman faaliyetleri için harcadıkları para miktarının da arttığını ortaya koymuştur. Özdilek ve ark. (2007) yapmış oldukları çalışmada maddi gelir ile rekreatif faaliyetlere katılım arasında anlamlı farklılıklar bulmuş ve yeterli gelire sahip olmayan bireylerin, daha yüksek gelire sahip kişilere göre rekreatif faaliyetlere daha az katıldığını ifade etmişlerdir.

#### **5.1.5. Hipotez 5: Katılımcıların Boş Zaman Süresinin Yeterliliğine Göre Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri**

Katılımcıların boş zamanlarında, rekreatif faaliyetlere katılım motivasyon düzeyleri ile Boş zaman yeterliliği arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla One Way Anova testi uygulanmıştır. Çalışma sonucunda elde edilen bulgular incelendiğinde, katılımcıların boş zaman süresinin yeterliliğine göre rekreatif faaliyetlere katılım motivasyon düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ( $p>0.05$ ).

Kesim (1999) yaptığı araştırmada çalışanların boş zaman etkinliklerine katılmama sebepleri arasında zaman yokluğu olduğunu belirtmiştir. Üstün, (2013)' ün Besyo öğrencilerinin boş zaman sürelerine bağlı olarak rekreatif faaliyetlere katılım motivasyon düzeylerinin incelendiği çalışmada ise, yalnızca özdeşim alt boyutunda anlamlı farklılık göstermiştir.

#### **5.1.6. Hipotez 6: Katılımcıların Sahip Oldukları Boş Zaman Süresinin Günün/Haftanın Hangi Bölümlerinde Olduğuna Göre Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri**

Katılımcıların boş zamanlarında, rekreatif faaliyetlere katılım motivasyon düzeyleri ile boş zaman diliminin günü/haftanın hangi bölümlerinde olduğu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla One Way Anova testi uygulanmıştır. Çalışma sonucunda elde edilen bulgular incelendiğinde, katılımcıların boş zaman süresinin günün/haftanın hangi bölümlerinde olduğuna göre

rekreatif faaliyetlere katılım motivasyon düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır ( $p>0.5$ ).

Literatür incelendiğinde, Üstün (2013), besyo öğrencilerinin haftalık boş zaman sürelerine bağlı olarak, rekreatif faaliyetlere katılım motivasyonu arasında hiç bir alt boyutta anlamlı farklılık olmadığını belirtmiştir.

#### **5.1.7. Hipotez 7: Katılımcıların Boş Zamanı Değerlendirme Güçlüğü Çekme Durumlarına Göre Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri**

Katılımcıların boş zamanlarında, rekreatif faaliyetlere katılım motivasyon düzeyleri ile boş zamanı değerlendirme güçlüğü değişkeni arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla One Way Anova testi uygulanmıştır. Çalışma sonucunda elde edilen bulgular incelendiğinde, katılımcıların boş zamanı değerlendirme güçlüğü çekme durumlarına göre rekreatif faaliyetlere katılım motivasyon düzeyleri arasında istatistiksel olarak “ Motivasyonsuzluk” ve “ Dışsal Düzenleme” alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ( $p>0.5$ ).

Tolukan (2010)’ın yapmış olduğu çalışmada, araştırmaya katılan öğrencilerin boş zamanlarını değerlendirmede güçlük durumuna bakıldığında, güçlük çektikleri görülmektedir. Karaküçük ve Gürbüz (2007) yapmış oldukları çalışmada katılımcıların büyük kısmının sahip olduğu boş zaman süresinin yetersiz olduğu ve bu konuda güçlük çektiği görülmüştür.

#### **5.1.8. Hipotez 8: Katılımcıların Boş Zamanlarını Değerlendirme Türlerine Göre Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri**

Katılımcıların boş zamanlarında, rekreatif faaliyetlere katılım motivasyon düzeyleri ile boş zamanları değerlendirme türleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla One Way Anova testi uygulanmıştır. Çalışma sonucunda elde edilen bulgular incelendiğinde, katılımcıların boş zamanlarını değerlendirme türlerine göre rekreatif faaliyetlere katılım motivasyon düzeyleri arasında yalnızca “ Motivasyonsuzluk” alt boyutunda anlamlı farklılık tespit edilmiştir ( $p>0.5$ ).

Kaya (2011) yaptığı çalışmada, dışsal düzenleme alt boyutunda anlamlı farklılık olduğunu belirtmiştir. Üstün (2013) ‘ün üniversite öğrencilerinin rekreatif

faaliyetlere katılım motivasyon düzeyleri ile ilgili yaptığı çalışmada, örneklem grubunun rekreatif faaliyetlere katılım motivasyonu başarmak, bilmek, uyarıcı yaşama ve özdeşim alt boyutlarında anlamlı farklılıklar göstermiştir.



## 6.SONUÇ

Bu çalışma, akademisyenlerin boş zamanlarında rekreatif faaliyetlere yönelik tercihlerini, rekreatif faaliyetlere katılımlarını sağlayan bireysel nedenlerini, boş zaman motivasyonlarını ve bunları etkileyen diğer değişkenleri ortaya koymak amacıyla yapılmıştır. Çalışmaya Eskişehir ilindeki Anadolu Üniversitesi ve Osmangazi Üniversitesi fakülte ve yüksekokullarında görev yapan 215 akademisyen gönüllü olarak katılmıştır.

Çalışmada veri toplama aracı olarak, BZMÖ kullanılmıştır. İstatistik yöntem olarak t testi ve one way anova testleri kullanılmıştır.

Araştırma sonucunda, elde edilen bulgularla ulaşılan sonuçlar şu şekildedir:

Araştırma sonuçları, katılımcıların cinsiyetlerine ilişkin rekreatif faaliyetlere katılım motivasyon düzeyleri arasında anlamlı farklılık gösterdi ( $p<0.05$ ).

Araştırma sonuçları, katılımcıların yaşlarına ilişkin rekreatif faaliyetlere katılım motivasyon düzeyleri arasında anlamlı farklılık göstermedi ( $p>0.05$ ).

Araştırma sonuçları, katılımcıların medeni durumlarına ilişkin rekreatif faaliyetlere katılım motivasyon düzeyleri arasında anlamlı farklılık göstermedi ( $p>0.05$ ).

Araştırma sonuçları, katılımcıların refah düzeyi durumlarına ilişkin rekreatif faaliyetlere katılım motivasyon düzeyleri arasında anlamlı farklılık göstermedi ( $p>0.05$ ).

Araştırma sonuçları, katılımcıların boş zaman sürelerinin yeterliliğine ilişkin rekreatif faaliyetlere katılım motivasyon düzeyleri arasında anlamlı farklılık göstermedi ( $p>0.05$ ).

Araştırma sonuçları, katılımcıların boş zamanlarının bölümlerine ilişkin rekreatif faaliyetlere katılım motivasyon düzeyleri arasında anlamlı farklılık göstermedi ( $p>0.05$ ).

Araştırma sonuçları, katılımcıların boş zamanlarını değerlendirme güçlüklerine ilişkin rekreatif faaliyetlere katılım motivasyon düzeyleri arasında anlamlı farklılık gösterdi ( $p<0.05$ ).

Araştırma sonuçları, katılımcıların boş zamanlarını değerlendirme türlerine ilişkin rekreatif faaliyetlere katılım motivasyon düzeyleri arasında anlamlı farklılık gösterdi ( $p<0.05$ ).

Sonuç olarak elde edilen bulguları incelediğimizde, yaptığımız bu araştırmada, demografik yapıların bazı değişkenler açısından rekreatif faaliyetlere katılım motivasyonlarına etkisi olmadığını görüyoruz. Bu doğrultuda bireylerin boş zamanlarını yönlendirmeyi ve yönetmelerini sağlayacak koşulların yine bireyin kendisinin yaratması gerçeğidir. Toplumların gelişmesinde önemli rolü olan üniversitelerde görev alan akademisyenlerin, akademik kariyerlerinin yanında, rekreatif faaliyetler anlamında, kendilerine boş zamanlarını bilinçli şekilde yönlendirme ve yönetme imkanı tanınmalıdır. Rekreatif faaliyetler açısından, uygun ortamların oluşturulmasının, akademisyenlerin hem kendilerini hem de akademik kariyer süreçleri açısından değerli olacağı düşünülmektedir.

## 7. ÖNERİLER

Bu araştırma sonuçları benzer literatür kaynaklarla paralelik gösterse de, aynı zamanda elde edilen sonuçlar sınırlı sayıda olduğundan, benzer çalışmaların yapılmasına gereksinim olduğunu da göstermektedir.

Bu araştırma kapsamında, yapılacak yeni bir çalışma daha fazla sayıdaki üniversite fakülte ve yüksekokullarında yapılabilir.

Bu araştırma kapsamında, rekreatif faaliyetlere katılım motivasyonu diğer meslek grupları altında incelenebilir.

Bu araştırma kapsamında, rekreatif faaliyetlere katılım motivasyonu farklı yaş grupları açısından incelenebilir.

Yapılan çalışma kapsamında literatürdeki benzer çalışmaların sonuçları karşılaştırılabilir ve sonucunda hangi motivasyon düzeylerinin etkin olup olmadığı tespit edilebilir.

Bu araştırma kapsamında, bireylerin rekreatif faaliyetlere katılım konusunda motivasyonlarını ve motivasyonsuzluklarına neden olan durumlar tespit edilebilir. Bu doğrultuda bireylere boş zamanlarıyla ilgili farkındalıklarının gelişmesi sağlanabilir.

Bu araştırma kapsamında, tüm eğitim-öğretim kurumlarında farklı yaş gruplarına yönelik ,seminerler düzenlenebilir.

### KAYNAKÇA

1. Abadan, N. (1961). *Üniversite Öğrencilerinin Serbest Zaman Faaliyetleri*. Ankara Üniversitesi Siyasal Bilgiler Fakültesi Yayınları.
2. Akatay, A. (2003). Örgütlerde Zaman Yönetimi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 282-300.
3. Aslan, N. (1994). *Üniversite Öğrencilerinin Serbest Zaman Değerlendirme Eğilimi Öğretmen Yetiştiren Kurumlarda Karşılaştırılmalı Bir Araştırma*. D.E.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi.
4. Aşıkoğlu, M. (1996). *İnsan Kaynaklarını Verimliliğe Yönlendirme Aracı Olarak Motivasyon*. İstanbul: Üniversite Kitabevi.
5. Aytürk, N. (2010). *Örgütsel ve Yönetimsel Davranış*. Ankara: Detay Yayıncılık.
6. Bamberger, R. (1966). Boş Zamanları Değerlendirmede Kitabın Rolü. *BDZ Semineri*. İstanbul: HSEK Yayını.
7. Bayer, M. (1983). *Rekreasyon*. Ankara: DSİ Yayını.
8. 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
9. Corbin, D. (1970). *Recreation Leadership*. Virginia USA: Third Edition.
10. Cordes, K., & İbrahim, H. (1991). *Application İn Recreation & Leisure for Today and Future*. 262-268. London: Mosby Company.
11. Daly, 2000, Jenny, 1956, Corbin, 1970, Tezcan, 1982, & Karaküçük, 2008. (T.Y). *Recreation and Sport Planning and Design (2nd Edition) Human Kinetics*. United States.
12. Deci, E., & Ryan, R. (1985). *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behaviour*. New York: Plenum.
13. Dwyer Jr, J. F. (1993). *Customer Diversity and the Future Demand for Outdoor Recreation*. General technical report NE (USA).
14. Edginton, C., Hanson , C., & Edginton, S. (1989). *Leisure Programming*. IA Dubuque: Brown and Benchmark.

