

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

SCUBA DALIŞI YAPAN AMATÖR SPORCULARIN BU
FAALİYETLERE KATILMAYA TEŞVİK EDEN
MOTİVASYONEL FAKTÖRLERİN BELİRLENMESİ

Evrin BÖYÜKELHAN

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı
YÜKSEK LİSANS TEZİ

KÜTAHYA
2014

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

SCUBA DALIŞI YAPAN AMATÖR SPORCULARIN BU
FAALİYETLERE KATILMAYA TEŞVİK EDEN
MOTİVASYONEL FAKTÖRLERİN BELİRLENMESİ

Evrım BÖYÜKELHAN

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı
YÜKSEK LİSANS TEZİ

Tez Danışmanı
Yrd. Doç. Dr. Çetin ÖZDİLEK

KÜTAHYA
2014

KABUL VE ONAY SAYFASI

Kabul

Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü'ne:

Evrım BÖYÜKELHAN'ın yüksek lisans tezi olarak hazırladığı “**Scuba Dalışı Yapan Amatör Sporcuların Bu Faaliyetlere Katılmaya Teşvik Eden Motivasyonel Faktörlerin Belirlenmesi**” başlıklı bu çalışma jürimiz tarafından Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Programında Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

/ /2014

JÜRİ ÜYELERİ

ANABİLİM DALI

İMZALAR

Prof. Dr. Arslan KALKAVAN

(DPÜ BESYO Öğretim Üyesi)

Jüri Başkanı

Yrd. Doç. Dr. Çetin ÖZDİLEK

(DPÜ BESYO Öğretim Üyesi)

Üye

(Danışman)

Yrd. Doç. Dr. Mehmet DEMİREL

(DPÜ BESYO Öğretim Üyesi)

Üye

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.

Doç. Dr. Figen TAŞER

Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürü

TEŞEKKÜR

Tez çalışmam süresince gerek ders aşamasında gerekse tez süresince yaptığı öneriler, verdiği destek ve her türlü katkıdan dolayı danışmanım Sayın Yrd. Doç. Dr. Çetin ÖZDİLEK'e teşekkür ederim.

Çalışma boyunca bilgi ve deneyimleri ile yol gösteren Prof. Dr. Arslan KALKAVAN ve Yrd. Doç. Dr. Mehmet DEMİREL'e teşekkür ederim.

Ayrıca lisans döneminde scuba ile tanışmamı sağlayan hocam 3 Yıldız Dalış Eğitmeni ve Rehber Balıkadam Doç. Dr. Mehmet GÖKOĞLU'na teşekkür ederim.

Çalışma süresince maddi ve manevi desteklerini esirgemeyerek bana destek olan anne ve babama sonsuz teşekkür ederim.

ÖZGEÇMİŞ

1984 yılında Konya'nın Ereğli ilçesinde doğdu. İlk ve Ortaöğretimini Antalya'da tamamladı. 2002-2006 yılları arasında Akdeniz Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümünde lisans eğitimini tamamladı. Öğrencilik dönemi süresinde atletizm spor dalında aktif sporculuk dönemi yaşadı. 2003 yılı bahar döneminde seçmeli spor dalı olarak aldığı scuba dersi sayesinde scuba dalış sporu ile tanıştı. 2005 yılında 1 Yıldız Eğitimci ve 2007 yılında ise 2 Yıldız Eğitimci Brovelerini aldı. 2006 yılında, D.K.K. Kurtarma ve Sualtı Komutanlığı'ndan Basınç Odası Operatörlüğü Sertifikası aldı. 2006-2007 yıllarında Akdeniz Üniversitesi Sualtı Sporları Topluluğunun ilk eğitimcileri arasında yer aldı ve aynı yıl Akdeniz Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda ve Antalya bölgesinde farklı dalış merkezlerinde dalış eğitimciği yaptı. 2008 yılında Isparta/Gönen Gümüşgün İlköğretim Okulu'nda Beden Eğitimi Öğretmeni olarak göreve başladı. 2010 yılında Afyonkarahisar/Merkez 27 Ağustos İlköğretim Okulu; 2011-2013 yıllarında Kütahya/Merkez Yenidoğan İlköğretim Okulu'nda Beden Eğitimi Öğretmenliği görevinde bulundu. Kütahya/Merkez Hüsnü Kışioğlu Orta Okulu'nda ise halen Beden Eğitimi Öğretmeni olarak görevine devam etmektedir. 2013 yılında kurulan Kütahya Pusula Arama ve Kurtarma ve Doğa Sporları Derneği (PADOK)'un ve 2014 yılında kurulan Kütahya Evliya Çelebi Fotoğraf Derneği (EÇFOD)'un kurucu üyesidir.

ÖZET

BÖYÜKELHAN E. “Scuba Dalışı Yapan Amatör Sporcuların Bu Faaliyetlere Katılmaya Teşvik Eden Motivasyonel Faktörlerin Belirlenmesi” Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi, Kütahya, 2014. Bu çalışmada boş zaman etkinliği olarak scuba tipi dalışı seçen bireyleri bu aktiviteye teşvik eden motive edici sebeplerin araştırılması amaçlanmıştır.

Araştırmanın evrenini, Türkiye’de boş zaman etkinliği olarak scuba tipi dalış yapan bireyler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklem grubunu ise anket çalışmalarımıza katılan ve geri dönüt aldığımız 230 kişi (117 erkek ve 113 bayan) oluşturmaktadır. Çalışmada veri toplama aracı olarak Pelletier, Vallerand, Blais ve Brière tarafından geliştirilen, Mutlu, İ. tarafından 2008 yılında Türkçe’ye adaptasyonu yapılan ve Güngörmüş, H.A. tarafından 2012 yılında geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılan “Boş Zaman Motivasyon Ölçeği” (BMÖ) kullanılmıştır. Çalışmada kullanılan anket, boş zaman etkinliği olarak scuba tipi dalışa katılmaya motive edebilecek faktörleri içeren 5 alt boyut ve toplam 28 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte yer alan ifadeler “Tamamen Katılmıyorum (1)” ve “Tamamen Katılıyorum (5)” şeklinde 5’li Likert tipi ölçek üzerinde değerlendirilmiştir.

Anketin güvenilirliğini test etmek için hesaplanan Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı alt boyutlar için 0,39 (özdeşim/içe atım) ile 0,68 (motivasyonsuzluk) arasında hesaplanırken, toplam iç tutarlılık katsayısı 0,58 olarak hesaplanmıştır.

Araştırma grubunda yer alan katılımcıların ölçekte yer alan 5 alt boyutun, cinsiyetlerine ve medeni durumlarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark olup olmadığını test etmek için yapılan independent samples t-testi analizi sonuçlarına göre; cinsiyete göre, “motivasyonsuzluk” [$t_{(228)} 0,015$; $p<0,05$], “uyaran yaşama” [$t_{(228)} 0,021$; $p<0,05$] ve “dışsal düzenleme” [$t_{(228)} 0,005$; $p<0,05$] alt boyutlarında; medeni duruma göre ise, “özdeşim içe atım” [$t_{(228)} 0,006$; $p<0,05$] alt boyutuna ilişkin puanlarda anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir.

Yapılan ANOVA sonuçlarında yaşa göre ise katılımcıların “motivasyonsuzluk” [$F_{(3-226)} 3,409; p<0,05$] alt boyutunda anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca, aylık gelire göre “uyaran yaşama” [$F_{(3-226)} 4,145; p<0,05$] ve “özdeşim içe atım” [$F_{(3-226)} 6,023; p<0,05$] alt boyutlarında anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir. Fiziksel aktivite katılım yılına göre ise anlamlı bir fark görülmemiştir.

Anahtar Kelimeler: Zaman, Boş Zaman, Rekreasyon, Boş Zaman Aktiviteleri, Güdülenme, Scuba Dalış.

ABSTRACT

BÖYÜKELHAN E. “The Amateur Athletes Who Do Scuba Diving, This Determines Of The Motivational Consideration Of What Makes Them Encourage This Activity” Dumlupınar University Health Sciences Institute, Department of Physical Education and Sports Master Thesis, Kütahya , 2014.

In this study, it is aimed to investigate motivating reasons that encourage individuals who choose scuba diving as a leisure time activity.

The universe of this research is formed by individuals in Turkey who are scuba divers as a leisure time activity. The Sample group of this research is created by 230 people who participated in our survey and where we got feedback (117 male and 113 female). In the research as a data collection tool the followings are used; Pelletier, Vallerand, Blais and “Boş Zaman Motivasyon Ölçeği” (BMÖ)” Leisure Motivation Scale” that is developed by Brière, Mutlu, İ. ,that is adapted in Turkish in 2008 and its validity and reliability study is done by Güngörmüş, H.A. in 2012. The questionnaire used in the study consists of five sub-dimensions including factors that could motivate to participate in the type of leisure activities as scuba diving, and total 28 items. The expressions on the scale are evaluated as “ I agree totally (1) and “I don’t agree totally” (5) formed in five folded Likert typed scale.

To test the reliability of the survey the calculated Cronbach’s Alfa internal consistency coefficient is 0.39 for the subscales (identical I/ import beats) and 0.68 (de-motivation) when calculated between them the total internal consistency coefficient is calculated as 0.58.

In the study group participants’ scale of the five sub-dimensions, according to the independent samples t- test analysis results applied to test whether there is a statistically significant difference on their gender and marital status; the results by gender, "de-motivation" [t(228); 0,015; p<0,05],, "stimulus live" [t(228); 0,015; p<0,05], and "external regulation" [t(228); 0,015; p<0,05], in the dimensions according to marital status, the" identification inside shot " [t(228); 0,015; p<0,05], on the lower size has been determined that there are significant differences in scores.

By age in the results of the ANOVA, the participants "de-motivation" [$t(228); 0,015; p<0,05$], in their sub dimension, statistically significant differences are detected. Also, according to the monthly income "stimulus live" [$F(3-226); 4,145; p<0,05$] and " the internal identification" [$F(3-226); 6,023; p<0,05$] sub dimensions, it is detected that there are significant differences. According to the participation in physical activity year there is no significant difference seen.

Key Words: Time, Leisure Time, Recreation, Leisure Time Activities, Motivation, Scuba Diving.

İÇİNDEKİLER

	<u>Sayfa</u>
KABUL VE ONAY SAYFASI.....	ii
Kabul	iii
Onay	iii
TEŞEKKÜR.....	iv
ÖZGEÇMİŞ	v
ÖZET	vi
ABSTRACT.....	viii
İÇİNDEKİLER	x
ŞEKİLLER LİSTESİ	xv
GRAFİKLER LİSTESİ.....	xvi
TABLolar LİSTESİ	xviii
I. BÖLÜM: GİRİŞ	1
1.1. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ	1
1.2. ARAŞTIRMANIN AMACI	3
1.3. PROBLEM CÜMLESİ.....	3
1.3.1. Alt problemler	4
1.4. HİPOTEZLER.....	4
1.5. ARAŞTIRMADA VARSAYIMLAR.....	5
1.6. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI	5
II. BÖLÜM: GENEL BİLGİLER	6
2.1. REKREASYON HAKKINDA GENEL BİLGİLER.....	6
2.1.1. Rekreasyon kavramı	6
2.1.2. Rekreasyonun etkinlik elanları	8
2.1.3. Rekreasyonun sınıflandırılması	10
2.1.3.1. Amaçlarına göre rekreasyon sınıflandırılması	10
2.1.3.2. Çeşitli kriterlere göre rekreasyonun sınıflandırılması.....	10
2.1.4. Rekreasyonun özellikleri	11
2.1.5. Rekreasyona duyulan ihtiyacın nedenleri	13
2.1.6. Rekreasyonel katılımı destekleyen sosyo-ekonomik etkenler	15

2.1.7. Rekreasyonun diğ er alanlarla ilişkileri	17
2.1.7.1. Rekreasyon ve spor	17
2.1.7.2. Rekreasyon ve çevre	18
2.1.7.3. Rekreasyon ve turizm.....	21
2.1.7.4. Rekreasyon ve ekonomi	22
2.2. MOTİVASYON HAKKINDA GENEL BİLGİLER	23
2.2.1. Motivasyon ile ilgili tanımlar ve kavramlar	26
2.2.1.1. Güdü.....	26
2.2.1.2. İhtiyaç.....	27
2.2.1.3. Dürtü	27
2.2.1.4. İçgüdü.....	27
2.2.2. Motivasyon ile ilgili kuramlar	27
2.2.2.1. Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarş isi.....	27
2.2.2.2. Hedefi gerçekleştirme kuramı (Achievement goal theory).....	31
2.2.2.3. Benlik yönelimli hedefler (Ego involvement).....	32
2.2.2.4. Görev yönelimli hedefler (Task involvement).....	32
2.2.2.5. Sosyal kuram (Cognitif theory).....	33
2.2.2.6. Başarı gereksinimi kuramı (Achievement theory).....	34
2.2.2.7. Beklenti teorisi	37
2.2.3. Hedefleri belirlemede iç sel ve dış sal güdülenme	37
2.2.3.1. İç sel güdülenme	38
2.2.3.2. Dış sal güdülenme	39
2.2.4. Sporda motivasyon	39
2.2.4.1. Genel spor motivasyonu.....	41
2.2.4.1.1. Etkinlik güdüsü.....	42
2.2.4.1.2. Takdir ve saygı güdüsü	42
2.2.4.1.3. Statü güdüsü	43
2.2.4.1.4. Merak güdüsü	43
2.2.4.1.5. Macera güdüsü	44
2.2.4.2. Özel spor motivasyonu.....	44
2.2.4.2.1. Başarı güdüsü	44
2.2.4.2.2. Güç güdüsü.....	45

2.2.4.2.3. Ait olma ve sevgi güdüsü	45
2.2.4.2.4. Güvenlikte olma güdüsü.....	45
2.3. DONANIMLI DALIŞ HAKKINDA GENEL BİLGİLER.....	46
2.3.1. Donanımlı dalış tarihçesi ve türleri.....	46
2.3.2. Bağımsız aletli dalış (Scuba dalışı).....	47
2.2.3. Bağımsız aletli dalış donanımı.....	49
2.3.3.1. Sephiye ayarlayıcı (Buoyancy compensator) (BC).....	49
2.3.3.2. Ağırılık kemeri	50
2.3.3.3. Dalış tüpleri.....	52
2.3.3.4. Regülatör, ahtapot ve konsol.....	52
2.3.4. ABC Malzeme.....	55
2.3.3.1. Maske	55
2.3.3.2. Şnorkel	55
2.3.3.3. Palet.....	56
2.3.5. Temel dalış işaretleri	57
2.3.6. TSSF Dalış sertifika sistemi	60
2.3.6.1. Dalıcıların görev, yetki ve sorumlulukları	60
2.3.6.1.1. Bir yıldız dalıcı	60
2.3.6.1.2. İki yıldız dalıcı.....	60
2.3.6.1.3. Üç yıldız dalıcı	61
2.3.6.1.4. Rehber dalıcı.....	61
2.3.6.1.5.Uzman dalıcı.....	61
2.3.6.2. Dalış eğitmenlerinin görev, yetki ve sorumlulukları.....	62
2.3.6.2.1. Bir yıldız dalış eğitmeni	62
2.3.6.2.2. İki yıldız dalış eğitmeni	63
2.3.6.2.3. Üç yıldız dalış eğitmeni.....	63
2.3.6.2.4. Uzman dalıcı eğitmeni.....	63
2.3.7. Ülkemizde eğitimleri verilen dalış eğitim kuruluşları ve sertifika sistemleri	64
2.3.8. Dalış turizmi ve gelişimi.....	65
2.3.8.1. Dalışlı günlük tur.....	66
2.3.8.2. Charter (Tarifersiz) dalış turu	66

2.3.9. Türkiye’de en çok bilinen dalış bölgeleri	68
2.3.9.1. Fethiye’deki dalış bölgeleri.....	70
2.3.9.2. Bodrum'daki dalış bölgeleri	73
2.3.9.3. Antalya’daki dalış bölgeleri	76
2.4. KONUyla İLGİLİ YAPILAN ÇALIŞMALAR.....	79
III. BÖLÜM: GEREÇ VE YÖNTEM.....	89
3.1. ÇALIŞMA EVRENİ.....	89
3.2. ARAŞTIRMA GRUBU	89
3.3. GENEL PROTOKOL.....	89
3.4. ARAŞTIRMA TEKNİĞİ.....	90
3.5. VERİLERİN ANALİZİ VE İSTATİSTİKİ İŞLEMLER	91
IV. BÖLÜM: BULGULAR.....	92
4.1. KATILIMCILARIN DEMOGRAFİK ÖZELLİKLERİ.....	92
4.2. KATILIMCILARIN GENEL ÖZELLİKLERİ.....	93
4.2.1. Katılımcıların cinsiyet durum bulguları.....	93
4.2.2. Katılımcıların yaş durum bulguları.....	93
4.2.3. Katılımcıların medeni durum bulguları	94
4.2.4. Katılımcıların ortalama aylık gelir durum bulguları.....	94
4.2.5. Katılımcıların fiziksel aktivitelere katılım yılı durum bulguları.....	95
4.3. HİPOTEZLER.....	95
4.3.1. Hipotez 1: Scuba dalışı yapan amatör sporcuların cinsiyetlerine göre boş zaman motivasyon düzeylerinde anlamlı bir fark var mıdır?.....	95
4.3.2. Hipotez 2: Scuba dalışı yapan amatör sporcuların yaşa göre boş zaman motivasyon düzeylerinde anlamlı bir fark var mıdır?	98
4.3.3. Hipotez 3: Scuba dalışı yapan amatör sporcuların medeni duruma göre boş zaman motivasyon düzeylerinde anlamlı bir fark var mıdır?.....	102
4.3.4. Hipotez 4: Scuba dalışı yapan amatör sporcuların aylık gelire göre boş zaman motivasyon düzeylerinde anlamlı bir fark var mıdır?.....	105
4.3.5. Hipotez 5: Scuba dalışı yapan amatör sporcuların fiziksel aktivitelere katılım yılına göre boş zaman motivasyon düzeylerinde anlamlı bir fark var mıdır?	109

V. BÖLÜM: TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER	113
5.1. TARTIŞMA	113
5.1.1. Hipotez 1: Scuba dalışı yapan amatör dalgıçların cinsiyetlerine göre boş zaman motivasyon düzeylerinde anlamlı bir fark var mıdır?.....	113
5.1.2. Hipotez 2: Scuba dalışı yapan amatör sporcuların yaşa göre boş zaman motivasyon düzeylerinde anlamlı bir fark var mıdır?	115
5.1.3. Hipotez 3: Scuba dalışı yapan amatör sporcuların medeni duruma göre boş zaman motivasyon düzeylerinde anlamlı fark var mıdır?	116
5.1.4. Hipotez 4: Scuba dalışı yapan amatör sporcuların aylık gelire göre boş zaman motivasyon düzeylerinde anlamlı bir fark var mıdır?.....	116
5.1.5. Hipotez 5: Scuba dalışı yapan amatör sporcuların fiziksel aktivitelere katılım yılına göre boş zaman motivasyon düzeylerinde anlamlı bir fark var mıdır?	117
5.2. SONUÇ VE ÖNERİLER	118
5.2.1. Sonuç	118
5.2.2. Öneriler	119
KAYNAKÇA	121
EKLER	131
EK 1. ANKET FORMU	132
EK 2. BOŞ ZAMAN MOTİVASYONU ÇALIŞMASI İSTATİSTİK SONUÇLARI	134
EK 3. TABLOLAR.....	139
EK 4. VERİ FORMU	143

ŞEKİLLER LİSTESİ

	<u>Sayfa</u>
2.1. Güdülenme süreci.....	26
2.2. Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisi.....	30
2.3. İçsel ve dışsal güdü	38
2.4. Güdülenme, uyarılmışlık ve performans arasındaki ilişki	39
2.5. Sephiye ayarlayıcı	50
2.6. Ağırlık kemeri ve kurşun ağırlıklar	51
2.7. Dalış tüpleri üzerinde bulunan yazılar	52
2.8. Regülatör	53
2.9. Birinci ve ikinci kademe iç yapıları	54
2.10. Dalış maskesi	55
2.11. şnorkel	56
2.12. Açık palet / Kapalı palet.....	56
2.13. CMAS zorunlu dalış işaretleri.....	58
2.14. CMAS zorunlu dalış işaretleri.....	58
2.15. Gece dalışı işaretleri.....	59
2.16. CMAS tamamlayıcı dalış işaretleri	59
2.17. CMAS tamamlayıcı dalış işaretleri	59

GRAFİKLER LİSTESİ

Sayfa

4.1. Araştırmaya katılanlara göre BMÖ alt boyutlarının durum bulguları.....	92
4.2. Araştırmaya katılanların cinsiyet durumu bulguları.	93
4.3. Araştırmaya katılanların yaş durumu bulguları.....	93
4.4. Araştırmaya katılanların medeni durum bulguları.	94
4.5. Araştırmaya katılanların ortalama aylık gelir durumu bulguları.....	94
4.6. Araştırmaya katılanların fiziksel aktivitelere katılım yılı durumu bulguları.	95
4.7. Araştırmaya katılanların cinsiyete göre motivasyonsuzluk durumu bulguları....	96
4.8. Araştırmaya katılanların cinsiyete göre “Uyaran Yaşama” bulguları.....	96
4.9. Araştırmaya katılanların cinsiyete göre “Dışsal Düzenleme” bulguları	97
4.10. Araştırmaya katılanların cinsiyete göre “Bilmek Başarmak” bulguları.....	97
4.11. Araştırmaya katılanların cinsiyete göre “Özdeşim-İçe Atım” bulguları	98
4.12. Araştırmaya katılanların yaşa göre “Motivasyonsuzluk” bulguları	99
4.13. Araştırmaya katılanların yaşa göre “Bilmek-Başarmak” bulguları.....	99
4.14. Araştırmaya katılanların yaşa göre “Uyaran Yaşama” bulguları.....	100
4.15. Araştırmaya katılanların yaşa göre “Özdeşim-İçe Atım” bulguları	101
4.16. Araştırmaya katılanların yaşa göre “Dışsal Düzenleme” bulguları.....	101
4.17. Araştırmaya katılanların medeni duruma göre “Özdeşim-İçe Atım” bulguları	102
4.18. Araştırmaya katılanların medeni duruma göre “Motivasyonsuzluk” bulguları	103
4.19. Araştırmaya katılanların medeni duruma göre “Bilmek-Başarmak” bulguları	103
4.20. Araştırmaya katılanların medeni duruma göre “Uyaran Yaşama” bulguları...	104
4.21. Araştırmaya Katılanların Medeni Duruma Göre “Dışsal Düzenleme” Bulgular	105
4.22. Araştırmaya katılanların aylık gelire göre “Uyaran Yaşama” bulguları.....	106
4.23. Araştırmaya katılanların aylık gelire göre “Özdeşim-İçe Atım” bulguları	106
4.24. Araştırmaya katılanların aylık gelire göre “Motivasyonsuzluk” bulguları	107
4.25. Araştırmaya katılanların aylık gelire göre “Bilmek-Başarmak” bulguları.....	108
4.26. Araştırmaya katılanların aylık gelire göre “Dışsal Düzenleme” bulguları.....	108

4.27. Araştırmaya katılanların fiziksel aktivitelere katılım yılına göre “Motivasyonsuzluk” bulguları	109
4.28. Araştırmaya katılanların fiziksel aktivitelere katılım yılına göre “Bilmek- Başarmak” bulguları	110
4.29. Araştırmaya katılanların fiziksel aktivitelere katılım yılına göre “Uyaran Yaşama” bulguları.....	111
4.30. Araştırmaya katılanların fiziksel aktivitelere katılım yılına göre “Özdeşim-İçe Atım” bulguları	111
4.31. Araştırmaya katılanların fiziksel aktivitelere katılım yılına göre “Dışsal Düzenleme” bulguları	112

TABLÖLAR LİSTESİ

Sayfa

2.1. CMAS, PADİ ve SSI brove sınıflandırmaları	65
3.1. Katılımcılara ait kişisel bilgilerin dağılımı	139
3.2. Boş zaman aktivitelerine motive eden faktörlerin (alt boyutların) sıralanması	139
3.3. Katılımcıların T testi sonuçları.....	139
3.4. Katılımcıların yaş değişkenine göre ANOVA sonuçları.....	140
3.5. Katılımcıların medeni göre T testi sonuçları.....	140
3.6. Katılımcıların gelir durumu değişkenine göre ANOVA sonuçları	141
3.7. Katılımcıların fiziksel aktivitelere katılım değişkenine göre ANOVA sonuçları	141

I. BÖLÜM: GİRİŞ

1.1. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ

Sanayi devriminin gerçekleşmesi ile birlikte, özellikle teknoloji alanındaki gelişmeler, ev içi aletlerin makineleşmesi, ulaşımdaki kolaylık ve çalışma saatlerinin kısalması gibi birçok etken, insanların daha fazla boş zamana sahip olmasına imkân sağlamıştır. Aynı zamanda bu gelişmeler boş zamana olan ilginin artmasına, boş zaman faaliyetlerinin çeşitlenmesine ve bu faaliyetlere ayrılan sürenin de artmasına neden olmuştur. Yaşamların değiştiği ve yeni boyutlar kazandığı günümüzde bu değişimin doğal sonucu olarak da yeni sorunlar ortaya çıkmaktadır. Bu sorunlardan biri de boş zamanların artması ve boş zamanların nasıl değerlendirileceğidir (45).

Bireylerin sosyal, psikolojik ve kültürel yönden gelişmesinde etkili olan boş zaman faaliyetleri insan unsurunun, topluma sosyal ve ekonomik yönden daha çok katkıda bulunmasına imkân sağlayacaktır. Boş zamanları önemli yapan diğer bir yönü de bireylerde çeşitli doyumlara yol açmasıdır. Bir başka yönüyle boş zaman faaliyetleri, bireylerin sosyalleşmesi toplumla bütünleşmesi gibi açılardan da etkili olabilmektedir (100).

Bireysellikten toplumsallığa geçiş sürecinde, bireyin en kalabalık topluluklarla bir arada olma süreci öğrencilik dönemlerinde görülmektedir. Bunun daha mantıklı ve bilinçli tercihlerle oluştuğu dönem, gelişim dönemi olarak da düşünüldüğünde, üniversitelerdir. Üniversite eğitimi sırasında, olası aile ortamından da uzaklaşan bireyin yeni eğilimler ve yeni arkadaş grupları edinme döneminde kazandırılacak bazı alışkanlıklar, onun tüm yaşam kalitesini de olumlu veya olumsuz yönde etkileyebilecektir. Zaman içerisinde arkadaş veya arkadaş grupları ile birlikte, sosyal çevreden de etkilenen öğrenciler boş zamanlarını etkili ve verimli bir biçimde kullanamayarak kötü alışkanlıklar ve sorumsuz davranış biçimleri de sergileyebilmektedirler. Bu nedenle boş zamanların etkili ve verimli bir biçimde değerlendirilmesi gelişmiş ve gelişmekte olan tüm ülkelerde üzerinde en çok durulan ve önem verilen ortak problemlerdendir (42).

Boş zaman, kişinin işe, işle ilgili sorumluluklarına, kendisinin ve ailesinin bakımına ayırdığı zamanın dışında kalan, dolayısıyla zorunluluklarının olmadığı özgür bir zaman birimi olarak tanımlanmaktadır (62). Uluslararası boş zaman inceleme gurubu boş zaman faaliyetinin niteliğini şöyle açıklamaktadır; boş zaman etkinliği kişinin mesleki, ailesel ve toplumsal ödevlerini yerine getirdikten sonra, özgür iradesiyle girişebileceği dinlenme, eğlenme, bilgi ya da becerilerini geliştirme, toplum yaşamına gönüllü olarak katılma gibi bir dizi uğraşılardır (78). Boş zaman olumlu kullanılırsa kişisel ve toplumsal gelişim olumsuz kullanılırsa bunalım, verimsizlik, mutsuzluk gibi sorunlar ortaya çıkmaktadır (15).

Boş zaman değerlendirme ve rekreasyon bazen aynı anlamda kullanılmaktadır (97). Ancak rekreasyon boş zamanda yapılan etkinlikleri kapsamaktadır. Rekreasyon, kişinin kendini tatmin veya eğlence için yaptığı uğraşılardır. Avrupa standartlarına göre, 80 yıllık bir insan ömrünün % 32'lik zaman dilimi boş zaman olarak şekillenirken, bu oran ülkemiz kent insanında % 40 civarındadır (85).

İyi bir şekilde planlandığı ve sunulduğu zaman, rekreasyon sosyal yaşantı şekillerini her yaşta insana öğretmenin, ait olma duygusunu ve kişilik olgusunu oluşturmanın, böylece de insan kaynaklarını korumanın, geliştirmenin ve hayat standardını yükseltmenin yollarından birisidir. İlgi alanı bireyin dürtü ve motivasyonuna bağlı olarak belirlenebilir, dolayısıyla rekreasyon etkinlikleri düzenlenirken aktiviteleri spor, müzik, drama, el uğraşı, kamp, oyun, dans gibi sosyal ve özel olaylar içeren faaliyetler olarak planlanmalıdır (13).

Toplumsal yaşamın içerisinde sıklıkla karşılaştığımız boş zaman faaliyetleri her kesimden ve her yaşta insanın ilgisini çekebilmekle birlikte, yoğun olarak gençler üzerinde etkisini göstermektedir. Boş zaman faaliyetlerin gerçekleştirilebilmesi için gerekli tesis ve donanım ise; kamu kurum ve kuruluşlarının yanı sıra sivil toplum örgütleri tarafından sağlanmaktadır. Özellikle gençlerin bu faaliyetleri toplu ve düzenli bir şekilde yapabilecekleri alanların geliştirilmesi ve düzenlenmesi üniversitelere de ciddi yükümlülükler getirmektedir (2). Üniversiteler bir kurum olarak toplum kültürünü yansıtan bir araç konumundadır. Eğer mevcut kültürün ihtiyaçları çeşitli ve karmaşık ise üniversitelerin fonksiyonu da benzer şekilde ortaya çıkacaktır. Bu nedenlerle, rekreasyon eğitimi ile zamanın nasıl

kullanılacağı öğrenilmeli ve kişiliği etkileyen yönlerinden nasıl yararlanılacağı bilinmelidir. Bu da ancak, boş zamanın yaratılması ve kullanılması ile olur (3).

1.2. ARAŞTIRMANIN AMACI

Bu çalışma, boş zaman etkinliği olarak scuba tipi dalışı seçen bireyleri bu aktiviteye teşvik eden motive edici sebeplerin cinsiyet, yaş, medeni durum, aylık gelir ve fiziksel aktivitelere katılım yılına göre farklılık gösterip göstermediğini araştırmak amacı ile yapılmıştır.

1.3. PROBLEM CÜMLESİ

Rekreasyon ve scuba gibi terimler yakın tarihlerde hayatımıza girmiştir. İş hayatının yoğun temposu sonucunda insanlar artık bu stres dolu yaşantıyı kısa süreliğine de olsa hayatının dışında bırakarak hem dinlenmek hem de stres atmanın yollarını aramaktadır. Sportif rekreasyonel faaliyetler turizm bünyesinde yeni yeni tanınan ve tatillerinde insanların tercihleri arasına yeni girmiş tatil seçeneklerinden biridir. Bu tür faaliyetler ile insanlar hem iş stresinden uzaklaşmakta, hem de kendini tanıma fırsatı bulmaktadır. Bunların yanında yeni bir sosyal çevrenin içine girmektedirler. Sualtı sporları, donanımlı dalış (scuba) yakın bir tarihte 1980'lerin sonlarında ülkemizde başlamıştır. Gerek ekipmanlarının pahalı olması gerekse eğitim ücretlerinin pahalı olması ve yeterli eğitim merkezinin olmaması nedeniyle ülkemizde çok yavaş gelişme şansı bulmuş bir rekreasyonel faaliyettir. 1990'lı yılların sonlarında ve 2000'li yılların başlarında faaliyetleri hız kazanan scuba tipi dalış günümüzde birçok üniversitenin bünyesinde sualtı sporları topluluklarının kurulması ile üniversite öğrencileri arasında hızla yaygınlaşan rekreatif bir faaliyettir. Yine ülkemizde farklı il ve ilçelerde olmak üzere 260 Tssf/Cmas yetkili dalış eğitim merkezi scubanın yaygınlaştırılması ve tanıtılması için hizmet vermektedir. Genellikle belirli bir gelir ve yaş seviyesine hitap eden scuba tipi dalış rekreasyonel faaliyetler arasında yer almaktadır (133).

Ülkelerin kendi sualtı sporları federasyonları ve bu federasyonların bağlı olduğu birçok farklı konfederasyon günümüzde dünyanın her yerinde hizmet vermekte ve bu hizmetleri aynı standart kurallar ve eğitimler ile gerçekleştirmektedir. PADI, CMAS, SSI ve daha bilinen birçok konfederasyon gerek eğitim şart ve koşullar gerekse eğitim merkezlerinin yeterliliği olmak üzere benzerlik

göstermektedir. Dünyanın her hangi bir yerinde alınan eğitimin devamını farklı bir yer ve ülkede gerçekleştirme olanağı mümkündür. Cross-over denilen sistemle de farklı konfederasyona ait sertifikalar denklikleri ile değiştirilebilmektedir (130). Bu tür kolaylıklar ve sistemler doğrultusunda günümüzde milyonlarca insan scuba tipi dalış yapmaktadır.

1.3.1. Alt problemler

1. Scuba Dalışı Yapan Amatör Sporcuların Cinsiyetlerine Göre Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri Arasında Anlamlı Bir Fark Var mıdır?

2. Scuba Dalışı Yapan Amatör Sporcuların Yaşa Göre Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri Arasında Anlamlı Bir Fark Var mıdır?

3. Scuba Dalışı Yapan Amatör Sporcuların Medeni Duruma Göre Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri Arasında Anlamlı Bir Fark Var mıdır?

4. Scuba Dalışı Yapan Amatör Sporcuların Aylık Gelire Göre Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri Arasında Anlamlı Bir Fark Var mıdır?

5. Scuba Dalışı Yapan Amatör Sporcuların Fiziksel Aktivitelere Katılım Yılına Göre Boş Zaman Motivasyon Düzeyleri Arasında Anlamlı Bir Fark Var mıdır?

1.4. HİPOTEZLER

1. Scuba Dalışı Yapan Amatör Sporcuların Cinsiyetlerine Göre Boş Zaman Motivasyon Düzeylerinde Anlamlı Bir Fark Var mıdır?

2. Scuba Dalışı Yapan Amatör Sporcuların Yaşa Göre Boş Zaman Motivasyon Düzeylerinde Anlamlı Bir Fark Var mıdır?

3. Scuba Dalışı Yapan Amatör Sporcuların Medeni Duruma Göre Boş Zaman Motivasyon Düzeylerinde Anlamlı Bir Fark Var mıdır?

4. Scuba Dalışı Yapan Amatör Sporcuların Aylık Gelire Göre Boş Zaman Motivasyon Düzeylerinde Anlamlı Bir Fark Var mıdır?

5. Scuba Dalışı Yapan Amatör Sporcuların Fiziksel Aktivitelere Katılım Yılına Göre Boş Zaman Motivasyon Düzeylerinde Anlamlı Bir Fark Var mıdır?

1.5. ARAŞTIRMADA VARSAYIMLAR

1. Örneklem grubunun araştırmanın evreninin temsil eder nitelikte olduğu varsayılmıŐtır.
2. Bu çalışmada uygulanan yöntemin amaca uygun olduğu varsayılmıŐtır.
3. Çalışmada kullanılan ölçeğin bu çalışmaya uygun olduğu varsayılmıŐtır.
4. Seçilen örnek kişilerin anket maddelerini doğru anlayarak cevaplandırıdıkları varsayılmıŐtır.
5. Araştırmaya katılan bireylerin çalışmanın önem ve ciddiyetini anlayarak buna göre davrandıkları varsayılmıŐtır.

1.6. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI

1. Araştırma, Antalya'nın Kemer ve Muğla'nın Fethiye ilçelerine dalış yapmak için gelen 230 kişi (113 bayan, 117 erkek) ile sınırlıdır.
2. Araştırmada elde edilen sonuçlar, uygulanan anketlerden elde edilen sonuçlar ile sınırlıdır.
3. Bu araştırma konu ile ilgili ulaŐılabilen kaynaklarla sınırlıdır.

II. BÖLÜM: GENEL BİLGİLER

2.1. REKREASYON HAKKINDA GENEL BİLGİLER

2.1.1. Rekreasyon kavramı

Zaman hayatımızda sahip olduğumuz en önemli faktörlerden biridir. Zamanın tanımını araştırmacı yazarlar çeşitli şekillerde yapmışlardır. Günümüzde insanlar için büyük bir önemi olan zaman kavramının kesin bir tanımı yapılamamıştır.

Türk Dil Kurumu (TDK) zamanı bir işin, bir oluşun içinde geçtiği, geçeceği veya geçmekte olduğu süre, vakit olarak tanımlamaktadır (40).

Tezcan'a göre zaman; İnsan yaşamının yerine göre uzun ya da kısa süreli, yinelenmesi olanaksız, başlangıcı ve sonucu belli, saatle ölçülebilen bir bölümdür (110).

Addington, zamanın insanların sonsuzluk ölçüsü olduğunu ve şimdiye kadar zamanla ilgili doğal kabul ettiğimiz her şeyin, insan düşüncesinin ürünü ve göreceli olduğunu belirtir. Yine bilinçaltının düşündüğümüz gibi bir zaman kavramı olmadığını, hayatımızı yönetmesine izin verdiğimiz zaman programlarının kendi düşüncemizin ürünü olduğu ve evrensel bilinçaltında zaman ve yer kavramının olmadığını belirtmiştir (1).

Gelişmiş ülkelerin zaman kullanımı konusunda bilinçlenmiş ülkeler olduğunu söylemek olasıdır. Bu durum, gelişmiş ve gelişmemiş ülkeler arasındaki en önemli farklardan birisini ortaya koymaktadır. Toplumların ileri veya geri zekalı diye ayıramayacağını, ülkelerin gelişmişlik ve zenginliklerinin zamanı planlı ve programlı kullanarak çalışmalarından ve dinlenmelerinden kaynaklandığını ileri sürmektedir (74).

İnsanlar bir günün 8 saatini uyuyarak, 8 saatini çalışarak, 8 saatini ise kişisel ihtiyaçlarını gidererek geçirmektedir diyebiliriz. Buna göre zamanı kullanım bölümlerine ayıracak olursak. Bunlar; (12)

- a) Çalışma zamanı
- b) Çalışmayla bağlı etkinliklere ayrılan zaman

c) Yaşamı sürdürmeye yönelik etkinlikler

d) Serbest zaman olarak bölümlere ayırmaktadır

Zaman hayattır ve zamanı boşa geçirmek, hayatı boşa geçirmek anlamını taşımaktadır. Buna karşılık insanın geçen zamana hükmetmesi, hayatına hükmetmesi anlamına gelir. Zamanı iyi kullanmak için yapılması gereken, düşünce ve ayrıntılarla oyalanmayıp kısa zamanda çok iş yapmak değildir. Tam tersine amaç ve öncelikleri saptayarak insanın zamanını gerçekten yapmak istediği şeylere ayırarak, hayatından daha fazla tat almasıdır (2).