15. Eggen, P., & Kauchak, D. (1997). *Educational Psychology Windows on Classrooms*. (Third Edition). New Jersey: Prentice Hall Inc.
16. Ekici, S. (1997). *Yükseköğretim Gençliğinin Serbest Zamanlarını Değerlendirme Alışkanlıkları ve Turizme Katılımları Üzerine Bir Araştırma*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı.
17. Emeksiz, B. (2006). *Grading Motivation in ELT Master of Art Thesis*. İstanbul: Marmara University The Institute of Educational Sciences.
18. Erden, M., & Akman, Y. (2002). *Gelişim ve Öğrenme*. Ankara: Arkadaş Yayınevi.
19. Eren, E. (1991). *Yönetim ve Organizasyon*. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Yayını.
20. Ertem, H. (2006). *Orta Öğretim Öğrencilerinin Kimya Dersine Yönelik Güdülenme Tür ve Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Balıkesir: Balıkesir Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Kimya Eğitimi Anabilim Dalı.
21. Filiz, K., & Özçalıküşu, O. (2001). Hatay İli Yatılı İlköğretim Bölge Okullarında Okuyan Öğrencilerin Boş Zaman Alışkanlıkları. *Atatürk Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 1302-2040.
22. Finney, C. (1979). *Recreation its Effect on Productivity*. Recreation Management.
23. Gökmen, H. (1985). *Yükseköğretim Öğrencilerinin Serbest Zaman Etkinlikleri ve Kendilerini Gerçekleştirme Düzeyleri*. Ankara: Milli Eğitim Basımevi.
24. Gülbahçe, Ö. (1996). *Boş Zamanları Değerlendirme Alışkanlıkları*, Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Erzurum.
25. Güler, Ş. (1978). *Turizm Sosyolojisi*. Ankara: Gündüz Matbaacılık.
26. Güngörmüş, A. (2007). *Özel Sağlık Spor Merkezlerinden Hizmet Alan Bireyleri Rekreatif Egzersize Güdüleyen Faktörler*. Ankara: Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor ABD.

27. Güngörmüş, H., Yetim, A., & Çalık, C. (2006). Ankarada Spor Öğrenimi veren Yükseköğretim Kurumlarında Görev Yapan Öğretim Elemanlarının Boş Zamanlarını Değerlendirme Biçimlerinin Araştırılması. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 665-678.
28. Hudson S. (2000). The Segmentation of Potential Tourists: Constraint Differences between Men and Women, *Journal of Travel Research*, 38(4), 363- 368.
29. Jenny, H. (1956). *Virginia USA: Introduction to Recreation Education*.
30. Jenny, H., & Sayiner. (1956-1973). *Introduction to Recreation Education*. Virginia USA.
31. Karaküçük, S. (1995). *Ankara: Rekreasyon (Boş Zamanları Değerlendirme)* Seren Matbaacılık.Kavram, Kapsam ve Bir Araştırma Seren Matbaa.
32. Karaküçük, S. (1997). *Rekreasyon, Boş Zamanları Değerlendirme* (İkinci Baskı b.). Ankara: Bağrgan Yayınevi.
33. Karaküçük, S. (2001). *Rekreasyon, Boş Zamanları Değerlendirme*, 56-57.
34. Karaküçük, S. (2005). *Rekreasyon, Boş Zamanları Değerlendirme* Ankara: Gazi Kitabevi.
35. Karaküçük, S., & Akgül, B. (2016). *Ekorekreasyon*. Ankara: Gazi Kitabevi.
36. Karasar, N. (1996). *Araştırmalarda Rapor Hazırlama* (Sekizinci Baskı b.). Ankara: Eğitim danışmanlık Ltd.Şti.
37. Kaya, A. (2011). *Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Faaliyetlere Yönelik Tutumları ve Boş Zaman Motivasyonlarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Sivas: Cumhuriyet Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı.
38. Kaya, A. M. (2011). *Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Faaliyetlere Yönelik Tutumları Ve Boş Zaman Motivasyonlarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sivas.

39. Kaya, S. (2003). *Yetiştirme Yurtlarında Kalan Gençlerin Boş Zaman Değerlendirme Eğilimi ve Etkinliklerin Sosyalleşmesi Doktora Tezi*. Ankara : Gazi Üniversitesi Sağlık bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı.
40. Kesim Ü. (1999). *Türkiye'deki İşyerlerinde Rekreasyon Uygulaması*. Doktora Tezi. Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
41. Kılbaş, Ş. (2001). *Rekreasyon* (Birinci Baskı b.). Adana: Anaca Yayınları.
42. Koçer, İ. (1977). *Eğitim Tarihi*. Ankara: Ankara Üniversitesi Yayını.
43. Köknel, Ö. (1970). *Toplumda Bugünün Gençliği*. İstanbul: Bozak Matbaası.
44. Kreitner, R., & Kinicki, A. (2004). *Organizational Behaviour* (6th Edition). USA: McGraw Hill.
45. Levine, C. (2006). *Flow and Motivation in Male Bale Dancers*. 25. Write Institute Graduate School of Psychology.
46. Mc Millen, J. (1983). *The Social Organization of Leisure Among Mexican Americans*, J. of Leisure Research.
47. Mieczkowski, Z. (1990). *World Trends in Tourism and Recreation*. New York: Peter Lang Publishing, Inc.
48. Mills, T. (1984). *The Sociology of Small Groups*. New Jersey: Prentice Hall Inc.
49. Mutlu, İ. (2008). *Egzersiz Yapan Kişilerin Boş Zamanlarına Yönelik Tutumları Üzerine Bir Araştırma (Kayseri ili Örneği)*. Niğde: Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
50. Mutlu, İ., Yılmaz B., Sevindi, T., Güngörmüş, H.A., Gürbüz, B. (2011) Bireyleri Rekreasyonel Amaçlı Egzersize Motive eden Faktörlerin Çeşitli Değişkenlere Göre Karşılaştırılması. *Selçuk Üniversitesi beden eğitimi ve spor Bilim Dergisi*, 13 (1): 54-61
51. Oguz, D. (2000). "User surveys of Ankara's Urban Parks". *Landscape and Urban Planning*, 52(2), 165-171.

52. Ormrod, J. (1999). *Human Learning (Third Edition)*. 408-409. USA: Prentice Hall Inc.
53. Özdilek, Ç., Demirel, M., & Harmandar, D. (2007). "The Comparasion of Dumlupinar and Sakarya Universities' Physical Education and Sport School Students' Participation Reasons and Participation Level In Leisure Time Activities". *International Journal of Human Sciences*, 4(2).
54. Püsküllüoğlu, A. (2005). *Türk Dil Kurumu Türkçe Sözlük*. Türk Dil Kurumu Yayınları, 10. Baskı. Ankara: Türk Dil Kurumu Yayınları.
55. Reeve, J. (2001). *Understanding Motivation and Emotion Third Edition*. USA: John Wiley and Sons Inc.
56. Sabuncuoğlu, Z., & Tüz, M. (2005). *Örgütsel Psikoloji*. 82-92. Bursa: Furkan Ofset.
57. Sağcan, M. (1986). *Rekreaasyon ve Turizm*. İzmir: Cumhuriyet Baskı evi.
58. Soyer, F., & Can, Y. (2003). *I. Gençlik, Boş Zaman ve Doğa Sporları Sempozyumu Bildiri Kitabı*, 102-120. Ankara: Türk Hava Kurumu Basımevi.
59. Sternberg, R., & Williams, W. (2002). *Educational Psychology*. USA: Allyn and Bacon.
60. Şimşek, M. (1999). *Yönetim ve Organizasyon* (Beşinci Baskı b.). Ankara: Nobel Yayınları.
61. TDK. (1982). *Türkçe Sözlük*. TDK Yayını, 884. Ankara.
62. Tezcan, M. (1994). *Serbest Zamanların Değerlendirilmesi Sosyolojisi* (Dördüncü Baskı b.). Ankara: Atilla Kitabevi.
63. Tolukan E, 2010. *Niğde özel yetenekle ilgili bölümlerde okuyan üniversite öğrencilerinin rekreasyonel aktivitelere katılımlarına engel olabilecek unsurların belirlenmesi*. Yüksel Lisans Tezi, Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Niğde
64. Torkildsen, G. (2005). *Leisure and Recreation Management*. London Routledge.



65. Türkmen, M. (2005). *Profesyonel Erkek Futbolcular ile Amatör Erkek Futbolcuların Başarı Motivasyon Düzeylerinin İncelenmesi (İzmir-Manisa Örneği)* Yüksek Lisans Tezi. Manisa: Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı.
66. Uzunoglu, S. (1992, Nisan 13). Zaman Sermayesi. *Zaman Gazetesi*.
67. Ülkü, S. (1978). *Çocuklukta Arkadaş İlişkileri* (Cilt 2). Ankara: Eğitim ve Bilim Dergisi.
68. Ünver, O. (1986). *12-24 Yaş Gençlerin Sosyo Ekonomik Sorunları*. Ankara: M.E.G.S.B Yayını G.Ü.B.Y. Matbaası.
69. W.T.O. (1999). *Changes in Leisure Time: The Impact on Tourism*. İstanbul: Nesa Bayın Yayın.
70. Yağmur, R. (2006). *Afyon Kocatepe Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencileri ile Farklı Bölümlerdeki Öğrencilerin Serbest Zaman Aktivitelerinin Karşılaştırılması* Yüksek Lisans Tezi. Afyon: Afyon Kocatepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı.
71. Yeniçeri, M., Coşkun, B., & Özkan, H. (2011). “Muğla İl Merkezindeki Memurların Boş Zaman Değerlendirme Eğilimlerinin Belirlenmesi Üzerine Bir Araştırma”. *Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 1(7).
72. Yetiş, Ü. (2008). *OrtaÖğretim Öğrencilerinin Boş Zamanlarını Değerlendirme Eğilimleri (Ankara Örneği)* Doktora Tezi. Ankara: Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
73. Zenzen, T. (2002). *Achievement Motivation*. University of Wisconsin- Stout.
74. Zorlu, E. (1973). *Boş Zamanlar Sorunu, Gençlik Lideri El Kitabı*. Ankara: GSB Yayını.
75. Altunay, B. R., (2015). *Ankara ili Keçiören İlçesindeki İlköğretim Okullarında Görev Yapan Öğretmenlerin Boş Zaman Etkinliklerine Katılım Motivasyonu*, Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi / Sağlık Bilimleri Enstitüsü / Spor Bilimleri Anabilim Dalı.

## EKLER

### Ek-1 Kişisel Bilgi Form

#### KİŞİSEL BİLGİLER

##### 1. Cinsiyetiniz?

Erkek	Kadın
-------	-------

##### 2. Yaşınız?

25-34 yaş	2
35-44 yaş	3
45-54 yaş	4
55-64 yaş	5
65 ve üzeri	6

##### 3. Medeni durum?

Evli	Bekâr
------	-------

##### 4. Toplumdaki kişilerin refah düzeyini düşündüğünüzde “1” en düşük basamak, “5” en yüksek basamak olmak üzere siz kendinizi bu refah düzeyinin kaçınıcı basamağında görüyorsunuz?

Çok Kötü	Kötü	Normal	İyi	Çok İyi
----------	------	--------	-----	---------

##### 5. Haftalık sahip olduğunuz boş zaman süresinin size göre yeterliliğini değerlendiriniz?

Kesinlikle Yetersiz	Yetersiz	Normal	Yeterli	Kesinlikle Yeterli
---------------------	----------	--------	---------	--------------------

**6. Günün-haftanın hangi bölümünde daha fazla boş zamanınız olur?**

Akşamları	1
Hafta sonları	2
Diğer (Lütfen belirtiniz)	3

**7. Boş zamanlarınızı değerlendirmekte güçlük çekiyor musunuz?**

Her Zaman	Bazen	Hiçbir Zaman
-----------	-------	--------------

**8. Boş zamanlarınızı genellikle nasıl değerlendiriyorsunuz? (Birden fazla seçenek işaretleyebilirsiniz)**

Dinlenerek	1
Fiziksel etkinliklere katılarak	2
Sosyal etkinliklere katılarak	3
Kültürel etkinliklere katılarak	4
Sanatsal etkinliklere katılarak	5
Turistik etkinliklere katılarak	6
Diğer (Belirtiniz) .....	7

## Ek-2: Boş Zaman Motivasyon Ölçeği

<b>GENELLİKLE BOŞ ZAMAN AKTİVİTELERİNİZİ NEDEN YAPARSINIZ?</b>	<b>Tamamen Katılmıyorum</b>	<b>Katılmıyorum</b>	<b>Kısmen Katılıyorum</b>	<b>Katılıyorum</b>	<b>Tamamen katılıyorum</b>
1. Diğer işleri yapmaktan kurtulmak için	1	2	3	4	5
2. Boş zaman aktivitelerini neden yaptığımı bilmiyorum	1	2	3	4	5
3. Mücadele gerektiren ilginç şeylerin üstesinden gelmeye çalışmak doyum hissi veriyor	1	2	3	4	5
4. Hiçbir iş yapmayan birisi gibi görünmek istemediğim için	1	2	3	4	5
5. Bana çekici gelen konular hakkında daha fazla bilgi edinmenin beni memnun etmesi	1	2	3	4	5
6. Kişisel düzeyde gelişim sağlamanın bir yolu olarak gördüğüm için	1	2	3	4	5
7. Bu tür aktiviteleri yaparken kendimi özgür hissettiğim için	1	2	3	4	5
8. Emin değilim ama; boş zaman aktivitelerinin bana uygun olmadığını düşünüyorum	1	2	3	4	5
9. İlginç aktiviteler yaparak kendimi geçtiğimi (aştiğimi) hissediyorum	1	2	3	4	5
10. Hayatta mutlu olmak için boş zaman aktivitelerine gerçekten ihtiyaç duyulduğu için	1	2	3	4	5
11. Bazen diğerleri tarafından takdir edilmemi sağladığı için	1	2	3	4	5
12. İlgimi çeken konuları derinliğine (daha iyi) anlamama imkan verdiği için	1	2	3	4	5
13. Diğer alanlarda benim için önemli olan becerileri kazanmanın bir yolu olarak gördüğüm için	1	2	3	4	5
14. Boş zaman aktiviteleri beni gerçekten yüce/asil hissettirdiği için	1	2	3	4	5
15. Emin değilim ama; çok iyi yapabileceğim bir aktivitenin olmadığı gibi bir fikrim var	1	2	3	4	5
16. Mücadele gerektiren aktiviteleri yaparken kendimi geçtiğimi (aştiğimi) hissettiğim için	1	2	3	4	5
17. Kendimi kesinlikle meşgul hissetmek istediğim için	1	2	3	4	5

18. Diğerlerine kendimin dinamik bir insan olduğunu göstermek için	1	2	3	4	5
19. Kendimin diğer yönlerini keşfetmenin bir yolunun da boş zaman aktivitelerine katılmaktan geçtiğini düşündüğüm için	1	2	3	4	5
20. Tamamen rahatlama hissi verdiği için	1	2	3	4	5
21. Karışık aktiviteleri yapmaya çalışırken kendimi hoşnut hissediyorum	1	2	3	4	5
22. Boş zamanlarımda kendimin kesinlikle iyi bir ruh halinde olmasını istediğim için	1	2	3	4	5

## Ek-3: Veriler

KİŞİSEL BİLGİLER								BOŞ ZAMAN MOTİVASYON ÖLÇEĞİ																						
Sıra No	1. Cinsiyet	2. Yaşınız	3. Medeni Durum	4. Refah Düzeyi	5. Haftalık Boş Zaman Süresinin Yeterliliği	6. Günün-Haftanın Hangi Bölümünde Daha Fazla Boş Zamanınız Olur	7. Boş Zamanlarınızı Değerlendirmekte Güçlük Çekiyormusunuz	8. Boş Zamanlarınızı Genellikle Nasıl Değerlendiriyorsunuz	SORU-1	SORU-2	SORU-3	SORU-4	SORU-5	SORU-6	SORU-7	SORU-8	SORU-9	SORU-10	SORU-11	SORU-12	SORU-13	SORU-14	SORU-15	SORU-16	SORU-17	SORU-18	SORU-19	SORU-20	SORU-21	SORU-22
1	1	2	1	3	3	1	2	1	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
2	1	1	2	2	4	2	3	3	1	1	2	1	4	4	4	1	3	3	1	4	4	1	1	2	1	1	4	4	3	
3	1	1	2	3	2	2	2	3	2	1	3	2	4	4	2	3	5	3	3	4	4	2	2	3	1	2	5	4	4	
4	1	2	2	3	4	1	2	3	3	2	4	2	4	4	2	3	4	2	4	3	2	2	3	3	2	4	4	3	3	
5	1	1	2	3	3	2	2	3	2	2	5	2	5	4	5	1	3	5	3	4	4	3	1	4	5	2	4	5	5	
6	1	1	1	3	3	2	2	3	1	2	3	2	4	4	3	1	3	5	3	4	4	3	2	3	4	2	4	5	3	
7	2	2	1	3	3	2	3	3	3	2	3	2	4	3	4	2	2	3	2	4	4	2	2	2	3	2	4	4	2	
8	2	1	2	3	2	2	2	3	2	2	4	2	4	4	4	2	4	5	4	4	4	3	2	4	4	2	4	5	4	
9	2	1	4	3	3	1	2	3	3	1	2	2	4	4	4	2	3	4	2	4	4	3	3	3	3	2	4	3	4	
10	2	1	2	4	3	2	2	3	4	2	4	2	4	3	4	2	2	4	2	4	3	2	3	2	2	2	3	4	3	
11	1	2	1	3	4	1	2	3	2	2	4	2	4	5	4	1	3	4	3	4	5	2	3	3	2	1	4	3	2	
12	2	3	1	3	2	2	2	3	1	1	3	2	4	4	2	4	3	3	4	3	3	2	3	3	2	4	4	4	4	
13	1	1	1	2	3	4	2	2	3	2	2	3	4	3	3	2	2	3	3	4	3	2	3	2	3	2	3	2	3	
14	2	1	2	3	4	2	3	3	2	2	4	2	4	4	3	2	3	3	2	4	3	2	2	2	3	2	3	3	4	
15	1	1	1	2	3	3	2	2	3	2	2	4	2	5	5	5	1	4	5	2	4	4	2	1	4	2	2	4	4	
16	1	1	1	2	2	4	2	2	3	4	1	3	3	5	5	5	1	3	4	1	5	4	2	1	1	2	2	3	3	
17	1	2	1	3	4	3	2	2	3	2	2	3	3	4	4	2	3	4	3	4	4	2	2	3	3	3	4	4	4	
18	1	1	1	2	4	4	2	2	3	3	2	4	2	3	4	2	3	4	2	3	3	2	2	3	2	4	4	3	3	

19	1	2	1	3	2	2	3	3	1	1	4	2	4	4	3	1	3	4	2	4	4	1	1	3	2	2	4	3	2	3		
20	2	4	1	3	4	3	2	3	2	1	4	1	4	2	5	1	2	5	2	2	2	2	1	3	2	1	2	5	5	5		
21	2	2	1	1	3	2	2	2	3	1	1	3	1	5	5	5	1	3	4	1	5	4	1	1	3	2	1	4	5	4	4	
22	2	1	4	2	3	3	2	2	1	4	2	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	
23	2	1	2	3	2	3	2	2	3	1	1	3	1	1	3	1	1	1	5	1	4	3	1	1	1	1	1	3	5	4	5	
24	2	2	2	1	4	2	2	3	3	1	1	1	1	3	3	4	2	2	4	1	3	3	2	1	1	2	1	3	4	1	3	
25	2	2	1	2	4	3	1	2	3	2	1	3	1	3	3	4	2	2	4	1	3	3	2	1	1	2	1	3	4	1	3	
26	2	2	2	1	3	4	1	2	3	2	1	4	2	4	3	3	2	3	3	3	4	4	2	1	3	2	1	4	3	2	3	
27	2	1	1	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	4	4	4	1	3	4	2	4	3	3	2	2	3	2	4	4	3	4	
28	2	1	2	1	3	4	2	2	3	3	3	3	2	4	4	3	2	3	3	3	4	4	2	2	3	2	3	3	3	3	4	
29	2	1	2	1	3	4	2	2	3	3	2	4	1	4	4	4	2	3	4	2	4	4	2	2	3	2	2	4	3	3	3	
30	1	3	1	4	4	1	2	3	2	1	4	1	4	4	3	2	4	4	3	3	4	3	1	4	2	1	4	5	4	4	4	
31	3	2	3	1	3	2	2	2	3	2	1	4	1	5	4	5	1	4	4	3	4	4	3	1	5	1	4	4	4	4	4	
32	3	1	1	1	3	4	1	2	3	3	1	4	2	5	4	3	1	3	4	3	4	4	2	2	4	2	2	4	3	4	3	
33	3	1	1	2	3	4	2	2	3	2	1	3	2	4	4	5	1	4	5	3	4	4	2	2	3	3	3	4	3	3	3	
34	3	1	1	2	3	3	2	3	3	2	2	4	2	5	4	4	2	3	4	1	4	4	1	2	2	1	1	3	4	3	3	
35	3	1	3	1	3	2	2	3	3	2	1	4	2	4	4	4	1	3	3	1	4	3	2	1	3	2	1	4	4	4	4	
36	3	1	3	1	4	2	3	3	3	2	1	2	1	3	2	5	1	5	5	3	3	4	2	1	4	1	1	4	5	3	5	
37	3	1	2	2	3	4	2	3	3	1	1	1	1	3	3	3	2	2	3	1	3	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	
38	3	2	3	1	3	1	2	3	3	1	1	3	1	5	5	4	1	2	5	2	5	5	4	1	2	1	1	3	4	3	4	
39	3	2	3	1	2	2	1	2	3	2	2	4	2	5	4	3	1	3	4	2	4	3	3	2	3	3	2	2	4	3	3	
40	4	2	2	1	4	4	3	2	3	3	2	3	2	4	4	5	1	3	5	2	4	4	2	2	2	2	2	2	4	5	3	5
41	4	1	1	1	3	4	1	2	3	2	3	4	2	4	3	5	2	4	4	2	4	4	3	2	4	1	2	5	4	5	4	
42	4	2	3	1	4	4	2	3	3	3	1	1	2	3	4	3	2	1	5	1	1	3	1	1	2	2	1	2	3	5	4	
43	4	1	1	2	3	2	2	3	3	1	2	4	2	4	3	4	2	4	2	2	4	4	2	1	4	1	1	3	3	3	4	
44	4	2	1	2	4	4	1	2	3	3	2	4	1	4	5	5	1	4	5	2	5	3	3	2	3	2	2	4	4	4	5	
45	4	2	1	2	3	2	2	2	3	5	1	3	2	4	4	4	5	1	5	3	5	5	5	2	5	5	1	5	5	3	5	
46	4	2	1	2	4	2	2	2	3	2	2	4	1	5	4	3	2	4	4	1	4	3	2	3	4	2	2	4	4	4	5	