Zaman insanın yaradılışından bu yana büyük önem taşımaktadır. İnsanın gelişiminde ve meslek yaşamındaki başarısında zamanı etkin kullanmanın payı büyüktür. Zamanı iyi kullanabilen bir insan yaşam kalitesini artırır ve hedeflerine daha kolay ulaşır. Ancak bunu başarabilmek için kişinin bir disiplin içinde olması gereklidir. Çalışma hayatı ve sosyal hayatı arasında bir denge kurmalıdır. Zamanını etkin kullandığında etkinliklere zaman ayırabilir ve böylece daha verimli, mutlu, sağlıklı bir birey olur.

Zaman, her kesimden insan için önemli bir kaynaktır. Bu nedenle özellikle çalışma hayatındaki insanlar zamanını daha etkin kullanmalıdır. Çünkü; biyolojik devamını sağlama ya da yaşamını kazanmanın dışında kalan zamandır. Seçme özgürlüğünün olduğu ve zorlamanın olmadığı bir zaman aralığıdır.

a) Zaman tasarruf edilemeyen,

b) Ödünç alınamayan, kiralanamayan,

c) Satın alınamayan, çoğaltılamayan,

d) Para gibi toplanamayan, hammadde gibi depolanamayan,

e) Sadece kullanılan ve kaybedilendir.

Boş zaman yani serbest zaman pek çok yoruma açık bir kavramdır. Serbest zamanın esası özgür olma, zamanı kullanmakta özgürlük anlamındadır. Bir kişinin desteklenmesi kamu kurumlarının ve özel kuruluşların sorumluluğudur. Bu kuruluşlar bütünleşme içinde dengeli ve akılcı biçimde rekreasyonel etkinlikleri gerçekleştirmeli ve desteklemelidirler (74).

Bu etkinlikler sayesinde rekreasyonun gelişmesine turizm önemli bir katkıda bulunmaktadır. Fakat bunların en etkili olanı 1930'larda başlayarak birçok ülke tarafından kabul edilen yıllık ücretli izin hakkının genelleştirilmesidir. Özellikle çalışan kesimin tatillerini yaz aylarında değerlendirmek istemeleri kitle turizmini geliştirmiştir.

Rekreasyonel turizmi meydana getiren üç aşama vardır;

- a. Hızla artan insan nüfusuna bağlı olarak ortaya çıkan talep,
- b. Bu talebi doğuran ihtiyaçlar,
- c. Bu ihtiyaçları karşılayabilecek arzın doğuşu, bir başka ifadeyle rekreasyonel turizm alanına yatırım yapacak özel girişimcilerin ortaya çıkışı.

2.1.2. Rekreasyonun etkinlik alanları

Rekreasyon etkinlik alanları, boş zamanın şekline, süresine, katılımın tarzına, iklim, ekonomik, coğrafi durumlar ile toplum kültürüne göre farklılıklar ya da çeşitlilik göstermektedir.

Toplum sanayisinin gelişmiş olması, devletin bu yöndeki politikası açısından önemlidir. Sanayisi gelişmiş ülkelerde boş zamanını geçirmekle ilgili alışkanlıklar ve anlayışlar değişiklik göstermektedir. Kişilerin faaliyet seçimlerinde ise yaşadığı çevre, bu çevresindeki mevcut olanaklar, ailenin sosyo ekonomik düzeyi, yörenin gelenek ve göreneklerini, yaş ve cinsiyet gibi kişilik özellikleri ile arkadaş çevreleri etkili olabilmektedir (57).

Rekreatif etkinlik alanları, Turizm Bakanlığı tarafından da 5 grupta toplanarak etkinlik listesi çıkarılmıştır.

- a) Deniz ve kum: Kanoculuk, deniz motorları, yüzme, zıpkınla balıkçılık, yatçılık, rüzgâr sörfü, dalgıçlık, kürek, su kayağı.
- b) Dağcılık-kış sporları: Dağcılık, buz dansı, kaya tırmanışları, kar futbol, buz festivali, buz heykeltıraşçılığı, alp kayağı, kuzey disiplini kayak, kayak sörfü.

- c) Tabiat ve yeşil turizmi: Arıcılık, botanik, gençlik kampları, avcılık, madencilik, nehir yolculuğu, hayvan eğitimi, çiftçilik, jeoloji, ornitoloji (kuş izleme-gözetleme), balıkçılık, salıcılık.
- d) Sosyal hayat ilişkileri: Bowling, müzik festivalleri, briç, sıcak hava balonculuğu, ralli, paraşütçülük, sağlık çiftliği, paten, tenis, okçuluk.
- e) Kültür-sanat ve el işleri: Uçak modelciliği, antikacılık, çiçek tanzimi, astroloji, astronomi, mücevhercilik, el işleri-nakış, sinema, video, modern dans, klasik dans, satranç, makrome, kuklacılık, müzik, fotoğrafçılık, heykelticilik.

Dumazedier ise, rekreatif etkinlik alanlarını şöyle belirtmektedir (27);

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

Şehirlerde ki betonlaşma, hava kirliliği insanların doğaya karşı özlemini artırmıştır. Bununla paralel olarak açık havada yapılan doğa sporlarına ve rekreasyon faaliyetlerine ilgi giderek artmaktadır. Rekreasyon liderlerinin bu faaliyetler sırasında doğaya verilecek olan zararı en aza indirmek için gayret göstermeleri gerekmektedir. Gelecekte önlemler alınmazsa doğal ortamlar aşırı kalabalık ve kirlenmeyle tahrip olarak cazibesini kaybedecektir (92).

2.1.3. Rekreasyonun sınıflandırılması

Rekreasyon çok farklı şekillerde sınıflandırılmaktadır. Bunlardan en kapsamlı sınıflandırma amaçlarına göre ve çeşitli kriterlere göre yapılan sınıflamalardır (110).

2.1.3.1. Amaçlarına göre rekreasyon sınıflandırılması

Dinlenme amacıyla yapılan rekreasyon etkinlikleri boş zamanın tamamen dinlenmek, yani beden ve ruh sağlığının devam ettirilmesi veya korunması için yapılan etkinliklerle değerlendirilmesidir.

Kültürel amaçlı yapılan rekreasyon etkinlikleri boş zamanın, eski sanat ve tarihi eserlerin, müzelerin gezilmesi ve diğer kültürel faaliyetlerle değerlendirilmesidir.

Toplumsal amaçlı yapılan rekreasyon etkinlikleri toplumsal ilişkiler kurmak ve geliştirmek amacına yönelik boş zaman değerlendirme etkinlikleridir.

Sportif amaçlı yapılan rekreasyon etkinlikleri, aktif spor yaparak veya pasif şekliyle seyirci, taraftar, yönetici veya başka bir şekilde boş zaman sportif etkinliklerle değerlendirilmesidir.

Turizm amaçlı yapılan rekreasyon etkinlikleri öncelikle tatil dönemlerinde bulunduğu mekandan, başka mekanlara gitmek, görmek amacıyla görmek suretiyle boş zaman değerlendirmektir.

Sanatsal amaçlı yapılan rekreasyon etkinlikleri Sanatın birçok dalından biri veya bir kaçını ile uğraşarak boş zamanların değerlendirilmesidir¹.

Sağlık amacıyla yapılan rekreasyon etkinlikleri sakatlar, engelliler, hamileler, yaşlılar, şişmanlar vs. gibi toplum içerisinde bulunan kişilerce değerlendirilmesidir.

2.1.3.2. Çeşitli kriterlere göre rekreasyonun sınıflandırılması

Yaş faktörlerine göre çeşitli yaş gruplarının kendi özelliklerine göre tercih ettikleri etkinlikler.

Faaliyete katılanların sayısına göre ferdi grupla kitlesel veya aile olarak katılan rekreatif etkinlikler.

Zamana göre yazın, kışın veya başka bir mevsimde yapılabilen rekreatif etkinlikler. Ayrıca günlük ve hafta sonları ile emeklilik dönemlerini kapsayan uzun boş zamanlarda gerçekleştirilen etkinlikler.

Kullanılan mekâna göre açık veya kapalı alanlarda yapılan etkinlikleri kapsamaktadır. Genel boyutları ile açık havada yapılan tüm rekreasyonel kullanımları içeren bir rekreasyon tipi olarak tanımlayabileceğimiz açık hava rekreasyonunun başta temel fonksiyonları ormanlar, dağlar ve su bölgeleri oluşturmaktadır. Bu kişinin modern şehir yaşamında kapalı yerdeki ruhsal gerginliğinden kurtulması, rahatlaması ve özgürlüğünü yaşaması için fizyolojik ve ruhsal bir ihtiyacı karşılamaktadır. Kapalı mekan sporları, sinema, tiyatro, toplantı ve diğer benzeri aktiviteler ile radyo dinlemek, TV izlemek, kitap okumak arkadaş ziyaretleri, dinlenmek gibi ev içi eylemler kapalı alan rekreasyonel faaliyetlerini oluşturmaktadır.

Sosyolojik muhtevaya göre lüks, geleneksel ya da belirli halk kesimlerinin desteklenmesiyle katılımın sağlandığı rekreasyon etkinlikleri.

2.1.4. Rekreasyonun özellikleri

Rekreasyonun birçok araştırmacı tarafından kabul edilebilen bazı temel özelliklerinden bahsetmek mümkündür. Bunlar rekreasyonu diğer faaliyetlerinden ve kavramlarından ayıran temel özelliklerdir.

Buna göre rekreasyon faaliyetlerinin en belirgin özellikleri şunlardır (110);

- a) Rekreasyon, rekreatif etkinliklere katılma sonucu ortaya çıkan bir deneyimdir. Rekreasyon, bir faaliyeti gerektirir. Faaliyetler yüzmek, gezi ve çeşitli spor aktivitelerinden oluşabilmektedir.
- b) Rekreasyon faaliyetlerine katılımın, birey tarafından önceden belirlenmiştir. Bu faaliyete katılacak kişiler, hangi faaliyet hoşuna gidiyorsa, önceden hakkında bilgi sahibi olduğu faaliyete katılmak isteyecektir.
- c) Rekreasyonun kendine has bir takım çekicilikleri vardır. Bunlar havuzun büyüklüğü oyun çeşitleri, gösteriler vb.

- d) Gönüllülük esasına dayanır. Kişiler bu faaliyetlere kendi istek ve iradeleri ile katılırlar.
- e) Rekreasyon boş zamanda yani tüm zorunluluklarından tamamen bağımsız olduğu bir zamanda yapılır.
- f) Mecburiyet gerektirmez. Etkinliklere katılmada ve devam etmede zorunluluk yoktur.
- g) Rekreasyon ciddi ve belirli amaçları olan aktivitedir. Ticari bir amaç güdülmez.
- h) Her yaştaki, cinsteki insanların faaliyetlere katılmalarına imkan verir.
- i) Mutluluk verici, haz ve neşe sağlayıcıdır.
- j) Rekreasyon evrensel olarak uygulanmaktadır. Faaliyetler bütün insanlar için, bir ortak lisanı oluşturmaktadır.
- k) Rekreasyon bir faaliyet yapılırken ikinci veya faaliyete ilgi duyma ve gerçekleştirme imkânı verir.
- l) Rekreasyon kişinin kendisini ifade edebilme ve yaratıcı olabilmesine imkân sağlayıcı faaliyetler içermelidir.
- m) Rekreasyon etkinlikleri, rekreasyonistler tarafından üstlenilir.
- n) Rekreasyon eylemi, planlı veya plansız beceri sahibi kişilerle ve beceri sahibi olmayan kişilerle ya da organize veya organize olmamış mekânlar da yapılabilmektedir.
- o) Toplumun geleneklerine, türelerine, ahlaki ve manevi değerlerine ters düşmemelidir.

Benzer bir şekilde, rekreasyon özelliklerine belirtilen özelliklere ilaveten aşağıdaki eklemeleri yapmıştır.

- a) Rekreasyon esnektir. Sayısız durumlarda bulunabilir. Bireysel, grupsal, örgütlü, örgütsüz v.s.
- b) Serbest zamanı değerlendirme genellikle fiziksel, zihinsel ve/veya duygusal içeriği olan bir çeşit etkinliği gerektirir.

- c) Serbest zamanları değerlendirme tek bir biçimde oluşmaz. Bireylerin serbest zamanlarında hoşlanarak yaptıkları etkinlikler sonsuz çeşittir.
- d) Serbest zaman etkinliklerinin seçimi bireylerin dürtülerine bağlıdır. Kişisel doyuma ulaşmak için iç dürtüler tarafından teşvik edilir.
- e) Serbest zamanı etkili ve verimli bir şekilde değerlendirme ikincil ürünlere sahiptir. Yani herhangi bir etkinliğe katılana entelektüel, fiziksel, toplumsal gelişme, sağlıklı olma durumu, iyi vatandaşlık v.b. gibi özellikler kazandırır.
- f) Rekreasyon tamamen özgür zaman içerisinde yapılan ve kişiye yarar sağlayan bir etkinliktir.

2.1.5. Rekreasyona duyulan ihtiyacın nedenleri

Modern anlamda bir sosyal kurum, bilgiler topluluğu ve profesyonel bir çalışma alanı olarak rekreasyon: işten bağımsız, kendi içinde değerli olan, kişinin pek çok ihtiyacını karşılayan, dolu ve mutlu bir hayat aracıdır. Bu yaklaşımla rekreasyon, insanların gönüllü olarak boş zamanlarında katıldıkları ve kişisel olarak doyum sağladıkları aktiviteler olarak tanımlanabilir (63).

Günümüzde insanlar yaşadıkları çevre, gelişen teknoloji ile birlikte hızlı tüketen ve yaşayan bireylere dönüşmüştür. Bu durum fizyolojik ve psikolojik bozulmalara neden olmaktadır.

İnsanların taşıdığı iş yoğunluğu bununla beraber stres, yorgunluk, biyolojik değişimler, hareketsizliğin getirdiği hastalıklar, psikolojik rahatsızlıklar, yorgunluk, yaşadığı çevrede yeşil alanların azalması, nüfus artışı, ekonomik gelişmeler, endüstrinin gelişmesiyle birlikte, makinelerin ve robotların kullanımı ile insan gücüne düşen ihtiyacın azalmasına paralel olarak boş zamanın artması, seyahat kolaylığı gibi tüm bu etkenler rekreasyona olan ihtiyacı artırmaktadır (81).

Rekreasyon analizleri için rekreasyon imkanlarından yararlananlar veya rekreasyon etkinliklerine katılanlar bakımından rekreasyon ihtiyaçlarının neler olduğu ve nasıl giderilmesi gerektiğinin bilinmesi konularının incelenmesi önem taşımaktadır. Kuşkusuz rekreasyon pazarlamacıları için böyle bir ihtiyaç vardır ve bu ihtiyaçlara cevap verebilmek için en iyisi satış stratejileri geliştirmek ve sunmak söz

konusudur. Ancak burada rekreasyonel ihtiyacın psikolojik ve sosyolojik temelleriyle incelenmesi önem taşımaktadır. Rekreasyonel ihtiyaçlar, insan davranışlarına temel olabilecek tek bir neden veya faktöre bağlı kalınmaksızın birçok nedenden dolayı analiz gerektirmektedir. Bu nedenle ihtiyaç kavramı açıklanarak ve rekreasyonun, bundan yararlananlar bakımından bir ihtiyaç olup olmadığı ile kişisel ve toplumsal yönlerden rekreasyona duyulan ihtiyacın nedenleri üzerinde durulmaya çalışılacaktır (14).

Rekreasyon faaliyetleri, turizm acenteleri tarafından yapılan kampanya ve reklamlarla yaygınlaşmıştır (59). Bu alanda bir ilerleme olduğu şüphesizdir. İnsanların fizyolojik, psikolojik ihtiyaçlarına göre rekreasyona duyulan ihtiyaç artmıştır.

Kişisel yönden rekreasyona duyulan ihtiyacı değerlendirdiğimizde en başta fiziksel gücün artması beden sağlığının kazanılması söylenebilir. Hareketsizliğin getirdiği bedensel rahatsızlıklara iyi gelmesi sağlıklı zinde bir hayat için tavsiye edilmektedir. İnsanların ruh sağlığını kazanması ve bu sayede kişinin kendine olan güveninin artması, sosyal ilişkiler kurmasında ve geliştirmesinde yardımcı olur. İnsanın içinde var olan enerji ve yeteneğini ortaya çıkarmasını sağlar. İnsanlar rekreatif etkinliklere isteyerek ve severek katıldıkları için bu yeteneği ortaya çıkarmakta zorlanmaz. Her yaş döneminde yaratıcılık gücünün geliştirilmesini sağlar. Sonuçlarını düşünmeden katıldığı faaliyetlerde stresten uzak kendini daha rahat ifade eder. Çoğunlukla stresten kurtulmak rahatlamak için yapılan etkinlikler insanın mutlu olmasını sağlar. Mutlu iken yaratıcı olma ihtiyacıdır ve enerjisini hem işinde hem de iş dışında kullanmak ister (64).

Rekreasyona duyulan ihtiyaçlardan sosyolojik ihtiyaçlara baktığımızda toplum üzerindeki olumlu etkileri görülmektedir. Grup halinde yapılan etkinlikler her kesimden her yaştan insanı bir araya getirmektedir. Toplumsal dayanışmayı bütünleşmeyi sağlamaktadır. Rekreatif etkinliklerde kişilerin ekonomik veya eğitim düzeyi, sosyal statü önemini kaybeder. Toplumdaki her kesimden insan bir araya gelerek birlikte hareket eder. Etkinlik sırasında birbirine saygılı olmayı, demokratik toplumun yaratılmasına olanak sağlar. Birbirlerini hiç tanımayan bu insanları bir araya getiren zevklerinin ortak olması ve boş zamanlarını değerlendirme isteğidir (12).

2.1.6. Rekreatyonel katılımı destekleyen sosyo-ekonomik etkenler

Günümüz toplumunda gözle görülür bir değişiklik söz konusudur. Gelişen teknoloji, endüstri, tıp alanında, ulaşım, iletişim araçlarının artması her alanda gözlenen bir ilerleme olmaktadır. İş yerlerindeki makinelerin artması kullanılan iş gücünün azalmasıyla birlikte boş zamanın artması günlük hayatta kullanılan ev aletleri de büyük kolaylık sağlamış harcanan zamanı da azaltmıştır. Hareket etmeyen bir toplum, bunun yanı sıra nüfusun artışıyla birlikte insanların beklentilerinin artması çabuk tüketen bir toplum olma yolunda ilerleme görülmektedir. Bütün bunlar fiziksel sağlığın gelişimi için ve giderek artan bilinçlenme faaliyetlerin artışına sebep olmuştur.

Ekonomik verimlilik ve çalışma koşullarındaki gelişmeler, harcanabilir gelirin artışı temel ihtiyaçların yanında rekreatyonel faaliyetlere de bütçe ayrılmasını sağladı. Gelişen mimari ile apartman yaşantısı içinde şehirleşmenin artmasıyla rekreatyon alanlarının azalması betonlaşma bu yönde ihtiyacı artırmıştır. Site içersinde oyun alanları, spor alanları, yeşil alanlar, parklar yapılmakta ve insanlar bu tip oturma yerlerini tercih etmektedir (75).

Sosyal statünün eğitim yolu ile elde edildiği dinamik yapıdaki modern toplumlarda, ferdin statüsünü doğuştan değil, sonradan kazandığını görüyoruz. Statünün eğitim yolu ile kazanılması, ferdi, topluma açık hale getirmekte ve daha farklı alanlarına doğru itmektedir. Böylece fert, sosyal hayat içinde gerçek yerini aldığı gibi, bir faaliyet şekli olarak spora da eğilimi artmaktadır. Spor yaparak statünün geliştirilmesi mümkün olabilmektedir (88).

Son yıllarda hızla yayılan sağlıklı beslenme akımları, diyet, sportif etkinlikler bu yönde yapılan yayınlar insanların bu bilincini geliştirmiştir. İş yaşamının stresli ortamı, sigara ve alkolün zararları bu yönde uygulanan yaptırımlar kişilerin yaşam şeklini değiştirmesine neden oldu. Çağımızda artık özellikle gelişme çağındaki çocukları tehdit eden şişmanlık (obezite) bir hastalık olarak kabul edilmektedir. Düzenli beslenmenin yanında uzmanlar tarafından şiddetle tavsiye edilende rekreatyon faaliyetlerine sportif faaliyetlere katılımdır (81). Bunu yanı sıra kullanılan malzeme, araç ve gerece karşı talebin artması bu yönde bir endüstrinin de

gelişmesine sebep olmuştur. Firmalar tüketicinin ilgisini çekebilmek için her gün yeni ürünler piyasaya sunmakta ve reklam, kampanyaları düzenlemektedir (59).

Rekreasyon aktivitelerine katılım nedenleri bireylere, yaş ve cinsiyete göre farklılık göstermektedir. Gelişme çağındaki çocukların fiziksel ve kişisel gelişimini desteklediği uzmanlar tarafından ifade edilmektedir. Bulunduğu çevreye uyum sağlaması, kendini rahat ifade edebilmesi, motor gelişimi çoğunlukla bu etkinlikler sayesinde daha kolay hale gelmektedir. Yetişkinler seviyesine baktığımızda ise yaşam kalitesini artırmak, fiziksel sağlığını korumak ve çoğunlukla tedavi edici yönü fark edilmiştir. Günümüzün iletişim çağı olması, basın yayın kuruluşlarının yapmış olduğu yayınlar, yoğun iş temposu içerisinde olan insanların bu faydalardan daha haberdar olmalarını sağlamıştır. Yerel yönetimler ve resmi kuruluşlar bu yöndeki çalışmalarını arttırmak ve tesis yapabilmek için ciddi bütçeler ayırmaktadır. Kişiler iş yaşamının getirdiği stresten kurtulmak belki de daha önce yapamadığı faaliyetleri ekonomik özgürlüğünü eline aldıktan sonra yaparak kendini denemek istemektedir. Bu tip etkinlikler bir insan için hayat boyunca devam eden gelişimine destek vermektedir. Çoğunlukla insana zarar veren hırslardan ve nefretten uzaklaşmak için iyi bir araçtır. Şirketler artık çalışanlarına stresle karşı karşıya kaldığında baş edebilmeleri, grup halinde çalışmayı, doğru karar verebilme yetilerinin gelişmesi için toplu faaliyetler düzenlemektedir. Bu faaliyetler çalışanlara yeni kapılar açıp farklı düşünebilme farklı açıdan olaylara bakabilmeyi sağlamaktadır (73).

Bunun yanı sıra insan beşeri bir varlıktır sosyalleşme ihtiyacı ile de katılmaktadır. Yoğun geçen bir iş gününden sonra yapılan bir etkinlik en basitinden açık havada bir yürüyüş kişinin dinlenmesi ve gün içindeki stresini atması için yapabileceği en güzel etkinliktir. Ülkemizde günden güne daha çok insanın rekreatif etkinliklere katıldığı görülmektedir. Tatil köyleri, oteller bünyesinde müşterilerine rekreasyon faaliyetlerini en iyi sunmak için değişik aktiviteler düzenlemekte ve animatörler çalıştırmaktadır.

2.1.7. Rekreasyonun diğer alanlarla ilişkileri

2.1.7.1. Rekreasyon ve spor

Spor tek başına veya toplu olarak yapılan, kendine özgü kuralları olan, genelde bir yarışmaya dayanan bedensel ve zihinsel yetilerinin gelişimini sağlayan, eğitici ve eğlendirici uğraştır.

Spor evrensel kültürün bir parçası, dünyada dili, ırkı, dini farklı insanları birleştiren önemli bir vasıta. Dünya barışına katkı sağlayan bir etkinliktir, diyebileceğimiz gibi çağımız sporunu; fiziksel faydalarının yanı sıra insanların ruhsal sağlığını da olumlu yönde etkilemek, sosyal ve moral kazançlar sağlamak amacı ile yapılan hareketler topluluğu olarak da tanımlayabiliriz. Görüldüğü gibi sporun belirli sözcükle kalıplaşmış klasik bir tanımı yoktur. Spor rekreasyon faaliyetleri içinde en çok tercih edilen en kapsamlı olan etkinliklerdendir. Rekreasyon ve spor birbirini etkileyen kavramlardır (80).

Sporun boş zaman faaliyeti olması dışında yarışma seviyesinde de yapılması rekabet, hırs gibi duyguları içinde barındırması cazibesini artırmaktadır. Ülkeler arası veya yerel yapılan yarışmalar, olimpiyatlar kitleleri etkilemektedir. Spor yapmak isteyen her yaşta insanın bireysel veya takım halinde, istendiğinde açık havada, mevsime göre çeşitlilik göstermesi bunun yanında sağlığa olan faydalarından dolayı tercih nedenlerindedir. İnsanların boş zamanlarında spor yapması yanı sıra seyirci olarak katılabilmesi de sporun bir özelliğidir. Medeniyetlerin tarihine baktığımızda spor her zaman karşımıza çıkmaktadır. Dünya üzerinde çok eski çağlardan bu yana var olan bu olgunun ülkemizde de son yıllarda önemi daha çok anlaşılmıştır. Kitle iletişim araçlarının artması bunun en önemli sebeplerindedir (65).

Sporun insanlar üzerindeki yararlarını belirtmemiz gerekirse biyolojik, psikolojik, toplumsal olarak sayabiliriz.

a) Biyolojik Yararlar: En çok tercih edilme nedenlerinden biri biyolojik yararları olsa gerek. Yaşam kalitesini artırmak, sağlıklı ve dinç kalabilmek için spor önemlidir. Kişinin fiziksel performansını artırır. Bağışıklık sistemini iyi yönde etkiler. Yapılan fiziksel aktiviteler özellikle hareketli etkinlikler bireyin bedensel gelişimini sağlar. Tedavi edici yönleri vardır.

b) Psikolojik Yararlar: Çağımız çalışma şartları insanları stresle karşı karşıya bırakmaktadır. Stresten arınmak ve korunmak amacıyla spor yapılmaktadır. Spor vücuda zarar veren alışkanlıklardan uzak durmaya veya bırakmaya yardımcı olmaktadır. Psikolojik rahatsızlıklarda tedavi edici yararları vardır. Yeni insanlarla tanışarak sosyalleşme, eğlenme ve neşeye böylelikle ruh sağlığı dengeli kişiler olmasına yardımcı olmaktadır.

c) Toplumsal Yararları: Hareketsiz yaşam sağlık sorunlarına, ekonomik anlamda verimsiz iş gücüne sebep olmaktadır bu nedenle insanlar yoğun çalışma yükü, olumsuz çevre etkilerinden kurtulmak, beden ve ruh sağlığını korumak için spor etkinliklerine yönelmiştir. Spor her kesimden insanın bir araya gelerek yaptığı grup halinde hareket etmeyi öğrendiği yeni dostluklar edinmelerini sağlayan bir olgudur. Hükümetlerin sağlıklı bireylerden oluşan bir toplum elde etmek için bu yönde çalışmalar yapması gerekmektedir. Her yaşta, her kesimden insanın ulaşabileceği etkinlik alanları yapılmalı ve kanunlar düzenlenmelidir.

2.1.7.2. Rekreasyon ve çevre

Genel bir tanımla çevre, insan faaliyetleri ve canlı varlıklar üzerinde hemen ya da süre içerisinde dolaylı ya da dolaysız bir etkide bulunabilecek fiziksel, kimyasal, biyolojik ve toplumsal etkenlerin belirli bir zamandaki toplamıdır (72). Doğanın kendine özgü bir düzeni vardır. Bunun içinde ekolojinin temel öğretilerini incelediğimizde bunu on kural şeklinde özetleyebiliriz (32).

Bu kurallar şunlardır;

a) Doğanın bütünlüğü ilkesi: Ekologların 'besin zinciri' olarak adlandırdıkları olay; yani canlılar arasındaki beslenme ilişkilerinin bir zincirin halkaları şeklinde gösterilmesi, doğadaki canlıların birbirlerine bağımlılığını vurgular.

b) Doğanın sınırlılığı ilkesi: Dünyanın yuvarlak olduğunu yüzyıllardır biliriz ancak dünyanın sınırlı olduğu bilinci yeni yeni gelişmektedir. Doğanın sınırlılığı ilkesi yalnızca nüfus sorunlarıyla değil, sanayileşme ve kirlenme sorunlarıyla da karşımıza çıkmaktadır.

c) Doğanın özdenetimi ilkesi: Ekoloji konusuna sistem bilim açısından yaklaşan uzmanlar, doğayı ekolojik bir sistem olarak görürler. Genel bir kural olarak,

artan canlılığın nüfusu, sistemin sınırlarını zorlamaya başlayınca, bazı etkenler devreye girip nüfusu aşağı çekmektedir. Özdenetim ya da doğanın dengesi olarak bilinen durum, işte böyle etkenlerin ortaya çıkmasıyla gerçekleşmektedir.

d) Doğanın çeşitliliği ilkesi: Bir tahmine göre, doğada on ile otuz milyon kadar tür ve bu türlerin de ayrıca çeşitleri vardır. Ekoloji genelde, bitki olsun, kuş olsun doğadaki canlıların çeşitliliğini kendi çıkarımız için korumamız gerektiğini öğretir. Çevre sorunlarına tek tek değil birçok çözüm düşünmek, devamlı alternatif yaklaşımlar aramak, atılan adımın doğru çıkmadığı hallerde büyük zararları önlemektir. Çeşitliliğe ağırlık vermek toplumlar için uzun vadede sigorta olmaktadır.

e) Doğada hiçbir şey yok olmaz ilkesi: Çöpleri denize atarak suyun alıp götüreceğini düşünmek, sanayi atıklarını nehirlerle boşaltmak, linyit yakan santralin bacasını çok uzun yaparak dumanı çok yukarılara dağıtmak, nükleer enerji santrali artığını derinlere gömmek gibi yaygın kanıların temeli eskilere, dünyayı uçsuz bucaksız gördüğümüz devirlere dayanmaktadır. Çöplerimiz ve atık sularımız miktarca az, nitelikleri bakımından doğaya uygun ve de az zararlı maddeler olduğu sürece fazla bir sorun çıkmamaktaydı. Ancak, günümüz sanayi toplumunda bu durum çok değişiktir. Ortamda var olan madde veya enerji, bir şekilden ötekine dönüşebilir, ama yok edilemez. Er ya da geç ekosistemin bir yerinde ortaya çıkacaktır

f) Doğaya karşı elde edilen her başarının bir de bedeli vardır ilkesi: Her enerji dönüşümünde enerjinin bir kısmı işe yaramayacak kadar dağınık bir şekilde girer. Ekolojide bu ilkenin daha geniş çapta uygulamaları da mevcuttur. Doğada hiçbir şey bedava değildir. Her kazancın bir bedeli vardır. Yer ve teknoloji seçimi kötü planlanmış fabrikaların, termik ve nükleer santrallerin, şüphesiz yararları yanında, önemli toplumsal ve çevresel maliyetleri bulunduğunu da akılda tutmak gerekir.

g) Doğanın geri tepmesi ilkesi: Fizikte bilinen, her etkinin bir tepkisi olması kuralı, ekolojide de geçerlidir. Doğada bedelsiz yarar olamayacağı gibi, bazı durumlarda eldekini kaybetmek ihtimali de mevcuttur.

h) En uygun çözümü doğa bulmuştur ilkesi: Doğada gördüğümüz her canlı, milyonlarca yıllık bir süreç içinde geçirdiği sayısız uyarlamalarla, mevcut koşullara en uygun şeklini almıştır. Dolayısıyla, doğaya insan eliyle yapılan her

müdahale belli bir risk taşır, işte doğada yapılacak büyük çaptaki değişikliklerde zarara uğrama olasılığının, yarar sağlama olasılığından genelde daha yüksek olduğunu söyler bu ilke.

i) Kültürel evrim ve geleneksel ekolojiye saygı ilkesi: Doğadaki canlıların evrim yoluyla mevcut koşullara en uygun biyolojik özellikleri kazandıklarını bilmekteyiz. Bir de insanların nesiller boyunca kendi deneyimleriyle geliştirdikleri uyumlar vardır. Bunlar da ekolojik uyumdur, ama biyolojik evrimle değil de, kültürel evrimle ortaya çıkmıştır. Eski toplumların her yaptığını elbette yüceltemeyiz. Ama bilimsel olarak henüz kanıtlanmayan şeylerin yok sayıldığı bu bilim teknik çağın da, ekoloji bize eski kuşakların doğa bilgisine saygı göstermeyi öğretir.

j) Doğa ile birlikte gitmek ilkesi: Günümüz sanayi toplumlarında doğaya aykırı tutumlara çok sık rastlanmaktadır. Kısmen doğaya yabancılaşmanın bir sonucudur diyebiliriz. Kısmen de olsa 18. yüzyıldan bu yana batı bilimciliğinin “doğaya egemen olma” tutkusu ile ilgili olarak ortaya çıkmıştır. Giderek doğaya dönüş yaşanmaktadır

Çevre her an içinde bulunduğumuz insanı etkileyen dış etkenleri içine almaktadır. Günümüzde sanayinin gelişmesiyle birlikte ile çevre kirliliği artmıştır. Fabrika atıkları hem insan sağlığını hem de doğadaki ekolojik dengeyi bozmaktadır. Çevredeki bu kirlilik insan sağlığını tehdit etmektedir. Küresel ısınma, ozon tabakasının delinmesi, denizlerdeki kirlilik yaşayan canlıların neslinin tükenmesi gibi sorunlar önümüze çıkmaktadır. Gelişen teknoloji etkinliklerin yapılması için suni çevrenin oluşturulmasını kolaylaştırmıştır. Yapılan bu alanlar çevre sorunlarının oluşmasına neden olmaktadır

Artık günümüzde çevreye verilen zararlar fark edilmiş önlem alıcı tedbirler alınmaya başlanmıştır. Ülkeler arasında dünya dengesini korumak için sözleşmeler imzalanmaktadır. Örneğin Kyoto sözleşmesini imzalayan ülkeler karbon dioksit ve sera etkisine neden olan diğer beş gazın salınımını azaltmaya veya bunu yapamıyorlarsa salınım ticareti yoluyla haklarını artırmaya söz vermişlerdir.

Rekreasyon faaliyetleri ile ilişkilendirecek olursak etkinliğin çeşidi, yapıldığı yer doğanın düzeninin bozulmasına neden olabilmektedir. Sahil bölgelerinde ve göl kenarlarında birçok insanın barınması, araç kullanılması, yapılan

etkinliklerle sahil kumları erozyon başlatabilmekte ve kumlar tarım arazilerine akarak verimsizleşmesine sebep olmaktadır. Böylelikle göllerin ve sahillerin ekolojik dengesi bozulmaktadır. Rekreasyon etkinliklerinin yapılması için tesisler yapılırken yapılan tesisler ve etkinliklerle çevreye zarar verilmemesi planlanmalıdır. Projelerin bu yönde hazırlanması için yaptırımlar getirilmelidir. Olimpiyatlara aday olan ülkelerden istenen şartlara bakıldığında çevre bilinci önemli bir yer teşkil etmektedir. Olimpiyatlar için ayrılan tesislerin doğaya zarar vermemesi, atıkların geri dönüşümü, alt yapı çalışmalarının yeterliliği gibi özelliklere bakılmaktadır.

2.1.7.3. Rekreasyon ve turizm

Genel bir değerlendirme yapacak olursak turizm; İnsanların yeni yerler görmek, eğlenmek, dinlenmek, alışveriş yapmak amaçlı yer değiştirerek yaptıkları gezilerin tümüne turizm denir (74).

Turizm ve rekreasyon birbiriyle bağlantılı konulardır. Turizm genellikle eğlenmek, rahatlamak ve yaşam kalitesini artırmak amaçlı yapılmaktadır. Genel olarak insanların hayat kalitesini artırarak, tatmin düzeylerini etkilemektedir. Dolayısıyla rekreasyon ile turizm arasında ortak bir yaşam ilişkisi ortaya çıkmaktadır. Bu nedenle, rekreasyon ve turizm arasındaki ilişki ve etkileşimler giderek artan bir ilgiyle araştırma konusu yapılmaktadır (52).

Çalışma hayatının yanı sıra insanların özgür olarak kullanabilecekleri boş zamanın önemli bir ihtiyaç olduğunun kabul edilmesi ve özellikle gelişmiş ülkelerde, rekreasyon etkinlikleri olarak yeni yaşam biçimleri yaratmıştır. Bu yaşam biçimlerini etkileyen rekreasyon uygulamaları, hem çeşit hem de katılan insanlar bakımından sürekli zenginleşmiştir. Bu etkinliklerin en önemli aşamasını turizm oluşturmaktadır. Günümüz insanları, sayıları milyonları bulan bir yoğunlukta, çalışma dışı zamanlarında bilmedikleri yerleri ve toplumları görmek tanımak yoluyla, dinlenmek ve eğlenmek yolunu seçmektedirler. Bu çağdaş toplumun, bir yaşam biçimi, kültür ögesi durumuna gelmiştir (33).

Bir ülkede turizmin gelişmesinde rekreasyonun önemli bir yeri vardır. Gerek sosyal sorumluluk gerekse turizmin gelişmesi açısından rekreasyonel etkinliklerin gerçekleştirilmesi ve desteklenmesi kamu kurumlarının ve özel kuruluşların

sorumluluğudur. Bu kuruluşlar bütünleşme içinde dengeli ve akılcı biçimde rekreasyonel etkinlikleri gerçekleştirmeli ve desteklemelidirler (110).

Bu etkinlikler sayesinde rekreasyonun gelişmesine turizm önemli bir katkıda bulunmaktadır. Fakat bunların en etkili olanı 1930'larda başlayarak birçok ülke tarafından kabul edilen yıllık ücretli izin hakkının genelleştirilmesidir. Özellikle çalışan kesimin tatillerini yaz aylarında değerlendirmek istemeleri kitle turizmini geliştirmiştir.

Rekreasyonel turizmi meydana getiren üç aşama vardır (36);

- a. Hızla artan insan nüfusuna bağlı olarak ortaya çıkan talep,
- b. Bu talebi doğuran ihtiyaçlar,
- c. Bu ihtiyaçları karşılayabilecek arzın doğuşu, bir başka ifadeyle rekreasyonel turizm alanına yatırım yapacak özel girişimcilerin ortaya çıkışı.

Modern toplumların yaşamının önemli bir parçası olan turizm içinde spor son yıllarda çok önemli bir yere gelmiştir. Bu ilişki sporun insan ve toplum yaşamında önemli bir yer almaya başlaması ve turizm sektörünün bundan faydalanmak istemesiyle ortaya çıkmıştır. Özellikle bulunduğu şehirle özdeşleşen turnuvalar yarışlar düzenlenmektedir. Seyirci, basın yayın çalışanları, sporcuların tüm ihtiyaçlarının giderilmesi bir turizm hareketliliği oluşturmaktadır.

2.1.7.4. Rekreasyon ve ekonomi

Ekonomi, insanların yaşayabilmek için üretme, ürettiklerini bölüşme biçimlerinin ve bu faaliyetlerden doğan ilişkilerin bütünüdür (59).