47	2	1	1	3	3	2	2	3	1	2	4	2	5	5	4	2	3	4	2	4	4	2	2	3	3	2	4	4	4	4	
48	2	1	1	2	2	2	2	3	2	1	4	2	4	4	4	2	4	5	2	4	4	2	1	4	4	2	4	5	4	4	
49	2	1	2	3	4	3	1	1	1	2	3	2	4	5	4	1	5	4	3	5	4	4	2	5	2	3	3	2	4	5	
50	1	1	1	4	4	1	3	3	2	1	4	2	5	5	5	1	3	2	3	4	4	2	1	4	2	2	4	3	4	3	
51	2	1	2	4	2	1	2	3	2	1	4	1	4	4	2	2	3	3	2	4	4	1	3	3	1	1	3	3	3	3	
52	2	1	1	3	2	2	3	3	1	1	3	2	4	4	4	1	3	2	2	4	4	3	2	4	3	3	4	4	5	5	
53	2	2	1	3	2	1	1	1	1	2	2	2	4	4	4	2	3	3	3	3	4	4	2	2	1	3	1	3	2	4	
54	1	3	1	2	4	2	2	3	2	2	3	2	4	4	3	2	3	4	2	4	4	2	2	3	2	2	3	4	3	3	
55	1	1	2	3	3	3	2	3	1	2	3	1	5	3	4	2	3	4	1	4	4	2	2	3	2	1	4	4	4	3	
56	2	3	2	4	2	1	3	3	1	1	5	1	5	5	5	1	5	5	2	5	5	4	2	4	2	2	5	5	5	5	
57	2	4	1	4	2	2	3	7	2	1	4	3	4	4	3	2	3	4	2	3	4	3	1	3	3	2	3	4	4	3	
58	2	3	2	4	4	1	3	3	2	1	4	2	5	5	4	1	3	4	3	5	5	4	2	4	1	1	2	3	3	4	
59	1	2	1	4	2	3	1	3	4	1	4	3	5	4	5	2	2	5	1	5	3	4	5	2	5	3	4	5	4	5	
60	1	2	1	4	4	1	2	3	3	3	2	3	4	3	3	2	3	4	4	5	4	4	3	4	4	3	2	3	4	4	
61	1	3	1	4	3	2	3	3	1	1	5	1	5	5	5	1	5	5	3	5	5	3	1	5	1	2	5	4	3	4	
62	1	1	1	4	3	1	2	3	2	2	4	2	5	4	2	1	2	3	2	4	4	2	1	2	2	2	3	3	2	3	
63	1	1	1	2	2	1	2	3	2	1	4	2	4	5	4	1	3	5	2	4	4	3	2	4	3	2	4	5	4	4	
64	1	1	2	3	2	2	3	3	2	2	5	1	5	5	5	1	4	5	2	5	4	2	1	4	1	1	4	4	4	4	
65	2	1	2	3	2	1	2	1	2	2	3	2	4	4	4	2	3	4	4	2	4	3	2	4	2	2	4	4	4	4	
66	1	2	1	3	2	2	3	3	1	3	3	1	4	4	4	2	2	4	3	2	4	3	2	3	1	2	3	5	3	5	
67	1	2	2	4	4	2	2	2	2	1	4	2	4	5	5	1	2	4	2	3	4	2	2	3	1	1	3	3	3	4	
68	2	3	2	3	3	2	3	3	1	1	4	1	5	5	5	1	3	5	2	4	4	4	2	3	2	2	4	2	5	5	
69	2	3	2	4	3	2	3	3	2	2	4	2	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	4	3	4	
70	2	1	1	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	4	2	5	4	2	4	3	4	3	2	2	2	3	4	4	4	
71	2	3	2	4	2	2	2	3	2	2	3	2	4	4	4	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	5	4	3	
72	2	2	1	5	2	2	3	1	2	1	1	1	4	4	4	1	1	4	2	2	3	1	1	1	3	1	3	2	1	3	
73	2	2	1	4	2	3	3	2	2	2	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	3	3	4	2	2	4	5	3	5
74	2	1	1	3	4	2	2	3	2	1	4	2	4	5	4	1	4	4	4	5	3	3	2	4	3	2	4	4	4	4	



75	2	1	1	4	3	2	2	3	1	1	5	1	5	5	3	1	4	4	1	4	4	4	1	4	2	1	5	4	4	4	
76	2	2	1	4	1	2	3	3	1	2	3	1	4	4	4	1	3	5	2	4	4	3	2	3	3	2	4	5	3	5	
77	1	4	1	3	4	2	3	3	2	1	3	4	4	4	3	2	2	4	2	4	3	1	3	3	1	1	2	4	3	3	
78	2	1	1	5	2	1	3	3	1	1	4	1	5	5	5	1	5	5	1	5	5	4	1	5	1	1	5	5	5	5	
79	1	2	1	4	4	2	3	3	3	1	1	1	4	4	3	4	1	1	1	4	3	2	1	1	1	1	2	3	2	4	
80	1	2	1	4	4	2	2	3	2	2	4	4	5	5	5	2	3	3	3	4	3	3	2	3	3	2	4	3	3	3	
81	2	3	1	4	3	2	3	3	1	2	3	2	5	5	5	2	4	4	3	4	4	4	2	3	3	3	4	4	4	4	
82	2	3	1	3	3	1	3	3	2	1	3	2	3	4	4	2	3	3	2	3	3	3	1	3	2	2	3	4	3	4	
83	2	1	1	4	4	2	2	3	2	2	4	2	3	5	5	2	4	4	2	3	4	2	2	4	2	2	4	4	4	4	
84	1	2	1	3	3	2	2	3	1	1	3	1	4	4	5	1	3	4	1	5	5	1	1	3	1	1	4	3	4	5	
85	2	3	1	3	3	1	3	2	2	2	3	2	4	4	4	2	3	4	2	4	4	2	2	2	2	2	2	3	4	2	3
86	2	1	2	5	3	1	3	3	4	1	4	1	5	4	4	1	4	3	1	4	3	1	1	3	1	1	4	4	4	4	
87	2	2	1	4	3	2	3	1	4	2	5	1	5	5	5	1	5	1	1	5	5	2	2	4	3	1	3	4	4	4	
88	2	3	1	3	3	2	3	3	1	1	4	1	5	4	5	2	2	2	1	4	4	2	2	2	2	2	2	4	3	3	
89	1	2	1	4	3	2	3	3	1	1	3	2	5	4	3	1	2	3	2	4	4	2	1	1	1	1	2	4	4	3	4
90	2	2	1	2	2	2	2	3	3	2	4	2	4	4	4	1	3	4	3	4	3	3	1	4	3	1	5	4	4	4	
91	2	1	2	2	2	2	3	3	1	1	1	1	4	5	5	1	5	5	1	4	4	3	2	2	3	1	3	3	2	4	
92	2	1	1	4	4	1	2	3	2	2	4	2	4	4	5	2	3	5	2	4	3	2	1	3	2	1	4	4	3	4	
93	2	1	2	4	1	2	2	3	1	1	4	1	5	5	5	1	4	5	2	5	4	2	1	4	1	1	5	4	2	4	
94	1	3	1	4	3	2	2	3	2	2	4	2	4	4	5	2	3	4	2	4	4	2	2	3	3	2	4	4	3	4	
95	1	2	1	3	2	2	2	3	1	1	3	1	3	4	4	1	4	5	2	3	4	2	1	3	2	2	3	4	4	4	
96	1	2	1	4	2	2	1	3	3	1	4	3	4	4	3	1	3	5	2	3	4	3	2	3	3	3	4	4	4	5	
97	2	1	1	3	2	2	2	3	2	3	4	1	4	4	4	2	4	4	3	4	3	3	1	3	3	2	4	4	4	4	
98	1	1	2	3	2	1	2	3	2	2	3	2	4	5	4	2	4	4	3	4	4	3	2	3	1	2	4	5	3	4	
99	2	1	1	4	2	2	2	3	1	1	3	1	4	4	4	1	1	3	1	3	3	1	1	1	1	1	1	3	4	1	5
100	1	1	1	1	3	2	2	2	3	4	1	5	1	5	5	5	1	5	5	3	4	5	5	1	5	1	1	5	5	5	5
101	1	1	1	1	4	3	2	2	3	2	2	4	2	4	4	2	2	4	2	4	4	2	2	4	2	2	4	4	4	4	4

102	2	1	2	3	2	2	3	3	2	1	4	1	4	4	5	1	3	2	2	4	4	3	1	3	1	1	4	4	4	4	
103	2	1	2	3	1	2	3	3	1	1	3	1	5	5	5	1	3	5	1	5	3	2	2	2	2	2	5	5	5	4	
104	2	1	2	4	1	2	3	3	3	2	4	2	4	5	5	1	4	5	4	5	5	4	1	4	2	3	5	5	4	5	
105	2	1	1	3	2	2	3	3	2	2	3	2	4	4	5	1	4	4	2	4	4	2	2	3	2	2	3	4	4	5	
106	1	1	1	2	4	3	2	3	3	4	2	4	1	4	4	5	1	1	2	3	3	3	2	1	3	1	1	3	5	5	2
107	2	2	1	4	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	5	1	1	1	1	3	1	1	1	1	4	1	4	
108	2	1	1	4	1	1	3	3	2	2	4	1	5	5	5	1	4	4	2	4	4	4	2	5	2	2	4	4	4	4	
109	1	1	1	1	4	3	1	3	3	4	1	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4
110	1	1	2	1	3	3	2	3	1	1	5	5	1	5	3	4	1	3	5	1	3	4	1	3	3	4	1	4	4	2	4
111	1	1	1	1	4	3	2	3	3	2	1	3	1	4	4	5	2	4	3	1	4	4	4	1	4	2	1	3	4	5	4
112	1	2	2	1	3	3	2	3	3	3	1	3	1	5	5	3	1	1	3	1	5	5	1	1	1	1	1	3	5	4	4
113	2	1	2	3	3	2	2	3	1	1	2	1	4	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	4	3	4
114	1	1	1	2	3	3	2	2	3	2	2	4	2	5	5	5	2	4	5	4	4	3	3	1	4	2	3	4	4	4	4
115	1	1	1	2	3	1	1	2	1	2	1	3	2	4	4	5	1	1	5	2	4	3	2	3	2	3	1	3	5	3	4
116	1	1	2	1	3	3	2	2	3	3	1	3	1	3	3	3	2	2	3	2	3	2	1	3	1	1	1	1	3	2	2
117	1	1	1	2	3	3	1	2	1	1	2	3	1	4	4	4	1	3	4	1	3	3	3	1	3	1	1	4	4	4	4
118	1	1	1	1	3	2	2	3	7	2	1	5	5	5	4	5	1	1	3	1	4	4	2	2	2	4	3	2	4	5	4
119	1	1	1	1	4	4	2	2	3	2	2	4	2	4	5	4	2	4	5	4	4	4	3	2	4	3	3	4	4	4	4
120	1	1	1	2	3	3	1	2	3	1	1	3	2	4	4	4	1	4	4	1	4	4	4	1	3	3	2	4	4	5	5

1 2 1	1	1	1	4	4	2	2	3	1	1	3	1	4	5	3	1	3	5	2	4	4	2	1	3	3	2	4	5	4	4
1 2 2	1	1	2	4	2	3	2	3	1	1	1	1	4	3	1	1	1	1	1	4	4	1	1	1	1	1	1	3	1	3
1 2 3	1	3	1	4	4	2	3	3	1	1	3	1	3	4	4	1	3	3	3	4	4	3	1	1	1	1	2	3	3	3
1 2 4	1	3	1	3	2	2	2	3	3	1	4	1	5	5	5	1	3	5	1	3	3	1	1	3	1	1	4	5	5	5
1 2 5	1	1	1	4	2	1	3	3	1	1	1	1	4	4	4	2	3	4	2	5	5	2	1	2	1	1	4	2	2	2
1 2 6	1	3	1	5	1	2	1	1	4	4	4	2	4	4	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	4	2	4	4	4
1 2 7	1	3	2	4	2	2	2	3	1	1	4	1	4	4	4	1	4	5	2	3	4	3	2	4	2	1	4	5	4	5
1 2 8	1	3	1	4	4	2	3	3	1	1	5	1	4	4	5	1	5	4	2	4	4	4	1	4	4	4	4	5	4	5
1 2 9	1	2	1	3	3	1	2	3	1	1	3	1	4	4	4	2	4	3	2	4	4	2	1	4	2	2	4	3	3	3
1 3 0	2	3	1	4	2	2	3	3	2	2	4	2	4	4	4	1	3	3	1	3	3	2	1	3	2	1	3	4	2	4
1 3 1	2	2	1	4	3	2	3	3	1	1	3	1	4	4	4	1	4	5	1	4	4	4	1	4	1	1	4	4	4	4
1 3 2	1	3	1	4	4	2	3	3	2	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	4
1 3 3	1	2	1	2	2	2	3	3	2	4	3	1	4	3	5	3	3	4	2	4	4	3	2	3	2	1	4	3	3	4
1 3 4	1	3	1	3	3	1	3	3	1	1	3	1	4	4	4	3	3	4	2	2	3	3	3	4	2	2	4	4	2	4
1 3 5	1	3	1	3	2	1	2	3	1	4	5	1	4	4	4	2	3	4	4	4	4	3	2	4	3	5	2	5	4	5
1 3 6	1	3	1	4	4	2	3	3	2	2	3	2	4	4	4	2	3	4	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	4
1 3 7	2	3	1	5	4	2	3	2	1	1	4	1	4	4	4	1	4	5	2	4	4	2	1	3	2	2	3	5	4	4
1 3 8	1	2	2	3	4	2	2	1	1	2	4	1	3	4	4	3	3	3	1	2	3	2	3	3	2	1	3	2	3	3
1 3 9	2	3	2	3	2	1	2	3	4	1	4	1	5	4	5	1	4	5	1	1	3	1	1	4	4	5	2	5	4	5

140	1	1	2	3	2	2	2	3	1	4	3	2	4	2	2	4	2	4	2	2	2	3	4	2	4	4	4	2	4	4	
141	1	1	2	4	3	2	3	3	2	1	4	1	4	3	5	1	3	3	2	2	4	1	2	2	2	1	4	3	4	3	
142	1	1	2	2	2	1	1	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
143	1	1	2	2	4	1	1	1	2	4	2	5	2	2	2	4	2	3	4	2	2	2	2	4	2	4	2	2	5	3	
144	1	2	3	1	4	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
145	1	2	2	1	3	2	2	2	3	2	1	4	2	4	4	4	2	3	4	2	4	4	3	2	3	2	2	5	5	4	4
146	1	1	1	1	3	3	2	2	3	1	2	3	1	4	5	5	2	4	5	1	5	4	4	2	4	3	2	5	5	5	5
147	1	1	2	1	4	3	1	2	3	2	2	4	1	4	4	4	1	4	4	2	4	4	3	2	4	2	2	4	5	5	5
148	1	1	2	1	3	1	2	2	1	1	1	4	1	4	4	4	1	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4
149	1	2	1	1	4	3	2	2	3	4	1	3	2	4	3	5	1	4	5	2	4	4	3	1	4	5	3	5	5	3	4
150	1	2	3	1	3	3	1	3	3	5	1	5	1	5	5	5	1	5	5	3	3	4	3	2	3	4	2	4	3	3	3
151	1	2	2	1	2	3	2	2	3	3	1	4	1	5	5	5	1	4	4	3	4	4	4	1	4	4	3	4	4	5	4
152	1	1	1	1	3	4	2	2	3	2	3	4	3	4	2	4	3	2	2	1	4	3	1	2	3	2	2	3	3	3	3
153	1	1	1	1	3	4	1	1	3	4	3	3	2	4	4	3	1	3	5	2	4	3	1	2	3	2	1	4	4	3	5
154	1	2	1	1	4	4	2	2	3	2	1	3	2	4	4	4	2	2	4	1	3	2	2	2	2	2	2	3	5	2	2
155	1	2	1	1	3	1	1	2	3	3	1	4	2	5	5	5	1	3	4	3	4	4	2	1	3	3	2	5	4	4	4
156	1	2	1	2	3	1	2	1	3	2	2	2	2	4	4	4	2	4	4	1	4	4	2	1	1	4	1	4	4	4	4
157	1	2	1	2	3	3	1	2	3	3	1	4	2	4	4	4	1	3	5	3	4	4	1	2	4	3	2	4	5	3	5
158	1	2	1	1	3	1	2	3	1	2	2	2	2	2	3	3	2	3	4	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2

159	2	1	2	3	3	2	2	6	3	2	4	2	5	4	4	2	3	3	2	4	4	3	2	4	3	2	3	4	3	3
160	2	1	1	4	2	2	3	3	3	2	1	1	5	4	4	1	1	1	1	5	1	1	1	2	1	1	1	3	2	4
161	2	2	2	3	3	2	2	3	2	1	3	1	5	5	5	1	4	4	1	4	4	1	2	3	1	1	3	4	3	3
162	1	2	1	4	2	2	2	3	2	3	4	2	4	4	2	2	1	2	1	3	4	3	3	2	2	2	3	3	4	3
163	1	3	1	4	4	1	3	3	1	1	2	1	3	3	4	1	1	5	1	1	1	1	1	2	2	1	2	4	1	4
164	2	2	2	3	3	2	2	3	3	1	3	1	5	5	5	1	4	5	1	4	3	2	1	1	1	1	4	5	3	4
165	1	3	1	3	3	2	2	3	2	2	4	2	3	5	5	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3
166	2	2	1	4	3	2	2	3	3	1	3	1	3	3	3	1	2	3	2	3	4	3	1	2	2	1	3	4	3	4
167	1	3	1	4	3	2	2	3	1	2	4	2	4	4	5	2	4	3	2	3	3	3	2	3	2	2	4	4	5	2
168	2	2	1	3	4	3	2	3	2	1	3	2	4	5	5	1	3	5	1	3	4	3	1	3	3	1	5	5	2	5
169	2	2	1	5	3	2	1	3	1	1	5	1	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	1	5	1	1	5	5	5	5
170	2	2	2	3	3	1	2	3	3	3	3	1	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	2	2	4	4	2	5
171	1	3	1	4	4	3	3	3	2	1	5	1	5	5	5	1	5	5	3	5	5	3	1	5	2	2	5	5	5	5
172	2	2	1	4	2	2	3	3	2	2	3	2	4	4	4	2	4	5	2	4	4	3	2	3	2	2	4	4	3	3
173	1	2	1	3	3	2	2	3	2	1	3	1	4	4	4	1	4	3	1	4	4	4	1	4	3	3	3	5	4	5
174	2	2	1	3	2	2	3	3	1	1	5	1	5	5	5	1	5	5	1	5	5	5	1	5	2	1	5	5	5	5
175	1	3	2	4	4	2	2	3	1	1	3	1	5	4	4	3	4	3	2	4	4	2	2	4	3	2	3	5	4	4
176	2	2	1	3	5	2	3	3	1	1	3	1	5	4	4	1	3	4	2	4	4	1	4	3	3	2	4	5	3	4
177	2	3	2	4	4	2	2	3	2	4	4	2	5	5	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4