Rekreasyon uygulamaları yapılan alt yapı çalışmaları, harcamalar, vergi ödemeleri, teknik malzeme üretimi ve satışları ile ekonomiyi desteklemektedir. Başka bir yönden de boş zaman ekonomik refahın önemli değerlerinden biri olarak kabul görülmektedir. Teknolojik gelişmeler sonucu ortaya çıkan emeğin daha verimli kullanılması çalışma sürelerinin azalmasına ve boş zaman sürelerinin de uzamasına neden olmuştur. Artan boş zamanın değerlendirilmesi ise, boş zaman sürelerinin çoğalması olayının dışında ikinci ve önemli bir boyutu da ortaya koymaktadır. Boş zaman, elbette çalışan kesime mahsus bir olguda değildir. Çocuklar ve gençler dahil

her kesimi ilgilendirmektedir. Boş zamanı değerlendirme, zamanı boşa geçirmek değil, kişinin severek ve isteyerek yaptığı, kendisine ve topluma yararlı faaliyetleri de kapsamaktadır (105).

Boş zamanın artışı, rekreatif faaliyetler alanında yapılan organizasyonları artırmaktadır Ulusal veya uluslararası yapılan organizasyonlar bu yönde bir iş kolu oluşturmuştur. İş imkânı, firmaların ödediği vergiler, insanların bu yönde yaptığı harcamaların artışı ekonomiyi canlandırmaktadır. Bunun farkına varan özel ve resmi kuruluşlar hizmet için tesisler yapmış, kullanılacak malzemenin üretimi için işyerleri açmıştır (38).

Rekreatif spor, satılan araç gereçleri, yapılan tesisler ve bunların işletim maliyetleri, organize edilen etkinlikler ve bu etkinliklerin ekonomik girdileri açısından incelendiğinde, bilhassa gelişmiş ülkelerde, ülke ekonomisinde önemli bir yer tutmaktadır. Örneğin ABD de; savunma sanayinden sonra rekreatif etkinliklerin ülke ekonomisinin ikinci büyük gücü olduğu bazı yazarlar tarafından dile getirilmiştir (75).

Spor, bilhassa rekreatif felsefesiyle yapıldığı taktir de, insan yaşamının önemli bir parçası, bir tutkusu haline gelmektedir. Bu durumda insanlar onun için vakit ayırmakta ve harcama yapmaktadırlar. Bu nedenle ülke ekonomilerinde ikinci büyük güç olmasına şaşırılmamak gereklidir.

2.2. MOTİVASYON HAKKINDA GENEL BİLGİLER

Bireylerin günlük yaşantılarında gösterdikleri birçok davranışın hızı, şiddeti ve sürekliliğini belirleyen bir takım etkenler vardır. Bu etkenler, içten (bireyin kişisel özellikleri) ya da dıştan (çevre) gelen çeşitli faktörlerden etkilenmektedir. Ancak günlük yaşamda sıradan davranışlardan farklı olarak eğitimde, kasıtlı davranış kazanma ve kazandırma dikkate alındığında; bireyin davranışı kazanıp ve sürdürmesinde rol oynayan etkenlerin kontrol edilmesi ve etkin kullanımı önem kazanmaktadır (6).

Motivasyon kavramı, her zaman kulağa biraz gizemli bir kavram gibi gelir. Motivasyon denince, sanki insanların üstüne serptiğinizde herkesin, birdenbire enerjisiyle yüklü hale geldiği ve verimli çalışma isteği ile dolduğu, sihirli bir toz gibi bir şey düşünülür. Aslında, motivasyon kavramı hiç de öyle gizemli bir şey değildir.

Motivasyon, bireylere karşı nasıl davranıldığıyla ve bireylerin yaptıkları iş hakkında neler hissettikleriyle ilgili bir şeydir. Ancak insanları motive etmek ve motivasyonlarının sürmesini sağlamak görüldüğü kadar kolay değildir (71).

Motivasyon, Latince "hareket etme" anlamına gelen mot kökünden gelmektedir. Davranış bilimlerinde motivasyon, içten gelen itici kuvvetlerle belli bir hedefe doğru yönelen amaçlı davranışlar için kullanılır. Motivasyon, istekleri, arzuları, gereksinimleri, dürtüleri (açlık, susuzluk, cinsellik gibi) ve ilgileri içeren bir kavramdır. Motivasyon bu terimler dikkate alınarak tanımlanmıştır. Buna göre motivasyon, insanları belirli durumlarda belirli davranışa yönelten etkenlerin tümüdür. Motivasyon insanların başarılı olmalarına, kişisel tatmine ulaşmalarına yardımcı olmaktadır (48).

Motivasyon (güdüleme), genel anlamda, insan organizmasını davranışa iten, bu davranışların şiddet ve enerji düzeyini tayin etmeyi, davranışlara belirli bir yön vermeyi ve bunun devamını sağlayan çeşitli iç ve dış sebepleri ve bunların işleyiş mekanizmalarını kapsar (11). Genellikle güdülenme ile organizmada genel bir etkinlik artışı söz konusudur. Canlı varlık ya hoşlandığı bir nesneye yönelir, yada kendisi için zararlı bir nesne veya durumdan kaçma eğilimi gösterir. Bireyi bir iş ve eyleme yönelten güdülerden en önemlisi, bireyin içinden gelen güdülerdir (17). Bir başka açıdan güdülenme; yapılacak eylemin yönünü, gücünü ve öncelik sırasını belirleyen, organizmanın kaynaklanan dürtülerin geçmesine denir (78). Güdü bireye amaçları doğrultusunda hareket etmesi için enerji verir ve harekete geçirir. Bu nedenle öğrencilerin öğrenme sürecinin başında öğrenmeye karşı güdülenmeleri büyük önem taşır. Güdülenme biçimleri açısından bireyler arasında önemli farklılıklar vardır. Bu farklılıklara onların belli bir işe güdülenmelerini olumlu yada olumsuz yönde etkiler (37). Günlük yaşamdaki davranışlarımızın çoğu amaçsız değil, belirli hedef ya da hedefleri olan davranışlardır. Örneğin, lokantaya gitmemizin hedefi, büyük bir olasılıkla, karnımızı doyurmaktır. Ders çalışan bir öğrencinin hedefi, derslerini başarı ile tamamlayıp okulunu bitirmektir. Davranışları inceleyen bir bilim dalı olan psikolojide, bir hedefe yönelik davranışların başlaması ve devam etmesi güdü kavramı ile açıklanmakta ve bu tür davranışlar güdüsel davranışlar olarak adlandırılmaktadır (100). Motivasyon, bireyleri belirli amaçlara doğru yönlendirdiği ve enerjisinin bir kısmını bu amaçların gerçekleşmesine ayırmaya sevk

ettiği bir olgu olduğudur (79). Şu halde, motivasyon bireylerin davranışlarında bir değişiklik aramaktadır. Ancak bu değişikliğin meydana gelmesi, başka bir deyişle, bireyin motive olması için, bireyin sahip olduğu kognitif yapısının değişime uğraması gerekir. İnsanın algılama biçimini, çevresindeki çok sayıdaki kaynaklardan gelen işaret ve bilgiler topluluğu belirler. Gerçekte, motive edici güç veya etkinin, bir mozaik gibi farklı öğelerden oluşan bu işaret ve bilgileri değiştirmeye yönelik olması gerekir. Aslında, birey organizmasını eyleme geçiren, yalnızca dışarıdan gelen “sociogenic” güdüler değildir. Aynı zamanda, birey davranışının altında yatan “biogenic” güdüler topluluğu da, bir davranış belirleyicisidir. Hem iç güçlerin, hem de dış güçlerin biçimlendirdiği insan davranışını değiştirebilmek için bu kaynaklara etki etmek gerekir (44). Aynı olaya farklı açıdan baktığımızı zaman zaman gözlemlemiştir. İnsanları algı açısından birbirinden farklı kılan şey, kendi duygusal ve düşünsel çerçevelerine göre anlamaları ve yorum yapmalarındır. İnsanın davranış biçimine ihtiyaçlar ve motivasyonları yön verir (48).

Birey, birbirinden farklı fakat birbirinden ayrılamaz, birbirlerini tamamlayan iki ortam içinde yaşamaktadır “Biyolojik ve sosyal ortam”. Bu iki ortamın bireyden istedikleri ve bireyde neden oldukları stres birbirinden farklıdır. Hatta çoğu zaman birbirleri ile çelişirler. Örneğin, karnı aç olan bir insan, her ne pahasına olursa olsun karnını doyumak ister, çünkü varlığı tehlikeye girmiştir. Ancak sosyal ortam bireyin hırsızlık yaparak karnını doymasına izin vermez. Buna göre motivasyon, biyolojik ve sosyal motivasyon olarak ikiye ayrılabilir. Bireyin organik varlığını sürdürmeye yönelik davranışlarının nedeni, biyolojik dürtü ve içgüdüler biyolojik motivasyondur. Örneğin; yemek, içmek, uyku gibi. Buna karşılık, birey toplum ile olan ilişkilerini kendi organizma ve yaşamı için rahatsızlık vermeyecek, sürtüşmelere yol açmayacak bir biçimde sürdürmek zorundadır. Bu amaçla yaptığı davranışlarda sosyal motifler hakimdir (31). Toplumsal yaşamda, bireyin bencil istekleri ile toplum yaşamının gerekleri arasında her zaman bir çatışma söz konusudur. Buna karşılık, birey yalnız organik varlığını değil, aynı zamanda sosyal varlığını da sürdürmek zorundadır. Ayrıca, var olmak, varlığını sürdürmek de kişiye yeterli değildir. Toplumda beğenilmek, takdir edilmek, başkalarına üstün olmak gibi heyecanlı faktörler de kişinin davranışlarını etkiler. Çocuk, doğumundan, erişkinliğe kadar geçen zaman içinde, bir taraftan toplum ile ilişkilerinin bir takım

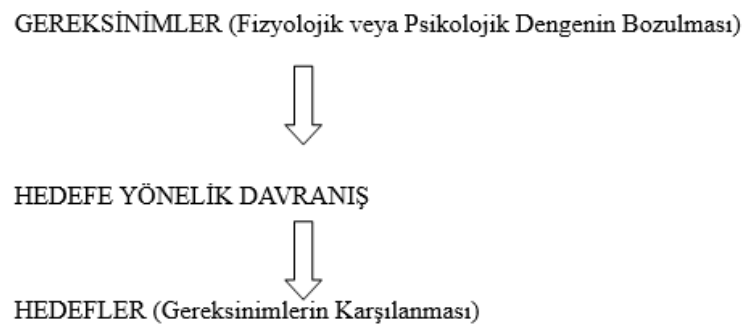
sürtüşmelere yol açmasından kaçınmayı, diğer taraftan, toplum tarafından beğenilmeyi, takdir edilmeyi sağlayacak davranışlarda bulunmayı, yani hem topluma uymayı, hem de toplumun üzerine çıkmayı öğrenmek zorundadır. Bir cümle ile özetlenecek olursa, sosyal motivasyonlar, öğrenilen koşullu motivasyonlardır. Bütün bunlar, toplumda bazı kişilerin, sanat gibi, spor gibi, politika gibi, biyolojik ve sosyal varlığı sürdürmek ile direkt bağlantısı olmayan alanlara niçin yöneldiğini açıklamaktadır. Varlığını sürdürmek kişiye yeterli değildir (20).

2.2.1. Motivasyon ile ilgili tanımlar ve kavramlar

2.2.1.1. GÜDÜ

Davranışa enerji ve yön veren güçtür; bu güç organizmayı etkileyerek bir amaç için harekete geçmeye sevk eder (107). GÜDÜLENME davranışı anlamada çok önemli bir süreçtir. Diğer psikolojik süreçler gibi güdülenme de gözle görülmeyen varsayımsal bir olgudur. Genelde güdülenme sürecinde üç aşamadan söz edilir. Bu üç aşamayı şekildeki gibi gösterebiliriz (19).

Bireyde fizyolojik veya psikolojik dengenin bozulması ile eksiklik ortaya çıkar. Bu eksiklik durumu gereksinimleri yaratır. Gereksinimler de hedefleri belirler ve hedefe yönelik davranışa yol açar (19).



Şekil 2.1. GÜDÜLENME süreci (19).

İnsanların gereksinimleri giderilmezse insanlar huzursuzluk duygusu içerisinde bulunurlar. Giderilmeleri için bir baskı bir dürtü mevcut durumdadır. Gereksinimlerin giderilmesi gecikince, yaşamsal tehlikeler bile söz konusu olabilmektedir. İnsanların gereksinimlerini hangi yöntemlerle ve araçlarla giderebilecekleri hususunda hedefe bilinçli bir şekilde yönelmelerine güdü

denilmektedir. İnsan gereksinimlerini tatmin edip, huzursuzluğunu giderince huzurlu ve dengeli duruma dönmektedir (59).

2.2.1.2.İhtiyaç

Fizyolojik ve psikolojik dengenin bozulmasından doğan eksikliklerdir (48). Organizmada homeostatik denge bozukluğunu ya da bir eksikliği gösterir. Bir gereksinim ortaya çıktığında, birey gerginlik ve huzursuzluk duygusu duyar (35).

2.2.1.3. Dürtü

Fizyolojik bir ihtiyacın neden olduğu genel rahatsızlık ve gerginlik durumuna dürtü (drive) adı verilir. Dürtü, fizyolojik bir ihtiyacın psikolojik sonucudur (48). Organizmada homeostatik denge bozukluğu olduğunda, onu denge bozulduğunu giderecek davranışlara yönelten bir iç uyarılma, gerginlik, itmedir (35). Canlı varlıkların yaşamlarını sürdürebilmeleri bakımından eksikliği duyulan maddelerin giderilmesi için organizmadaki enerji yoğunlaşmasıdır (73). Kısaca fizyolojik ihtiyaçların organizmayı harekete geçirmesidir (48).

2.2.1.4. İçgüdü

Belirli uyaranlara karşı organizmanın gösterdiği öğrenme sonucuna bağlı olmayan davranışa denir (analık, korunma, sahip olma içgüdüleri (99). Öğrenime az, buna karşılık sinir sistemindeki kalıtımla gelen bağlantılara büyük ölçüde bağımlı olan özgün eğilimlere (original tendencies) içgüdüler adı verilir (104).

2.2.2. Motivasyon ile ilgili kuramlar

2.2.2.1.Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisi

Amerikalı araştırmacı Abraham H. Maslow, 1954 yılında yaptığı klinik gözlemlerine dayanarak insan ihtiyaçlarının (ya da güdülerinin) piramit şeklinde bir hiyerarşiye tabi olduklarını bulmuştur. Maslow'un bu sınıflandırmada temel aldığı iki varsayım vardır (87):

- a) İnsan davranışlarının temelinde ihtiyaçlar vardır;
- b) Bazı ihtiyaçların tatmini diğerlerinden daha önemlidir. İnsanlar önemli ve şiddetli olan bu ihtiyaçlarını karşıladıktan sonra diğer ihtiyaçlarını karşılama yoluna giderler. Dolayısıyla "bireylerin davranışını anlayabilmek için onların ihtiyaçlarının neler olduğunu bilmek gerekir".

Maslow'a göre insanların davranışlarının temeli olan ihtiyaçlar beş basamakta ele alınabilir ve bunlar sırasıyla şöyledir (87):

a. Fizyolojik İhtiyaçlar: Bunlar insanın biyolojik olarak yaşamını sürdürebilmesi için gerekli olan ihtiyaçlardır. Açlık, susuzluk, cinsellik (neslini devam ettirmek), uyumak, boşaltım, nefes alıp vermek, barınma gibi ihtiyaçlar bu kategoridedir. Buna göre, açlık problemi olan bir insana hürriyet, sevgi, sanat gibi konular anlamsız gelir. Bunun için Eroğlu, “henüz fizyolojik ihtiyaçların yeterince karşılanmadığı az gelişmiş ülkelerde, hak adalet, eşitlik ve hürriyet gibi demokratik idealleri, kitlelere benimsetmekte zorluk çekilmektedir” demektedir (43). Karnı aç olan insanların aklına bu sayılan yüksek ideallerle ilgili düşünce gelmemektedir.

b. Güvenlik İhtiyaçları: Fizyolojik ihtiyaçları karşılanan kişinin bundan sonra ihtiyaç hissedeceği şey güvenlik olacaktır. Emniyet, güven, düzen ve değişmezlik bu kategoride değerlendirilmektedir. Bu aşamada insanın kendine fiziki, ekonomik, sosyal ve belki de siyasal olarak güvenli bir ortam oluşturma ihtiyacı ortaya çıkacaktır. Simdi ki ve gelecekteki güvenlik düşünülmektedir. Örneğin, yaşamını sürdürebileceği, geçimini sağlayacağı güvenceli, sigortalı bir iş araması, kendine güvenli bir barınak yapması, güvenli bir sosyal ve siyasal çevre oluşturmaları (kendi kan hısımlarına yakın yaşamaları, bir siyasal kurum olan devleti oluşturmaları) hep bu çerçevede değerlendirilebilir. İşten atılma korkusunun temelinde ise yine fizyolojik ihtiyaçların içinde bulunulan zaman diliminde ve daha sonra karşılanamaması endişesi vardır ve kişinin ruhsal durumunu olumsuz yönde ciddi olarak tehdit eder. “İşe ve amire karşı güvensizlik, ihtiyarlık korkusu ve buna benzer korku ve tehditlerin insanoğluna yarınını güven ve garantiye alma arzusunu verdiğini” belirten Eren, bu ihtiyacın fazlaca garantiye alınmasının insan için zararlı olabileceğini de ilave etmektedir. Örneğin, bir kimse çalışsa da ücretini alacağı duygusu uyandırdığı bir işyerinde “rekreasyonel iş yapma ve yaptırma” olanaklarının yitirileceği belirtilmektedir. Eren, güvenlik ihtiyaçlarını fazlaca karşılamının bir diğer sakıncasının da bu güveni sağlayan kişi ya da örgüte aşırı bağlılık sonucunda çalışanın üretkenlikten düşeceği, kendine güvenlik sağlayan kişi ve örgütü memnun etmeye çalışabileceği ihtimalinin olduğunu belirtmektedir. Ayrıca, “insan, başka birine bağlı ve borçlu olursa kendi kendine değer verme ve yaratma gibi yüksek

düzyeyde ihtiyaçlar tatmin edilemeyecek ve insan kişiliğinden önemli şeyler kaybedebilecektir” (39).

c. Ait Olma ve Sevgi İhtiyacı: Maslow burada insanların sosyal bir varlık olması yönü üzerinde durmaktadır. Bu ihtiyaç insanların toplu yasama içğüdüsyüyle ilişkili olduğunu belirtmektedir. İnsan diğer insanlarla bir arada yaşamak, onları sevmek ve onlar tarafından sevilme ister. Sevmek ve sevilmenin olmadığı yer kişiye sıkıntı verir onu rahatsız eder. Sürekli sevgi arayışı içinde olan insan bunu bulabileceği gruplar arayacak ve onların içinde yaşayacaktır. Sevip sevilbileceği aile, iş, millet vb gibi ortamlar arayacaktır. Ait olma ve sevgi ihtiyacını belli bir süre karşılayamayan fert, ihtiyacı karşılanırsa bile bunun etkisini uzun süre üzerinde taşıyacaktır (43). Kişinin sevmek sevilme ihtiyacını tatmin etmek için içinde bulunduğu organizasyonun bu ihtiyacı gideremediği durumda başka organizasyon (grup, toplum, topluluk vs) arayacaktır (39). Ait olma ve özellikle sevgi ihtiyacının karşılandığı en temel kurum ailedir. Ailedeki sevgi ve aidiyet duygusu yaşamın değişik dönemlerinde bireyin kişiliğini de etkiler bir şekilde kendini göstermektedir. Anne-baba, kardeşler ve yakın akraba çocuğun sevmek-sevilme duygusunu tatmin etmektedir.

Kendisi aile kurunca da bu sevgiyi eşi ve çocuklarına aktarmaktadır. Eğer yetiştiği ailede sevgi tatmini sorunlu ise kurduğu ailede ve toplumda da bu gereksinimin karşılanmasında sorunlar yaşanmaktadır.

d. Takdir ve Saygı İhtiyaçları: Maslow’un takdir ve saygı ihtiyaçlarının iki yönlü olduğu görülmektedir. Birincisi bireyin başarı, hizmet gibi nedenlerle başkaları tarafından değer görmesi, takdir edilmesi; ikincisi ise kişinin kendi kendine saygı göstermesi, kendini takdir etmesidir. Başarısı ve hizmetleri başkaları tarafından onanan insanın kendine güveni gelir. Maslow (87), bu gruptaki ihtiyaçların başkalarının takdirini kazanmayla ilgili yönünü prestij, statü, başkalarınca tanınma, önemli olma (görünme), arkadaş çevresine egemen olma şeklinde; kendini takdir etme kısmını ise başarılı olma, kendine saygı duyma, kendine güvenme, bağımsız olma, isinde uzmanlaşma şeklinde örneklendirmektedir. Hanks, K. (55), takdir ve saygı ihtiyaçlarının bu ikinci aşamasının “insanın kendi benliğini asarak, mükemmelliğe doğru bir geçiş yapma çabasıyla yakından ilgili” olduğunu vurgulamaktadır. Bu ihtiyaçların giderilmesi, kişilerin aşağılık duygularından

kurtularak kendilerine güven kazanmalarına yol açacaktır. “Evrensel bir kompleks olan aşağılık duyguları, ancak bu ihtiyaç grubunun yeterince karşılanmış olmasıyla giderilir. Buna dayanarak bu kategoriye gelmiş ve makul ölçüde bu tür ihtiyaçlarını tatmin etmiş olan kişilerin, çeşitli nevrozların baskısından kurtulması da kolaylaşacaktır.” Eren (39) de toplum içindeki statünün kişiye başkalarının verdiği değerle oluştuğuna dikkat çekmektedir.

e. Kendini Gerçekleştirme: Birey yukarıdaki ihtiyaçlarını giderse bile eğer hala yetenek, bilgi, beceri itibarıyla kendini tam olarak ortaya koyamadığını düşünüyorsa içinde bir boşluk hissedecek ve bu eksikliği gidermeye çalışacaktır. İşte buna kendini tamamlama, kendini gerçekleştirme denilmektedir. Burada kişinin meslek, bilim, sanat, din, siyaset vs alanlarda en tepe noktalara çıkmasının yanında onun örnek gösterilecek niteliklere erişmesi gerekmektedir. Yani, amaç ideal insan, bilge kişi özelliklerine erişmektir.



Şekil 2.2. Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisi (87).

Piramidin en üst basamağına herkes ulaşamayabilir. Buraya peygamberler, azizler, erenler, liderler (Alparslan, Fatih, Atatürk gibi), büyük sanatkârlar (Mimar Sinan gibi), büyük bilim adamları (Einstein) vs. erişebilir. Ancak kendini gerçekleştirenler (self actualisation) her zaman böyle unlu kimseler olmak zorunda değildir. Hayatı anlamlı gören, yapıcı, insanlara karşılıksız olarak faydalı olduğunu düşünen kimseler de kendini gerçekleştirmiş olarak addedilir. İnsanların, bu gibi duyguları yaşadığı hayatlarının bazı anlarında da kısa süreli doruk yaşantılarının (peak experience) olduğu görülebilir (87).

Bunlardan ilk iki grup ihtiyaca temel (birincil) ihtiyaçlar, son uç gruba ise sosyo-psikolojik ya da ikincil ihtiyaçlar denilmektedir (39). Bireyin temeldeki bir ihtiyaçı karşılanmadan bir üst düzeydeki ihtiyaçlar ortaya çıkmaz. İnsan alt düzeydeki ihtiyaçları karşılanınca üst düzeydekilere hazır hale gelir. Örneğin “aç ayı oynamaz” atasözünde insanın temel fizyolojik gereksinimini gidermeden eğlenemeyeceği anlatılmaktadır. İhtiyaçlar sıralamasında zamana ve duruma göre iniş ve çıkışlar olabilmektedir. Örneğin, iş olanaklarının bol, ücretlerin yüksek olduğu dönemlerde sosyal ve değer ihtiyaçları; işsizliğin olduğu dönemlerde de işçiler iş kaybetme korkusuyla düzenli iş veren işleri (güvenlik ihtiyaçı) tercih edeceklerdir (39). Maslow ile ilgili son olarak şunları söylemekte fayda vardır. (A) Bir üst güdüye gidebilmek için alttaki güdünün %100 doyurulması yerine belli bir ölçüde doyurulması yeterlidir. (B) Düzey farklılığı bireyden bireye, kültürden kültüre değişir. Bazıları için emniyet, bazıları için sevgi önemlidir. (C) Aile ortamı ve kültür hangi güdü ve ihtiyaçların önemli olduğunu belirler. Mutluluk için Batı toplumlarında maddeci materyalist değerler önde iken Yunus Emre, Mevlana, Hacı Bektaş-ı Veli gibi manevi liderlerin yoğurduğu Anadolu insanına ise manevi değerler mutluluk vermektedir (88). Maslow’un ihtiyaçlar piramidi genel olarak incelendiğinde tepede ideal insan, alt basamaklarda ise insanı bu ideallığe götüren ara ihtiyaçlar vardır. “En yüksek değere sahip olan ihtiyaçlar en kısıt tatmin olunan ihtiyaçlardır” (39). Amaç-araç ilişkileri açısından Maslow’un bulgularına yaklaşacak olursak amacın kendini gerçekleştirmek, araçların ise diğer basamaktaki ihtiyaçlar olduğu görülür. Bu açıdan bakınca kişinin kendini gerçekleştirmesi için alt düzeydeki temel ve sosyo-psikolojik ihtiyaçların belli ölçülerde karşılanması gerekmektedir. Maslow’a göre bu ihtiyaçlar karşılanmazsa amaç gerçekleşmez. Amaç-araç ilişkisi ele alınacak olan yabancılaşma kavramı açısından önemlidir. Bu ilişki yabancılaşma olgusu çerçevesinde daha detaylıca ele alınacaktır.

2.2.2.2. Hedefi gerçekleştirme kuramı (Achievement goal theory)

Zaman zaman, bir sporcunun yarışmayı kazanmasına rağmen çok mutlu olmadığını görürüz. Bazen de, beklenilenin altında performans göstermesine rağmen, sporcu kendini zorlayan rakibini izler ve kendi performansına ulaşamadığını görüp birinciliği garantilediğinde sevinir. Her iki sporcu da birinci olmalarına rağmen neden farklı davranmaktadırlar? Çünkü önemli olan nokta, sporcunun eylemindeki

temel başarı hedeflerini belirlemiş olmasıdır (99). Diğer bir ifadeyle spor ortamında yaşanan ilginç bir olaya ender de olsa tanık olmuşuzdur. Bu olay, örneğin bir uzun atlayıcının o yarışmada kendisine birincilik kazandıran bir atlayış yapmasına rağmen bu atlayışından hoşnut olmaması, memnuniyetsizliğini kürsüde de sürdürmesidir. En çok tanık olduğumuz olay ise beklenilenin çok altında bir performans göstermesine karşın, sporcunun kendisini zorlayan rakibini izlemesi, kendi performansına ulaşamadığını görüp birinciliği garantilediğinde sevinç çığlıkları atmasıdır (111).

2.2.2.3. Benlik yönelimli hedefler (Ego involvement)

Sporcu yarışmayla ilgili olarak kendi yeteneğini rakiplerinin yeteneğiyle karşılaştırır. Başarı durumunda kendini “yetenekli”, başarısızlık durumunda kendini “yeteneksiz” olarak değerlendirir. Ancak kazanmanın doğrudan ve salt yetenekle mi, yoksa çok çalışmayla mı ilgili olduğu açık değildir (112). Dolayısıyla başarı ya da başarısızlıkta sporcu ya “yetenekliyim” ya da “yeteneksizim” değerlendirmesinde bulunur. Böyle bir değerlendirmenin tehlikesi ortadadır. Çünkü rakip kazanırken gerçekten yetenekli olduğu için mi kazanmıştır yoksa çok fazla çalıştıkları için mi? Bunu belirlemek güçtür. Üstelik bu değişkenleri kontrol etme olanağı da yoktur. Ama yanlış bir genel geçer anlayış, yenmişseniz başarılı, yenilmişseniz başarısız olarak değerlendirmede bulunulmasıdır (111).

2.2.2.4. Görev yönelimli hedefler (Task involvement)

Sporcu hedeflerini kendi performansına göre belirler. Bu yönelimdeki bir sporcu kendisini başka sporcularla karşılaştırmaz. Önemli olan kendi performans düzeyidir; sporcu daha önceki yarışmalardaki performansıyla şimdiki performans düzeyini karşılaştırır. Şimdiki performansı daha iyiye, bunu başarı olarak nitelendirir. Rakibin kim olduğu, ya da rakibin derecesi önemli değildir (35). Diğer taraftan görev yönelimli bireyler kendi kişisel performanslarına göre hedefler belirlerler. Yani burada sporcu kendisini başka bir sporcu ile kıyaslamaz. Onun performansına bakmaz. Kendi performansı ön plandadır. Kendisinin daha önceki performans düzeyi ile o andaki performans düzeyini kıyaslar. Eğer bir gelişme varsa “başarı” olarak nitelendirir. Rakiple değil, yapılacak görevle ilgilidirler. Görevle ilgilenildiği için rakibin kim olduğu önemli değildir. Dolayısıyla rakibin kimliği, baskı yaratan bir faktör olarak ortaya çıkmaz (111).

2.2.2.5. Sosyal kuram (Cognitif theory)

İnsanın dünyayı algı tarzı, her şeyden önce onun içinde bulunduğu fiziki ve sosyal çevresinin mahiyetine bağlıdır. Belli bir kültür grubuna mensup kişiler, aynı sosyal ve fiziki çevreyi paylaşan, benzer problemlerle karşılaşan insanlar kognitif dünya benzerlikleri gösterir. Buna rağmen; aynı fiziki ve sosyal çevrenin içinde yaşayan insanların dünyayı algılama tarzları birbirine benzer olsa da, fertler arasındaki fizyolojik farklılıklar, zekâ dereceleri, kabiliyetleri, dünyayı, öğrenme tecrübeleri, istek, arzu ve ihtiyaçları; geçmişe ait tecrübeleri ve geleceğe ait ülküleri, inanç sistemleri dünyayı farklı algılamaya neden olurlar. Mesela bir sosyal tabakalaşma piramidinde farklı tabakalarda yer alan fertlerin fiziki ve sosyal çevreleri, kültür ve dünyayı algılamaları (dünya görüşleri ve hayat tarzları) birbirinden ayrıdır. Üst tabakayı oluşturan kapitalistler sınıfı ile orta tabakayı teşkil eden ticaret ve zanaat erbabının kognitif yapıları ve tabakayı meydana getiren işçiler, köylüler, düşük gelirlilerin dünyaya bakış tarzları ayrı ayrıdır. Siyasi partiler, ideolojik gruplar arasındaki bilişsel farklılıklar zaman zaman çatışmaya neden olmaktadır. Aslında bu durum onların kognitif yapılarının ayrı ayrı yönlendirilmesinden doğmaktadır. Her davranışın arkasında onu belli hedeflere yönelten veya uzaklaştıran birtakım itici güçler vardır. Fertteki itici güçlere; bir şahsı belli objelere, şartlara doğru iten istekler, arzular, ihtiyaçlara olumlu, uzaklaştıran, geriye iten korku, tikslenme gibi kavramlarla ifade edilenlere olumsuz kuvvetler denir. Her ikisi de davranış meydana getiren, onu idame ettiren kuvvetlerdir (12).

İlk yaşantılar şahsın, sadece arkadaşlık kuracağı yardım ve sempati bekleyeceği kişileri tercih edişini etkilemez. Bu insanlara duyduğu ihtiyacın şiddetini de etkiler. Fiziksel ihtiyaçların hem tatmin edildiği hem de engellendiği bir yetişme tarzında büyüyen çocukların okulda başkalarına en fazla bağımlı kalan çocuklar olduğu görülmüştür. Nispeten ihtiyaçları daha az engellenen çocuklar ise, kaygı dolu saturasyonlarda erişkinlerin yardımına daha az ihtiyaç duymuşlardır. Bağlılık ve ilişki kurma ihtiyaçlarının özellikle kaygı yaratıcı ve hayal kırıklığı doğuran şartlarca canlandırılması oldukça çarpıcıdır. Örneğin Schacter'in oldukça iyi bilinen deneyinde denekler, kendilerini oldukça korkutan bir deneye girmeden önce uzun bir süre beklemeye mecbur bırakıldıklarında, tek başına beklemekten ziyade başkalarıyla birlikte beklemeyi tercih etmişlerdir. Bu tercih korku tehdidi algılanmadığında

zayıftır. Bu tercih, ilk çocuk olan veya tek çocuklara kıyasla ikinci üçüncü doğan çocuklarda azalmıştır. İlk veya tek çocukların kardeşlerine oranla daha baskı, engelleme ve dikkat altında büyüdükleri bunun da, korkulu tehdit şartlarında bu çocukların daha fazla başkalarıyla temas kurma ihtiyacı duymalarına sebebiyet verdiği tartışılmaktadır. Birçok araştırmacı ilk yaşantıların aynı zamanda benlik bütünlleştirici motivleri şekillendirmeye de yardımcı olduğuna inanır. Bu motivler arasında en çok inceleneni başarı ihtiyacıdır. Mükemmellik kriterine ulaşmakla tatmin olunan şey değerli bir şeyler yapma motividir. Bu motivasyonun kişideki seviyesi dolaylı bir biçimde genellikle kişinin kendi yazdığı hayali hikâyelerde ki başarı ihtiyacı gösteren kişilerde ortaya çıkar. Kendilerine verilen harflerden yeni kelimeler üretme gibi işlevlerde, başarıya motivasyonu düşük kişilerden çok daha iyi oldukları görülmüştür. Yüksek başarıya motivasyonu olan öğrencilerin, çözdükleri problemlerden ziyade çözemeyerek yarıda bıraktıkları problemleri daha iyi hatırladıklarını, düşük motivasyonlu öğrencilerin ise tam tersine çözdükleri problemi hatırladıklarını bulmuştur (11).

Sosyal güdüler doğrudan doğruya ya da dolayısıyla diğer insanlarla ilgili olan güdülerdir. Öğrenme yoluyla sonradan kazanılan ve canlılar dünyasında sadece insan türüne özgü olan sosyal güdüler birçok özel davranışımızın nedenini oluşturmaktadır. Davranışlarımızın önemli bir kısmını belirleyen sosyal güdülerimiz tümünü burada incelemeye olanak vermeyecek kadar fazla sayıdadır (100).

2.2.2.6. Başarı gereksinimi kuramı (Achievement theory)

Başarı gereksinmesi (need achievement) önce Murray'nın kuramında yer almış daha sonra McClelland ve arkadaşları tarafından (yani Atkinson, Clark ve Lowell) geliştirilmiştir. Başarı gereksinmesi yüksek olanların mavi kumaştan hoşlanırken, başarı gereksinmesi düşük olanların parlak kırmızı kumaşları tercih ettiklerini belirtmektedir. McClelland, Atkinson gibi başarı güdülenmesi kuramcılarının göre başarı gereksinmesi, öğrenilmiş, istikrarlı bir özelliktir. Bir bireyin (yada sporcunun) başarı gereksinmesini iki kişilik faktörü belirlemektedir. Bunlardan ilki başarılı olma güdüsü (Motive to achieve success-Ms), diğeri de başarısızlıktan kaçınma güdüsüdür. (Motive to avoid failure-Maf) Buna göre başarı gereksinmesi, başarılı olma güdüsünden, başarısızlıktan kaçınma güdüsünün çıkarılmasıyla hesaplanır. Eğer bu işlemde elde edilen değer (+), ise yani başarılı

olma güdüsü, başarısızlıktan kaçınma güdüsünden daha yüksekse kişi yarışma durumlarına katılacak, eğer değer (-) ise, yani başarısızlıktan kaçınma güdüsü daha yüksekse kişi yarışma durumlarından uzaklaşacaktır. Başarı gereksinmesi yüksek olan kişilerin, başarı durumlarını, mücadele ve uğraş gerektiren durumları aradıkları bilinmektedir. Tersine başarı gereksinmesi düşük olan kişilerin de başarı durumlarından, özellikle başarma/başaramama olasılığının %50-%50 olduğu durumlardan kaçındıkları bilinmektedir. Başarı gereksinmesi düşük olan bireylerin kendilerine ya çok kolay ya da çok zor görevler seçtiği ifade edilmektedir. Bunun nedeni açıktır. Başarı olasılığının %50'den fazla olduğu durumları ararlar çünkü başarısızlık olasılığı çok düşüktür. Dolayısıyla kaybettiklerin de hiç yaşamak istemedikleri utancı yaşamayacaklardır (özellikle zayıf rakiplere karşı olağanüstü performans gösteren sporcuları düşününüz). Başarı olasılığının az olduğu durumları seçerler çünkü, belirtildiği gibi o görevin başarma şansı çok düşüktür ve başarısız olduklarında, başarısızlıklarına ilişkin gerekçeleri hazırdır. Bu başarısızlıklarından dolayı kimse onları ayıplamayacaktır.

Başarı gereksinmesi düşük olan bireyler, her iki durumda da ego koruyucu bir yol izlemektedirler (111). Başarı gereksinmesi, bir görevi ya da davranışı, mükemmellik standartlarına göre hatta daha da üstünde yapma isteği ile kendini gösterir. Başarı gereksinmesi, üstün düzeyli performans gösterme ya da rekabet durumlarında başarılı olma isteğidir. Çok sayıda kişilik araştırması, başarılı sporcularda ortak bir özelliğin olduğunu ortaya koymuştur. Bu özellik de üst düzeyde başarılı olma gereksinimidir ve genel anlamda başarı gereksinimi adı verilmektedir. Bu kurama göre, bazı bireyler için önemli olan nokta, başarıya dayalı etkinliklerden başarılı çıkmaktan çok, üst düzeyde doyum almalarıdır. "Başarı" algısı bireyden bireye değişir. Yani her birey kendi başarı davranışını tayin etmekle yükümlüdür. Başarı ve başarısızlık birer psikolojik durumdur. Kişinin başarı arayışındaki etkililiği yorumlaması temeline dayalıdır. Dolayısıyla, performansa dayalı sonuç, bireyin çaba ve becerisi olarak algılanırsa, bu başarı olarak kabul edilebilir. Performansa dayalı sonuç, bireyin yeteneksizliği ya da düşük çabasına bağlanırsa, bu da başarısızlık olarak kabul edilir. Bu nedenle birisi için başarı sayılan bir sonuç diğeri için başarısızlık sayılabilir (99). Başarı gereksinimi kuramına göre bu sporcular, kendilerini sınımadıkları için bu durumu başarısızlık olarak algılamayacaklardır.

Başarı gereksinmesi ile başarısızlıktan kaçınma arasındaki ilişki, risk alma davranışlarındaki belirleyici etkenlerden biridir. Başarı gereksinmesi yüksek ve kaygısı düşük olan kişiler, orta derecede zorluğu olan eylemleri daha çekici bulur ve bu konuda riske girerler. Buna karşılık, başarı güdüsü düşük ve kaygısı yüksek kişiler ise, başarı şansı çok yüksek olan eylemler ile başarısızlık ihtimalinin herkes için yüksek olduğu eylemlerde riske girerler (99).