178	2	3	2	4	3	2	2	3	2	2	3	1	3	3	4	2	3	5	2	3	3	2	3	2	3	2	4	5	5	5
179	1	3	2	3	4	2	2	3	3	1	2	1	3	5	5	1	2	5	3	2	4	3	4	2	2	2	3	2	2	5
180	1	3	1	3	4	1	2	3	2	2	2	1	4	3	4	1	2	3	2	4	2	2	2	3	2	2	4	4	2	4
181	1	2	1	3	1	3	1	3	1	2	5	1	3	3	3	5	3	2	2	3	3	2	2	3	1	3	4	4	3	3
182	1	2	1	4	3	1	3	3	1	1	3	1	4	4	4	1	4	5	3	3	4	4	1	3	2	2	4	5	5	5
183	1	1	2	4	3	2	2	1	1	1	5	1	5	5	4	1	3	4	1	5	5	1	1	5	2	1	3	3	2	3
184	1	2	2	3	4	2	2	3	2	1	4	1	4	4	4	1	3	3	1	4	2	1	2	4	1	1	3	3	3	2
185	1	1	2	4	2	1	2	1	1	5	5	1	4	2	5	4	2	1	1	4	3	1	1	1	1	1	2	2	1	1
186	2	2	1	3	2	3	3	1	3	2	5	1	5	5	5	1	5	4	2	5	5	4	2	4	2	1	3	4	4	4
187	2	1	2	3	2	2	2	3	4	2	3	2	1	5	5	1	4	3	2	3	3	2	2	2	2	2	4	3	2	3
188	1	4	1	4	4	1	2	3	3	3	2	2	4	2	4	3	2	3	3	3	2	4	3	2	2	2	2	3	3	4
189	1	2	1	3	5	2	2	1	1	1	1	1	5	5	5	3	3	5	1	3	4	2	2	2	3	2	4	4	3	4
190	1	1	2	4	3	1	2	3	2	2	4	1	5	3	3	2	3	2	1	3	3	3	1	3	1	1	3	3	4	3
191	2	2	1	3	2	2	3	3	2	1	4	1	5	5	5	1	4	5	1	4	4	4	1	1	1	1	4	4	4	4
192	1	2	1	4	4	1	2	3	3	1	5	2	4	4	3	2	3	3	2	3	4	2	2	3	2	1	3	3	3	3
193	2	2	1	3	1	2	1	1	2	2	3	2	4	4	3	2	3	4	3	4	4	4	2	3	4	4	2	4	4	4
194	1	1	2	3	3	2	2	1	2	2	4	2	4	3	3	2	4	4	2	2	4	3	2	3	4	2	3	4	5	5
195	2	3	2	5	2	2	2	6	3	2	3	1	3	3	4	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	5	4	5
196	2	2	2	3	2	1	2	1	4	1	2	1	3	3	3	1	1	3	1	3	3	1	1	1	2	1	3	3	3	1

1 9 7	2	3	1	3	3	2	2	1	3	2	5	1	4	4	4	1	3	5	2	4	3	2	4	4	1	3	4	4	4	4	
1 9 8	2	1	1	4	2	1	3	7	2	2	4	2	4	5	5	5	4	5	4	4	4	4	2	5	2	2	5	4	5	4	
1 9 9	2	2	1	4	2	1	3	1	4	1	2	2	4	4	4	1	3	4	3	4	4	2	2	2	2	2	2	4	2	4	
2 0 0	1	3	1	3	1	3	3	7	5	1	5	1	5	5	3	1	3	5	1	5	5	1	3	2	1	1	5	4	2	4	
2 0 1	2	2	2	1	4	3	2	2	3	2	1	2	2	5	5	5	1	2	4	2	4	4	2	2	2	2	2	5	4	4	4
2 0 2	2	2	2	2	4	2	2	3	3	2	2	3	3	5	4	4	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	4	3	3	3	
2 0 3	1	2	1	3	1	2	2	1	5	2	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	4	2	3	4	2	4	3	4	4	
2 0 4	1	2	1	4	4	2	2	4	4	3	3	3	2	4	4	5	2	3	3	2	3	1	3	5	3	2	3	3	2	3	
2 0 5	1	2	2	2	3	2	3	3	1	1	2	2	3	4	4	1	4	4	3	4	4	4	1	3	3	3	4	4	4	4	
2 0 6	2	1	2	4	1	1	2	1	4	4	2	2	4	4	4	1	4	3	1	4	3	3	2	2	2	2	5	4	3	4	
2 0 7	1	3	2	4	4	2	2	3	3	4	4	5	4	4	3	5	3	5	2	3	4	4	4	3	5	5	4	3	4	4	
2 0 8	2	3	1	3	3	1	2	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	
2 0 9	1	1	1	4	4	1	3	3	1	1	2	1	3	2	4	1	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	
2 1 0	2	1	1	4	3	1	2	3	5	3	2	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	3	2	4	2	2	1	1	4	
2 1 1	2	1	2	3	2	1	2	1	3	2	3	3	4	4	2	2	3	4	3	4	4	2	2	3	2	2	3	4	3	4	
2 1 2	1	1	1	4	1	1	2	3	2	2	4	2	4	5	4	1	4	4	4	4	4	4	4	2	5	4	4	4	4	4	
2 1 3	2	1	1	4	1	1	1	1	1	1	4	1	4	4	4	1	3	1	1	3	3	1	2	3	1	1	2	3	2	3	
2 1 4	1	2	2	5	1	1	2	3	3	2	4	2	4	4	4	2	4	4	2	4	3	2	2	4	1	2	4	3	3	5	
2 1 5	1	1	1	4	2	2	2	1	1	1	5	1	4	4	2	2	3	2	1	3	3	1	3	3	2	1	3	4	5	3	

## Ek-4: İstatistik Test Sonuçları

## Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,587	5

## Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
motivasyonsuzluk	12,3643	3,318	,001	,713
bilmekvebasarmak	10,6628	2,382	,468	,458
uyaranyasama	10,6512	2,512	,444	,477
ozdesimiceatim	10,5984	2,434	,555	,421
dissalduzenleme	12,1512	2,674	,352	,528

## Statistics

		motivasyonsuzluk	bilmekvebasarmak	uyaranyasama	ozdesimiceatim	dissalduzenleme
N	Valid	215	215	215	215	215
	Missing	0	0	0	0	0
Skewness		1,166	,495	,115	,687	,508
Std. Error of Skewness		,166	,166	,166	,166	,166
Kurtosis		1,593	,919	,026	,548	,210
Std. Error of Kurtosis		,330	,330	,330	,330	,330



## Group Statistics

	cinsiyet	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
motivasyonsuzluk	erkek	111	1,8288	,73562	,06982
	kadın	104	1,6506	,59552	,05840
bilmekebasarmak	erkek	111	3,4204	,60796	,05771
	kadın	104	3,4696	,71536	,07015
uyaranyasama	erkek	111	3,3514	,63060	,05985
	kadın	104	3,5673	,59462	,05831
ozdesimiceatim	erkek	111	3,4414	,59994	,05694
	kadın	104	3,5801	,55105	,05404
dissalduzenleme	erkek	111	1,9775	,67298	,06388
	kadın	104	1,9327	,56089	,05500

## Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
motivasyonsuzluk	Equal variances assumed	4,343	,038	1,944	213	,053	,17819	,09165	-,00246	,35884
	Equal variances not assumed			1,958	208,671	,052	,17819	,09102	-,00126	,35763
bilmekebasarmak	Equal variances assumed	1,586	,209	-,544	213	,587	-,04913	,09035	-,22723	,12897
	Equal variances not assumed			-,541	202,668	,589	-,04913	,09083	-,22823	,12997
uyaranyasama	Equal variances assumed	1,157	,283	-2,580	213	,011	-,21596	,08372	-,38098	-,05093
	Equal variances not assumed			-2,584	212,990	,010	-,21596	,08356	-,38067	-,05125
ozdesimiceatim	Equal variances assumed	,322	,571	-1,762	213	,080	-,13869	,07872	-,29385	,01648
	Equal variances not assumed			-1,767	212,919	,079	-,13869	,07850	-,29342	,01605
dissalduzenleme	Equal variances assumed	1,744	,188	,528	213	,598	,04479	,08479	-,12235	,21192
	Equal variances not assumed			,531	210,186	,596	,04479	,08429	-,12138	,21095

## Descriptives

		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
						Lower Bound	Upper Bound		
motivasyonsuzluk	25-34	95	1,7123	,58872	,06040	1,5924	1,8322	1,00	4,00
	35-44	67	1,7413	,70787	,08648	1,5686	1,9140	1,00	3,67
	45-54	48	1,7847	,78848	,11381	1,5558	2,0137	1,00	4,33
	55-64	5	1,9333	,79582	,35590	,9452	2,9215	1,00	3,00
	Total	215	1,7426	,67588	,04609	1,6518	1,8335	1,00	4,33
bilmekebasarmak	25-34	95	3,5316	,59116	,06065	3,4112	3,6520	2,00	4,83
	35-44	67	3,3109	,72119	,08811	3,1350	3,4869	1,00	5,00
	45-54	48	3,4687	,70515	,10178	3,2640	3,6735	1,67	5,00
	55-64	5	3,3333	,48591	,21731	2,7300	3,9367	2,67	4,00
	Total	215	3,4442	,66099	,04508	3,3553	3,5330	1,00	5,00
uyaranyasama	25-34	95	3,4281	,64990	,06668	3,2957	3,5605	1,67	5,00
	35-44	67	3,4080	,66368	,08108	3,2461	3,5698	2,33	5,00
	45-54	48	3,5694	,50039	,07223	3,4241	3,7147	2,00	4,67
	55-64	5	3,5333	,55777	,24944	2,8408	4,2259	2,67	4,00
	Total	215	3,4558	,62151	,04239	3,3723	3,5394	1,67	5,00
ozdesimiceatim	25-34	95	3,5246	,61692	,06330	3,3989	3,6502	1,67	4,83
	35-44	67	3,4975	,56593	,06914	3,3595	3,6356	1,67	4,50
	45-54	48	3,5278	,52517	,07580	3,3753	3,6803	2,00	4,50
	55-64	5	3,1667	,58926	,26352	2,4350	3,8983	2,50	4,00
	Total	215	3,5085	,57964	,03953	3,4306	3,5864	1,67	4,83
dussalduzenleme	25-34	95	1,9605	,64856	,06654	1,8284	2,0926	1,00	3,75
	35-44	67	1,8806	,60358	,07374	1,7334	2,0278	1,00	3,50
	45-54	48	2,0000	,55304	,07982	1,8394	2,1606	1,00	3,75
	55-64	5	2,4500	,81777	,36572	1,4346	3,4654	1,50	3,75
	Total	215	1,9558	,62026	,04230	1,8724	2,0392	1,00	3,75

## ANOVA

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
motivasyonsuzluk	Between Groups	,355	3	,118	,256	,857
	Within Groups	97,405	211	,462		
	Total	97,759	214			
bilmekebasarmak	Between Groups	2,005	3	,668	1,542	,205
	Within Groups	91,491	211	,434		
	Total	93,497	214			
uyaranyasama	Between Groups	,876	3	,292	,754	,521
	Within Groups	81,787	211	,388		
	Total	82,664	214			
ozdesimiceatim	Between Groups	,635	3	,212	,626	,599
	Within Groups	71,266	211	,338		
	Total	71,901	214			
dussalduzenleme	Between Groups	1,696	3	,565	1,479	,221
	Within Groups	80,634	211	,382		
	Total	82,330	214			

## Group Statistics

	medeni durum	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
motivasyonsuzluk	evli	135	1,7062	,65544	,05641
	bekar	80	1,8042	,70898	,07927
bilmekebasarmak	evli	135	3,4593	,69928	,06018
	bekar	80	3,4187	,59415	,06643
uyaranyasama	evli	135	3,5012	,62411	,05371
	bekar	80	3,3792	,61336	,06858
ozdesimiceatun	evli	135	3,5259	,56423	,04856
	bekar	80	3,4792	,60726	,06789
dussaltuzenleme	evli	135	1,9574	,59502	,05121
	bekar	80	1,9531	,66453	,07430

## Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
motivasyonsuzluk	Equal variances assumed	,049	,826	-1,028	213	,305	-,09799	,09535	-,28594	,08996
	Equal variances not assumed			-1,007	155,736	,315	-,09799	,09729	-,29017	,09419
bilmekebasarmak	Equal variances assumed	1,136	,288	,434	213	,665	,04051	,09344	-,14367	,22469
	Equal variances not assumed			,452	187,459	,652	,04051	,08964	-,13632	,21734
uyaranyasama	Equal variances assumed	,214	,644	1,395	213	,164	,12207	,08750	-,05041	,29454
	Equal variances not assumed			1,401	168,322	,163	,12207	,08711	-,04990	,29403
ozdesimiceatun	Equal variances assumed	,328	,568	,571	213	,569	,04676	,08191	-,11470	,20822
	Equal variances not assumed			,560	156,378	,576	,04676	,08347	-,11812	,21164
dussaltuzenleme	Equal variances assumed	3,370	,068	,049	213	,961	,00428	,08772	-,16863	,17719
	Equal variances not assumed			,047	151,709	,962	,00428	,09024	-,17400	,18256

## Descriptives

		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
						Lower Bound	Upper Bound		
motivasyonsuzluk	kotu	14	1,6429	,80026	,21388	1,1808	2,1049	1,00	3,33
	normal	105	1,7714	,64932	,06337	1,6458	1,8971	1,00	4,00
	iyi	88	1,7386	,67514	,07197	1,5956	1,8817	1,00	4,33
	cok iyi	8	1,5833	,88641	,31339	,8423	2,3244	1,00	3,33
	Total	215	1,7426	,67588	,04609	1,6518	1,8335	1,00	4,33
bilmekvebasarmak	kotu	14	3,3690	,53180	,14213	3,0620	3,6761	2,33	4,33
	normal	105	3,4968	,55853	,05451	3,3887	3,6049	1,83	5,00
	iyi	88	3,3712	,74481	,07940	3,2134	3,5290	1,00	5,00
	cok iyi	8	3,6875	1,05574	,37326	2,8049	4,5701	1,67	5,00
	Total	215	3,4442	,66099	,04508	3,3553	3,5330	1,00	5,00
uyaranyasama	kotu	14	3,3571	,64668	,17283	2,9838	3,7305	2,00	4,33
	normal	105	3,4603	,58904	,05748	3,3463	3,5743	2,33	5,00
	iyi	88	3,4545	,63363	,06755	3,3203	3,5888	1,67	4,67
	cok iyi	8	3,5833	,92152	,32581	2,8129	4,3537	2,33	5,00
	Total	215	3,4558	,62151	,04239	3,3723	3,5394	1,67	5,00
ozdesimiceatun	kotu	14	3,5238	,53452	,14286	3,2152	3,8324	2,33	4,17
	normal	105	3,5683	,53093	,05181	3,4655	3,6710	1,67	4,83
	iyi	88	3,4299	,64363	,06861	3,2936	3,5663	1,67	4,50
	cok iyi	8	3,5625	,51898	,18349	3,1286	3,9964	3,00	4,33
	Total	215	3,5085	,57964	,03953	3,4306	3,5864	1,67	4,83
dussalduzenleme	kotu	14	2,0357	,75865	,20276	1,5977	2,4737	1,00	3,75
	normal	105	1,9619	,57573	,05619	1,8505	2,0733	1,00	3,75
	iyi	88	1,9375	,65242	,06955	1,7993	2,0757	1,00	3,75
	cok iyi	8	1,9375	,67810	,23975	1,3706	2,5044	1,00	3,25
	Total	215	1,9558	,62026	,04230	1,8724	2,0392	1,00	3,75

## ANOVA

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
motivasyonsuzluk	Between Groups	,431	3	,144	,311	,817
	Within Groups	97,328	211	,461		
	Total	97,759	214			
bilmekvebasarmak	Between Groups	1,312	3	,437	1,001	,393
	Within Groups	92,185	211	,437		
	Total	93,497	214			
uyaranyasama	Between Groups	,269	3	,090	,229	,876
	Within Groups	82,395	211	,390		
	Total	82,664	214			
ozdesimiceatun	Between Groups	,945	3	,315	,937	,424
	Within Groups	70,956	211	,336		
	Total	71,901	214			
dussalduzenleme	Between Groups	,125	3	,042	,107	,956
	Within Groups	82,205	211	,390		
	Total	82,330	214			

## Descriptives

		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
						Lower Bound	Upper Bound		
motivasyonsuzluk	kesinlikle yetersiz	20	1,8333	,65338	,14610	1,5275	2,1391	1,00	3,33
	yetersiz	67	1,6965	,66851	,08167	1,5335	1,8596	1,00	4,00
	normal	70	1,6810	,64565	,07717	1,5270	1,8349	1,00	4,00
	yeterli	56	1,8333	,74128	,09906	1,6348	2,0318	1,00	4,33
	kesinlikle yeterli	2	2,0000	,00000	,00000	2,0000	2,0000	2,00	2,00
	Total	215	1,7426	,67588	,04609	1,6518	1,8335	1,00	4,33
bilmekvebasarmak	kesinlikle yetersiz	20	3,5250	,52503	,11740	3,2793	3,7707	2,17	4,33
	yetersiz	67	3,4453	,75900	,09273	3,2601	3,6304	1,00	5,00
	normal	70	3,5310	,58586	,07002	3,3913	3,6706	2,00	5,00
	yeterli	56	3,3155	,66869	,08936	3,1364	3,4946	1,67	5,00
	kesinlikle yeterli	2	3,1667	,47140	,33333	-1,0687	7,4021	2,83	3,50
	Total	215	3,4442	,66099	,04508	3,3553	3,5330	1,00	5,00
uyaranyasama	kesinlikle yetersiz	20	3,5167	,61630	,13781	3,2282	3,8051	2,33	4,67
	yetersiz	67	3,5174	,71134	,08690	3,3439	3,6909	1,67	5,00
	normal	70	3,5333	,56864	,06797	3,3977	3,6689	2,00	5,00
	yeterli	56	3,2619	,55310	,07391	3,1138	3,4100	2,00	4,67
	kesinlikle yeterli	2	3,5000	,23570	,16667	1,3823	5,6177	3,33	3,67
	Total	215	3,4558	,62151	,04239	3,3723	3,5394	1,67	5,00
ozdesimiceatim	kesinlikle yetersiz	20	3,6917	,60523	,13533	3,4084	3,9749	2,33	4,50
	yetersiz	67	3,5000	,59741	,07299	3,3543	3,6457	1,67	4,83
	normal	70	3,5571	,52619	,06289	3,4317	3,6826	2,00	4,50
	yeterli	56	3,3750	,60156	,08039	3,2139	3,5361	1,67	4,50
	kesinlikle yeterli	2	4,0000	,23570	,16667	1,8823	6,1177	3,83	4,17
	Total	215	3,5085	,57964	,03953	3,4306	3,5864	1,67	4,83
dissalduzenleme	kesinlikle yetersiz	20	2,0625	,71117	,15902	1,7297	2,3953	1,00	3,50
	yetersiz	67	1,8806	,57135	,06980	1,7412	2,0200	1,00	2,75
	normal	70	1,9250	,65435	,07821	1,7690	2,0810	1,00	3,75
	yeterli	56	2,0670	,59637	,07969	1,9073	2,2267	1,00	3,75
	kesinlikle yeterli	2	1,3750	,17678	,12500	-,2133	2,9633	1,25	1,50
	Total	215	1,9558	,62026	,04230	1,8724	2,0392	1,00	3,75

## ANOVA

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
motivasyonsuzluk	Between Groups	1,166	4	,292	,634	,639
	Within Groups	96,593	210	,460		
	Total	97,759	214			
bilmekvebasarmak	Between Groups	1,739	4	,435	,995	,411
	Within Groups	91,757	210	,437		
	Total	93,497	214			
uyaranyasama	Between Groups	2,858	4	,715	1,880	,115
	Within Groups	79,805	210	,380		
	Total	82,664	214			
ozdesimiceatim	Between Groups	2,323	4	,581	1,753	,140
	Within Groups	69,578	210	,331		
	Total	71,901	214			
dissalduzenleme	Between Groups	2,040	4	,510	1,334	,259
	Within Groups	80,291	210	,382		
	Total	82,330	214			

## Descriptives

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum	
					Lower Bound	Upper Bound			
motivasyonsuzluk	akşamları	63	1,8360	,71560	,09016	1,6558	2,0162	1,00	4,00
	hafyasları	139	1,7074	,65750	,05577	1,5972	1,8177	1,00	4,33
	diğer	13	1,6667	,68041	,18871	1,2555	2,0778	1,00	3,00
	Total	215	1,7426	,67588	,04609	1,6518	1,8335	1,00	4,33
bilmekvebasarmak	akşamları	63	3,4127	,67922	,08557	3,2416	3,5838	1,00	4,83
	hafyasları	139	3,4424	,64510	,05472	3,3343	3,5506	1,67	5,00
	diğer	13	3,6154	,76493	,21215	3,1531	4,0776	2,00	5,00
	Total	215	3,4442	,66099	,04508	3,3553	3,5330	1,00	5,00
uyaranyasama	akşamları	63	3,3862	,59930	,07550	3,2353	3,5372	2,00	4,67
	hafyasları	139	3,4676	,60821	,05159	3,3656	3,5696	2,00	5,00
	diğer	13	3,6667	,83887	,23266	3,1597	4,1736	1,67	4,67
	Total	215	3,4558	,62151	,04239	3,3723	3,5394	1,67	5,00
ozdesimiceatım	akşamları	63	3,4101	,58874	,07417	3,2618	3,5583	1,67	4,50
	hafyasları	139	3,3396	,56022	,04752	3,4456	3,6335	1,67	4,83
	diğer	13	3,6538	,71188	,19744	3,2237	4,0840	2,17	4,50
	Total	215	3,5085	,57964	,03953	3,4306	3,5864	1,67	4,83
düssaldüzenleme	akşamları	63	2,0952	,68012	,08569	1,9240	2,2665	1,00	3,75
	hafyasları	139	1,9029	,59322	,05032	1,8034	2,0024	1,00	3,75
	diğer	13	1,8462	,52578	,14582	1,5284	2,1639	1,00	2,75
	Total	215	1,9558	,62026	,04230	1,8724	2,0392	1,00	3,75

## ANOVA

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
motivasyonsuzluk	Between Groups	,796	2	,398	,870	,420
	Within Groups	96,963	212	,457		
	Total	97,759	214			
bilmekvebasarmak	Between Groups	,444	2	,222	,506	,604
	Within Groups	93,053	212	,439		
	Total	93,497	214			
uyaranyasama	Between Groups	,902	2	,451	1,170	,312
	Within Groups	81,761	212	,386		
	Total	82,664	214			
ozdesimiceatım	Between Groups	1,019	2	,510	1,524	,220
	Within Groups	70,882	212	,334		
	Total	71,901	214			
düssaldüzenleme	Between Groups	1,771	2	,885	2,330	,100
	Within Groups	80,560	212	,380		
	Total	82,330	214			