Başarıya yönelmiş bireylerin ortak özellikleri şu şekilde sıralanabilir:

- a. Bireyi başarılı olmaya yönelten husus, başarı sonucunda elde edeceği içsel ödüllerden yani başarının ona verdiği kişisel tatminden doğmaktadır. Yoksa dışsal ödül ve çıkarlarla ilgili değildir.
- b. Başarılı olmak için faaliyette bulunan birey kişisel güven sorumluluk yüklenerek bir sorunu çözmekten hoşlanır.
- c. Başarılı olmak için faaliyette bulunan birey başarısızlığın gerektirebileceği tehlikeleri de dikkate alarak kendisi için üst derecede ve güç sayılabilecek amaçlar yerine ortak ağırlıklı amaçlar belirler.
- d. Birey başarısının değerlemesini çevresinden, ilgili olduğu kişi ve kurumlardan elde edeceği yansıma (geri beslenme)dan sağlamaktadır. Ancak, şunu da vurgulayalım ki, bireyi burada etkileyen maddi ödüller değildir. Ama ödülün büyüklüğü onun başarı derecesinin göstergesi veya ölçüsü olmaktadır (111).

Bu kuramı kısaca şu şekilde özetleyebiliriz, başarı gereksinmesi öğrenilmiş ve kararlı bir özelliktir. Bir insanda başarı gereksinmesi iki kişilik özelliğiyle belirlenir: Başarılı olma güdüsü ve başarısızlıktan kaçınma güdüsü, başarı gereksinmesinin niceliği, başarılı olma güdüsünden başarısızlıktan kaçınma güdüsünün çıkarılmasıyla hesaplanır. Başarılı olma güdüsü başarısızlıktan kaçınma güdüsünden daha yüksekse, kişi yarışmalara katılacak; aksi durumda kişi yarışmalardan uzaklaşacaktır. Başarı gereksinmesi yüksek olan sporcular, başarı için güçlük düzeyi yüksek olan durumları seçerler. Başarı gereksinmesi düşük olan sporcular ise, başarı/başarısızlık oranının bir olduğu durumlardan kaçarlar. Bu sporcular ya çok kolay, ya da çok zor görevler seçer. Başarı olasılığının yüksek olduğu durumlarda başarısızlık olasılığı düşüktür; dolayısıyla kaybetme olasılığı

düşük olacak ve kaybetmeye bağlı olumsuz duygular yaşanmayacaktır. Sporcuların başarı olasılığının düşük olduğu zor durumları seçmelerinin nedeni ise, kaybettiklerinde bunun gerekçelerinin hazır olmasıdır. Kaybettiklerinde kendileri suçlanmayacak ya da ayıplanmayacaktır (35). Bu kuramın odak noktası, bazı bireylerin başarıya dayalı etkinliklerden başarılı çıkmaktan çok üst düzeyde doyum aldıklarıdır. Ancak burada dikkat edilmesi gereken nokta, “başarı” algısının bireyden bireye değişeceğidir. Yani her birey kendi başarı davranışını tayin etmekle yükümlüdür (112).

2.2.2.7. Beklenti teorisi

Bu teori Vroom tarafından geliştirilmiştir. Bu teoriye göre, insanların iş ve görevlerindeki başarıları, ihtiyaçlarının giderilmesinden ziyade onların ödüllendirilmiş davranışları sonucu oluşmaktadır. Başka bir deyişle, bu teori motivasyonu, bireysel ihtiyaçlara göre değil, bireyin amacı ve tercihleri ile bu amaçları başarmadaki beklentileri yönünden açıklamaktadır. Vroom’a göre, motivasyon kişinin aradığı değerlerle, belirli bir davranışın bu değerlere yol açma ihtimaline ilişkin tahmininin çarpımıdır. Bu teoriye göre motivasyon sürecini şu şekilde formüle etmek mümkündür. Bekleyiş faktörleri (belli bir davranışa yöneldiği zaman belli bir sonuca ulaşacağı konusunda bireyin beklentisi), ve arzulama derecesi (sonucun birey için çekicilik derecesi), motivasyonu belirler. Bunlardan birisi yoksa bireyi o konuda motive etmek güç olur. Eğer bir insan, belli bir çabanın belli bir performansa neden olacağına ve bu performansın da ödüllendirileceğine inanıyorsa (bekleyiş), ve bu ödülü de daha sonraki başarıları için gerekli görüyorsa bu insanı motive etmek kolay olur (48).

2.2.3. Hedefleri belirlemede içsel ve dışsal güdülenme

Güdüler genel olarak içsel veya dışsal olmak üzere iki ana kategoriye ayrılır. Dışsal güdü, bireyin dışından gelen etkileri içerir. Bir öğrencinin yüksek not aldığı için öğretmeni tarafından övülerek pekiştirilmesi buna örnek gösterilebilir. İçsel güdü ise, bireyin içinde var olan ihtiyaçlarına yönelik tepkilerdir. Merak, bilme, ihtiyacı, yeterli olma isteği, gelişme arzusu içsel güdülere örnek gösterilebilir (107). Güdülenmeye bireyin ihtiyaçları, ilgileri, merakları gibi içsel süreçler ya da ödül, baskı, ceza gibi dışsal ve çevresel etmenler neden olabilir. Bazı kişiler içsel

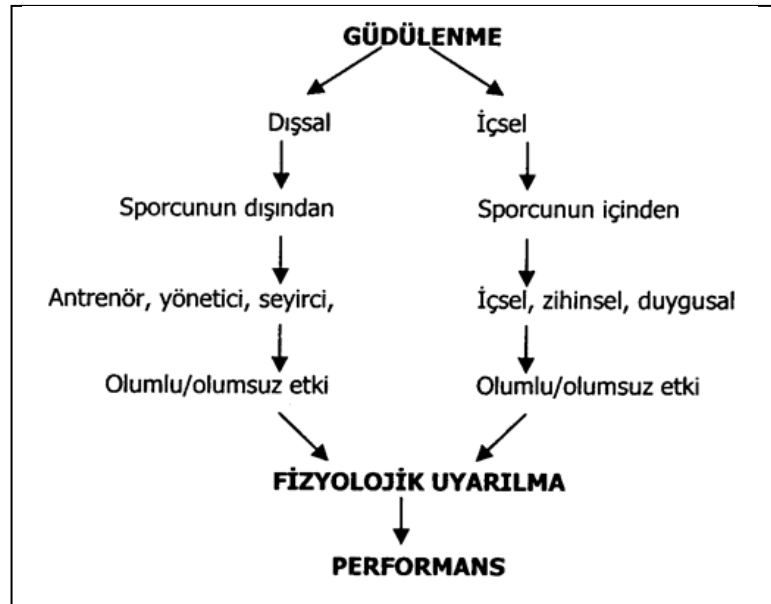
nedenlerle bazıları ise dışsal nedenlerle daha kolay güdülenirler. Bu farklılık içten ve dıştan güdülenme kavramlarının ortaya çıkmasına neden olmuştur (37).

DISSAL GÜDÜ (Pekiştirme) \longleftrightarrow ÖĞRENME GÜDÜSÜ \Longrightarrow İÇSEL GÜDÜ (İhtiyaçlar)

Şekil 2.3. İçsel ve dışsal güdü (37).

2.2.3.1. İçsel güdülenme

Güdüsel davranışlarımızın önemli bir bölümü fizyolojik ihtiyaçlarımızın yol açtığı dürtülerden kaynaklanır. Açlık dürtüsü, susuzluk dürtüsü sık sık bizi hedefe yönelik davranışlarda bulunmaya zorlar. Açlık ve susuzluk dürtülerinin yol açtığı güdüsel davranışların yanı sıra, bedenimizin fizyolojik dengesini korumak amacıyla, zaman zaman yaptığımız bir çok davranış vardır. Hava sıcaklığına bağlı olarak kalın yada ince giysiler giymemiz, hastalandığımız zaman ilaç almamız, hedefi bedenimizin fizyolojik dengesini korumak olan güdüsel davranışlara verilebilecek bazı örneklerdir (100). Bu güdülenme türü sporcunun kendisinden kaynaklanır. İçsel güdülenme düzeyi yüksek olan sporcular daha çok bilgi ve beceri öğrenmek, daha başarılı olmak, daha çok doyum sağlamak için büyük bir açlık duyarlar. Bu amaçlarına ulaşmak için istekle, zevkle, hırsla çalışırlar; alanlarında uzmanlaşmak, yetkinleşmek isterler. Çalışmaları için özel olarak güdülenmeleri, ya da zorlanmaları gerekmez. Başkalarının kendileri hakkında ne düşündükleri önemli değildir. Performansın kontrolü kendilerindedir (35).



Şekil 2.4. Güdülenme, uyarılmışlık ve performans arasındaki ilişki (35).

2.2.3.2. Dışsal güdülenme

Güdüsel bir davranışın başlamasına neden olan çevresel uyarıcılara özendirici (incentive) adı verilir. Çevresel uyarıcıların özendirici nitelikleri ise öğrenme yoluyla kazanılır (100). Bu güdülenme türü sporcunun dışındaki etkenlerden köken alır. Bu etkenler antrenör, seyirciler, diğer insanlar, dışsal ödüller olabilir. Dışsal güdülenme sporcunun performansını olumlu olarak da, olumsuz olarak da etkileyebilir (35).

2.2.4. Sporda motivasyon

Bazı sorular sorarak konuya girilmesi daha aydınlatıcı olacaktır. Bireyi herhangi bir spor dalını seçmeye yönelten nedir? Neden kimi sporcular daha dirençli, kimilerinin kolayca moralleri bozulmakta ve başarılı olmak için gerekli direnci gösterememektedir? Yenilgiler karşısında niçin saldırgan davranışlar sergilenir? Bir tutku ya da tapınma derecesine varan yoğun, çileli ve yıllar süren antrenman ve yarışmalar sonunda elde edilen nedir? Benzer sorular çoğaltılabilir. Bireyi spor yapmaya yönelten nedenlerin salt “spor sevgisi, spor aşkı” gibi yüzeysel ve öze inmeyen nedenlerle açıklanması, bilimsel bir yaklaşım sayılamaz. Sportif etkinlikler içinde yer alan insanların davranışlarının açıklanması, güdülenme kavramı içinde ele alınmaktadır. Her şeyden önce spor yapan kişi, “hareket etme” gereksinimini karşılamaktadır. Belirli kurallar çerçevesinde düzenli biçimde ve uzun süre yapılan

spor etkinlikleri organizmada olumlu değişim ve gelişmeler sağlar. İskelet, kas, solunum-dolaşım sistemleri daha verimli çalışır. Günümüzde spor büyük halk kitlelerinin yakından ilgilendiği, beğeni gören önemli bir uğraşı durumuna gelmiştir. Kulüp yöneticileri, eğitimciler, spor izleyiciler ve öğrenimi yıllar süren becerileri sergileyen sporcular; hep birlikte spor eylemlerinin, tüm insanlığın yararlı ve anlamlı bir uğraşısı olarak algılanmasına hizmet eden kişilerdir. Demek ki, spor biyolojik (fizyolojik), psikolojik ve toplumsal boyutlu ve kendine özgü içeriği bulunan bir gerçektir. GÜdülenme kavramı, spor eylemleri içinde yer alan tüm kesimlerin istek ve beklentilerini yansıtmaktadır (78).

GÜdülenme, spor ortamında genelde yanlış anlaşılmaktadır. Buna kanıt olarak spor ortamında çoğunlukla yarışma baskısından kaynaklanan uyarılmışlığın (arousal), güdülenme olarak ele alınışını gösterir. Bir başka ifade ile düşük yada yüksek uyarılmışlık, düşük yada yüksek güdülenme ile eş anlamlı değildir. Koçun yarışma öncesi ateşleyici konuşmaları uyarılmışlığı artırabilir ama güdülenmeyi artırmaz (111). Belli bir spor faaliyetinin hedefini belirleyen spor motivlerini, faaliyetin kendisi ve bu faaliyette bulunan sporcuyla olan ilişkilerine göre, iki bölüme ayrılmaktadır. İlk bölümdeki motivler, ya doğrudan spor faaliyetinin kendisiyle, ya spor faaliyetinin sonucuyla, ya da daha ileri bir amaca ulaşmak için bir aracı olarak yine spor faaliyetinin kendisiyle ilgilidir. Sporcuyla olan ilişkilerine göre ise motivler, doğrudan veya toplumsal bir çerçeve içerisinde dolaylı olarak sporcunun kendisiyle ilgilidir.

Bu düzenlemeye göre spor motivleri, altı gruba ayrılmaktadır (56).

- a. Spor faaliyetinin kendisi ve doğrudan sporcuyla ilgili motivler: Bedeni faaliyet, hareket, belirli spor hareketlerinden zevk alma, kendini tanıma ve geliştirme, bedeni meydan okuma, macera, gerilim, heyecan gibi.
- b. Spor faaliyetinin kendisi ve toplumsal çerçeve içerisinde sporcuyla ilgili motivler. Karşılıklı toplumsal etkileşim, başkalarıyla birlikte spor yapmaktan zevk alma gibi.
- c. Spor faaliyetinin sonucu ve doğrudan sporcuyla ilgili motivler. Kendi kendini onaylamaya yönelik başarı motivleri gibi.

- d. Spor faaliyetinin sonucu ve toplumsal çerçeve içerisinde sporcuyla ilgili motivler. Kendini gösterme, başkaları tarafından onaylanma, toplumsal itibar görme, prestij, üstünlük gibi.
- e. Daha ileri amaçlara ulaşmak için aracı olarak spor faaliyetinin kendisi ve doğrudan sporcuyla ilgili motivler. Sağlık, dış görünüş, boş zamanları değerlendirme, maddi kazanç, seyahat gibi.
- f. Daha ileri amaçlara ulaşmak için aracı olarak spor faaliyetinin kendisi ve toplumsal çerçeve içerisinde sporcuyla ilgili motivler. Arkadaşlık, başkalarıyla ilişki kurma, saldırganlık, toplumda bir yer edinme, ideoloji gibi.

Birey kendisinin ve dünyasının oluşturduğu görüşleri doğrultusunda bir amaç edinmekte ve bu amaca ulaşmak için bir takım davranışlar ortaya oymaktadır (105). Spor, her türlü toplumsal olayla karşılıklı ve karmaşık bir ilişki içerisinde. Bu sebeple, bazen, yukarıdaki sınıflama spor motivlerini tanımlamada yetersiz kalır. Sporcularla spor yapmayanları karşılaştırarak spor yapmanın motivleri hakkında ilave bilgiler edinebiliriz. Eğer sporcular bazı noktaları spor yapmayanlara göre daha önemli buluyor, başka hedeflere daha fazla değer veriyor veya başka motivler geliştirerek kendilerini gösteriyorlarsa, aktif spor faaliyetinin temelinde yatan motivleri dolaylı yoldan tespit etmek mümkün olur. Ayrıca, müsabaka sporcularının boş zamanlarında spor yapanlarla karşılaştırılması yoluyla, spor motivlerini bir başka açıdan daha değerlendirmek mümkün olur. Bu iki gruptaki sporcuların bir spor faaliyetine katılmalarının sebeplerini karşılaştıran bir araştırmada, farklılıklardan çok, benzerlikler ortaya çıkmıştır. Sporda motivasyon genel spor motivasyonu ve özel spor motivasyonu olmak üzere ikiye ayrılır (56).

2.2.4.1. Genel spor motivasyonu

Bu terim, spor güdülenmesinin temelinde yatan ruhsal ve toplumsal gereksinimleri gösterir (35). Bu gereksinimler arasında takdir edilme, dost kazanma, çevre edinme gibi toplumsal gereksinimler yer almaktadır. Kültür, çevre ve aileden kaynaklanan güdüler insanların görüş ve beklentilerini etkilemektedir. Bu çerçevede; etkin olma, kendini anlatma, ün kazanma, prestij ve üstünlük sağlama, egemen olma isteği ve macera hevesi; bireyi spor yapmaya yönelten nedenler olarak görülmektedir

(78). Genel olarak bir insanı spor yapmaya yönelten gereksinimleri aşağıdaki gibi sıralayabiliriz (35).

2.2.4.1.1. Etkinlik güdüsü

Bireyin etkinlik gereksinmesi de bir güdü biçiminde görülmektedir. Etkinlik aracılığıyla kan dolaşımı hızlanır, oksijen bedene daha çok girer. Buda canlının yıpranmasına engel olur, dinçliğini artırır. Özellikle, oksijen, beyin hücreleri için çok gereklidir. Buradan, insanın öğrenebilmesi için dinlenmiş halde bulunmaya, yani, yorgun olmamaya gerek olduğu ortaya çıkar. Yorgun olduğumuz zamanlarda verimli çalışamayız. Yorgunluğun nasıl oluştuğu hakkında çeşitli görüşler vardır. Bunların en önemlisi, yorgunken bedende bir tür zehirlenmenin oluştuğudur. Yorgun kimselerin kanı başkalarına verildiği zaman, onlarda da yorgunluk belirtilerinin görülmesi, bu görüşü desteklemektedir. Bireyde yorgunluk kaslarla ilgili ve Merkezi Sinir Sistemi ile (beyinle) ilgili yorgunluk olmak üzere başlıca iki biçimde görülür. Bunlardan birincisi beden, ikincisi de zihinsel çalışmalarda ortaya çıkar. Yorgunluğun bu iki türü de dinlenmek ile geçer. Bunun için iyi besin ve temiz hava almak gerekir. Yorgunluk özellikle iyi çalışma alışkanlığı olmayan kimselerde görülür. Yorgunluğu gidermek için çalışma biçiminin değiştirilmesini salık verenler varsa da, bunun yorgunluğu gidereceği kesin değildir. Çünkü iş değiştirmek de başka tür bir yorgunluğa, yol açabilir. Yorgunluk bedensel ve zihinsel de olsa gene “yorgunluk” tur. Dinlenme için istirahat şarttır. Bir de duygusal yorgunluktan söz edilir. Duygusal yorgunluk, psikolojik nedenlere bağlıdır. Bunda, kişi gerçekte yorgun olmadığı halde, kendisini yorgun sanır. Bu hal, psikolojik bir sağaltımı (tedaviyi) gerektirir. Kişiyi, yorgun olmadığına inandırmak gerektir (22).

2.2.4.1.2. Takdir ve saygı güdüsü

İki aşamalı olan bu ihtiyaç kategorisinin birinci grubu, ferdin başkaları tarafından takdir edilerek saygı görmesidir. İkinci grubu oluşturan ihtiyaçlar ise ferdin kendi kendini takdir edip, kendini saymasıdır (43). Herkes toplumda değerli bir yer sahibi, başarılı ve üstün kişi olmak ister. Bu ihtiyacını çeşitli yollarla karşılamaya çalışır. Eksiklik kaygısı, küçüklük duygusu insanı rahatsız eder ve mutsuz kılar. Bunu da, gerçekleştirim içtepisine bağlayabiliriz. Zayıf olan, itibar

görmeyen prestiji düşük kişilerin iyi yaşama ve kendilerini gerçekleştirme şansları daha azdır (20).

2.2.4.1.3. Statü güdüsü

İnsanların, bir yere ait olduğunu hissetmeye ihtiyaçları vardır. Toplum içinde bir yer edinmek için çalışırlar. Toplumsal ihtiyaçlar, değişik kültürlerde farklı farklıdır. İnsanlar, içinde yaşadıkları toplumun geleneklerine uygun olarak bunlara ulaşmaya çalışırlar (71).

Bazı Statü Belirleyen Özellikler (19).;

- a) Belli bir ailenin üyesi olmak (aile adı).
- b) Kişisel nitelikler (fiziksel özellikler, kişilik, yaş, ırk ve cinsiyet).
- c) Başarılar (Master, doktora dereceleri veya mesleki başarıları, dernek/kulüp başkanı veya elit sporcu olma isteği gibi).
- d) Sahip oldukları maddi zenginlik (para, mal, mülk, yat vb.)

2.2.4.1.4. Merak güdüsü

Hem insanlar, hem hayvanlar uyarılma ihtiyacı ile motive edilmektedirler. Bedensel hiçbir ihtiyacı tatmin etmiyor olsa da etrafını, çevresini keşfetme davranışlarına girmektedirler. Dolayısıyla merak bir diğer motive grubunu oluşturur. Nesnelere kurcalamamız, ellerimizle onlara manevralar yaptırmamız doğuştan gelen dürtülerimiz gibidir. Bebeklere bir sürü oyuncak veririz. Çünkü bunları tutup çekmekten, sallamaktan çok hoşlanırlar. Nitekim “maymunlaşma” terimi bu hareketlere atfen kullanılır. Maymun kafesine çeşitli mekanik aletler yerleştirildiğinde hayvan bunu parçalarına ayırmaya başlamaktadır. Sonunda hiçbir mükafat almamasına karşın giderek daha da başarılı olmaktadır. Zaten her başarısında ödüllendirildiği vakit hayvan giderek alete ilgisini kaybedip yiyecek elde edeceği bir bulmaca olarak görmeye başlamaktadır. Hayvan bu hareketleri bazı zaman ondan istifade etmek için yaparken, bazı zaman da sadece araştırmak için yapmaktadır. Piaget insan yavrusunun ilk 12 ayında bu gibi tepkilerini gözlemiştir. İlk bu iki ay içerisinde bebek, ses çıkartan bir kutunun sallanan ipini çekmeyi öğrenmektedir. 5 ile 7 ay arasında seslere karşı tepki verirken yüzünü örten örtüyü çekecektir. 8-10 aylıkken oyuncasını ararken diğerlerinin altına, arkasına bakacak, 11

aylıkken de oyuncaklarının yerini ve duruşunu değiştirerek onlarla denemeler yapmaya başlayacaktır. Bütün bu araştırmacı davranışlar, büyüyen çocuğun fizyolojik ihtiyaçlarından ayrı bir motiv olarak geliştirildiği gözlenen tipik davranışlarıdır. Merak ve keşfetme davranışı, yeni olma, şaşırtıcı olma ve uyumsuz olma halleri ile canlanabilmektedir (11).

2.2.4.1.5. Macera güdüsü

Birçok insanda bulunan macera tutkusu, seçilen spor dalının şekline göre en kolay spor yolu doyuma ulaşır. Dağcılık, paraşütçülük, otomobil yarışçılığı gibi, gerçek bir hayati tehlike yaratan spor dalları yanında, yarışma sporlarında sonucun hiçbir zaman önceden bilinmemesi, sporun her daima macera ögesi kazandırmaktadır. Bu nedenle macera tutkusunun en güzel ve insani doyumu ancak spor sayesinde olur (18).

2.2.4.2. Özel spor motivasyonu

Bu motivasyon tamamen biyolojik içerikli olup, hareket, oyun, hareket ederek rahatlama, yüksek kondisyona sahip olma, güçlü olma, sağlıklı olma dürtülerinden kaynaklanmaktadır (11).

2.2.4.2.1. Başarı güdüsü

Güçlükleri yenme, ilerleme ve geliştirme arzusuna başarı güdüsü denir (48). Başarı güdüsünü yaratan başarı gereksinimini, üstün düzeyli performans gösterme veya rekabet durumlarında başarılı olma isteği olarak tanımlayabiliriz. Başarma arzusunun büyüklüğü insanların eylemlerini, bunu takiben de bir dizi koşula bağlı olarak başarısını etkiler. Elbette, genç insanların çoğu başarılı olmak ister ve bunun için çaba gösterir. Ancak bireylerin başarı güdülerinin gücü bir hayli farklıdır. Bu farklılıklar kalıcı olabilir; örneğin başarmak için çok çalışan çocuklar, genellikle buna motive olmuş yetişkinler haline gelirler. Başarılı olmanın yolu bir bireyden diğerine değişmekle birlikte hepimizde başarılı olma isteği vardır. Bazılarımızda kuvvetli, bazılarımızda görece olarak zayıf olan bu istek, başarılı olmak için bizi güdülemektedir (100).

2.2.4.2.2. Güç güdüsü

Başka insanların davranışlarını denetleyebilme, buna karşılık kendi davranışlarını istediği gibi ve denetimsiz yapabilme isteği güç motivini ifade eder (48). Bireyin öznel ve nesnel çevresi ile olan ilişkilerinde her türlü etkilenme araçlarını ellerinde bulundurma ve bunların aracılığıyla çevrelerine egemen olma isteklerini belirtir (44).

2.2.4.2.3. Ait olma ve sevgi güdüsü

Tüm insanlar sevilme ve bir gruba ait olma gereksinmesi taşır. Bebek sevilirse, o da başkalarına karşı sevgi duyabilir. İnsanlar bir ailenin üyesi olma ve diğer insanlarla kişiler arası ilişkiler geliştirme, yakınlık kurma gereksinimleri duyarlar (35). Bu, insanın diğer insanlarla ilişki kurmasını, onlarla bir arada bulunmasını sağlar. Bu, toplulukta yapılan kimi etkinliklerden insanın hoşlanması ile kendini gösterir. Bir sinemada, tek başına film seyretmek ile toplu halde film seyretmek arasında fark vardır. Güdüler, toplumdan topluma, kültürden kültüre değişir (22).

Ait olma ve sevgi kavramları üzerinde incelemeler yapan düşünürlere göre sevgi, ne özgün bir kişiye olan bağlılık, ne de belirli bir sevgi nesnesine yönelen tavidir. Sevgi, “tüm dünyaya karşı bağlılığı belirleyen bir karakter yönelimidir”. Potansiyel olarak, sevginin nesnesi her şeydir. Fakat fertlerin bağlılık ve sevgi ihtiyaçlarının önemli bir kısmı, aile ve akraba çevresinde eğitim kurumlarında, üyesi buldukları dernek ve kuruluşlarda, çalışma hayatını sürdürdükleri iş çevresinde ortaya çıkar. Böyle olunca da, bu yerler fertlerin ait olma ve sevgi ihtiyaçlarını tatmin ettikleri yerler olur (43).

2.2.4.2.4. Güvenlikte olma güdüsü

Bireyin sahip olduğu şeyi elinde tutma gereksinimi bu güdüyü ortaya çıkartmaktadır. Birey geleceğinin de en az geçmişi kadar iyi olacağından emin olma isteğindedir (19). Sosyal güvenlik, başkaları tarafından sevilme, beğenilmek arzusu olarak kendini gösterir. Sevilme isteği en kuvvetli ihtiyaçlardan biridir. Özellikle küçük çocukların davranışlarında bu ihtiyacın belirtileri daha açık olarak görülür (20). Özellikle çocuklarda bu duygu, fizyolojik ihtiyaca çok bağlıdır. Bebeklerin aile

içerisinde en fazla anneyi istemesi ve araması, başka sebepler yanında, biraz da onlarda oluşmaya başlayan güvenlik duygusunun bir sonucudur (43).

2.3. DONANIMLI DALIŞ HAKKINDA GENEL BİLGİLER

2.3.1. Donanımlı dalış tarihçesi ve türleri

Yüzyıllardır insanlar nefes tutarak dalmayı dünyanın çeşitli yerlerinde uygulamışlardır. İlk defa en az 5000 sene önce insan okyanus dipleri ile tanışmış ve akli ve keşfetme arzusu ile bugünkü duruma gelmiştir.

Suyun altını keşfetmek belki de her insanın düşlerini süslemiştir. Avlanmak, keşfetmek, tekneleri tamir etmek veya ele geçirmek istekleri, hazineler bulma hayalleri su altında uzun süre kalabilme isteğini arttırmıştır.

Bachgrach (1982) dalış tarihinde beş ana metot tanımlamaktadır.

- a. Nefes tutarak serbest dalış,
- b. Skin dalış, çan dalışı,
- c. Satihtan destekli veya kasklı dalış,
- d. Scuba dalışı
- e. Saturasyon dalışı.

Bugün bu yöntemlerin hepsi uygulanmaktadır. Suyun altında uzun süre kalabilmek için ne yapılmalıdır? Uzun bir boru ile nefes alıp suyun aşağılarına inmek mümkündü fakat suyun basıncı ve borunun uzunluğu bu dalmayı çok kısa yapıyordu. Hava dolu bir keseden nefes alma denendi fakat karbon dioksit problemi nedeni ile buda başarılı olmadı.

16. yüzyılda yüzeyde hava ile doldurulan dalış çanları keşfedilince belki de ilk defa suyun altında uzunca bir süre kalabilme imkânı doğmuş oldu. Bu çan sathıtan biraz aşağıda durmakta idi. Taban kısmı açılabilirdi ve suyun sıkıştırması ile dengeli hale gelen hava çanın içine hapsolmuş vaziyette saklanabilmekte idi. Dalıcı aşağıya inene kadar kafasını hava alacak şekilde çanın içinde tutmakta ve dibe gelince derin bir nefes alıp havası bitene kadar sünger toplamakta ve dibi keşfetmekte idi. Havası bitince tekrar çana dönüp nefes alma ve elindekileri bırakma imkânı bulmakta idi. 16. yüzyılda İngiltere ve Fransa'da deriden yapılmış bütün dalış

elbiseleri 20 metre derinlikte denemeye başladı. Sathıtan elle körükler vasıtası ile pompalanan hava metalden yapılmış tamamen kapalı kaskların içine verilmekte ve dalıcının hem basıncını ayarlamakta hem de hava vererek suyun daha derinlerine inmesini sağlamakta idi. 1830 yıllarına kadar bu sistem özellikle gemi enkazlarındaki çalışmalarda kullanılmıştır.

19. yy başlarken teknolojik ve bilimsel gelişmeler su altını keşfine büyük bir ivme kazandırdı. Paul Bert ve John Scott Haldane tarafından Fransa ve İskoçya’da yapılan bilimsel çalışmalar sayesinde suyun basıncını vücut üzerinde yaptığı etkileri ve emniyetli dekompresyon limitlerini tanımlamak mümkün oldu. Aynı zamanda kompresörlü hava pompaları, regülatörler, vs suyun altında uzun bir süre kalabilmeye imkan verdi.

20 yy.’a gelene kadar gaz karışımları geliştirilene kadar sert kasklı tiplerde herhangi önemli bir gelişme olmamıştır. Helium-oksijen karışımının ilk büyük kullanımı USS Squalus denizaltısının 1939 da çıkartılmasıdır. Sert kasklı sistem bugün ticari olarak kullanılan en popüler sistemdir. Geliştirilen gaz karışımları ve dekomprasyon tabloları dalıcıların suyun altında daha uzun süre kalmasına olanak vermiştir. Bütün avantajlarına rağmen bu sistemin en büyük dezavantajı dalıcının hareketlerini sınırlamasıdır. Bu sınırlama scuba ekipmanlarının geliştirilmesi ile kısmen aşılmıştır (133).

2.3.2. Bağımsız aletli dalış (Scuba dalışı)

Yeterli scuba sistemlerinin gelişiminde birçok adım vardır. 1908’de Friedrich Von Driberg bir kutu içinde Triton adı verilen ve sıkıştırılmış hava bulunan sistem yapmış fakat çalışmamıştır yalnız bu deneme sıkıştırılmış havanın dalıcının arkasına eklenerek gerekli havayı verebilen bir sistemin yapılabileceği inancını doğurmuştur.

Hava valfleri scuba aletlerinin gelişiminde önemli bir rol oynamıştır. Dalıcılar kullanılan havayı dışarı verdiklerinden çok fazla hava atılmakta ve ziyan olmaktadır.1920’lerde Fransız Deniz subayı Yves Le Prieur 1926 da patentini aldığı kendi kendine yeterli hava içeren dalış aparatını geliştirmiştir. Bu sırta takılan çelik bir tüp içerisinde sıkıştırılmış havayı koyarak ve bir hortum ile ağızlığa bağlanması ile oluşmuştur. Dalıcı bir burun mandalı ve görmeye ve korumaya yarayan bir gözlük

kullanmakta fakat basınç eşitlemeye izin vermemektedir. Bu silindirlerde 2000 psi hava bulunmakta ve 15 dakikalık dip zamanına izin vermektedir. Bu modellerin gelişimi ile 12 metrede 10 dakika ve 7 metrede 30 dakika süre sağlanmıştır. Le Prieur'ün aletinin en büyük problemi ise sürekli aynı miktarda hava sağlayan akış vanasının eksikliği idi. 1943'de Prieur'den 20 sene sonra Emile Gagnan ve Kaptan Jacques Cousteau kendi "Su Akciğerleri" adını verdikleri aletlerini geliştirdiler. Bu alet her biri 2500 Psi'lik iki veya üç tüpten gelen havayı bir iç akış valfine vererek çalışmakta idi. Bu tasarım modern açık devre scuba dalış elbiselerinin gelişimini sağladı. 1939'da Dr. Christian Lambertsen oksijen nefes alma aletleri geliştirmeye başladı ve başarı ile birçok dalıcı tarafından kullanıldı. Hareket serbestliği yönünde en büyük gelişim 1930'larda Commander de Carlieu tarafından geliştirilen be 1680'de Borelli tarafından geliştirilen palet benzeri ayaklardan beri geliştirilen ilk paletlerdi. Le Prieur'ün tankları, maskesi ve burun mandalı ile beraber kullanıldığında Carlieu'nün paletleri dalıcıya suda yatay vaziyette durma ve hareket etme olanağı veriyordu. Daha sonra geliştirilen tek camlı maskeler dalıcıya daha iyi görüş, daha iyi basınç dengelenmesi ve konfor emniyet sağlamıştır.

Açık ve kapalı devre olarak 2 temel scuba prensibi vardır. Açık devre dediğimiz, sportif dalışlarda kullanılan çıkan bütün havayı suya bırakır. Kapalı devre sistemler ise atılan hava karbondioksiti temizlenip tekrar oksijen eklenerek yapılan ve açık devre sistemleri gelişmeden evvel yaygın olarak kullanılmaktaydı. Şu anda baloncuk çıkartmadığı için askeri alanda kullanılmaktadır. Bütün bu sistemlerde nefes alınan hava ile çevreleyen suyun basıncı aynı olmakta ve hızlı çıkış halinde dekompresyon problemlerini ortaya çıkartmaktadır. Solunum havası olarak hidrojen-oksijen, helyum-oksijen, helyum-nitrojen-oksijen gibi karışımlarla bu süre ve derinlikler artabilmektedir.

Habitat (Yerleşimler) Yerleşimler doyuma ulaşmış dalıcı-bilim adamlarının yaşadıkları ve uzun zaman basınç altında yaşadıkları su altı yaşam yerleridir. Genelde çok odalı silindirik yapıda olup deniz yüzeyinde uzun zaman yaşamak için gerekli kolaylıklar ve basınç odası kolaylığı eklenmiştir. Yerleşimlerdeki basınç ortam basıncında tutulur ve solunan hava derinliğe göre karışım olarak verilir. Habitat dalıcıları satıhtan dalar ve yerleşime girerler veya satıhta yerleşimin bulunduğu derinlikteki basıncına kadar basınç altında tutulup daha sonra yerleşime

yollanırlar. Dalgıç işini bitirince su altında veya satıhta dekompresyon odasında yerlerini alırlar.

Dışarı çıkılabilir su altı araçları Bu araçlar sualtı dünyasının keşfine biraz hız kazandıran alternatif metoddur. Pilot/sürücü ve çalışma gurubunu satıh basıncında tutan, aynı zamanda ayrı bir bölümde çalışma ortamı basıncında basınç sağlayan çift amaçlı araçlardır. Lockout bölümü dalgıcı dibe gönderen ve alan bir şahsi transfer modülü işlevi görmektedir. Johnson Sea Link adlı araç 610 metre tuzlu su derinliğinde bilimsel araştırmalar yapmıştır.

Uzaktan kumandalı araçlar (ROV) Sualtı araçları kısıtlı güç kaynakları ve eleman sayısı nedeni ile kısıtlı sürelerde çalışabilirler. Bu durumlarda uzaktan kumandalı minik robotlar devreye girmiştir. Sualtı aracının harcayacağı zamanı en aza indirmiştir. Su altı araştırmaları ve çalışmalarında bir devrim yapmıştır (118).

2.2.3. Bağımsız aletli dalış donanımı

SCUBA (Self Contained Underwater Breathing Apparatus), yaklaşık Türkçe karşılığıyla bağımsız aletli dalış (BAD) donanımdır. Scuba terimi uluslararasıdır ve dalış sporuyla ilgilenen herkes, anadili ne olursa olsun bu terimin ne anlama geldiğini oldukça iyi bilir (119).

Günümüzde dalış sırasında kullanılan temel dalış malzemeleri; sualtında görüşü sağlayan bir maske; hareket etmemizi sağlayan bir palet; ısı yalıtımını sağlayan bir dalış elbisesi, uygun yüzerliği sağlayan bir denge yeleği ve ağırlık sistemi olarak kısaca sıralandırılabilir. Bunların dışında kalan aksesuarlar ise değişkendir ve birçok parçadan meydana gelir. Bunlar dışında, dalışın ayrılmaz elemanları olan Bağımsız Aletli Dalış donanımı ise basınçlı hava ile dolu bir dalış tüpü ve tüpteki basınçlı havayı önce ara basınca ve sonra da ortam basıncına indirerek solunumun sağlayan bir regülatörden oluşur (133).

2.3.3.1. Sephiye ayarlayıcı (Buoyancy compensator) (BC)

B.C. (Buoyancy Compensator: Yüzerlik dengeleyici) olarak da bilinen denge yeleği, su yüzeyinde rahat yüzmeyi, dinlenmeyi, güvenliği ve sualtında da rahatlıkla denge durumunda kalabilmeyi sağlar. Dalıcının kolayca alçalmasına, yükselmesine ve istenilen (nötr) durumda kalmasına yardımcı olan dalış ekipmanıdır (109). Denge yeleği olarak da adlandırılır.



Şekil 2.5. Sephiye ayarlayıcı (BC).

BC seçiminde birçok faktör göz önünde bulundurulmalıdır. Bunlar; yaş elbise tipi, dalış derinliği, solunum malzemesi karakteristiği, yapılan dalışın çeşidi, kullanılan malzeme, ağırlık kemeridir. BC sephiye ayarlayıcı olarak; regülatör birinci kademe üzerine yerleştirilmiş alçak basınç şişirme aparatı yada ağızdan şişirilerek kullanır. Su içinde BC kullanımında; dalgıç ağırlığı da kullanılarak, hava doldurularak ya da kaçırılarak sephiye (denge) ayarlanır. BC eğitimi ve kullanımı kontrol altında olmalıdır. İstenmeyen hızlı şişirmeler istenmeyen sephiyeye ve kontrolsüz su üstüne çıkışa sebep olur. Dalgıç kontrollü çıkış için, sistematik bir şekilde hava kaçırmalıdır. Yelek tip BC' de bulunan ağırlık kolay atılabilecek şekilde konulmalıdır (108).

2.3.3.2. Ağırlık kemeri

Dalgıç, donanımları ile birlikte su içerisinde yüzer durumdadır. Dalış elbisesi ve kullanılan ekipmanlar yüzerliği arttırarak dalgıcının su içerisine batışını engeller; dolayısıyla herhangi bir ağırlık sistemi kullanmaksızın batar duruma ulaşır dalışa başlamak neredeyse imkânsız hale gelir. Ağırlığın miktarı için vücut ağırlığımızın % 10'u (+/- 2 kg) kadarı uygun olacaktır. Ağırlık sistemleri kemer ya da denge yeleği üzerine yüklenen ağırlıklar olmak üzere iki farklı sistemde geliştirilmiştir. Bunlardan ağırlık kemerleri standart 5 cm eninde naylon örme ya da kauçuk olup cepli ve sade kemer olarak iki tipte kuşatılır. Sade kemerlerin üzerinde kalıp kurşun ağırlık geçirilirken, cepli olanlara ise içleri kurşun bilye dolu olan poşet ağırlıklar yerleştirilir. Yine denge yeleğinin içerisine yerleştirilen ağırlık sistemlerinde de bu kurşun bilye torbaları kullanılır. Her ne türde olursa olsun tüm sistemlerin birer acil

tahliye mekanizmasına sahip olma zorunluluğu vardır. Denge yeleklerine entegre edilmiş sistemlerde çekme halkalarından faydalanılarak tahliye edilen ağırlık, kemerli sistemlerde ise, kemer tokasının dalıcı tarafından açılması ile hızlı bir şekilde tahliye edilmiş olur (82).