## Descriptives

		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
						Lower Bound	Upper Bound		
motivasyonsuzluk	her zaman	14	2,1429	,75915	,20289	1,7045	2,5812	1,00	3,33
	bazen	125	1,8293	,71167	,06365	1,7033	1,9553	1,00	4,33
	hiçbirzaman	76	1,5263	,52568	,06030	1,4062	1,6464	1,00	3,00
	Total	215	1,7426	,67588	,04609	1,6518	1,8335	1,00	4,33
bilmekvebasarmak	her zaman	14	3,2619	,89565	,23937	2,7448	3,7790	1,00	5,00
	bazen	125	3,4667	,55761	,04987	3,3680	3,5654	2,00	4,83
	hiçbirzaman	76	3,4408	,76580	,08784	3,2658	3,6158	1,67	5,00
	Total	215	3,4442	,66099	,04508	3,3553	3,5330	1,00	5,00
uyaranyasama	her zaman	14	3,2619	,77546	,20725	2,8142	3,7096	2,00	5,00
	bazen	125	3,4267	,59055	,05282	3,3221	3,5312	1,67	5,00
	hiçbirzaman	76	3,5395	,63705	,07307	3,3939	3,6850	2,33	5,00
	Total	215	3,4558	,62151	,04239	3,3723	3,5394	1,67	5,00
ozdesimiceatm	her zaman	14	3,3452	,80188	,21431	2,8822	3,8082	2,17	4,33
	bazen	125	3,5467	,54772	,04899	3,4497	3,6436	1,67	4,83
	hiçbirzaman	76	3,4759	,58544	,06715	3,3421	3,6097	1,67	4,50
	Total	215	3,5085	,57964	,03953	3,4306	3,5864	1,67	4,83
dussalduzenleme	her zaman	14	2,2500	,78446	,20966	1,7971	2,7029	1,00	3,75
	bazen	125	2,0360	,63078	,05642	1,9243	2,1477	1,00	3,75
	hiçbirzaman	76	1,7697	,52084	,05974	1,6507	1,8888	1,00	3,50
	Total	215	1,9558	,62026	,04230	1,8724	2,0392	1,00	3,75

## ANOVA

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
motivasyonsuzluk	Between Groups	6,738	2	3,369	7,847	,001
	Within Groups	91,021	212	,429		
	Total	97,759	214			
bilmekvebasarmak	Between Groups	,529	2	,265	,603	,548
	Within Groups	92,968	212	,439		
	Total	93,497	214			
uyaranyasama	Between Groups	1,165	2	,582	1,515	,222
	Within Groups	81,499	212	,384		
	Total	82,664	214			
ozdesimiceatm	Between Groups	,636	2	,318	,946	,390
	Within Groups	71,265	212	,336		
	Total	71,901	214			
dussalduzenleme	Between Groups	4,647	2	2,323	6,341	,002
	Within Groups	77,683	212	,366		
	Total	82,330	214			

## Descriptives

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum	
					Lower Bound	Upper Bound			
motivasyonsuzluk	dinlenerek	30	2,0889	,72679	,13269	1,8175	2,3603	1,00	3,67
	fiziksel etkinliklere katılarak	4	1,6667	,60858	,30429	,6983	2,6351	1,00	2,33
	sosyal etkinliklere katılarak	174	1,6667	,63912	,04845	1,5710	1,7623	1,00	4,33
	kültürel etkinliklere katılarak	1	3,6667	.	.	.	.	3,67	3,67
	nüristik etkinliklere katılarak	2	2,1667	,23570	,16667	,0490	4,2844	2,00	2,33
	diğer	4	1,8333	,79349	,39675	,5707	3,0960	1,33	3,00
Total	215	1,7426	,67588	,04609	1,6518	1,8335	1,00	4,33	
bilmelvecbasarmak	dinlenerek	30	3,2444	,82436	,15051	2,9366	3,5523	1,00	4,67
	fiziksel etkinliklere katılarak	4	3,4583	,43833	,21916	2,7609	4,1558	3,00	3,83
	sosyal etkinliklere katılarak	174	3,4741	,63671	,04827	3,3789	3,5694	1,67	5,00
	kültürel etkinliklere katılarak	1	2,6667	.	.	.	.	2,67	2,67
	nüristik etkinliklere katılarak	2	3,5000	,47140	,33333	-,7354	7,7354	3,17	3,83
	diğer	4	3,7917	,36956	,18478	3,2036	4,3797	3,50	4,33
Total	215	3,4442	,66099	,04508	3,3553	3,5330	1,00	5,00	
uyaranyasama	dinlenerek	30	3,1667	,59853	,10928	2,9432	3,3902	2,00	4,33
	fiziksel etkinliklere katılarak	4	3,5833	,31914	,15957	3,0755	4,0912	3,33	4,00
	sosyal etkinliklere katılarak	174	3,5019	,62051	,04704	3,4091	3,5948	1,67	5,00
	kültürel etkinliklere katılarak	1	2,6667	.	.	.	.	2,67	2,67
	nüristik etkinliklere katılarak	2	3,8333	,23570	,16667	1,7156	5,9510	3,67	4,00
	diğer	4	3,5000	,69389	,34694	2,3959	4,6041	2,67	4,33
Total	215	3,4558	,62151	,04239	3,3723	3,5394	1,67	5,00	
ozdesimiceatum	dinlenerek	30	3,2944	,64725	,11817	3,0528	3,5361	1,67	4,17
	fiziksel etkinliklere katılarak	4	3,5417	,15957	,07979	3,2878	3,7956	3,33	3,67
	sosyal etkinliklere katılarak	174	3,5421	,57385	,04350	3,4563	3,6280	1,67	4,83
	kültürel etkinliklere katılarak	1	3,1667	.	.	.	.	3,17	3,17
	nüristik etkinliklere katılarak	2	3,2500	,11785	,08333	2,1911	4,3089	3,17	3,33
	diğer	4	3,8333	,38490	,19245	3,2209	4,4458	3,50	4,17
Total	215	3,5085	,57964	,03953	3,4306	3,5864	1,67	4,83	
dissalduzenleme	dinlenerek	30	2,0250	,87678	,16008	1,6976	2,3524	1,00	3,75
	fiziksel etkinliklere katılarak	4	1,9375	,42696	,21348	1,2581	2,6169	1,50	2,50
	sosyal etkinliklere katılarak	174	1,9253	,57352	,04348	1,8395	2,0111	1,00	3,75
	kültürel etkinliklere katılarak	1	3,0000	.	.	.	.	3,00	3,00
	nüristik etkinliklere katılarak	2	2,2500	,00000	,00000	2,2500	2,2500	2,25	2,25
	diğer	4	2,3750	,32275	,16137	1,8614	2,8886	2,00	2,75
Total	215	1,9558	,62026	,04230	1,8724	2,0392	1,00	3,75	

## ANOVA

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
motivasyonsuzluk	Between Groups	8,718	5	1,744	4,093	,001
	Within Groups	89,041	209	,426		
	Total	97,759	214			
bilmelvecbasarmak	Between Groups	2,448	5	,490	1,124	,349
	Within Groups	91,049	209	,436		
	Total	93,497	214			
uyaranyasama	Between Groups	3,859	5	,772	2,047	,073
	Within Groups	78,805	209	,377		
	Total	82,664	214			
ozdesimiceatum	Between Groups	2,249	5	,450	1,349	,245
	Within Groups	69,653	209	,333		
	Total	71,901	214			
dissalduzenleme	Between Groups	2,273	5	,455	1,187	,317
	Within Groups	80,057	209	,383		
	Total	82,330	214			



## cinsiyet

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	erkek	111	51,6	51,6
	kadın	104	48,4	100,0
	Total	215	100,0	

## yas

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	25-34	95	44,2	44,2
	35-44	67	31,2	75,3
	45-54	48	22,3	97,7
	55-64	5	2,3	100,0
	Total	215	100,0	

## medeni durum

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	evli	135	62,8	62,8
	bekar	80	37,2	100,0
	Total	215	100,0	

## refah düzeyi

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	kötü	14	6,5	6,5
	normal	105	48,8	55,3
	iyi	88	40,9	96,3
	çok iyi	8	3,7	100,0
	Total	215	100,0	

## bos zaman süresinin yeterliliği

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	kesinlikle yetersiz	20	9,3	9,3
	yetersiz	67	31,2	40,5
	normal	70	32,6	73,0
	yeterli	56	26,0	99,1
	kesinlikle yeterli	2	,9	100,0
	Total	215	100,0	

## günün hangi bölümünde daha fazla boş zamanın olur

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	akşamları	63	29,3	29,3
	hafyasları	139	64,7	94,0
	diğer	13	6,0	100,0
	Total	215	100,0	


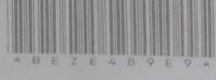
## bos zamanlarınızı değerlendirmede güçlük çekiyormusunuz

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	her zaman	14	6,5	6,5
	bazen	125	58,1	64,7
	hiçbirzaman	76	35,3	100,0
	Total	215	100,0	

## bos zamanlarınızı nasıl değerlendiriyorsunuz

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	dinlenerek	30	14,0	14,0
	fiziksel etkinliklere katılarak	4	1,9	15,8
	sosyal etkinliklere katılarak	174	80,9	96,7
	kültürel etkinliklere katılarak	1	,5	97,2
	turistik etkinliklere katılarak	2	,9	98,1
	diğer	4	1,9	100,0
	Total	215	100,0	

**Ek -5: İzin Belgesi**

	T.C. ANADOLU ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ Genel Sekreterlik Yazı İşleri Müdürlüğü	 * BEZE489E9 *
Sayı : 63784619-605.01 Konu : Aliye ÇOBAN'ın Uygulama İzin Talebi		
DUMLUPINAR ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE		
İlgi : 27/02/2017 tarihli ve 45295868-1864 sayılı yazınız.		
İlgi yazınız ekinde Rektörlüğümüze gönderilen Üniversiteniz Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans Programı öğrencisi Aliye ÇOBAN'ın "Akademisyenleri Serbest Zaman Etkinliklerine Motive Eden Faktörlerin İncelenmesi" başlıklı yüksek lisans tez çalışması incelenmiş olup, Üniversitemizde uygulama yapması Rektörlüğümüzce uygun görülmüştür. Bilgilerinizi arz ederim.		
e-İmzalıdır Prof. Dr. Aydın AYBAR Rektör a. Rektör Yardımcısı		
<p>Evrakı Doğrulamak İçin: <a href="http://belgedogrulama.anadolu.edu.tr/en/Vision-Sorgula/BelgeDogrulama.aspx?v=BEZE489E9">http://belgedogrulama.anadolu.edu.tr/en/Vision-Sorgula/BelgeDogrulama.aspx?v=BEZE489E9</a> Pin Kodu: 66781</p> <p>Yunus Emre Kampüsü Tepebaşı/Eskişehir Telefon No: +90 222 335 05 80/1352-1353 Faks No: +90 222 335 36 16 E-Posta: <a href="mailto:gensek@anadolu.edu.tr">gensek@anadolu.edu.tr</a> İnternet Adresi: <a href="http://www.anadolu.edu.tr">www.anadolu.edu.tr</a></p> <p style="text-align: right;">Bilgi İçin: Bediha AKSAN Unvan: Büro Personeli Telefon No: 1352</p>		