Şekil 2.6. Ağırlık kemeri ve kurşun ağırlıklar.

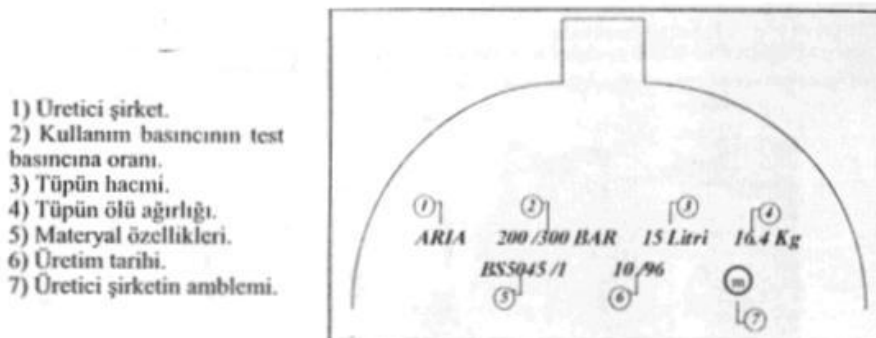
Sportif amaçlı dalışların çok büyük bir bölümü basınçlı hava tüpleri ile gerçekleştirilir. BAD donanımı içerisinde kullanılan hava kaynağı bağımsızdır. Böylelikle dalıcının su içinde sınırsız hareket özgürlüğü sağlanmış olur. Sınırsız hareket özgürlüğü, beraberinde sınırlı bir hava kaynağını gerektirir. Dalışların süresi, dalıcının performansına ve dalınan derinliğe bağlı olarak değişim gösterir. Dalışta kullanılan hava, BAD donanımına bağlı olan basınçlı tüpün, bir sıkıştırıcı (kompresör) ile dolumu sırasında çeşitli filtreler kullanılarak elde edilir. Dalış tüpü kompresör ile doldurulur ve dolumu için normal hava karışımı kullanılır. Dalış boyunca soluduğumuz hava, atmosfer karışımındaki soluduğumuz havadan pek de farklı değildir (yani biz dalıcılar, dalışta saf oksijen ile dolu tüp kullanmayız). Dalışlarda kullanılan hava karışımı kuru hava olarak da bilinir. BAD donanımının sağladığı havayı atmosferik havadan ayıran iki özellik vardır ki bunlardan birincisi, kompresör filtreleriyle havanın neminin alınması, ikincisi ise dalınan derinliğe bağlı olarak artan basınç sonucunda solunan havanın basıncının artmasıdır.

Solunan normal hava karışımına bağlı olarak, bu derinliğin altında bir takım fizyolojik rahatsızlıklar oluşabileceğinden BAD donanımı ile yapılan sportif dalışlar 30 metre ile sınırlandırılır. Sportif dalış için maksimum derinlik 30 metre ise de derin dalış eğitimi amacıyla eğitmen eşliğinde maksimum 42 metreye dalış yapılabilir. (108).

2.3.3.3. Dalış tüpleri

Dalış tüpleri, dalıcıya bağımsız hava sağlamak için kullanılan kaynaklardır ve bağımsız aletli dalış donanımının bağımsızlığını sağlayan en önemli parçadır. Dalış tüplerini alışımalarına göre inceleyecek olursak, çelik ve alüminyum tüpler olmak üzere iki grupta toplamamız gerekir. Amaçlarına göre piyasada 0,5–5–10–12–15–18 litrelik tüpler bulunurken sportif dalışlarda genellikle 10–12–15 ve 18 litrelik tüpler kullanılır. Dalış tüpleri hacimleri, kullanım basınçları gibi özellikleri ile anılırlar. 200 BAR kullanım basıncına sahip olan 15lt'lik bir tüpün içindeki hava miktarı $200 \times 15 = 3000$ litredir. Yüzeyle bu kadar hava, yaklaşık bir telefon kulübesi kadar hacmi kaplar. İşte bu hava basınçlı hale getirildiğinde bize bağımsızlık sağlayacak olan küçük bir hacmin içine yerleştirilmiş olur (119).

Tüplerin üzerinde imalatçı firma ismi, hacmi, kullanım ve test basınçları, boş ağırlığı, üretim ve bir sonraki test tarihi, malzeme kodlanması imal ettiren firma bilgileri yazılıdır (114)



Şekil 2.7. Dalış tüpleri üzerinde bulunan yazılar (117).

2.3.3.4. Regülatör, ahtapot ve konsol

Sualtında derine indikçe her 10 metrede 1 atm. artan ortam basıncı söz konusudur. 1 atm. atmosferik basınçta eklendiğinde 10 metrede 2 atm., 20 metrede 3 atm. vb. şekilde ortam basıncına maruz kalıyoruz demektir. Su altında nefes alabilmek ve vücudumuz üzerindeki dış basınçla, içindeki boşluklarda oluşan iç basıncı dengeleyebilmek için yüksek basınçlı hava (200 atm.) ile doldurulmuştur. Regülatör, tüpteki yüksek basınçlı havayı solunabilir ortam basıncına indiren ekipmandır. İlk üretildiği yıllarda regülatör tek kademeli ve çift hortumlu olarak dizayn edilmişti (Deva tipi), bu tip regülatörler günümüzde artık üretilmemektedir.

Bu regülatörlerde basınç tek kademede ortam basıncına indirilmekteydi ve arıza durumunda ciddi problemler oluşabilmekteydi. Tüpün vanasına bağlanan tek kademeden başımızın iki tarafından gelen körüklü çift hortum ağzımızın önünde bir maps üzerinde birleşir ve sağ hortumdan hava gelmekte sol hortumdan üflenen hava dışarı çıkmaktaydı. Bunu hortumların maps kısmındaki supaplar sağlamaktaydı. Bu supaplardaki bir arıza aynı nefesin tekrar tekrar solunmasına neden olmaktadır. Ayrıca önümüzdeki konularda göreceğimiz çimlenme denilen aynı regülatörden iki kişinin sırayla nefes alması (acil durumlarda) uygulanamamaktaydı. Regülatörün ağızdan çıkarılması halinde ise içine giren suyun tahliyesi oldukça zordu. Bütün bu nedenlerden dolayı bu tip regülatörlerden vazgeçilmiş ve bugün kullandığımız iki kademeli ve tek hortumlu (Pro tipi) regülatörler kullanılmaya başlanılmıştır. Bu regülatörler tüpün vanasına bağlanış şekline göre DIN veya INT (Yoke) regülatör olarak ayrılırlar (119).



Şekil 2.8. Regülatör (119).

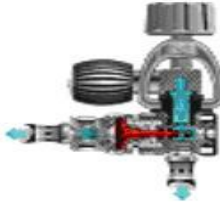
Ülkemizde çoğunlukla rastlayacağımız Int normu regülatörler olup hem tüp vanalarının birçoğunda hem de regülatörlerde basit bir adaptörle bir normdan diğerine geçmek oldukça basittir. Bu regülatörlerde birinci kademe tüpün vanasına monte edilen yüksek basınç ve orta basınç kısmından, ikinci kademe ağzımızda soluma amacıyla kullandığımız düşük basınç kısmından oluşur.

a) Birinci kademede 4 ila 6 çıkış vardır. Bunlardan en az biri yüksek basınç odacığına açılır. Bu çıkış yüksek basınç çıkışıdır ve HP (High Pressure) harfleriyle birinci kademe üzerinde belirtilir. Bu çıkışa tüpümüzdeki basıncı görebilmemiz için sadece manometre bağlanabileceği gibi, manometreyle birlikte derinlik saati bulunan

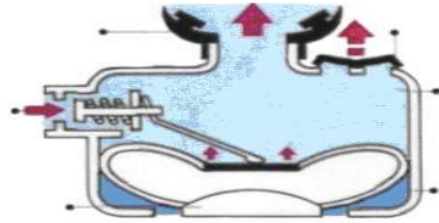
ikili konsol veya pusula ilave edilerek üçlü konsol diye adlandırılan konsol da takılabilir. Dalış bilgisayarlarının da konsol olarak kullanıldığı modeller vardır. Birinci kademe de bir de orta basınç odası bulunur. Orta basınç odasında deniz suyunun uyguladığı ortam basıncı ve 8.5-10.5 atm. kuvvetindeki yayın baskısıyla [ortam basıncı +(8.5-10.5) atm]'lik havanın izin veren diyafram veya piston sistemi mevcuttur ve bu orta basıncın geçmesine izin verilen odada genellikle 4 düşük basınç çıkışı mevcuttur. Bu çıkışlardan birine regülatörümüzün ikinci kademesi birine ahtapot veya oktopus denilen ikinci bir 2. kademe ki bu bir emniyet malzemesidir dalış arkadaşımızda herhangi bir sebeple hava problemi oluşursa bizimkini kullanabilmesi içindir. Bir diğer çıkışa BC diye adlandırılan yüzerlik dengeleyici yeleğimizin(ileriki paragraflarda daha geniş bahsedeceğiz) kamçısı (inflatör) monte edilerek tüpten gelen havayla şişirilebilir. Dördüncü düşük basınç çıkışına da eğer kullanılıyorsa kuru elbise inflatör kamçısı monte edilebilmektedir.

b)İkinci kademe ise yine bir diyafram yardımıyla deniz suyunun oluşturduğu baskıyı ileten ve ortam basıncında hava geçmesine izin veren bir sisteme sahiptir ve ağzımızın önünde devamlı ortam basıncında solunabilir hava olmasını sağlar.

Birinci kademe detayı



İkinci kademe detayı



Şekil 2.9. Birinci ve ikinci kademe iç yapıları (117)

Tüm dalış malzemelerimiz hayati öneme sahip malzemelerdir. Ancak regülatörümüz soluduğumuz havayı sağladığı için en hayati malzememiz olarak değerlendirilebilir. Birinci kademenin tüpün vanasına bağlanan hava girişi sızdırmaz bir tapa ile kapatılmıştır. Bu tapa ancak regülatör tüpe monte edileceği zaman açılmalı ve hiçbir zaman regülatörün 1.kademesinin içine su kaçırılmamalıdır. Tüm malzemelerimiz olduğu gibi regülatörümüz de güneş altında bırakılmamalıdır, rasgele bırakıldığı zaman üzerine gelebilecek bir darbeye bazı parçalarının

kırılacağı unutulmamalıdır ve mutlaka dalış sonrası tatlı su ile yıkanılıp öyle kaldırılmalıdır. Yıkama sırasında birinci, kademedeki tapanın iyi yerleştirildiğine dikkat edilmelidir. Özellikle tüpe bağlı iken taşıma sırasında su içinde veya kıyıda regülatörümüzün hiçbir parçası yere değmemelidir aksi halde içine kaçabilecek kum, çakıl, toprak dalış esnasında regülatörümüzün arızaya geçmesine sebep olabilecektir (119).

2.3.4. ABC Malzeme

Gerek nefes tutularak gerekse de SCUBA ile yapılan dalışlarda kullanılan en temel malzeme Maske, Snorkel ve Palettir. Bu temel donanıma A B C adı verilir (109).

2.3.3.1. Maske

Maske, su ortamı ile dalıcının gözleri arasında bir hava boşluğu oluşturarak sualtında dalıcının net görüşünü sağlayan dalış malzemesidir. Maskelerin en belirgin özellikleri burnu da kapatan bir hava boşluğuna sahip olmalarıdır. Bu özellikleri dolayısıyla yüzücü gözlüklerinden ayrılırlar. Maskelerin burun kısımları kapalı olduğundan, dalıcı inilen derinlikle birlikte artan dış basıncı maske içinde dengeleyebilir ve maske içine giren suyu da boşaltabilir. Eğer dalışı yüzücü gözlüğü ile gerçekleştirilmek istenirseniz eşitleme yapamaz, içeri giren suyu boşaltamaz ve ciddi göz rahatsızlıklarının meydana gelmesine sebep olabilirsiniz (118).



Şekil 2.10. Dalış maskesi (119).

2.3.3.2. Şnorkel

En basit sualtı solunum ekipmanı olan soluma borusu, gerek eğitim dalışları gerekse de sportif dalışlar için bulundurulması gerekli temel donanımdır. Yüzeyde kafanızı sudan dışarı çıkarmadan, yatay pozisyonda rahat bir şekilde solunuma devam ederek denge yüzerliği sağlayabilmemizi sağlayan soluma borusu, acil

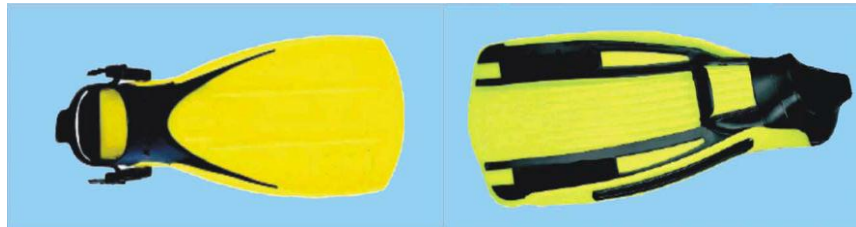
durumlarda da suni solunum için kullanılabilir. Birçok modelini bulabileceğiniz soluma boruları ne şekilde tasarlanırsa tasarlansın, temelde dalıcıya ihtiyaç duyabileceği havayı en rahat şekilde sağlayıp, solunumla dışarı atılan havayı da en uygun ve kısa yoldan dışarı atabilecek yapıda olmalıdır. Egzoz valfli soluma borularının en büyük avantajı solunumda dışarı atılan havanın yardımı ile içerisindeki suyun rahatlıkla uzaklaştırılmasını sağlıyorsa da ilkyardım amacıyla kullanılmayacak olmaları bir dezavantaj sayılabilir (119).



Şekil 2.11. Şnorkel.

2.3.3.3. Palet

Sualtında hareket edebilmek için bacaklardan güç alınır ve paletler sayesinde hareket gerçekleştirilir. Sualtında hareket yorucudur, kolları kullanarak hareket etmek ise dalıcının çok çabuk tükenmesine sebep olur. Bu yüzden hareket el ve kolları kullanmadan sadece bacaklar kullanılarak paletler yardımı ile sağlanır (118). Dalıcılar kendi zevk ve ihtiyaçlarına göre palet tercihlerini belirlemektedir. Dalış yapılan bölgenin fiziki durumuna ve dalışın amacına göre kullanılacak palet modeli de değişmektedir. Paletler açık ve kapalı palet olarak iki çeşide ayrılmaktadır.



Şekil 2.12. Açık palet / Kapalı palet.

2.3.5. Temel dalış işaretleri

Ne yazık ki sualtında iletişim kurabilmenin en kolay yolu, su üzerinde olduğu gibi konuşmak değildir. Sualtında konuşarak anlaşmak, özelleşmiş bir takım donanımlara sahip olmaksızın mümkün değildir. Dalıcılar güvenliklerini sağlamak, dalış planını eksiksiz gerçekleştirebilmek için iletişime gereksinim duyarlar; işte bunun için dalış süresince anlamı her dilde aynı olan, özelleşmiş bir takım el ve vücut işaretleri kullanılır. Donanımlı dalış, idaresi ve koordinasyonu ile güvenlik kazanır. Bunları sağlamanın yolu da haberleşmeden geçer. Sualtında sesimizi kullanamıyor olsak da işaretleri kullanarak dalışın idaresi ve güvenliğimiz ile ilgili temel iletişimi kurabilmeyi sağlamış oluruz. Dalış işaretlerini doğru ve anlaşılır bir şekilde kullanmak ise en az onların anlamlarını biliyor olmak kadar önemlidir (119).

CMAS uluslararası dalış işaretleri, bütün dalıcılar tarafından bilinmesi zorunlu dalış işaretlerinden oluşur. Bu zorunlu işaretlerin yanı sıra bazı özelleşmiş dalış teknikleri için de bir takım dalış işaretleri kullanılabilir. CMAS uluslararası dalış işaretleri, zorunlu ve zorunlu olmayanlar olarak iki grupta toplanabilir. Bunlardan dalışta kullanılacak işaretler zorunlu, eğitimlerde kullanılacak işaretler ise zorunlu olmayan dalış işaretlerini belirtir (119).

Dalış İşaretlerinin Kullanımında Dikkat Edilmesi Gerekenler:

- a. Dalıcılar arasında işaretler yoruma açık bırakılmayacak şekilde net olarak, işaretin gösterileceği kişinin dikkati çekilerek kullanılmalıdır.
- b. Farklı sistemlerde eğitim görmüş bir dalıcı grubu ya da dalış eşi ile gerçekleştirilecek dalışta bir takım özelleşmiş dalış işaretleri kullanılabilir. Kullanmayı düşündüğünüz özel işaretleri dalış öncesi briefinginde muhakkak belirtip, anlamlarının diğer dalıcılar tarafından anlaşılması dikkat etmeniz gerekir.
- c. Sualtında herhangi bir nedenle algılamada güçlük ya da bilinç kaybı görülebilir. Bu durumun hızla anlaşılabilmesi amacıyla tüm dalıcıların işaretlere yanıt verme zorunluluğu vardır. Bu işaretlere yanıt alınmadığı durumlarda, dalıcının bir sorunu olduğu yorumlanmalı ve buna göre girişimde bulunulmalıdır (119).

CMAS ZORUNLU DALIŞ İŞARETLERİ
CMAS OBLIGATORY DIVING SIGNS



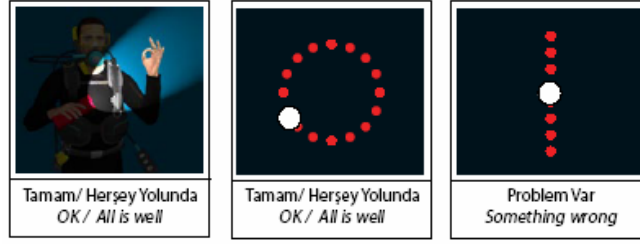
Şekil 2.13. CMAS zorunlu dalış işaretleri (117).

CMAS ZORUNLU DALIŞ İŞARETLERİ
CMAS OBLIGATORY DIVING SIGNS



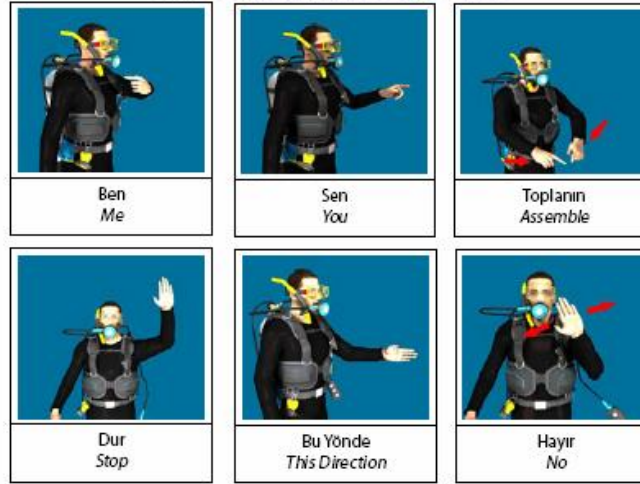
Şekil 2.14. CMAS zorunlu dalış işaretleri

GECE DALIŞI İŞARETLERİ
SIGNS OF NIGHT DIVING



Şekil 2.15. Gece dalışı işaretleri (117)

CMAS TAMAMLAYICI DALIŞI İŞARETLERİ
CMAS COMPLEMENTARY DIVING SIGNS



Şekil 2.16. CMAS tamamlayıcı dalış işaretleri (117)

CMAS TAMAMLAYICI DALIŞI İŞARETLERİ
CMAS COMPLEMENTARY DIVING SIGNS



Şekil 2.17. CMAS tamamlayıcı dalış işaretleri (117)

2.3.6. TSSF Dalış sertifika sistemi

TSSF/CMAS temel eğitim dizgesi 6 belge seviyesinden oluşur. Bunlarda ilk üçünü oluşturan 1 yıldız, 2 yıldız ve 3 yıldız dalıcı belgelerini, eğitim seviyesi belgeleri olan 1 yıldız, 2 yıldız ve 3 yıldız eğitim dalıcı belgeleri izler. Bunların yanında uzmanlık belgeleri de vardır. Aday dalıcı, 1 yıldız dalıcı eğitimini başarı ile tamamlayarak 1 yıldız dalıcı kimliği almaya hak kazandığında alacağı geçici belge, duvar diploması ve kimlikle, TSSF yeterliliğini tasdik ettirmiş olur. Geçici sertifika, duvar diploması ve kimlik kartınızın yanı sıra federasyonca bastırılan ve set halinde kullanıma sunulan bir dalış kayıt defteri ile dalıcı tanıtım defterine de sahip olursunuz. Dalış kayıt defterleri gerçekleştireceğiniz dalışları birçok özelliği ile kayıt altına almanızı sağlar. Dalıcı tanıtım defteriniz de dalış hayatınız boyunca göreceğiniz her seviyedeki dalıcı kursu ile uzmanlık kursları ile ilgili kayıtları, ayrıca sağlık vizelerini gösteren bölümleri ve kişisel bilgilerinizi de bir araya getirmeyi sağlar (114).

2.3.6.1. Dalıcıların görev, yetki ve sorumlulukları

Dalıcılar farklı uzmanlıklara göre sınıflandırılmaktadır (115).

2.3.6.1.1. Bir yıldız dalıcı

Federasyona bağlı bir dalış kuruluşundan eğitim ve belge almış olmalıdır. Yeterli teorik eğitimi almış, dalış donanımlarını tek başına takıp, sökebilen, bu ekipmanları sığ sularda doğru olarak kullanabilen, tüm dalış becerilerini kolaylıkla uygulayabilen, yanında üç yıldız dalıcı ya da dalış eğitmeni olması koşulu ile en çok 18 metre derinliğe kadar dalış yapabilen dalıcıdır. Gece dalışı yapamaz.

2.3.6.1.2. İki yıldız dalıcı

Federasyona bağlı bir dalış kuruluşundan eğitim ve belge almış olmalıdır. Açık deniz dalış deneyimi olan ve yanında en az iki yıldız dalıcı ile birlikte en çok 30 metre derinliğe kadar dalış yapabilen dalıcıdır. Dalış eğitmeni eşliğinde eğitim amacıyla en çok 42 metre derinliğe kadar dalış yapabilir. 18 yaşından küçük dalıcılar yanında üç yıldız dalıcı ya da dalış eğitmeni olması koşulu ile en çok 24 metre derinliğe kadar dalış yapabilir. Gece dalışı yapabilir.

2.3.6.1.3. Üç yıldız dalıcı

Federasyona bağı bir dalış kuruluşundan eğitim ve belge almış olmalıdır. Her düzeyde dalıcılara sualtında önderlik yapabilecek beceri ve deneyimi olan dalıcıdır. Önderlik yaptığı dalıcıların güvenli dalış kurallarına uygun dalış yapmalarını sağlamakla yükümlüdür. Dalış liderliği yapabilir, dalışla ilgili kural dışı davranışlarda bulunanları uyardı ve gerekirse dalıştan alıkoymaya yetkilidir. Önderliğini yaptığı dalıcıların güvenliğinden birinci derecede sorumludur. En çok 30 metre derinliğe kadar dalış yapabilir ve yaptırabilir. Dalış eğitmeni eşliğinde ve eğitim amacıyla en çok 42 metreye kadar asistan olarak dalış yapabilir. Tanıtım dalışı uzmanlık eğitimini ve belgesini aldıkları takdirde, yetkili bir dalış kuruluşu eğitmeninin gözetiminde tanıtım dalışı yaptırabilirler.

2.3.6.1.4. Rehber dalıcı

Yetki belgesi bulunan bir dalış kuruluşuna kayıtlı bulunan ve Federasyonun düzenlediği uyum seminerine katılmış olan bir üç yıldız eğitmenin açtığı Rehber Dalıcı Kursunu tamamlamış ve Federasyonun açtığı sınavda başarılı olmuş en az üç yıldız dalıcıdır. Karasularımızda dalış yapmak isteyen yerli ya da yabancı uyruklu dalıcılara, görevli olduğu yetkili dalış kuruluşu adına, sualtının doğal ve kültürel değerlerinin tanıtılması ve korunması amacıyla sualtında ve/veya su üstünde rehberlik ve gözetmenlik yapar, sualtının zarar görmesine engel olur. Rehber dalıcının suda bulunması şart değildir ancak teknede bulunması şarttır. Dalış kuruluşunun yetkili rehberi geçerli bir mazereti nedeniyle o günkü dalış etkinliğine katılamazsa, dalış kuruluşu bölgesindeki başka bir kuruluşta görevli rehber dalıcıyı geçici olarak görevlendirebilir. Geçerli mazeret dalış öncesi bölgedeki yetkili kolluk görevlilerine bildirilir. Durum ayrıca Federasyona elektronik posta yoluyla iletilir.

2.3.6.1.5. Uzman dalıcı

Federasyonun eğitim sisteminde yer alan ve uzmanlık gerektiren konuda yetkili dalış kuruluşlarınca yapılan eğitimi başarmış ve o konuda uzman dalıcı belgesi olan dalıcıdır. Her bir uzmanlığın yetki ve sorumluluğu o uzmanlığa ait eğitim materyallerinde yer alır.

Federasyonun uzmanlık eğitimleri:

- a) Temel ilk yardım,
- b) Derin dalış,
- c) Gece dalışı,
- d) İrtifa dalışı,
- e) Akıntı dalışı,
- f) Batık dalışı,
- g) Yön bulma,
- h) Arama kurtarma,
- i) Sualtı fotoğrafçılığı,
- j) Sualtı videoculuğu,
- k) Mükemmel yüzerlik,
- l) Tanıtım dalışı,
- m) Nitroks,
- n) Oksijen kullanımı,
- o) Mağara dalışı,
- p) Sualtı arkeolojisi,
- q) Bilimsel dalış.
- r) Tüp doldurma,
- s) Malzeme bakımı.

2.3.6.2. Dalış eğitmenlerinin görev, yetki ve sorumlulukları

Dalış eğitmenleri aşağıdaki şekilde sınıflandırılmaktadır (116):

2.3.6.2.1. Bir yıldız dalış eğitmeni

Federasyonun yetkili bir dalış kuruluşundan eğitim almalı ve Federasyonun düzenlediği eğitmen sınavında başarılı olmalıdır. Federasyondan yetki belgesi almış bir dalış kuruluşunda kayıtlı olmak koşulu ile bir yıldız ve iki yıldız dalıcı eğitimlerini vermeye, sınavlarını yapmaya, değerlendirmeye, başarılı olanların bilgi kayıt formlarını imzalamaya yetkilidir. Öğrencilere Federasyon eğitim sistemine uygun eğitimi en iyi biçimde vermekle yükümlüdür. Tanıtım dalışı yaptırabilir. Görevlisi olduğu dalış kuruluşunun yaptırdığı tüm dalışlarda, dalıcıların planlanmasından ve dalıcıların güvenliğinden birinci derecede sorumludurlar.

2.3.6.2.2. İki yıldız dalış eğitmeni

Federasyona bağlı bir dalış kuruluşundan eğitim almalı ve Federasyonun düzenlediği eğitmen sınavında başarılı olmalıdır. Bir yıldız dalış eğitmenin yetkilerine ek olarak; yetkili dalış kuruluşu açmaya, üç yıldız dalıcı eğitimlerini vermeye, sınavlarını yapmaya, değerlendirmeye ve başarılı olanların bilgi kayıt formlarını imzalamaya yetkilidir. Uzman dalıcı eğitmeni eğitimine katılabilir, belge aldıklarında uzman dalıcı eğitimi verebilir. Federasyon adına dalış kuruluşlarını denetlemek üzere görevlendirilebilir. Görevlisi olduğu dalış kuruluşunun yaptırdığı tüm dalışlarda en iyi şekilde dalış planlaması yaptırmak ve uygulamakla yükümlüdürler. Yaptırdıkları tüm dalışlarda, dalışın planlanmasından ve dalıcıların güvenliğinden birinci derecede sorumludur.

2.3.6.2.3. Üç yıldız dalış eğitmeni

Federasyonun düzenlediği eğitime katılarak belge almış olmalıdır. İki yıldız eğitmenin yetkilerine ek olarak; Federasyondan yetki belgesi almış bir dalış kuruluşunda kayıtlı olmak koşulu ile bir yıldız ve iki yıldız dalış eğitmeni eğitimlerini verir. Federasyonun açtığı uyum seminerine katılmak koşuluyla Rehber Dalıcı eğitimi verebilir. Eğitimler sonunda dalış kuruluşu adına öğrencilerin adlarını Federasyonun açacağı sınava girebilmeleri için Federasyona bildirir. Eğitimlerini verdiği eğitmen ve rehber dalıcı adayları ile ilgili olarak gerekli evrakları eğitim öncesi almakla ve Federasyonun açacağı sınava gönderdikleri adaylara bu evrakların bir kopyasını vermekle yükümlüdür. Sınavda başarılı olanların bilgi kayıt formlarını düzenler ve imzalar. Federasyonca düzenlenen rehber dalıcı, bir ve iki yıldız dalış eğitmeni sınavları ile uzman dalıcı eğitmeni, üç yıldız dalış eğitmeni eğitim ve sınavlarında görev alabilir. Görevlisi oldukları dalış kuruluşunun yaptırdığı tüm dalışlarda dalışın planlanmasından ve dalıcıların güvenliğinden birinci derecede sorumludur.

2.3.6.2.4. Uzman dalıcı eğitmeni

İlgili uzman dalıcı belgesine sahip olup Federasyonun uzman dalıcı eğitmeni eğitimi ve sınavına katılıp belge almış olan en az iki yıldız dalış eğitmenidir. Federasyon tarafından yeni açılan uzmanlıklarda uzman dalıcı belgesine sahip olma şartı aranmaz.

2.3.7. Ülkemizde eğitimleri verilen dalış eğitim kuruluşları ve sertifika sistemleri

CMAS (Dünya Sualtı Aktiviteleri Konfederasyonu), (Confédération Mondiale des Activités Subaquatiques), dünyadaki tüm sualtı organizasyonlarını aynı çatı altında toplamak amacıyla 1959 yılında Monako'da kurulmuş olan bir konfederasyondur. CMAS su sporlarını hobi olarak yapanlara yönelik gönüllü bir organizasyon olduğundan açtığı kurslar PADI gibi ticari dalış organizasyonlarına göre daha zorlayıcı ve süresi daha uzundur. CMAS kursları pratik dışında teorik olarak ağır geçen (kapsamı fizik, anatomi ve teknoloji olan) dersler içerir. Türkiye Sualtı Sporları Federasyonu'ndan alınan dalıcı (balıkadam) bröveleri, Dünya Sualtı Aktiviteleri Konfederasyonu'ndan akreditedir (129).

PADI (Professional Association of Diving Instructors) (Profesyonel Dalış Eğitmenleri Birliği), dünyanın en büyük eğlence/sportif amaçlı dalış üyeliklerine sahip bir organizasyondur. Üyeleri; dalış firmaları, sayfiye aktiviteleri, akademik enstitüler, hocalık eğitmenleri, dalış eğitmenleri, dalgıçlar, şnorkelciler ve diğer su sporu hayranlarından oluşmaktadır. Profesyonel PADI Üyeleri (dalış merkezleri, sayfiyeleri, eğitim fakülteleri, eğitmenler, asistan eğitmenler ve divemaster'lar), dünyanın büyük bir çoğunluğundaki dalgıçlara eğitimler vererek, her sene yaklaşık 1,000,000 adet sertifika çıkartmaktadır. PADI Profesyonelleri, herkese sualtını keşfetme ve maceraya katılma imkânı sağlarken, dalış eğitimi, güvenlik ve müşteri hizmetleri alanlarında da en yüksek standartları vermeyi hedeflemiştir. PADI'nin birçok uluslararası merkezi bulunmakta, bunlardan üç tanesi (PADI Avrupa, PADI International Ltd ve PADI Nordic) Avrupa Standartları tarafından doğrudan etkilenen 30 ülkeyi kapsamaktadır (130).

SSI (Uluslararası [Tüplü] Dalış Okulları) (Scuba Scholl International) Tüplü dalış için gerekli olan eğitimlerin verilmesinde bir tertip oluşturmak için kurulmuş organizasyondur. 1970 yılında eğitim organizasyonlarına başlamış olan SSI bugün 110'dan fazla ülkede 2500'den fazla eğitim merkezi ile eğitim hizmeti vermektedir (131).

Ülkemizde faaliyet gösteren dalış eğitim merkezleri CMAS/TSSF yetkili dalış merkezi olma zorunlulukları vardır. Diğer dalış sertifikasyon kuruluşlarında ise

TSSF akreditasyonu yoktur. Ama ülkemiz sınırlarında bu kuruluşlarının sertifikaları da verilmektedir. Bu sertifikaların birbirlerine denklikleri (crossover) bulunmaktadır. Örneğin 2 yıldız CMAS/TSSF brövesi olan bir dalıcı SSI veya PADI'nın şartlarını taşıdığı takdirde ücretleri karşılığında denklikleri o kuruluşların eğitmenleri tarafından verilebilmektedir.

Tablo 2.1. CMAS, PADI ve SSI brove sınıflandırmaları

CMAS	PADI	SSI
1 Star Diver (1 Yıldız Dalıcı)	Open Water Diver	Open Water Diver
2 Star Diver (2 Yıldız Dalıcı)	Advanced Diver Or Rescue Diver	Advanced Open Water Diver
3 Star Diver (3 Yıldız Dalıcı)	Divemaster	Stress And Rescue Diver(Divecon)
1 Star Instructor (1 Yıldız Eğitmen)	Open Water Scuba Instructor	Open Water Instructor
2 Star Instructor (2 Yıldız Instructor)	Master Scuba Diver Trainner	Master Scuba Diver Trainner
3 Star Instructor (3 Star Eğitmen)	Course Director	Instructor Trainer

2.3.8. Dalış turizmi ve gelişimi

Türk gezi geleneğinde dalış turizmi kavramı hayli yenidir. Daha doğrusu, entellektüel bir arayış, doğaya ve tarihe romantik bir dönüş, tatil ve seyahat ile karışık bir keşif olarak doğan "**Mavi Yolculuk**"un bir ticaret metasına dönüşmesi; üstelik butik bir mal gibi satılabilecekken, felsefesini ve ruhunu yitirmesinden sonra, 1980'ler ve 1990'lar boyunca dalış turizmi Mavi Yolculuk markası ile yapılr hale gelmiştir. Markanın tescil hakkı da Turizm Bakanlığı'na aittir. Turizm Teşvik Kanunu ile, 1982'den itibaren kavram, teknik bir deyim olarak literatürdeki yerini almıştır. Deniz hukuku metinlerinden hareketle bir tanıma ulaşılmaya çalışılırsa, dalış turizmi koylar içinde dalış yapmaktan çok gezi, eğlence, dinlenme ve spor amacı ile sınırlı sayıdaki kişiye sunulan bir turistik hizmet olarak nitelemek mümkündür. Dalış turizmi, böyle bir maceranın önce yerli aydınlarımıza, giderekte Türkiye'ye gelen turistlerin daha binlerle sayılabildiği dönemlerde güneye yolu düşen meraklı

yabancılara pazarlanması ile başlamıştır. Daha doğrusu, önce Bodrum'un sonradan Marmaris'in teknecilerine Mavi Yolculuk düşkünlerinden gelen talebin bir hizmete dönüşmesi, balıkçı teknelerinin, gezi teknelerinin dalış teknelerine benzetilmesi dalış teknesi mantığına uygun yeni deniz araçlarının yapılması sürecini peşinde sürüklemiştir.

2.3.8.1. Dalışlı günlük tur

Her dalış kulübünün dalışa yasak olmayan bölgelerde günlük olarak gerçekleştirdiği dalış turudur. Dalış yapılacak bölgeye sabah çıkılıp akşam geri dönecek biçimde gerçekleştirilen bir dalış organizasyonudur. Teknenin tüm dalış donanımlarına sahip olması ve teknede kaptan gemici, çarkçı, aşçı ve dalışa uygun tekne olduğu için grup sayısına göre dalış amiri ve asistanı, müşterilerin giyiminde yardımcı dalgıç ve kıyıda malzemelerin korunması taşınmasında yardımcı dalgıç gerekir.

2.3.8.2. Charter (Tarifersiz) dalış turu

Bir haftalık veya iki haftalık gerçekleştirilen tekneyle yasak olmayan bölgelerde yapılan dalış turudur. Bu tip gezilerde sadece dalış amaçlı değil, teknenin girebileceği koya veya limana yanaşıp tekne müşterilerine doğayı ve bölgenin tarihsel özelliğini göstermek ve dağ yürüyüşleri gibi etkinlikleri gerçekleştirerek müşteriye geldiği süre içerisinde en iyi tatil zamanını geçirtmektir. Mavi yolculuk adı altında yapılan Charter dalış turu teknesi tüm dalış donanımlarına sahip olmalı (oksijen tüpü, yangın tüpü, can yeleği, can simidi...) ve tekne personeli tarafından her donanımın nerede olduğu bilinmeli, acil duruma göre önlemler belirlenmelidir. Teknede kaptan, gemici, çarkçı, aşçı, dalış amiri ve asistan bulunmalıdır. Yani kısaca belli bir zaman içerisinde teknede günün sonunda sahile dönmeden yapılan dalışlardır. Ülkemizde özel yat sahipleri, Ege ve Akdeniz'de aile ya da arkadaş grupları senelerdir bu tür turlar yapmaktadırlar. Dalış grupları da kıyılarımızda tekne kiralayarak bu doyumunu olmayan gezileri, eksikleri olsa da başarı ile gerçekleştirmektedirler. Belli bir seviyeye gelen balıkadamı, kıyılarımızdan çıkılarak yapılan günlük dalış turları pek memnun etmemektedir. Bir kere tekneler çok dolu olmakta, tekne içinde büyük karışıklık yaşanmakta, dalınan yere çok balıkadamı daldığından, sualtındaki büyük-küçük canlılar kaçmaktadır.

Tekneyle denizlere açılmak, herkesin ulaşamadığı ıssız bir yerde gizemli hayatı incelemek, fotoğrafını çekmek hayaliyle yaşanmaktadır. Eğer dalış, Live-Aboard tekneden yapılıyorsa bu dalış şekline ana tekne olarak isimlendirilir. Ana teknenin demirleyemediği veya çoğu zaman akıntılı yörelerde dalışın yardımcı bottan, tender tekneden yapılması gerekir. Live-Aboard'larda dalış güvertesi olan kısım bu teknelerin en önemli özelliğidir. Dalış ana tekneden gerçekleşiyorsa, günde üç beş kere dalınabilir ve böylece zamanın çoğu dalış güvertesinde geçirilir. Modern teknelerde bu kısımda, kilitli dolaplar veya plastik sepetler, şahsi malzemeleri koymak için bulunur. Buraya sualtı lambası, eldiven, yazı tahtası, patikler ve diğer aksesuarları da koyulabilir. Tüpler güvertenin dalışa en yakın yerine kolay kuşanmamız için yerleştirilmiştir. Bazı teknelerde her dalış istasyonu için iki tüp bulunur. Tek yapılması gereken regülatörü ve BCD'yi söküp öbür tüpün üzerine geçirmektir.

Tekneyle dalış turu dendiği zaman daha çok günlük dalış turu aklı gelmektedir. Uluslararası dünya dalış çevrelerinde bu türün her dilde adı Live-Aboard seyahat olarak geçer. Son günlerde bazı teknelerde uzun dolum kamçıları kullanılarak, tüpler buldukları yerde doldurulmaktadır. Bu da can yeleğimizi hiç çıkarmadan seyahat boyunca aynı tüpü kullanmamızı sağlamaktadır. Her şeye rağmen, hiçbir şekilde tüpümüzün doldurulmuş olması yanılmamalıdır. Tüplerin sorumluluğu başkalarına yüklenmemelidir. Çoğu teknenin, dalıcının rahat giriş çıkış yapabilmesi için dalış platformları vardır. Guletlerde maalesef böyle bir olanak yoktur ve çoğu kez ana tekneden ve bir hayli yüksekte suya atlanılır. Sabahın erken saatlerinde gerçekleştirilen bu dalış esnasında, denizde sabah avına çıkmış canlılar, suya atlayan dalgıçlar tarafından kaçırılmaktadır.

Merdiven varsa, inerken daima arka arkaya inilmelidir. Bu şekilde tüpe de merdivene de vurmamış olunur. Numaralı gözlük kullanmadıkça, suyun kenarına gelinceye kadar gözlük takılmamalıdır. Ülkemiz sularında günde iki üç dalış yapmak mümkündür. Tropiklerde dört hatta gece dalışı ile birlikte beş dalış yapılabilir. (132).

2.3.9. Türkiye’de en çok bilinen dalış bölgeleri

Dalış turizmi açısından Türkiye’nin önemli bölgelerinden olan Marmaris ve yakın çevresinde günü birlik gidilebilecek 52 dalış noktası vardır. Marmaris Limanı’ndan günlük yapılacak dalışlarda görülmeye değer bazı önemli dalış noktaları şöyle özetlenebilir (127);

Sarı Mehmet Burnu: Turunç ile İçmeler arasında kalan burun ve koy eğitim dalışları ve tecrübeli dalgıçlar için güzel bir dalış noktasıdır. 5 m ile 21 m arası kayalık yapıya sahiptir. Dalış merkezlerinin çok rağbet ettiği bu noktada bol miktarda karagöz, melanur sürüler halinde dolaşır. Ahtapot, orfoz ve müren her dalışta görülebilir. Gece dalışına çok uygun ve akıntının olmadığı, büyük kayaların dik dik durduğu tatlı bir şekilde derinleşen dalış noktasında, Katedral Mağarası denilen bir kovuk bulunmaktadır.

Keçi Adası Feneri: Marmaris’ten açık denize doğru çıkılırken Fenerin olduğu burundur. 8-10 m’den 38 m’ye kadar inen ve tecrübeli dalgıçlara zevk veren bir dalış noktasıdır. Şanslıysanız bol miktarda büyük balık, karavide, müren, ahtapot ve tabii ki kırmızı renkli kardinal balıklarını her dalışta görebilirsiniz. Ay dönemlerinde tatlı ve değişken akıntı yapar. Bol miktarda amfora kırıkları ilginizi çekecektir.

İnce Burun Feneri: Yıldız Adası’nın Marmaris koyuna bakan tarafındadır. Açık denizdeki dalış noktalarına göre sualtı görüşü biraz düşüktür. 3 m’den 40 m’ye kadar, sualtı dağlarının bulunduğu, gerçek bir tropik deniz görüntüsüne sahip dalış yeridir. Genelde sezon sonlarında büyük aky ve sinağrit sürüleri ve çok değişik renkli süngerler bu noktayı sualtı fotoğrafçıları için ilginç kılmaktadır. Ayrıca boyları 1 cm ile 4 cm arasında değişen ve ancak dikkat edildiğinde fark edilen çok değişik renklerdeki rengârenk Deniz Tavşanlarını görebilirsiniz.

Hayıtlı Burun: Marmaris çıkışında Keçi Adası Feneri’nin karşısındaki burundur. Dalgıçların reef diye isimlendirdikleri, kolay tekne demirlenen bir noktadır. Hem eğitim amaçlı kullanılan, hem de tecrübeli dalgıçların çok fazla dalış yapabildiği, ancak hala enteresanlığını koruyabilen bu noktada az da olsa amfora parçalarına rastlanır. ile arasında kayalık bir zeminde 30 m’lere inildiğinde büyük orfozları görebilirsiniz.

Abdi Reis Koyu: Yıldız Adası'nın açık deniz tarafında, aynı zamanda dalgıçların suyun berraklığından dolayı Akvaryum da dedikleri çok güzel bir dalış noktasıdır. Eğitim dalışları için uygun ve enteresan olan bu nokta, tecrübeli dalgıçlar için uzun yüzüldüğü taktirde oldukça eğlenceli dalış yapılabilecek heyecan verici yerlerdendir, 33 m'ye kadar iner ve genelde 12m'lerde başlayan döküntü kayalıklarda balıklar görülebilir. Fosforlu Mağara'ya yakın olmasından dolayı çok fazla deniz trafiği vardır.

Yazih Kaya: Yıldız Adası'nın açık deniz tarafından 3 m'den 30-32 m'lere inen bir dalış noktasıdır. Genelde sabah dalışı için çok uygun olan, güzel büyük kayaların ve dik duvarların olduğu bu nokta öğleden sonra çabuk gölge yapar. Bol miktarda saragoz, karagöz ve melanur sürüleri dalgıçları selamlar. Renkli mağara yönüne yüzüldüğünde böcek görmek olasıdır.

Baca Mağarası: Kesin olarak sualtı fotoğrafçılarının ilgisini çekecek, ancak mağara dalgıçları için yeterince enteresan olmayan bir noktadır. Dalgıçlar tarafından dalınması gereken, Marmaris'in en ünlü mağarasıdır. 5 m'den 50 m'ye kadar inen, hem eğitimdeki, hem de tecrübeli dalıcılara birlikte hitap eden bir dalış yeridir. Tam burunda 14 m'den girilip 4 m'den çıkılan büyük bir şömineye benzeyen konik yapısı ile bacayı andıran bir mağaradır. Mağara içinde bol miktarda kırmızı beyaz çizgili kardinal balıkları ve küçük karidesler kesin olarak her dalışta görülebilir.

Aksu Koyu: Yıldız adasının açık deniz tarafındadır. Dibe doğru masmavi derinleşmesi ile heyecan vericidir. Eğitim dalışları yapanlara, tecrübeli dalgıçlara ve teknede olup da dalgıç olmayanlara hitap edecek tek koydur. Teknenin demirlendiği yerde eğitim yapan dalgıç adaylarıyla oynaşan bol miktarda küçük balık eğitime yarı bir zevk katmaktadır. Açığa doğru biraz yüzüldüğünde 18-20 m'lerden itibaren büyük orfozların görüldüğü bir kayalık, tam burunda 40 m'lere ulaşan bir duvar ve göbeğinde tam daire bir deliği olan Bizans amforası her dalışta mutlaka görülür.

Kütük Burnu: 52 m.'lere inen ve duvar dalışı için çok uygun olmasına karşın dip büyüüne kapılarak limitlerin aşılabileceği, bu nedenle daha dikkatli olunması gereken bir dalış noktasıdır. Her dalışta kesin olarak büyük müren ve sinağritler görülebilir. Ay dönümlerinde değişken akıntıya sahiptir.

Kadırga Koyu: Marmaris'e en uzak noktada, Kadırga Feneri'nin karşısında girişteki kayalığın bulunduğu dalış noktasıdır. 38-40 m'lere kadar inen güzel bir "reef"e sahiptir. Hem eğitim alanların hem de tecrübeli dalgıçların unutulmaz dalış yapabilecekleri ender yerlerdendir. Burada Fener binası yönünde 15 m'den başlayan Helenistik çağa ait bir batık gemi kalıntısının bulunduğu Amfora tarlası vardır. Tamamen kaya üzerinde kalması nedeniyle yüzlerce amfora kayalara yapışık durumdadır. Bilhassa sezon başında kayalıklarda ve amforalar arasında eğer şanslıysanız bol miktarda böcek ve karavide görmeniz olasıdır. Sezon sonu dalışlarında ise dalgıçları hemen hemen her dalışta kaya sürüleri selamlar. Amforalar arasında bulanabilecek mürenler sualtı fotoğrafçıları için ilginç olacaktır.

2.3.9.1. Fethiye'deki dalış bölgeleri

Muğla il merkezinin denize kıyısı olmamasına rağmen başta Fethiye olmak üzere dalış turizminde adı geçen ilçe ve beldeleri bulunmaktadır. Birçok dalıcı senenin farklı zamanlarında Fethiye'ye gelmektedir. Gerek sualtı güzellikleri ve gerek ise doğasına hayran kalarak bir sonra ki tatil programlarına Fethiye'yi eklemektedirler (46).

Kızıl ada Feneri: Orta ve ileri seviyedeki dalıcılara uygun bir bölge. 8 m'ye indikten sonra deniz yatağının doğal eğimini takip ederek 15 m'ye inilir. Burada denizaltı topografisi 20 m'ye doğru bir amfi tiyatro görüntüsü verir.

Dalyan Koyu: Dalışa yeni başlayanlar için ideal bir koy. Deniz sümüklü böceği, rengârenk balıklar, süngerler, ahtapotlar ve küçük baracuda sürülerine rastlamanız mümkün. Derinlik 10 m gece dalışı içinde çok uygun bir mekân.

Üç Tüneller: İleri seviyedeki dalıcılar için uygun bir bölge max. derinlik 30 m. Dalışa geçip 19 m'ye ulaştığınızda tünelin girişi loşlukta karşınıza çıkıyor. Duvar boyunca oluşmuş mercanlar yüzünden tünele sadece iki dalıcı girebilir. 2. tünel ilkinden daha geniş ve büyük, 3. ise 30 m derinlikte sona erer ve dar kanyon oluşumu sadece tek dalıcının geçişine müsaade eder.

Baracuda Resifi: İleri seviyedeki dalıcılar için uygun bir bölge max derinlik 25 m Dalyan Koyu'na çok yakın olan bu resif 12 m derinlikte. Eğim pek çok tip balığı ve sualtı canlısını görme fırsatı verir. Resif küçük bir sualtı tepeciğidir ve

duvar tarafından 60 m derinliğe kadar iner. Muhteşem bir görüntü vardır. Akıntı olduğundan sık sık Baracuda görmeniz mümkündür.

Afkule: İleri seviyedeki dalıcılar için uygun bir bölge. Mac derinlik 50 m'dir. Fethiye'deki en iyi dalış mekânıdır. Duvar sualtı dünyasının muhteşem renklerini yansıtır. Her fotoğraf avcısının görmesi gereken bir yerdir. Dalışınıza eğer mağaranın içinden baslarsanız mutlaka yanınıza fenerinizi amalısınız. Mağaranın içerisinden spiraller çizerek aşağıya inmeniz size mağara içindeki oluşan yumuşak mercan, Trompet anemonları, marul mercan, deniz patlicani ve farklı formlarda dantel mercanları daha iyi görmenizi sağlar. Mağaranın bitişi 27 mat olup buradan denize çekip duvarı takip ederek hemen yakınındaki bir diğer dalış bölgesi olan Türk Hamamı nah geçebilirsiniz. Burada max derinlik 10 m'dir. Şnorkelciler içinde harika bir dalış noktasıdır. Mağaraya giriş 7- 10 m'dendir. Mağaraya girdikten sonra yüzeye çekip mavi gökyüzünü görebilirsiniz. Özel bir yüzme havuzu gibidir. Fotoğraf çekmek için çok çok ideal bir yer.

Piramit: 30 m'lik derinliği ile ileri seviyedeki dalıcılar için uygun bir bölgedir. Tatlı eğim dibe ve bir deliğin etrafına doğru iner. Bu deliğin doğal ışıpta yansıttığı renkler inanılmazdır. Bu harika renk gösterisinin tadına varmak için dalış feneri gereklidir. Bozulmamış doğal hayat yüzünden büyük grupsa halinde yüzücülere rastlamak mümkündür.

Soğuk Mağara: 20 m'lik derinliği ile ileri seviyedeki dalıcılar için uygun bir bölgedir. Karaya doğru uzanan bir galeridir. Denizle karışan soğuk tatlı su akıntısıyla karşılaşsınız. Bu bir isi düşmesine sebep olur ve kesin hatlarla suyun kristalize oluşunu gözleyebilirsiniz. Burada da dalış fenerinizi yanınıza almayı unutmayın.

Fok Mağarası: 10 m'lik derinliği ile başlangıç ve ileri seviyedeki dalıcılar için uygun bir bölgedir. Şaşırtıcı çıplak duvarları ve 8 dalıcının girişine izin veren çok büyük bir girişi vardır. Mağaranın sonuna kadar uzun bir mesafe vardır. Burada da dalış fenerinizi yanınıza almayı unutmayın.

Amphora: 14-27 m.'lik derinlikleri ile orta ve ileri seviyedeki dalıcılar için uygun bir bölgedir. Akdeniz'deki en eski amphora mekânıdır ve bu amphoralar Roma dönemine, yaklaşık M.Ö 300'e tarihlendirilmektedir. Giriş 4 m derinlikle baslar ve

yavaş bir eğimle 60mt' ye kadar iner. Pek çok sualtı canlısına, Mürenlere, çatalkuyruğa, ahtapota, deniz patlıcan ve süngerlere rastlayabileceğiniz 2 büyük kaya oluşumu vardır.

Şahin Burnu: 15-22 m. derinlikleri ile orta ve ileri seviyedeki dalıcılar için uygun bir bölgedir. Bu dalışın derinliği 9 - 12 mt. dir. Çok zevkli bir dalış mekânıdır. Süngerler, 3000 yıllık amphoralar, deniz örümcekleri, deniz yıld'izlari, ahtapotlar ve pek çokları görülebilir.

Akvaryum Koyu: 10 m. derinliği ile tüm seviyedeki dalıcılar için uygun bir bölgedir. Bu alan bir lagün gibidir ve birçok turuncu süngere, kum balığına, grouper'a ve ahtapotlara ev sahipliği yapar. Kumlu ve kayalık dip kompozisyonu iyi görüşe olanak tanır. Gece dal isı için de uygun bir bölgedir.

Tüneller: 10-20 m. derinlikleri ile orta ve ileri seviyedeki dalıcılar için uygun bir bölgedir. Önce düşüş ve sonra tüneller. 17 m'de bir mağara vardır. Tünel 12 m'de baslar ve 3 m'de sonlanır. Her Buble oluşumunda veya tünelde çıkış noktalarından gelen ışıkları görebilirsiniz. En uzun tünelin uzunluğu 4 m'dir, ancak çok doğal ışık olduğu için rehberliğe ihtiyaç yoktur.

Karides Kovuğu: 28 m'lik derinliği ile ileri seviyedeki dalıcılar için uygun bir bölgedir. Fethiye'deki en iyi duvarlardan biridir. 27 m'deki bir çatlak karideslerle dolu olan bir küçük mağaracığı oluşturur. Sadece tek dalıcı içeri girebilir, ancak karideslerin güvenliği açısından bu önemlidir.

Balaban Adası: 30 m'lik derinliği ile orta ve ileri seviyedeki dalıcılar için uygun bir bölgedir. Tekne adanın en derin kısmında demirlenir. Dalıcılar adanın etrafında bir daire çizebilirler ve tekrar tekneye dönebilirler. Yüzme mesafesi uzun olduğu için hava sarfiyatı konusunda dikkatli olmak gerekir. Genellikle görüş mesafesi, sualtı canlılığı ve amphora kalıntıları muhteşemdir.

İblis Burnu: 22 m. derinliği ile orta ve ileri seviyedeki dalıcılar için uygun bir bölgedir. Bu mekânda pek çok amphora parçası görülebilir. Çok bakir bir sualtı hayati olduğu için Akdeniz'in tüm çeşitleri görülebilir. Büyük dalgalar sebebiyle sabah dalışları daha uygundur.

Turgut'un Yeri: 30 m. derinlik ile ileri seviyedeki dalıcılar için uygun bir bölgedir. Fethiye'deki en derin dalış bölgesidir. Bir dağın içinden geçer. 60 m'lik bir

uzunluğu olan tünelin girişi 30 m, çıkışı ise 25 m'dedir. Tünelde karides dolu pek çok koridor vardır. Tünelden sonra 8 m yükseldiğinizde bir uçak motorunun kalıntısını görebilirsiniz.

Aqua Point: 25 m. derinliği ile ileri seviyedeki dalıcılar için uygun bir bölgedir. Büyük antik bir çapa ve pek çok amphora 25 m derinlikte yatmaktadır. Antik top mermileri savaşın korkutan hissini yansıtır.

Sarıyarlar: 10 m. derinlik ile tüm seviyedeki dalıcılar için uygun bir bölgedir. Kumlu ve kayalık dip yapısı 30 m'lik bir görüş mesafesine olanak verir. Kanyona benzer masif kaya oluşumları dalıcılar için bir oyun alanı gibidir. Koyun 3 müdavim orfozu bulunmakta, akya sürülerinin içine girip resim çekebilirsiniz. Ahtapotlar ve sübyeleri ise her tarafta görmeniz mümkün. Gece dalışlarında da tercih edilen bir bölgedir.

Kızıl Ada Kanyonu: 12 m.'lik derinliği ile tüm seviyedeki dalıcılar için uygun bir bölgedir. Kanyon oluşumu dalıcılara hoş bir görüntü sunar. 2 dalıcının girebileceği büyüklükte bir mağaracık vardır. Mağaradan su yüzeyine yükselmek mümkündür.

2.3.9.2. Bodrum'daki dalış bölgeleri

Yat Turizmi, plajları, koyları ve gece yaşamı ile kendisine Türkiye Turizminde önemli bir imaj yaratan Bodrum, önemli dalış noktalarıyla ve 2001 yılı Eylül ayında açılan yeni dalış yerleriyle Dalış Turizm'inde de kendisinden söz ettirmeye başladı. Sualtı buluntularının sergilendiği tek önemli müze olan Bodrum Sualtı müzesi de Bodrum'un dalışlar için çekiciliğini artırıyor. Bodrum çevresindeki önemli dalış noktaları şöyle sıralanabilir:

Büyük Bango: Bölgenin sembol dalış noktalarından birisidir. Bodrum'a 20 dakikalık tekne mesafesinde ve tepesi 4m olan bir sığıktır. Bodrum, Gümbet ve İstanköy taraflarında kademeli olarak, Karaada tarafı duvar şeklinde derinleşmekte ve sığık çevresi 28-32m derinliktedir. Sığık üzerinde ve eteklerde az da olsa amphora parçaları görülebilir. Dalış sırasında kesin olarak akya, orfoz, lahoz, sinağrit, müren, ahtapot ile karagöz ve sarpa sürüleri size eşlik edecektir. Eğer şanslıysanız barakuda hatta kaplumbağa görebilirsiniz.

Küçük Bango: Büyük Bango'nun 200 m kadar Bodrum yönündedir. Tepesi 5-6 m. dört tarafı da 7-8 m itibaren dik olarak derinleşmekte ve taban 28-30m.olan bir sığıktır. Büyük bango'da görülen tüm canlılar burada da görülebilir. Bodrumlu dalış okullarının çok rağbet ettiği bu iki bango;"Akdeniz'de bu kadar çeşitli ve çok balık var mıymış?" dedirtecek kadar enteresandır ve eğer yakınından geçerseniz tepeleri net şekilde tekneden görülebilir.

Kargı Adası: Bodrum'a takriben 1.5 saatlik, Akyarlar burnuna da 500 m. mesafededir. Bodrum bölgesinde Kos Adası'na en yakın nokta (3.5 deniz mili) bu adadır. Adanın tepesinde Deniz Feneri vardır. Dalış noktası adanın körfeze bakan yüzüdür, diğer taraflar dalışa uygun değildir. Bodrum yöresinin en güzel dalış noktalarından birisidir. Kos adası yönünde 5 m ile 25 m arasında bol miktarda amphora kırıklarına rastlanır, muhtemelen M.S.4.yy. Roma Dönemi ile ilgili bir gemi kalıntısına ait olmalıdır. Dalış noktasında kıyıda dikitler yani dipten yüzeye doğru uzanan kaya tepecikleri ile kıyıya 50 m. mesafedeki tepesi yüzeye 17 m olan sığık ilgi çekicidir. Ada'nın kıyı tarafı 20-22 m. sığık 36m.ye kadar kayalık olarak derinleşmektedir. Kıyı ve sığık çevresinde bir dalışta 24 tane müren gördüğümü hatırlarım. Müren'den başka bol miktarda orfoz, lahoz, sinarit, bilhassa barakuda sürüsü kesinlikle her dalışta görülebilir. Bu dalış noktasının tek dezavantajı, genellikle yılın bazı zamanlarında Kos Adası yönüne doğru kuvvetli akıntının olmasıdır.

Köçek Adası: Kargı Adası'ndan Bodrum tarafında bir deniz mili mesafede, çok küçük bir kayalık adadır. Akyarlar, Karaincir koyu ve Aspat Tepesi'ne bir mil uzaklıktadır. Bu adacığın özelliği; su üzerinde sadece çok az kayalığın görülmesi ve çevresinde bol miktarda çeşitli yüzyıllara tarihlendirilebilen amphora parçalarının bulunmasıdır. Ada'nın kara tarafı 8-10 m. Bodrum ve Kargı tarafı 20-22 m ve Gökova tarafı da 32-34 m derinliktedir. Gökova yönünde 28-30 m lerde iki tane demir geç devir çapası kayalara kaynamış durumdadır. Barakuda sürüsü ve gümüş renkli karagöz balıklarının en fazla olduğu bu dalış noktasında Kargı Adası'nda görülen balıklardan başka triton ve pina gibi kabuklu canlılara rastlayabilirsiniz.

Karaada-Kaçakçı Koyu: Karaada'nın arka yüzünde küçük bir koydur. Dalış kulüpleri genelde eğitim amaçlı dalışlarında burayı tercih ederler. Koyun dışındaki iki buruna da dalış yapmak mümkündür. Bu koyun en önemli özelliği; koy

içerisinde suyun bir metre altında ada içerisine doğru 40-50 m giden bir mağaraya sahip olmasıdır. Mağara'nın ağzında içteki geniş alana kadar olan mesafenin dar olması nedeniyle kesinlikle bir dalış eğitmeni eşliğinde uzman dalgıçların girmesi tavsiye olunur. Mağara'nın içindeki geniş alanda, tavadaki sarkıtlar olağanüstü görünüm arz ederler. Ayrıca buradaki su sıcaklığı dış taraftaki deniz suyuna göre minimum 5 derece daha sıcaktır.

Karaada-Delikli Mağara: Karaada'nın Kos Adası yönünde ve orta noktalarındadır. Özelliği iki adet sualtı mağarasına sahip olmasıdır. Derinlik, mağaraların bulunduğu alanda, kayalık 20-25 m'lerde diğer tarafta küçük koya doğru 40-45m.lere kadar iner. Birinci mağara 15m.derinlikte, ancak girişi çok dar olduğu için içeri girilmesini tavsiye etmem. İkinci mağara ise diğerine 20-30 m mesafede, girişi çok rahat ve içi oldukça geniştir.12-14 m derinlikte olan bu mağara içindeki kovuklara bakarsanız iskorpit, karavida ve istakoz görme olasılığınız fazladır. Mağaranın tavanında bir metre kadar çapında bir delik vardır ve bu delikten çok rahat 6-7 m'lere çıkılabilir. Enteresan olan, mağaranın içinden çıktıktan sonra, üst tarafta her yerden kabarcık çıkıyor olmasıdır. Mağaranın ön tarafında 25 m'lerde kaya-erişte (yosun) başlangıcında genelde iki adet çok büyük orfoz balığına rastlamak olasıdır.

Karaada-Aksona Burnu: İlk defa Bodrumlu bir süngerci tarafından gösterildiği için bu adla anılmaktadır. Karaada'nın Gökova tarafında yani güney yönündedir. Kıyıdan itibaren üç metreden başlayıp, önce 20 m'lere sonra kayalık sırt olarak 40-45 m'lere inmektedir. Bol miktarda arkeolojik bulguya sahip olması ile birlikte; ahtapot, orfoz, lahoz, sinarit, barakuda, müren, şanslıysanız vatoz ve karavida görülebilecek canlı türlerindedir. Sezonun bazı aylarında burna doğru bazen zayıf bazen de kuvvetli yüzey akıntısına sahiptir.

Yassıkaya Adası: Karaada'nın güney ucunda, Aksona Burnu'na 300-400 m mesafededir. Karaada tarafı ve kuzey tarafı sığ ve yosun olduğu için dalışa uygun değildir. Adanın güneydoğu tarafı setler halinde kayalık olarak, güney tarafa doğru ise kayalık sırt olarak derinleşmektedir. Bu noktada istakoz, müren, ahtapot, orfoz, lahoz, sinarit ile barakuda, karagöz ve melanur sürüleri hemen hemen her dalışta görülebilir. Ayrıca bazı dalışlarda minimum 3m.çapında bir vatoz görme olasılığınız

bile vardır. Yılın bazı aylarında yüzeyden ve dipten Knidos yönünde kuvvetli akıntı dalgıçların dikkat etmelerini gerektirir.

Orak Ada-Burun: Bodrum'a bir buçuk saatlik mesafede ve Gökova Körfezi içerisindeki bu nokta, günübürlük gidilebilen en uzak dalış noktalarından birisidir. Bu nokta duvar dalışı sevenler için hayal edilemeyecek kadar güzel sualtı topoğrafik yapısına sahiptir. Dalış noktasındaki burnun hemen iç tarafındaki küçük koyda demirler ve burundan iki yöne doğru dalış yapılabilir. Hele burnun Gökova yönüne doğru yapılan dalış heyecan vericidir. Bu yönde, 32-34 m. llerdeki mağaranın içi mor süngerlerle kaplıdır. Burunun itibaren önce 25m. lere sonra da 65-70m. lere inen ve çok enteresan sualtı duvarına sahip bu noktada dalmak sanırım her dalgıcın hayalidir. Sualtında çok fazla balık görme olasılığı olmamasına karşın, istakoz, orfoz, lahoz, müren ve vatoz görme olasıdır. Akdeniz'in en güzel ve ilginç dalış noktalarına sahip Bodrum'da 24 Eylül 2001 tarihine kadar Akyarlar burnu ile Orak Adası arasında dalış yapılabilirdi. Bu tarihte yayımlanan Resmi Gazete'ye göre de Türkiye'nin birçok sahilinde olduğu gibi Bodrum Yarımadası (Gümüşlük ve Yalıkavak arası hariç) tamamen Turistik ve Sportif Tüplü dalışlara açılmıştır (97).

2.3.9.3. Antalya'daki dalış bölgeleri

TSSF'ye kayıtlı yetkili dalış merkezi sayısının en yüksek olduğu bölge olan Antalya ve ilçelerinde birbirinden güzel ve her seviyede dalıcıya hitap edebilecek çok sayıda dalış bölgesi bulunmaktadır. Bu dalış bölgelerini şu şekilde sıralayabiliriz (128);

Kaş: Son yıllarda Kaş, dünyanın önemli turizm amaçlı sualtı dalış merkezlerinden biri olmuştur. Yat limanında bulunan dalış kulüpleri, her yıl buraya gelen pek çok yerli ve yabancı turiste Akdeniz'in bu en eski batıklarını göstermektedir.

Uluburun Antik Batığı: Kaş'ın 8,5 km güneydoğusunda uzanmakta olan Uluburun'un doğu kıyısından 60 m açıkta yatan batık, M.Ö. 14. yüzyıla ait bir yük gemisi kalıntılarıdır. 1984 yılında başlanan dalışlar sonucu geminin 61 m derinliğe kadar yuvalanmış, eşsiz yükü gün yüzüne çıkarılmıştır. Çıkarılan eserler günümüzde Bodrum Sualtı Arkeoloji Müzesi'nde sergilenmektedir.

Kaş Uçak Batığı: İkinci Dünya Savaşı sırasında henüz belirlenemeyen bir nedenden dolayı Meis Adası yakınlarında batan üç pervaneli İtalyan savaş uçağı 57 m'de görülmeye başlamakta ve kuyrukla diğer metal parçaları meyil nedeniyle 70 m. derinliğe kadar uzanmaktadır. Enkazın etrafında patlamış ve hâlâ aktif olduğu tahmin edilen cephaneler bulunmaktadır.

Gelidonya Antik Batığı: Antalya körfezinin batı ucunda bulunan Gelidonya batığı, bugünkü adıyla Taşlık Burnu'nun yakınında seyrederken kayalara çarparak batan bir yük gemisine aittir. 26-28 m derinlikte bulunan batığa 1960 yılında yapılan araştırma dalışlarında, geminin M.Ö. 13. yüzyıl sonlarına ait olduğu saptanmıştır. Bu batığın diğer bir özelliği, kara kazısı standartlarına uygun olarak yapılan ve kazısı tamamlanan ilk sualtı kazısı unvanına sahip olmasıdır. 1994 araştırması sırasında Gelidonya batığında bulunan taş çapalardan, geminin Ortadoğu kökenli olduğu tahmin edilmektedir. Batıktan çıkarılanlar, Bodrum Sualtı Arkeoloji Müzesi'nde sergilenmektedir.

Fransız (Sosyete) Batığı "San Didier": Antalya yat limanının 1 km açığında, şamandıranın altında yatan batık, 1942 yılında savaş sırasında batırılan "San Didier" adlı Fransız savaş gemisine aittir. 1946 ve 1974 yıllarında yapılan çalışmalarda geminin içindeki yükün büyük bir bölümü çıkarılmıştır. Hastane destek gemisi görünümünde olan bu geminin içinde cephane ve çöl şartlarına uygun arabalar bulunmaktadır. Kamufle edilebilmesi için personelin üniforma giyinmemesi ve balıkçıların yardımları sırasında gemideki insanların şahsi malzemelerini de yanlarında taşımaya gayret etmeleri halk arasında geminin adının sosyete batığı olarak kalmasına neden olmuştur. Bugün üzerinde pek bir şeyin kalmadığı batık yine de dalgıçlarının ilgisini çekmeye devam etmektedir. Dalış yapabilmek için Antalya Valiliği ve Deniz Polisi Şube Müdürlüğünden izin almak gerekmektedir. Dikkat edilmesi gereken diğer bir nokta ise yat limanı ağzına yakınlığı dolayısıyla tekne trafiğinin fazla olmasıdır.

Falezler: Antalya'nın iki büyük plajı olan Lara ve Konyaaltı arasında kalan bölgede karadan dalış için elverişli noktalara sahiptir. Falez oluşumları 14 m'den 25 m. derinliğe kadar inerler. İlk 20 m. ilgi çekicidir. Giriş kolaylığı açısından tercih edilen yerlerden biri de Konyaaltı Plajı'na inen varyantın altıdır. Bu bölgede kayalık

kesim 25 m'ye kadar iner ve suyun altında falezleri ve üzerindeki canlı yaşamını görmeye imkân sağlar.

Sıçan Adası: Antalya limanına birkaç km uzaklıkta olan bu küçük ada dalıcıların ilgisini çeken diğer bir bölgedir. Sahile bakan batı yakası sığ bir derinliğe sahip olup (maksimum 8 m.) dip yapısı genelde kumdur. En ilgi çekici bölümü kuzey doğu yakasıdır ve kayalık dip yapısı 22 m'ye kadar inmektedir. Aynı zamanda doğusunda ufak bir mağaranın olması dalıcılar için hoş bir sürprizdir. Batıdan esen poyraz dalga yaratmamasına rağmen rüzgâr şiddetine bağlı olarak kuvvetli yüzey akıntılarına neden olur. Günlük tekne gezintisine çıkanların da ilgi odağı olduğundan yoğun bir tekne trafiğine sahiptir.

Suluin Mağarası: Kırkgöz mevkiindeki Suluin Mağarası, içindeki sarkıt ve diktlerden dolayı daha önceden kuru olduğu tahmin edilen sualtı mağaralarından birisidir. 1995 yılında yapılan bir araştırmada mağara derinliğinin 83 m'ye ulaştığı ve kanallardan daha ilerlendiğinde yaklaşık 45 m derinlikte büyük bir salonun içine girildiği saptanmıştır. Bu salonun duvarları sarkıtlar, traverten havuzlar ve diğer oluşumlarla kaplıdır. Salona giren ve çıkan çok sayıda yan kollar olduğu yapılan araştırma dalışlarında görülmüştür.

Kemer: Ülkemizin en çok dalış okullarının bulunduğu bu dünyaca ünlü turistik beldemiz, bünyesinde çeşitli dalış alternatifleri bulunmaktadır. Hemen Antalya liman girişinde bulunan Fransız askeri nakliye gemisi 20-32 m derinliklerde yatmakta olup genelde bulanık olan su batık meraklıları için çok ilginçtir. Kemer marinası açıklarında 33 m kumluk dipte yatan Paris batığı, her dalıcının ziyaret etmesi gereken bir batıktır. Tekirova açıklarındaki üç Adalar çeşitli dalış türlerinin gerçekleştirilebildiği bir bölgedir. Bölgede zengin bir dalış noktası olan kanyonda iri vatozlar ve her çeşit balık görülebilir. Üç adalar, mağara dalışı için de idealdir. Ağustos ve eylül aylarında, orkinos sürüleriyle karşılaşıldığı gibi fok balığına da rastlanabilir. Kıyı sularında yunuslarla her an karşılaşmak mümkün olabilir.

Paris Batığı: Kemer Yat Limanı'ndan 1,5 km kadar açıkta kum bir zemin üzerinde, 25 m derinlikte yatan Paris, I. Dünya Savaşı sırasında batan bir Fransız savaş gemisi. 1896 yılında yapıldığı tahmin edilen gemi 3 güverte ve iki ambara sahiptir. Ambarlardaki birbirine kaynamış cephaneler, orta bölümdeki çini kaplı

kısım ilginç noktaları oluşturmaktadır. Son yıllarda dalıcıların bir hayli ilgisini çeken bu batığın birçok ziyaretçisi bulunmaktadır.

Üç Adalar: Tekirova'nın açıklarında bulunan küçük adalardan oluşmuş bir dalış bölgesidir. Etrafında birçok dalış bölgesinin bulunması, çok çeşitli derinliklere sahip olması, dip yapısının Antalya'ya oranla zengin olması, görüş netliği ve birçok dalış merkezine yakınlığı nedeniyle en popüler dalış bölgelerinin içinde yer alır. Kemer yat limanına aşağı yukarı 45 dakika mesafededir.

Gök Mağarası: Finike'de bulunan Gök Mağarası, Asya'nın dalışı yapılmış en derin mağaralarından biridir. Mağaradan çıkan tatlı su 15 m derinlikten sonra deniz suyuyla karışır. Geniş bir koridorla dibe doğru inen mağarada sarkıtların bulunması daha önceden kuru olduğunun işaretlerindedir.

Kalkan: Tecrübeli dalıcılara yönelik olan Kalkan suları, ciddi dalışlar yapıp form tutmak isteyenler için idealdir. Akıntı, sert rüzgâr, duvar dalışı, batıklar bölgenin dalış zenginlikleridir. 30 m'lerde yüzlerce ıskarmoz ve ortozların akıntıda durabilme becerileri seyredilmeye değerdir. Kaplumbağa, orkinos, vatoz, köpekbalığı görülebilecek deniz canlıları arasındadır. Patara kanyonu, mercan ve sünger çeşitleriyle süslüdür. 11 m'den 132 m'ye inen fener duvarı, oldukça canlı ve renklidir. Öksüz Ada ise köpekbalığı ailesinden keler balıklarını barındırır.

B-24 Amerikan Savaş Uçağı Batığı: Manavgat ilçesi yakınlarında, 200 m. açıkta yatan batık, 1944 yılında Romanya üzerindeki bombalama görevini yerine getirdikten sonra Kıbrıs'taki üssüne dönmek üzere hareket eden "Hadley's Harem" isimli B-24 tipi Amerikan savaş uçağına aittir. 1995 yılında yapılan çıkartma çalışmalarında uçağın kokpiti su yüzüne çıkarılmıştır. Uçağı dalış özel izin gerektirmektedir.

2.4. KONUYLA İLGİLİ YAPILAN ÇALIŞMALAR

Mutlu, İ., "Egzersiz Yapan Kişilerin Boş Zamanlarına Yönelik Tutumları Üzerine Bir Araştırma-Kayseri İli Örneği" adlı yüksek lisans tez çalışmasının amacı; Kayseri ilinde yaşayan kişilerin boş zamanlarında hangi tür aktivitelere katıldıklarını ve bu aktivitelere motive eden faktörleri belirleyerek, bu nedenlerin bazı değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmektir (90).

Yılmaz, S., “Üniversitelerin Atletizm Takımlarında Yer Alan Sporcu Öğrencilerin Serbest Zamanlarını Değerlendirme Alışkanlıklarının Araştırılması” adlı yüksek lisans tez çalışmasında üniversitelerin atletizm takımlarında yer alan sporcu öğrencilerin serbest zamanlarını değerlendirme alışkanlıklarının araştırılması amaçlanmıştır (122).

Yılmaz, D.’nin 2005 yılında, Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü’nde hazırladığı “Rekreasyon Program Yönetimi: Orta Öğretimde Rekreasyon Programlarına Katılan Bayan Öğrencilerin, Rekreasyon Programlarına Bakış Açılarının ve Deneyimlerinin Değerlendirilmesi” Yüksek Lisans tezinde yapmış olduğu çalışmanın amacı; ortaöğretimde rekreasyon programlarına katılan bayan öğrencilerin, rekreasyon programlarına bakış açıları ve deneyimlerinin, rekreasyon yönetimi boyutunda değerlendirilmesidir (121).

Uğurlu, A., “Rekreasyonel Amaçlı Doga Sporlarının Turizm’de Kullanılması Antalya Köprülü Kanyon Rafting Uygulaması” adlı yüksek lisans tez çalışmasında bireylerin boş zamanlarını rekreasyonel bir faaliyet olarak turizm içerisinde yer alan rafting sporu ile değerlendirmeleri araştırılmıştır. (120).

Çakal, M., “Konya ve Ankara Kent Merkezinde Yaşayan Halkın, Tüplü Dalış (Scuba) Sporuna Olan İlgisinin Karşılaştırılması” adlı yüksek lisans tez çalışması ile Konya ve Ankara kent merkezinde yaşayan halkın donanımlı dalış sporuna olan ilgisi karşılaştırılarak; Konya’da bu sporun yaygınlaşmamasının sebebinin halkın ilgisizliğinden mi yoksa girişimci eksikliğinden mi kaynaklandığı tespit edilerek öneriler sunmak amacıyla araştırma yönelik bir anket vasıtasıyla, tesadüfî örneklem yöntemi kullanılarak mevcut durumla ilgili bilgiler toplanmış ve değerlendirilmiştir (25).

Özyurt, D., 2008, “Teknik Derin Dalış ve Engelli Dalışında, Motivasyon ve Stres Faktörleri İle Stres Hormon Değişimleri” adlı doktora tezi çalışmada “Sporda Güdülenme Ölçeği”, “Algılanan Stres Ölçeği(ASO-10)”, “Genel Sağlık Ölçeği” ve “Genelleştirilmiş Öz yetki beklentisi Anketi” kullanılarak psikometri değerlendirmeler yapılmıştır. Dalışta ortaya çıkan stres düzeyi ise dalış öncesi ve sonrasında alınan kan örneklerinde epinefrin, norepinefrin ve kortizon düzeylerinin dalış öncesi ve sonrası düzeylerinin karşılaştırılmasıyla ortaya konulmuştur (101).

Demir, M., 2007, “Kahramanmaraş Bölgesinde Sporcuların Futbol, Basketbol ve Atletizme Katılmasında Rol Oynayan Motivasyonel Faktörlerin Belirlenmesi” yüksek lisans tezinde Kahramanmaraş bölgesinde sporcuların futbol, basketbol ve atletizme katılmasında rol oynayan motivasyonel faktörlerin belirlenmesi amaçlanmıştır (30).

Akgül, S., 2013, “Farklı Eğitim Kurumlarında Öğrenim Gören Ortaöğretim Öğrencilerinin Sportif Rekreasyon Etkinliklerine Yönelmede Meraklılık Düzeylerinin Etkisinin Araştırılması (Kütahya İli Örneği)” adlı yüksek lisans tezinde farklı eğitim kurumlarında öğrenim gören ortaöğretim öğrencilerinin meraklılık düzeylerini belirlemek ve bunun cinsiyet, öğrenim görülen okul türü, sınıf düzeyi, ortalama aylık gelir, boş zaman etkinliklerine katılım türü ve boş zaman etkinliklerine katılımı olumsuz etkileyen sebepler gibi değişkenler açısından farklılık gösterip göstermediğini ortaya koymayı amaçlamıştır (8).

Zorba, E. ve arkadaşlarının “Muğla ili kamu ve özel spor tesislerinin durumu ve sportif verimlilik düzeyinin araştırılması” konulu yapmış oldukları araştırmada; Muğla il merkezindeki Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü, üniversite, ortaöğretim kurumları ile kamu kurum ve kuruluşları ve özel sektöre ait spor tesisleri incelenmiştir. Spor tesisleri incelenerek spor tesislerinde görev alan yönetici ve eğitimci olan kişilerle yüz yüze mülakat yapılmıştır. Sonuçlar istatistikî olarak işlenmiş ve tablolar halinde sunulmuştur. Tesislerin hem sayı hem de çeşitliliği açısından yetersiz olduğu anlaşılmıştır. Araştırmada yöneticiler, spor tesislerinin mesai saatleri dışında kapalı tutulmasının başlıca sebebinin talep yetersizliği ve maddi yetersizlikten kaynaklandığını ifade etmişlerdir (125).

Bekdemir, A., “Kütahya Merkez Emniyet Teşkilatında Görevli Polislerin Boş Zamanlarını Değerlendirme Alışkanlıklarının Araştırılması” adlı yüksek lisans tezinde emniyet güçlerinde görev yapan polislerin serbest zamanlarını değerlendirme alışkanlıklarının araştırılması amaçlanmıştır (21).

Güngörmüş, H., A., 2007, “Özel Sağlık-Spor Merkezlerinden Hizmet Alan Bireyleri Rekreasyonel Egzersize Güdüleyen Faktörler” adlı doktora tezinde sağlık merkezlerinden hizmet alan bireylerin rekreasyonel egzersizlere güdüleyen faktörlerin tespit edilmesini amaçlamıştır (50).

Akcan, Z., B., 2009, “Çalışan ve Çalışmayan Bayanların Rekreatif Etkinliklerden Sportif Faaliyetlere Katılım Düzeylerinin Araştırılması (Muğla İli Örneği)” adlı Yüksek Lisans Tezinde sportif faaliyetlere katılımı etkileyen faktörlerden olan harcanabilecek gelirin etkisini bu faaliyetlere katılabilecek durumda olan çalışan ve çalışmayan bayanlar açısından araştırarak, kitle sporunun geliştirilebilmesi için bayanların spora teşvik edilmesini sağlamayı amaçlamaktadır (7).

Doğan, İ., 2008, “Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Bir Faaliyet Olarak Halk Oyunlarına Katılım Nedenleri” adlı yüksek lisans tezinde rekreatif bir faaliyet olarak halk oyunları ile ilgilenen üniversite öğrencilerinin halk oyunlarına bakış açısı, katılım nedenleri ve bu nedenlerin çeşitli değişkenlere göre farklılaşp farklılaşmadığı incelenmiştir (34).

Köybaşı, Ş., 2007, “Değişen Değerlerin Sportif Katılıma Etkisi” adlı yüksek lisans tezinde değişen değerlerin bayan sporcuların spor yapma ve spor yaşamlarını sürdürmeleri üzerindeki etkisinin tespit edilmesi; sporcuların ne tür toplumsal, kişisel, ailevi ve ekonomik değişim süreçleri yaşadıklarını ve bu değişimin spor yaşamları üzerinde nasıl etkileri olduğuna ilişkin görüşlerinin belirlenmesi amaçlanmıştır (80).

Gülbağçe. Ö.’nün 1996 yılında, Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı’nda hazırladığı; “Boş Zamanları Değerlendirme Alışkanlıkları” Yüksek Lisans tezinde, Ekonomik refahın önemli bir göstergesi olarak kabul edilen boş zamanların değerlendirilmesi konusunda her şeyden önce ailelerin bilinçli hale getirilmesi ve bu yönde eğitilmeleri gerekmektedir. Bu konuda eğitim gören ailelerin çocuklarına rehberlik yapmaları daha kolay olacaktır. Boş zamanları değerlendirmek amacıyla yapılan faaliyetlerin genç kuşakları sağlıklı, dengeli, kendine güvenli hale getirdiğini ortaya koyan araştırma sonuçları sık sık yayın organları yoluyla duyurulmalı, böylece gençliğin her kesimi bilinçli bir şekilde yönlendirilmelidir. Okullarda öğrencilere boş zaman değerlendirme ile ilgili bilgilendirme çalışmaları yapılmalıdır. Okula gitmemiş, engelli kişiler için çalışmalar yapılmalıdır. Toplumun her kesimine bireylerin boş zamanlarını verimli bir şekilde değerlendirmeleri, onların sağlıklı, mutlu, iyi ahlaklı, dengeli, kişilik sahibi, yapıcı, yaratıcı, üretken, milli kültür değerlerini ve demokratik

hayatın gereklerini bilen kişiler olmalarına yardımcı olacaktır. Bu nedenle bu konuya gereken önem verilmeli bireyler bilinçlenmelidir (51).

Kaya, A., M., 2011, “Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Faaliyetlere Yönelik Tutumları ve Boş Zaman Motivasyonlarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi “ adlı yüksek lisans tez çalışmasında, üniversite öğrencilerinin rekreatif faaliyetlere yönelik tercihlerini ve boş zaman motivasyonlarını, rekreatif faaliyetlere katılımlarını sağlayan bireysel faktörleri ve bunları etkileyen bazı değişkenleri incelemek amacıyla yapılmıştır (69).

Karakuş S. ve Çınar Ç.’nin Abant İzzet Baysal Üniversitesi’nde düzenlenen 10. Spor Bilimleri Kongresi’nde sunmuş oldukları: “Üniversite Öğrencilerinin Seçmeli Beden Eğitimi Dersi Sayesinde Boş Zamanlarını Sportif Etkinliklerle Değerlendirme Alışkanlıklarını Kazanmalarının İncelenmesi (Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Örneği)” konulu çalışmada Eskişehir Osmangazi Üniversitesi öğrencilerinin seçmeli beden eğitimi dersi sayesinde belli bir spor bilincinin oluşması ve bu bilincin öğrencilerin boş zamanlarını sportif faaliyetler ile değerlendirme alışkanlıklarının belirlenmesi amaçlanmıştır (61).

Göktaş. Z. ve Çolak. M.’nin Muğla Üniversitesi’nde düzenlenen 9. Spor Bilimleri Kongresi’nde sunmuş oldukları “Vergi Dairesi Başkanlığında Çalışan Personelin Boş Zamanlarını Değerlendirmesi Üzerine Bir Araştırma -Balıkesir Örneği-” konulu bu çalışmanın amacı; Balıkesir Vergi Dairesi Başkanlığı’nda çalışan personelin boş zamanlarında uğraştıkları etkinlikler ve boş zamanı değerlendirme alışkanlıklarının belirlenmesini oluşturmaktadır. Araştırma sonucunda deneklerin büyük bir çoğunluğu günde 3-4 saatlik bir boş zamanlarının olduğunu, ancak boş zaman etkinliklerine yeterince katılmadıkları, kurumdaki boş zaman etkinliklerine yönelik tesislerin nicelik ve nitelik bakımından yetersiz olduğu ve imkân tanındığında (tesis ve zaman açısından) daha çok boş zamanı değerlendirmeye yönelik faaliyetlere katılacakları yolunda görüş bildirdikleri tespit edilmiştir (47).

Ağılönü, A., Uzar, H., Ağılönü, H., Altay, B., Muğla Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda “Muğla Üniversitesi Yerleşkesinde Öğrenim Gören Öğrencilerin Serbest Zaman İhtiyaçları ve Beklentileri” adlı çalışmada Muğla

Üniversitesi yerleşkesinde öğrenim gören öğrencilerin serbest zaman ihtiyaçları ve beklentilerini belirlemeyi amaçlamıştır (4).

Balcı, V. ve arkadaşlarının 3. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi'nde sunmuş oldukları "Türkiye'de Spor eğitimi veren yüksekokulların ve bazı fakültelerin programlarının rekreasyon eğitimi açısından incelenmesi" konulu çalışmalarında; Türkiye'de rekreasyon eğitimi verdiği saptanan Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulları programları ile rekreasyon eğitimi vermesi gerektiği düşünülen fakültelerin ders programları incelenmiştir. Çalışmada rekreasyon eğitiminin iletişim, güzel sanatlar, turizm, tiyatro ve müzik eğitimi veren fakültelerin ilgili bölümlerinden olması gerektiği belirtilmiştir. Rekreasyon eğitimi ile ilgili tanımlardan yola çıkılarak rekreasyon eğitiminin boyutu tartışılmış ve incelenen programlar arasından rekreasyonla ilgili ders adlarına göre tablolar yapılmıştır. Sonuç olarak; toplumun her kesiminde yaşayan insanlar için boş zamanlarını geçirebilecekleri, yaratıcılıklarını kullanabilecekleri, kendilerini ifade edebilecekleri etkinliklere gereksinim vardır. Bu türden etkinliklerin organizasyonun yapılması yanında, farklı etkinliklerin yönetimi ve liderliği için rekreasyon eğitimi amaçlı ders adları ve içeriklerinin oluşturulması gereklidir. Bu çalışmanın ışığında; rekreasyon eğitiminin ve etkinliklerinin fiziksel eğitim ve etkinliklerinden oluşmadığı, diğer fakülte ve yüksekokullarda da rekreasyon eğitimine ait derslerin bulunması gerekliliği söylenebilir. Ayrıca bu çalışmanın devamında ders tanımları ve içerikleri incelenerek rekreasyon eğitimi daha ayrıntılı sorgulanabilir (14).

Erenci, T.'nin 2006 yılında Kocaeli üniversitesi sağlık bilimleri enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor anabilim dalında hazırladığı: "Bir üniversite yerleşkesinde rekreasyon ihtiyacı ve planlanması (Umuttepe Örneği)" yüksek lisans tezinin amacı; Kocaeli Üniversitesi Umuttepe yerleşkesi incelenmiştir. Uygulamada özet olarak; yerleşke dışında serbest zaman etkinliklerine katılım davranışı gösterenlerin ve yerleşke dışında serbest zaman etkinliklerine katılım davranışı göstermeyenlerden bir bölümünün, yerleşkede rekreasyon organizasyonları olması halinde bu etkinliklere iştirak edecekleri, serbest zaman etkinliklerini organize eden ve uygulayan bir grubun olmasının yerleşkedeki organizasyonlara katılımı arttıracacağı, serbest zaman etkinliklerine iştirak etme davranışının konuma, yaşa ve cinsiyete göre farklılık göstermediği, serbest zaman etkinliklerinin zararlı alışkanlıkların edinilmemesinde

etkili olduğu, serbest zaman etkinlikleri sağlığa ve çalışma performansına olumlu etki gösterdiği, serbest zaman etkinliklerine katılımı ekonomik ve kültürel etmenlerin etkilerinin olduğu, farklı bölümlerdeki kişilerin etkinlik tercihleri birbirinden farklı olduğu sonucuna ulaşılmıştır (41).

Zorba, E. ve arkadaşlarının “Üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere katılım düzeylerinin belirlenmesi (Muğla Üniversitesi Örneği)” konulu araştırmada üniversite öğrencilerinin, gerçekleştirdikleri etkinlikler dışında, üniversitelerde oluşturulan topluluk ve çeşitli etkinliklere yöneldikleri ve ili alanlarını belirledikleri sonucuna ulaşılmıştır. Kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre aktif katılımlı etkinliklere daha az yöneldikleri, katıldıkları etkinliklere ayırdıkları sürelerin ise daha az olduğu belirlenmiştir (123).

Ağaoğlu Y. S.’nin Muğla Üniversitesi’nde düzenlenen 9. Spor Bilimleri Kongresi’nde sunmuş olduğu “Serbest zaman felsefesi” konulu çalışmanın amacı serbest zaman ile felsefe kavramlarını ve bunlar arasında ki ilişkinin önemini açıklamak, konuya ilişkin düşünce ve uygulamaları ortaya koymaktır. Serbest zaman felsefesi bireye yeni deneyimler kazandıracak uygulama alanlarını oluşturmaktadır (3).

Özdemir A. S. ve arkadaşlarının Muğla Üniversitesi’nde düzenlenen 9. Spor Bilimleri Kongresi’nde sunmuş oldukları “Türkiye taş kömürü kurumu genel müdürlüğünde çalışan yer altı işçilerinin boş zamanlarını değerlendirme alışkanlıklarının belirlenmesi” konulu çalışma, Zonguldak ili Türkiye Taş Kömürü Kurumu Genel Müdürlüğü’nde çalışan yer altı işçilerinin boş zamanlarını değerlendirme alışkanlıklarının belirlenmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre; işçilerin boş zaman etkinliklerine genellikle haftada 1-2 kez katıldıkları, boş zamanlarını aileleri ve arkadaşlarıyla, evde ve açık havada değerlendirdikleri tespit edilmiştir. Yıllık izinlerini köylerinde ya da evlerinde değerlendirmeyi tercih eden işçilerin boş zamanlarında daha çok; kültür sanat faaliyetlerinden sinema, tarihi alan ve mağara ziyareti ile ilgilendikleri, sosyal gündelik aktivitelerde arkadaş-akraba ziyareti yaptıkları ve kahvehaneye gittikleri, eve dayalı aktivitelerde televizyon seyretme, müzik dinleme, gazete-magazin okuma, çocuklarla oynama ve bahçe işleri ile ilgilendikleri, açık hava aktivitelerinden piknik yapmayı, plaja-sahile gitmeyi, şehirde gezinti yapmayı ve manzara seyretmeyi tercih

ettikleri, sportif fiziksel aktivitelerden ise futbol, balık tutma, yüzme, doğa yürüyüşü ve atıcılık-avcılık ile ilgilendikleri tespit edilmiştir (98).

Önal, A.'nın 2007 yılında, Sakarya Üniversitesi'nde hazırlamış olduğu "Ev Hanımlarının Rekreasyon Faaliyetlerine Katılımlarının ve Beklentilerinin Tespiti (İstanbul Anadolu Yakası Örneği)" konulu Yüksek Lisans tezinde yapmış olduğu çalışmanın amacı; Türkiye'deki kadın nüfusunun çoğunluğunu oluşturan ev hanımlarının rekreasyon faaliyetlerine katılımlarını, bakış açılarını ve beklentilerini belirlemek, elde edilen sonuçları gerekli yerlerle paylaşmak, daha fazla ev hanımını rekreasyon aktivitelerine yönlendirerek, daha mutlu ve kaliteli bir yasama sahip olmalarını sağlamaktır. Ev hanımlarının rekreasyon faaliyetine katılımı çok düşük olmamakla beraber yeterli de değildir. Ancak, bu faaliyetlerin yararlarına inanmaktadırlar ve gerekli imkânlar sağlandığında katılımın artacağını düşünmektedirler. Etkinliklere katılmama nedenleri arasında cinsiyetleri ya da aile ve çevre baskısı gibi nedenler önemli bir sorun teşkil etmemektedir. Katılmama nedenleri genelde yeterli tesis ve alanlar olmadığından, çevrelerinde bu tür etkinlikler olmamasından ve maddi olarak karşılayamadıkları içindir (96).

Köycü, Öpözlü, A.'nın 2006 yılında, Dumlupınar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü'nde hazırladığı; "Çağımızda Değişen Sağlık Bilincinin Sportif Rekreasyona Katılım Düzeyine Etkisinin Araştırılması (Kütahya Örneği)" konulu Yüksek Lisans tezinde yaptığı çalışmanın amacı; Kütahya'da yaşayan insanların değişen sağlık bilinçlerinin sportif rekreasyona katılım düzeyine etkisinin araştırılmasıdır. Bu amaçla, birinci bölümde sağlık, ikinci bölümde spor hakkında genel bilgiler ile sporun bazı sağlık problemleri üzerine etkileri ve uygulamada dikkat edilmesi gereken hususlar verildikten sonra üçüncü bölümde, rekreasyon ve etkinlik alanı olarak spor konularında bilgiler verilmiştir (81).

Çerez H. ve arkadaşlarının Muğla Üniversitesi'nde düzenlenen 9. Spor Bilimleri Kongresi'nde sundukları "Antalya merkez emniyet teşkilatında görev yapan emniyet mensuplarının rekreasyon etkinliklerine katılımlarının incelenmesi" konulu çalışmada 165 personele anket uygulanmıştır. Çalışmada; ankete katılanların önemli bir bölümü rekreasyonda açık alan etkinliklerine katıldıklarını; haftalık zaman ayırımı ise gelir düzeylerine bakılmaksızın 4-6 saatle sınırlanmaktadır. Emniyet mensuplarının görevlerinin özellikleri ile kıyaslandığında ise; önemli bir yer

tuttuğuna inandığımız sportif rekreasyon etkinliklerine katılım oranının %50'lerde kaldığı göze çarpmaktadır. Eğitim düzeyi ile rekreasyon etkinliklerine katılım bakımından göze çarpan bir farkındalık yoktur gibi sonuçlar elde edilmiştir (26).

Okumuş, Y., Başaran, Z. ve Sivrikaya, K.'nın Muğla Üniversitesi'nde düzenlenen 9. Uluslar arası Spor Bilimleri Kongresi'nde sunmuş oldukları "Farklı sanayi kuruluşlarında çalışan boş zamanlarını değerlendirme tercihlerinin incelenmesi" konulu yapılan çalışmada, Kocaeli ilindeki farklı sanayi kuruluşlarında çalışan bireylerin boş zaman tercihleri ve tercih nedenleri, kuruluşlarının çalışanlarına boş zamanlarını değerlendirmeleri konusunda ne tür alternatifler sundukları incelenmiş olup ayrıca boş zaman etkinliklerine katılmanın iş verimine etkileri araştırılmıştır. Kocaeli ilindeki sanayi kuruluşlarında çalışan bireylerin yeterli boş zamana sahip olmadıkları ve pasif katılım gerektiren etkinlikleri tercih ettikleri ortaya çıkmıştır (91).

Kızıltan, T.'in 2006 yılında, Dumlupınar Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı'nda hazırladığı; "Hava Harp Okulu Komutanlığı Personelinin Sportif Rekreatif Alışkanlıklarının İncelenmesi" Yüksek Lisans tezinin amacı; Hava harp okulu karargah personelinin rekreatif eğilimlerini belirlemek, hava harp okulu'nun personelin rekreasyonel beklentilerine ne oranda cevap verebildiğini ortaya koymak ve öneriler sunabilmektir. Örnekleme 300 kişi oluşturmuştur. İstatistik sonuçları değerlendirilmiştir (77).

Kandazgelen N. ve Hergüner, G.'in Muğla Üniversitesi'nde düzenlenen 9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi'nde sunmuş oldukları "Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin serbest zamanlarını değerlendirme biçimlerinin incelenmesi (Sakarya İli Örneği)" konulu bu çalışmanın amacı; Sakarya il merkezinde bulunan Milli Eğitim Bakanlığına bağlı ilk ve orta dereceli okullarda görev yapan beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin serbest zamanlarını nasıl ve ne şekilde değerlendirdiklerini ortaya koymaktır. Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin serbest zaman bulamama ve ekonomik yetersizlik nedeni ile yeteri kadar etkinliklere katılamadıkları, serbest zamanlarını genellikle evde televizyon seyrederek veya gazete, dergi, kitap okuyarak değerlendirdikleri görülmüştür. Beden eğitimi ve spor öğretmenleri serbest zamanlarını verimli kullanmadıkları, kurumlarınca serbest

zamanların değerlendirmek için imkân sağlanamadığı, imkan sağlandığında serbest zamanlarını spor yaparak ve okuyarak değerlendireceklerini belirtmişlerdir (68).

Ömür, B.'nin 2006 yılında, Abant izzet baysal üniversitesi sosyal bilimler enstitüsünde spor yöneticiliği anabilim dalında hazırladığı; “Rekreasyon yönetiminde rekreasyon programının yönetsel süreçlerinin değerlendirilmesi (Düzce-Akçakoca festival program örneği)” yüksek lisans tezinin amacı; rekreasyon yönetiminde ve uygulama sürecinde görev alan katılımcıların, rekreasyon programının yönetsel süreçlerine ilişkin görüş, deneyim ve gözlemlerinin değerlendirilmesidir. Katılımcıların rekreasyon programı ile ilgili görüşlerinde ortaya çıkan dört unsur belirlenmiştir: ekonomi, turizm, eğitim, kültür olarak sınıflandırılmıştır (95).

Zorba, E.'nin Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı'nda hazırlamış olduğu “Kamu Personelinin Rekreatif Eğilimleri” konulu Yüksek Lisans Tez çalışmasına göre, Muğla ilinde çalışan kamu personelinin boş zaman değerlendirmeye yönelik tesis ve imkânı olmadığı, çalışanların ise kendilerine ait boş zamana ve rekreatif etkinliklere ihtiyaç duydukları, çalışanların ekonomik durumlarının çok iyi olmadığı söylenebilir. Muğla ilinin turizm açısından önemli bir yer olduğunu, fakat Muğla il merkezinde çalışan kamu personelinin şehrin bu imkânlarından faydalanamadığını ve turizm açısından yeterli rekreatif etkinliklerin olmadığı söylenebilir (124).

III. BÖLÜM: GEREÇ VE YÖNTEM

3.1. ÇALIŞMA EVRENİ

Ülkemizde 260 TSSF/CMAS yetkili dalış eğitim merkezi bulunmaktadır. Sıcak bir iklime sahip olan ülkemizde dalış turizmi 12 ay boyunca devam etmesine rağmen en yoğun dönemlerini Nisan ve Kasım ayları arasında yaşamaktadırlar. TSSF'ye bağlı yetkili dalış eğitim merkezlerinin vermiş oldukları bröveler uluslararası standartlarda olması nedeniyle yerli turistlerin yanı sıra yabancı turistlerinde bu dalış eğitim merkezlerinden eğitim almalarını sağlamaktadır. Aldıkları eğitimlerin devamı niteliğinde ki bir sonra ki bröve eğitimlerini ise ülkelerinde veya ülkemizde farklı bir eğitim merkezinde de devam ettirebilmektedirler. Bu ve bunun gibi kolaylıklar nedeniyle yüzbinlerce sualtına merak salmış kişi ülkemizde ki yetkili dalış eğitim merkezlerinden her sene eğitim almaya devam etmektedir. Bu dalış eğitim merkezlerinde TSSF/CMAS eğitimleri haricinde PADI ve SSI gibi diğer sualtı konfederasyonlarına ait eğitimler ve bröveler de verilmektedir. Araştırmamızın evrenini, ülkemiz sınırları içerisinde boş zaman etkinliği olarak scuba tipi dalış yapan bireyler oluşturmaktadır.

3.2. ARAŞTIRMA GRUBU

Araştırmanın örneklem grubunu ise Türkiye Sualtı Sporları Federasyonu'ndan elde ettiğimiz bilgiler doğrultusunda Antalya'nın Kemer ilçesinde bulunan 16, Muğla'nın Fethiye ilçesinde bulunan 9 yetkili dalış eğitim merkezinden rastgele örneklem yöntemi kullanılarak tespit edilmiş scuba dalışını merak ederek deneme dalışları ve eğitim dalışları yapmakta olan bireyler oluşturmaktadır. Anket çalışmalarımıza katılan ve geri dönüt aldığımız 230 kişi (117 erkek ve 113 bayan) araştırmamızın örneklem grubunu oluşturmaktadır.

3.3. GENEL PROTOKOL

Dumlupınar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans öğrencisi olduğuna ve "Scuba Tipi Dalış Yapan Amatör Sporcuların Bu Faaliyetlere Katılmaya Teşvik Eden Motivasyonel Faktörlerin Belirlenmesi" konulu tez çalışması yapıldığına dair Anabilim Dalı Başkanlığı'ndan alınan yazı alınmıştır. Anketlerin uygulanması amacıyla rastgele

örneklem yöntemi kullanmak amacıyla TSSF ile gerçekleştirilen görüşmeler sonrasında Antalya'nın Kemer ilçesinde 16 ve Muğla'nın Fethiye ilçesinde 9 TSSF yetkili Dalış eğitim merkezi olduğu bilgilerine ulaşılmıştır. Anketlerin uygulanması aşamasında belirlediğimiz dalış eğitim merkezlerinin yetkilileri ile gerçekleştirilen görüşmeler sonrasında Mayıs-Temmuz 2013 tarihleri arasında belirlenen günler içerisinde anket çalışmaları gerçekleştirilmiştir. Rastgele örneklem yöntemi kullanılarak tespit edilen kişilere anket ile ilgili bilgiler verilmiş ve gönüllülük esasına dayalı olarak soruları içtenlikle yanıtlamalarının önemi açıklanmıştır. Ölçeklerin tamamlanması kişi başı yaklaşık 10 dakika zaman almıştır.

3.4. ARAŞTIRMA TEKNİĞİ

Bu çalışmada araştırmanın ikinci bölümünü oluşturan Genel Bilgiler kısmı için konu ile ilgili literatür taraması yapılmış ve günümüze kadar gerçekleştirilmiş olan çalışmalar derlenmiştir. Çalışmanın üçüncü bölümünde çalışma evreni ve araştırma grubunun tespit çalışmaları yapılmıştır. Gerekli görüşmeler ve veri tespitleri genel protokolde, araştırmada kullanılacak ölçeğin tespiti ve kullanılması ise araştırma tekniği ve verilerin analizi ve istatistiki işlemler kısımlarında belirlenmiştir.

Çalışmada veri toplama aracı olarak Pelletier, Vallerand,.Blais ve. Brière tarafından geliştirilen Leisure Motivation Questionnaire (LMQ)(102;103), Mutlu, İ. tarafından 2008 yılında Türkçe'ye adaptasyonu yapılan ve Güngörmüş, H.A. tarafından 2012 yılında geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılan "Boş Zaman Motivasyon Ölçeği" (BMÖ) kullanılmıştır. Ölçek, scuba tipi dalış yapan amatör sporcuların bu faaliyetlere katılmaya teşvik eden motivasyonel faktörlerin belirlenmesini içeren (1) Motivasyonsuzluk, (2) Bilmek/Başarmak, (3) Uyarıcı Yaşama, (4) Özdeşim/İçerme Atım, (5) Dışsal Düzenleme olarak 5 alt boyut ve toplam 28 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte yer alan ifadeler "Tamamen Katılmıyorum (1)" ve "Tamamen Katılıyorum (5)" şeklinde 5'li Likert tipi ölçek üzerinde değerlendirilmiştir (Bkz. Ek 3.8).

Araştırmada ayrıca öğrencilerin demografik özelliklerinin belirlenmesi için 5 maddeden oluşan bilgi formu hazırlanmıştır. Bilgi formunda cinsiyet, yaş, medeni durum, ortalama aylık gelir, fiziksel aktivitelere katılım yılı bulunmaktadır.

3.5. VERİLERİN ANALİZİ VE İSTATİSTİKİ İŞLEMLER

Verilerin düzenlenmesi için MS Windows Word 2010, grafiklerin hazırlanması için MS Windows 2003 Excel ve istatistiksel analizler için SPSS 20 paket programı kullanıldı.

Veri toplama aracımız BMÖ, 5 alt boyut ve 28 maddeden oluşmaktadır. Veri toplama aracımızda bulunan maddeler ve bu maddelerin yer aldığı alt boyutları şu şekilde belirtebiliriz: (1) Motivasyonsuzluk (19, 5, 12.), (2) Bilmek/Başarmak (6, 9, 13, 20, 27, 16), (3) Uyarıcı Yaşama (11, 18, 25), (4) Özdeşim/İçer Atım (10, 14, 17, 21, 24, 28), (5) Dışsal Düzenleme (1, 8, 15, 22).

Araştırmaya katılan amatör sporcuların demografik bilgilerini tespit etmek amacıyla cinsiyet, medeni durum, yaş, aylık gelir ve fiziksel aktivitelere katılım yılı olmak üzere 5 maddeden oluşan bilgi formu hazırlanmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin demografik bilgi dağılımlarını belirlemek için yüzde (%) ve frekans (f) analizleri yapıldı. İstatistik testlerde gruplara ait tanımlayıcı istatistiksel yöntemler ile gruplara ait verilerin normal bir dağılıma sahip olup olmadığını belirlemede Kolmogorov Simirnov normallik testi uygulanmıştır.

Araştırma grubunda yer alan katılımcıların cinsiyetlerine ve medeni durumlarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark olup olmadığını test etmek için $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde independent samples t-testi analizi yapıldı.

Araştırma grubunda yer alan katılımcıların yaş, aylık gelir ve fiziksel aktivitelere katılım yılına göre anlamlı bir fark olup olmadığını test etmek için tek yönlü varyans testi (oneway anova) uygulandı. Katılımcıların yaşları, aylık gelirleri ve fiziksel aktivitelere katılım yıllarına göre motivasyonsuzluk, bilmek ve başarmak, özdeşim/içer atım, uyarıcı yaşama ve dışsal düzenleme puan farklılıklarını belirlemek için ikinci seviye testi (Tukey HSD) uygulandı.

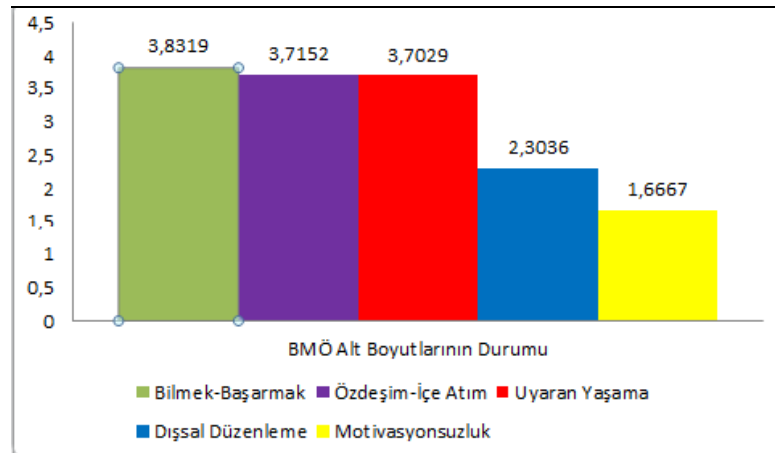
IV. BÖLÜM: BULGULAR

4.1. KATILIMCILARIN DEMOGRATİF ÖZELLİKLERİ

Bu bölümde araştırma grubunun demografik verilerine ilişkin değişkenlere ait bilgilere yer verilmiştir.

Araştırma kapsamında yer alan katılımcıların %49,1'i bayan, %50,1'i erkek; %47,8'inin 25-30 yaş grubunda olduğu; %68,7'sinin bekâr, %45,2'sinin 1501-2000TL ortalama aylık gelire sahip olduğu ve %53,5'inin fiziksel aktivitelere katılım yılının 1-3 yıl arasında olduğu görülmektedir (Bkz. Tablo 4.1).

Grafik 4.1 'de gösterilen verilere göre, katılımcıları boş zaman aktivitelerine motive eden birinci faktörün “bilmek başarmak” ($\bar{X}=3,8319$) olduğu ve bunu sırayla; “özdeşim/içe atım” ($\bar{X}=3,7152$), “uyaran yaşama” ($\bar{X}=3,7029$), “dışsal düzenleme” ($\bar{X}=2,3036$) ve “motivasyonsuzluk” ($\bar{X}=1,6667$) izlediği tespit edilmiştir (Bkz. Tablo 4.2).

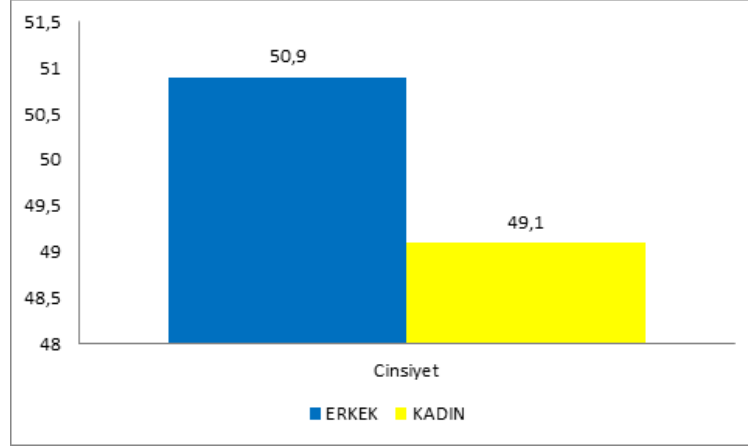


Grafik 4.1. Araştırmaya katılanlara göre BMÖ alt boyutlarının durum bulguları.

4.2. KATILIMCILARIN GENEL ÖZELLİKLERİ

4.2.1. Katılımcıların cinsiyet durum bulguları

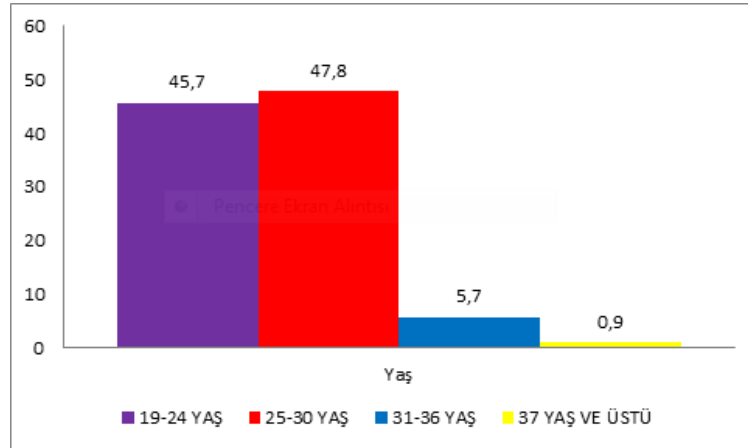
Araştırma kapsamında yer alan katılımcıların %49,1'i bayan, %50,9'u erkek'dir (Bkz. Grafik:4.2).



Grafik 4.2. Araştırmaya katılanların cinsiyet durumu bulguları.

4.2.2. Katılımcıların yaş durum bulguları

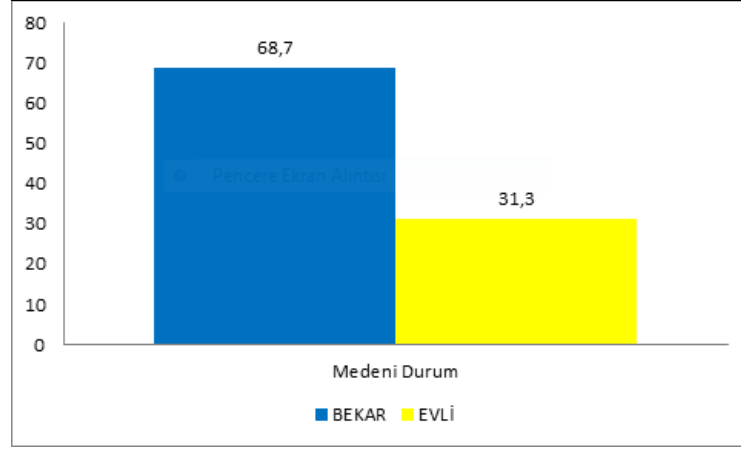
Araştırmaya katılanların %45,7'si 1-24 yaş aralığında, %47,8'i 24-30 yaş aralığında, %5,7'si 31-36 yaş aralığında, %0,9'u ise 37 yaş ve üst aralığında bulunmaktadır (Bkz. Grafik:4.3).



Grafik 4.3. Araştırmaya katılanların yaş durumu bulguları.

4.2.3. Katılımcıların medeni durum bulguları

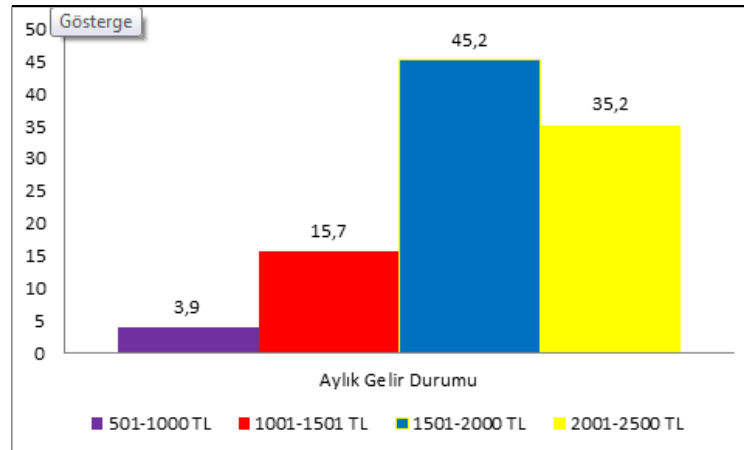
Araştırmaya katılanların %68,7'si bekâr, %31,3'ü ise evlidir (Bkz. Grafik:4.4).



Grafik 4.4. Araştırmaya katılanların medeni durum bulguları.

4.2.4. Katılımcıların ortalama aylık gelir durum bulguları

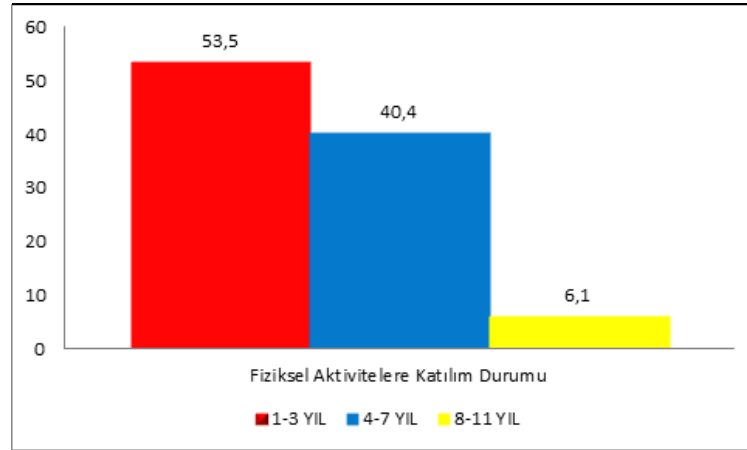
Araştırmaya katılanların %3,9'u "501-1000 TL", %15,7'si "1001-1500 TL", %45,2'si "1501-2000 TL", %35,2'si "2001-2500 TL" ortalama aylık gelirleri bulunmaktadır (Bkz. Grafik:4.5).



Grafik 4.5. Araştırmaya katılanların ortalama aylık gelir durumu bulguları.

4.2.5. Katılımcıların fiziksel aktivitelere katılım yılı durum bulguları

Araştırmaya katılanların %53,5'i "1-3 yıl", %40,4'ü "4-7 yıl" ve %6,1'i "8-11 yıl" fiziksel aktiviteye katılım yılları bulunmaktadır (Bkz. Grafik:4.6).



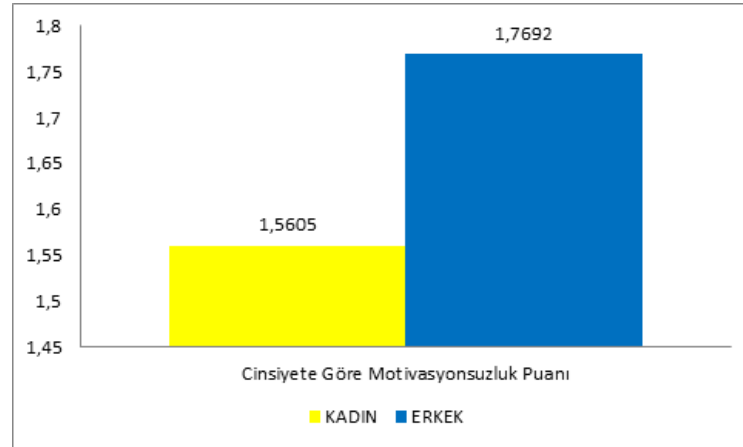
Grafik 4.6. Araştırmaya katılanların fiziksel aktivitelere katılım yılı durumu bulguları.

4.3. HİPOTEZLER

4.3.1. Hipotez 1: Scuba dalışı yapan amatör sporcuların cinsiyetlerine göre boş zaman motivasyon düzeylerinde anlamlı bir fark var mıdır?

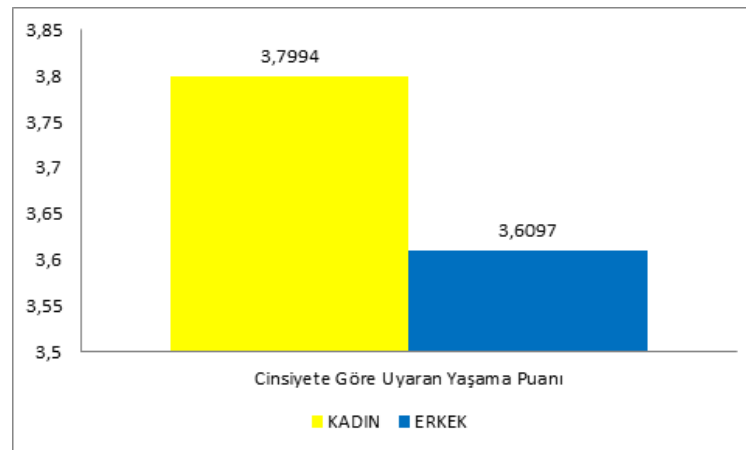
Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre t-Testi Sonuçları

Cinsiyete bağlı olarak kadın ve erkek katılımcıların "motivasyonsuzluk" alt boyutuna ait puanları arasında önemli bir fark olup olmadığını araştırmak için $\alpha=0.05$ önemlilik (anlamlılık) düzeyinde bağımsız iki grup için t-testi uygulandı. Test sonuçları erkek katılımcıların ($1,7692 \pm 0,73169$) kadın katılımcılardan ($1,5605 \pm 0,34963$) yüksek olduğu ve kadın ve erkek katılımcıların cinsiyetleri arasında ki farkın önemli (anlamlı) olduğunu gösterdi ($t_{(228)} 0,015$; $p < 0,05$) (Bkz. Grafik:4.7).



Grafik 4.7. Araştırmaya katılanların cinsiyete göre motivasyonsuzluk durumu bulguları.

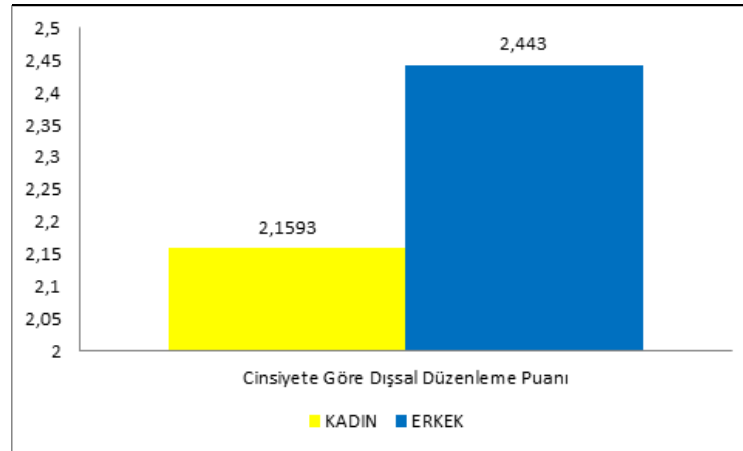
Cinsiyete bağlı olarak kadın ve erkek katılımcıların “uyaran yaşama” alt boyutuna ait puanları arasında önemli bir fark olup olmadığını araştırmak için $\alpha=0.05$ önemlilik (anlamlılık) düzeyinde bağımsız iki grup için t-testi uygulandı. Test sonuçları bayan katılımcıların ($3,7994 \pm 0,60694$) erkek katılımcılardan ($3,6097 \pm 0,60694$) yüksek olduğu ve kadın ve erkek katılımcıların cinsiyetleri arasındaki farkın önemli (anlamlı) olduğunu gösterdi ($t_{(228)} 0,021$; $p < 0,05$) (Bkz. Grafik:4.8).



Grafik 4.8. Araştırmaya katılanların cinsiyete göre “Uyaran Yaşama” bulguları.

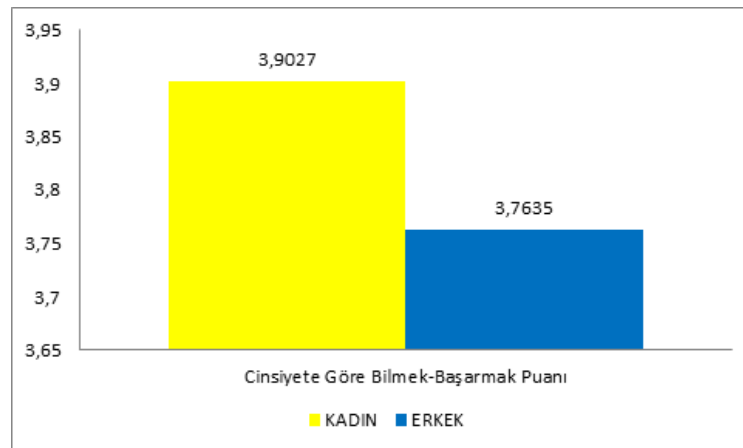
Cinsiyete bağlı olarak kadın ve erkek katılımcıların “dışsal düzenleme” alt boyutuna ait puanları arasında önemli bir fark olup olmadığını araştırmak için $\alpha=0.05$ önemlilik (anlamlılık) düzeyinde bağımsız iki grup için t-testi uygulandı. Test sonuçları erkek katılımcıların ($2,6097 \pm 0,81991$), kadın katılımcılardan ($2,1583 \pm$

0,70161) yüksek olduğu ve kadın ve erkek katılımcıların cinsiyetleri arasında ki farkın önemli (anlamlı) olduğunu gösterdi ($t_{(228)} 0,005; p<0,05$) (Bkz. Grafik:4.9).



Grafik 4.9. Araştırmaya katılanların cinsiyete göre “Dışsal Düzenleme” bulguları.

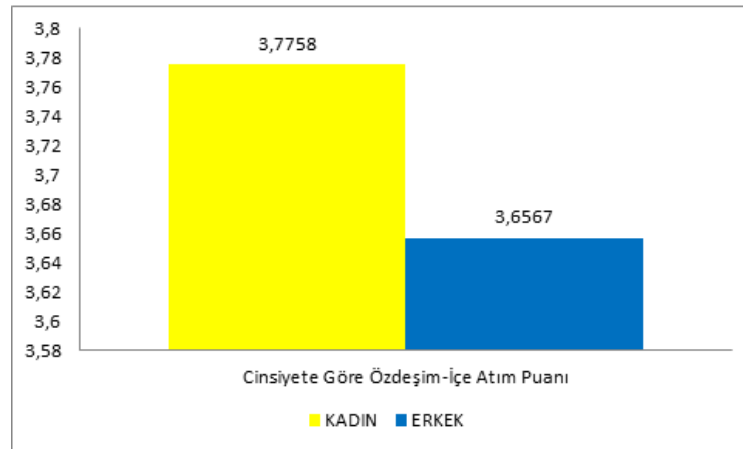
Cinsiyete bağlı olarak kadın ve erkek katılımcıların “bilmek-başarmak” alt boyutuna ait puanları arasında önemli bir fark olup olmadığını araştırmak için $\alpha=0.05$ önemlilik (anlamlılık) düzeyinde bağımsız iki grup için t-testi uygulandı. Test sonuçları kadın katılımcıların ($3,9027 \pm 0,49035$), erkek katılımcılardan ($3,7635 \pm 1,08593$) yüksek olduğu ve kadın ve erkek katılımcıların cinsiyetleri arasındaki farkın önemli olmadığını gösterdi ($t_{(228)} 0,215; p>0,05$) (Bkz. Grafik:4.10).



Grafik 4.10. Araştırmaya katılanların cinsiyete göre “Bilmek Başarmak” bulguları.

Cinsiyete bağlı olarak kadın ve erkek katılımcıların “özdeşim / içe atım” alt boyutuna ait puanları arasında önemli bir fark olup olmadığını araştırmak için $\alpha=0.05$ önemlilik (anlamlılık) düzeyinde bağımsız iki grup için t-testi uygulandı. Test sonuçları kadın katılımcıların ($3,7758 \pm 0,53209$), erkek katılımcılardan ($3,6567 \pm$

0,64523) yüksek olduğu ve kadın ve erkek katılımcıların cinsiyetleri arasındaki farkın önemli olmadığını gösterdi ($t_{(228)} 0,129$; $p>0,05$) (Bkz. Grafik:4.11).

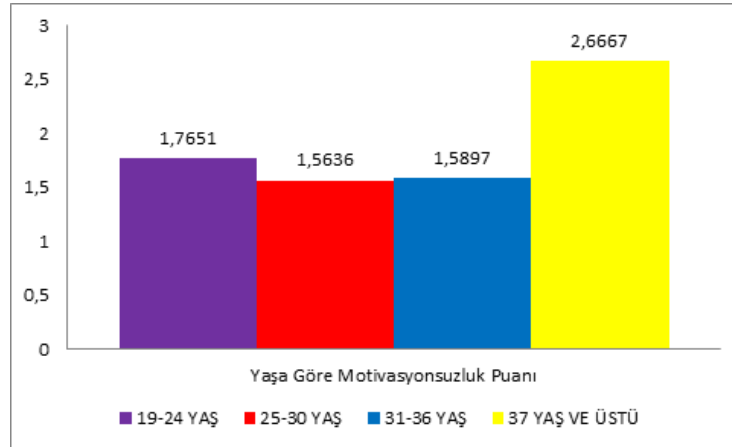


Grafik 4.11. Araştırmaya katılanların cinsiyete göre “Özdeşim-İçe Atım” bulguları.

4.3.2. Hipotez 2: Scuba dalışı yapan amatör sporcuların yaşa göre boş zaman motivasyon düzeylerinde anlamlı bir fark var mıdır?

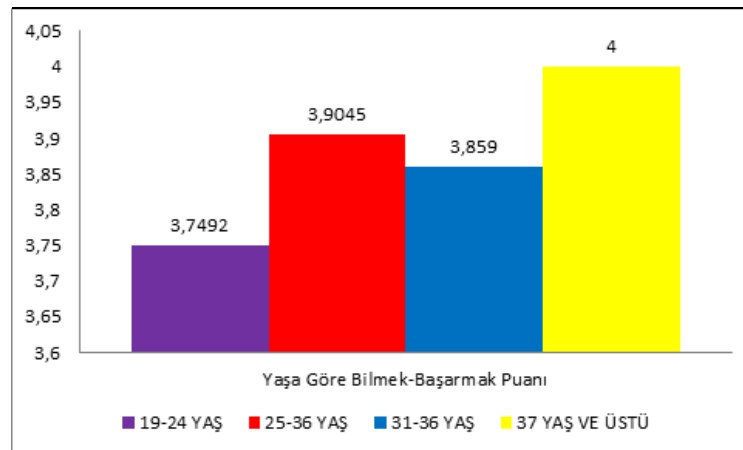
Katılımcıların yaş değişkenine göre ANOVA sonuçları

Yaşa göre katılımcıların “motivasyonsuzluk” düzeyleri arasında önemli bir fark olup olmadığını araştırmak için $\alpha=0,05$ önemlilik düzeyinde yapılan tek yönlü varyans testi (oneway anova) sonucunda yaşa göre “motivasyonsuzluk” puanı manidar bulundu [$F_{(3-226)} 3,4909$; $p<0,05$]. Katılımcıların yaşları arasındaki “motivasyonsuzluk” puan farklılığını belirlemek için yapılan ikinci seviye testi sonucunda (Tukey HSD) katılımcıların yaşı arttıkça “motivasyonsuzluk” düzeyinin değiştiği görüldü (“19-24 yaş” $1,7651 \pm 0,76085$, “25-30 yaş” $1,5636 \pm 0,54135$, “31-36 yaş” $1,5897 \pm 0,41172$, “36 yaş ve üstü” $2,6667 \pm 0,00000$) (Bkz. Grafik:4.12).



Grafik 4.12. Araştırmaya katılanların yaşa göre “Motivasyonsuzluk” bulguları.

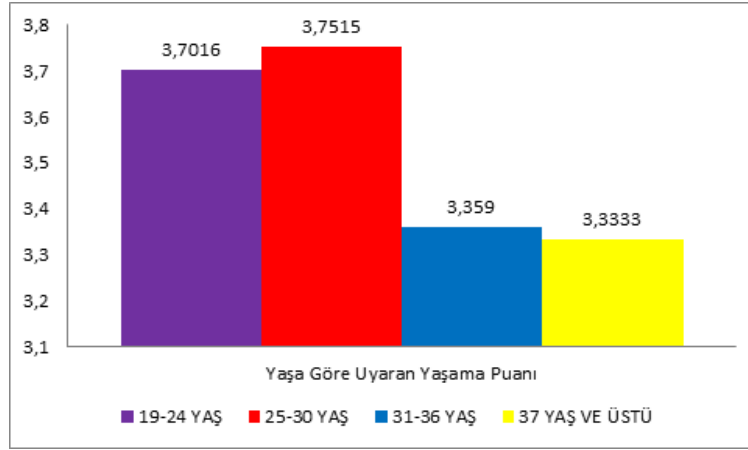
Yaşa göre katılımcıların “bilmek-başarmak” düzeyleri arasında önemli bir fark olup olmadığını araştırmak için $\alpha=0.05$ önemlilik düzeyinde yapılan tek yönlü varyans testi (oneway anova) sonucunda yaşa göre “bilmek-başarmak” puanının manidar olmadığı bulundu [$F_{(3-226)} 0,069$; $p > 0,05$]. Katılımcıların yaşları arasındaki “bilmek-başarmak” puan farklılığını belirlemek için yapılan ikinci seviye testi sonucunda (Tukey HSD) katılımcıların yaşı arttıkça “bilmek-başarmak” düzeyinin değiştiği görüldü (“19-24 yaş” $3,7492 \pm 0,65581$, “25-30 yaş” $3,9045 \pm 1,02727$, “31-36 yaş” $3,8590 \pm 0,55630$, “37 yaş ve üstü” $4,000 \pm 0,00000$) (Bkz. Grafik:4.13).



Grafik 4.13. Araştırmaya katılanların yaşa göre “Bilmek-Başarmak” bulguları.

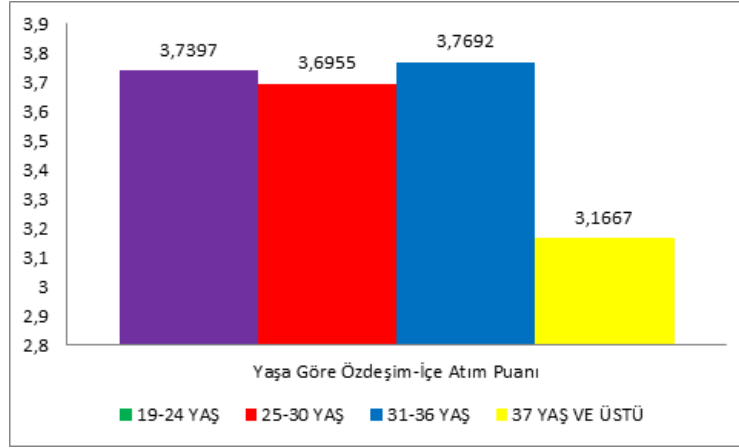
Yaşa göre katılımcıların “uyaran yaşama” düzeyleri arasında önemli bir fark olup olmadığını araştırmak için $\alpha=0.05$ önemlilik düzeyinde yapılan tek yönlü varyans testi (oneway anova) sonucunda yaşa göre “uyaran yaşama” puanının manidar olmadığı bulundu [$F_{(3226)} 1,796$; $p>0,05$]. Katılımcıların yaşları arasındaki

“uyaran yaşama” puan farklılığını belirlemek için yapılan ikinci seviye testi sonucunda (Tukey HSD) katılımcıların yaşı arttıkça “uyaran yaşama” düzeyinin değiştiği görüldü (“19-24 yaş” $3,7016 \pm 0,66494$, “25-30 yaş” $3,7515 \pm 0,58774$, “31-36 yaş” $3,3590 \pm 0,51750$, “37 yaş ve üstü” $3,3333 \pm 0,00000$) (Bkz. Grafik:4.14).



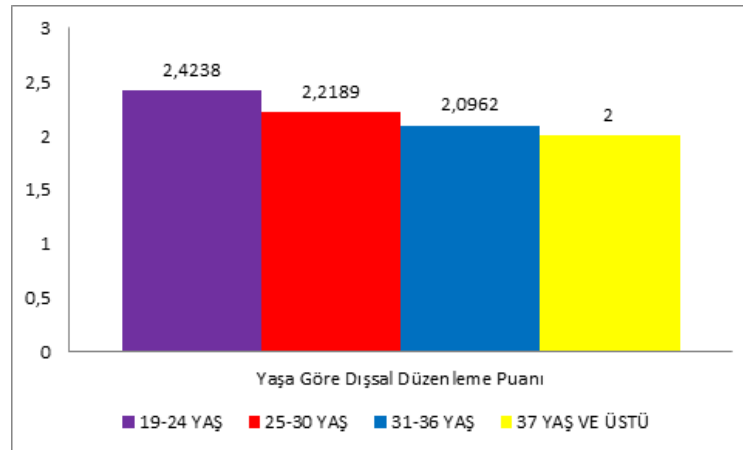
Grafik 4.14. Araştırmaya katılanların yaşa göre “Uyaran Yaşama” bulguları.

Yaşa göre katılımcıların “özdeşim / içe atım” düzeyleri arasında önemli bir fark olup olmadığını araştırmak için $\alpha=0.05$ önemlilik düzeyinde yapılan tek yönlü varyans testi (oneway anova) sonucunda yaşa göre “özdeşim / içe atım” puanının manidar olmadığı bulundu [$F_{(3-226)} 0,701$; $p > 0,05$]. Katılımcıların yaşları arasındaki “özdeşim / içe atım” puan farklılığını belirlemek için yapılan ikinci seviye testi sonucunda (Tukey HSD) katılımcıların yaşı arttıkça “özdeşim / içe atım” düzeyinin değiştiği görüldü (“19-24 yaş” $3,7397 \pm 0,60089$, “25-30 yaş” $3,6955 \pm 0,56072$, “31-36 yaş” $3,7692 \pm 0,82926$, “37 yaş ve üstü” $3,1667 \pm 0,00000$) (Bkz. Grafik:4.15).



Grafik 4.15. Araştırmaya katılanların yaşa göre “Özdeşim-İçe Atım” bulguları.

Yaşa göre katılımcıların “dışsal düzenleme” düzeyleri arasında önemli bir fark olup olmadığını araştırmak için $\alpha=0.05$ önemlilik düzeyinde yapılan tek yönlü varyans testi (oneway anova) sonucunda yaşa göre “dışsal düzenleme” puanının manidar olmadığı bulundu [$F_{(3-226)} 1,706$; $p > 0,05$]. Katılımcıların yaşları arasındaki “dışsal düzenleme” puan farklılığını belirlemek için yapılan ikinci seviye testi sonucunda (Tukey HSD) katılımcıların yaşı arttıkça “dışsal düzenleme” düzeyinin değiştiği görüldü (“19-24 yaş” $2,4238 \pm 0,79898$, “25-30 yaş” $2,2189 \pm 0,75257$, “31-36 yaş” $2,0962 \pm 0,73978$, “37 yaş ve üstü” $2,0000 \pm 0,00000$) (Bkz. Grafik:4.16).

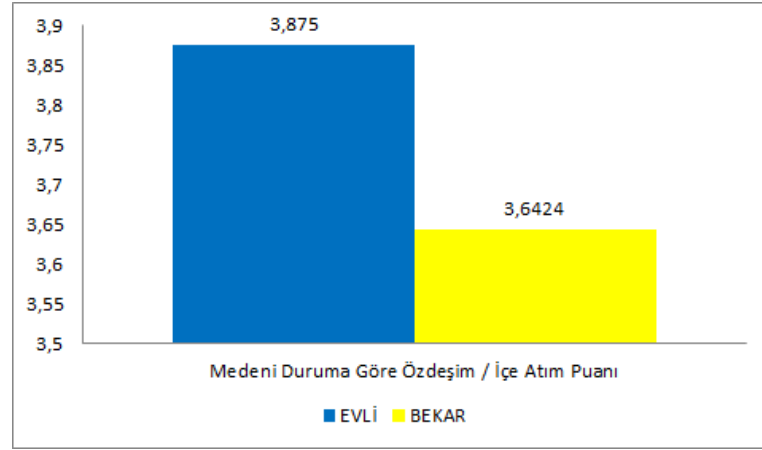


Grafik 4.16. Araştırmaya katılanların yaşa göre “Dışsal Düzenleme” bulguları.

4.3.3. Hipotez 3: Scuba dalışı yapan amatör sporcuların medeni duruma göre boş zaman motivasyon düzeylerinde anlamlı bir fark var mıdır?

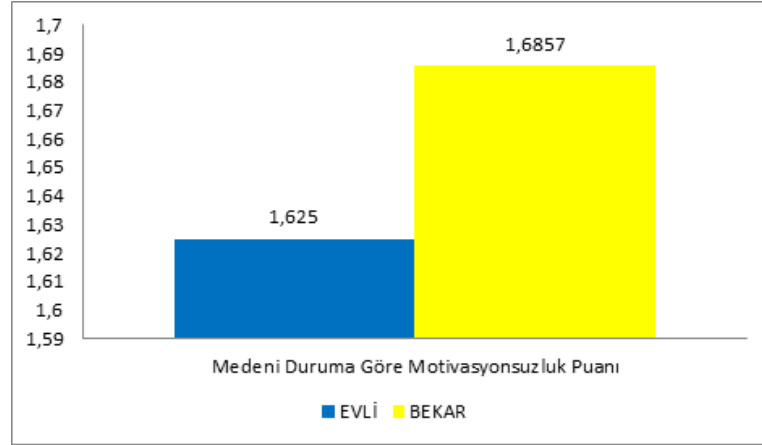
Katılımcıların Medeni Göre t-Testi Sonuçları

Medeni duruma bağlı olarak bekâr ve evli katılımcıların “özdeşim / içe atım” alt boyutuna ait puanları arasında önemli bir fark olup olmadığını araştırmak için için $\alpha = 0.05$ önemlilik (anlamlılık) düzeyinde bağımsız iki grup için t-testi uygulandı. Test sonuçları evli katılımcıların ($3,8750 \pm 0,55718$), bekâr katılımcılardan ($3,6424 \pm 0,59777$) yüksek olduğu ve bekâr ve evli katılımcıların medeni duruma göre aralarındaki farkın önemli (anlamlı) olduğunu gösterdi ($t_{(228)} 0,006$; $p < 0,05$) (Bkz. Grafik: 4.17).



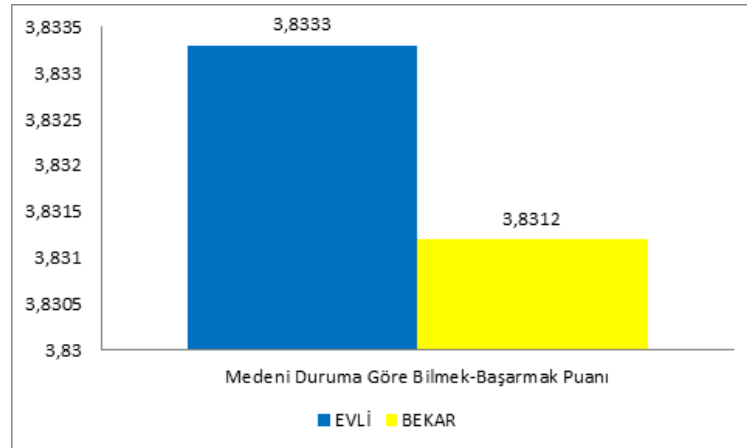
Grafik 4.17. Araştırmaya katılanların medeni duruma göre “Özdeşim-İçe Atım” bulguları.

Medeni duruma bağlı olarak bekâr ve evli katılımcıların “motivasyonsuzluk” alt boyutuna ait puanları arasında önemli bir fark olup olmadığını araştırmak için için $\alpha = 0.05$ önemlilik (anlamlılık) düzeyinde bağımsız iki grup için t-testi uygulandı. Test sonuçları bekâr katılımcıların ($1,6857 \pm 0,70309$), evli katılımcılardan ($1,6250 \pm 0,53934$) yüksek olduğu ve bekâr ve evli katılımcıların medeni duruma göre aralarındaki farkın önemli olmadığını gösterdi ($t_{(228)} 0,516$; $p > 0,05$) (Bkz. Grafik: 4.18).



Grafik 4.18. Araştırmaya katılanların medeni duruma göre “Motivasyonsuzluk” bulguları.

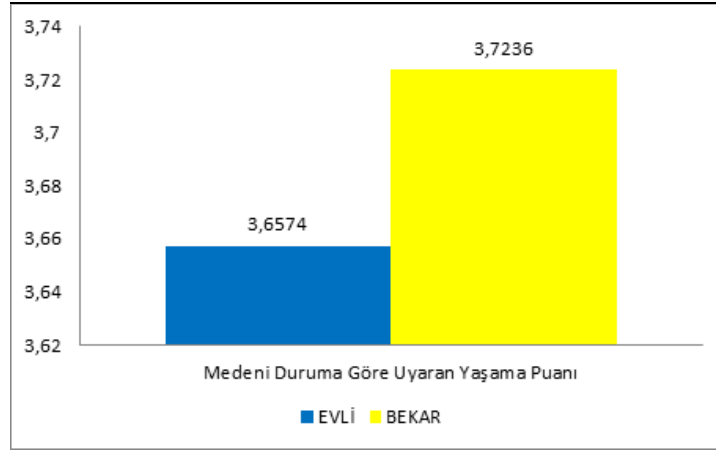
Medeni duruma bağlı olarak bekâr ve evli katılımcıların “bilmek başarmak” alt boyutuna ait puanları arasında önemli bir fark olup olmadığını araştırmak için $\alpha=0.05$ önemlilik (anlamlılık) düzeyinde bağımsız iki grup için t-testi uygulandı. Test sonuçları evli katılımcıların ($3,8333 \pm 0,46640$), bekâr katılımcılardan ($3,8312 \pm 0,97546$) yüksek olduğu ve bekâr ve evli katılımcıların medeni duruma göre aralarındaki farkın önemli olmadığını gösterdi ($t_{(228)} 0,986$; $p > 0,05$) (Bkz. Grafik: 4.19).



Grafik 4.19. Araştırmaya katılanların medeni duruma göre “Bilmek-Başarmak” bulguları.

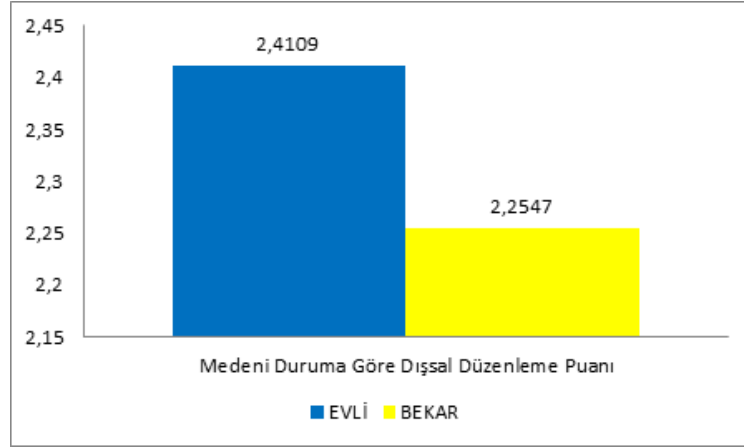
Medeni duruma bağlı olarak bekâr ve evli katılımcıların “uyaran yaşama” alt boyutuna ait puanları arasında önemli bir fark olup olmadığını araştırmak için $\alpha=0.05$ önemlilik (anlamlılık) düzeyinde bağımsız iki grup için t-testi uygulandı. Test

sonuçları bekâr katılımcıların ($3,7236 \pm 0,61956$), evli katılımcılardan ($3,6574 \pm 0,63288$) yüksek olduğu ve bekâr ve evli katılımcıların medeni duruma göre aralarındaki farkın önemli olmadığını gösterdi ($t_{(228)} 0,456$; $p > 0,05$) (Bkz. Grafik: 4.20).



Grafik 4.20. Araştırmaya katılanların medeni duruma göre “Uyaran Yaşama” bulguları.

Medeni duruma bağlı olarak bekâr ve evli katılımcıların “dışsal düzenleme” alt boyutuna ait puanları arasında önemli bir fark olup olmadığını araştırmak için $\alpha=0.05$ önemlilik (anlamlılık) düzeyinde bağımsız iki grup için t-testi uygulandı. Test sonuçları evli katılımcıların ($2,4109 \pm 0,76316$), bekâr katılımcılardan ($2,2547 \pm 0,77863$) yüksek olduğu ve bekâr ve evli katılımcıların medeni duruma göre aralarındaki farkın önemli olmadığını gösterdi ($t_{(228)} 0,157$; $p > 0,05$) (Bkz. Grafik: 4.21).

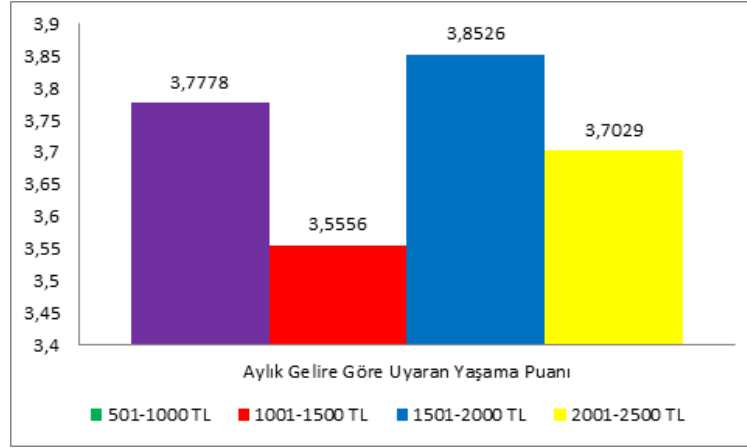


Grafik 4.21. Araştırmaya Katılanların Medeni Duruma Göre “Dışsal Düzenleme” Bulgular.

4.3.4. Hipotez 4: Scuba dalışı yapan amatör sporcuların aylık gelire göre boş zaman motivasyon düzeylerinde anlamlı bir fark var mıdır?

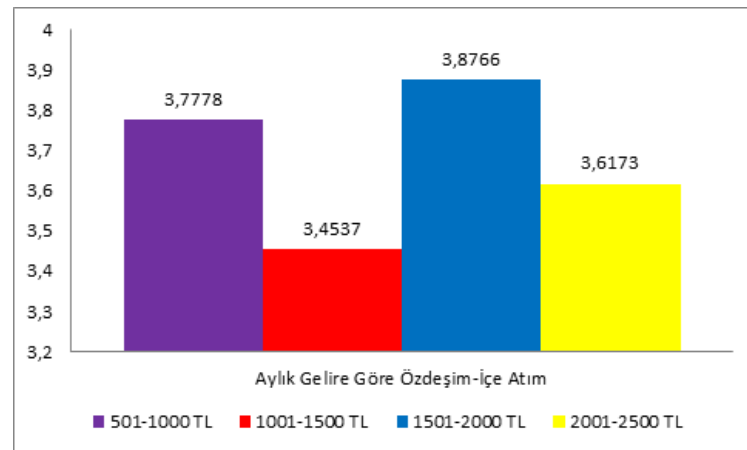
Katılımcıların Gelir Durumu Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Aylık gelire göre katılımcıların “uyaran yaşama” düzeyleri arasında önemli bir fark olup olmadığını araştırmak için $\alpha=0,05$ önemlilik düzeyinde yapılan tek yönlü varyans testi (oneway anova) sonucunda aylık gelire göre “uyaran yaşama” puanı manidar bulundu [$F_{(3-226)} 4,145; p < 0,05$]. Katılımcıların yaşları arasındaki “uyaran yaşama” puan farklılığını belirlemek için yapılan ikinci seviye testi sonucunda (Tukey HSD) katılımcıların aylık geliri arttıkça “uyaran yaşama” düzeyinin değiştiği görüldü (“501-1000 TL” $3,7778 \pm 0,44096$, “1001-1500 TL” $3,5556 \pm 0,77664$, “1501-2000 TL” $3,8526 \pm 0,56855$, “2001-2500 TL” $3,7029 \pm 0,62314$) (Bkz. Grafik: 4.22).



Grafik 4.22. Araştırmaya katılanların aylık gelire göre “Uyaran Yaşama” bulguları.

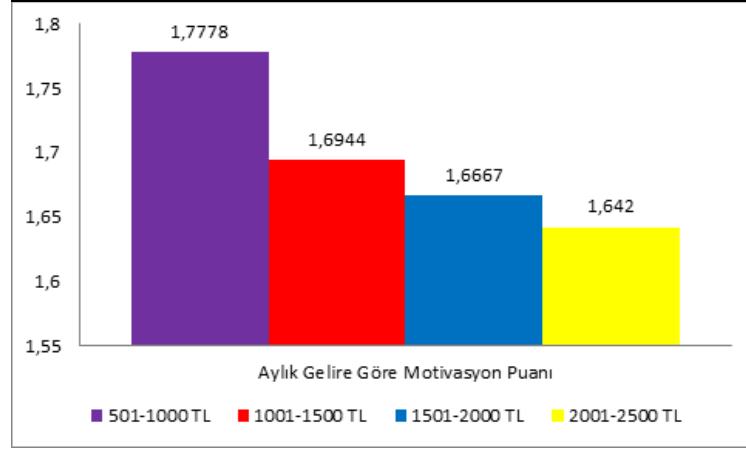
Aylık gelire göre katılımcıların “özdeşim / içe atım” düzeyleri arasında önemli bir fark olup olmadığını araştırmak için $\alpha=0,05$ önemlilik düzeyinde yapılan tek yönlü varyans testi (oneway anova) sonucunda aylık gelire göre “özdeşim / içe atım” puanı manidar bulundu [$F_{(3-226)} 6,023$; $p < 0,05$]. Katılımcıların yaşları arasındaki “özdeşim / içe atım” puan farklılığını belirlemek için yapılan ikinci seviye testi sonucunda (Tukey HSD) katılımcıların aylık geliri arttıkça “özdeşim / içe atım” düzeyinin değiştiği görüldü (“501-1000 TL” $3,7778 \pm 0,71200$, “1001-1500 TL” $3,4537 \pm 0,60633$, “1501-2000 TL” $3,8766 \pm 0,49102$, “2001-2500 TL” $3,6173 \pm 0,64304$) (Bkz. Grafik: 4.23).



Grafik 4.23. Araştırmaya katılanların aylık gelire göre “Özdeşim-İçe Atım” bulguları.

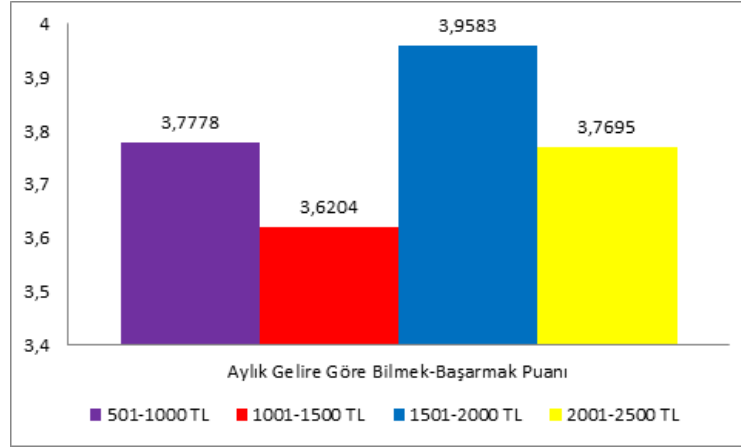
Aylık gelire göre katılımcıların “motivasyonsuzluk” düzeyleri arasında önemli bir fark olup olmadığını araştırmak için $\alpha=0,05$ önemlilik düzeyinde yapılan tek yönlü varyans testi (oneway anova) sonucunda aylık gelire göre

“motivasyonsuzluk” puanının manidar olmadığı bulundu [$F_{(3-226)} 0,144$; $p > 0,05$]. Katılımcıların yaşları arasındaki “motivasyonsuzluk” puan farklılığını belirlemek için yapılan ikinci seviye testi sonucunda (Tukey HSD) katılımcıların aylık geliri arttıkça “motivasyonsuzluk” düzeyinin değiştiği görüldü (“501-1000 TL” $1,7778 \pm 0,44096$, “1001-1500 TL” $1,6944 \pm 0,97386$, “1501-2000 TL” $1,6667 \pm 0,60917$, “2001-2500 TL” $1,6420 \pm 0,56218$) (Bkz. Grafik: 4.24).



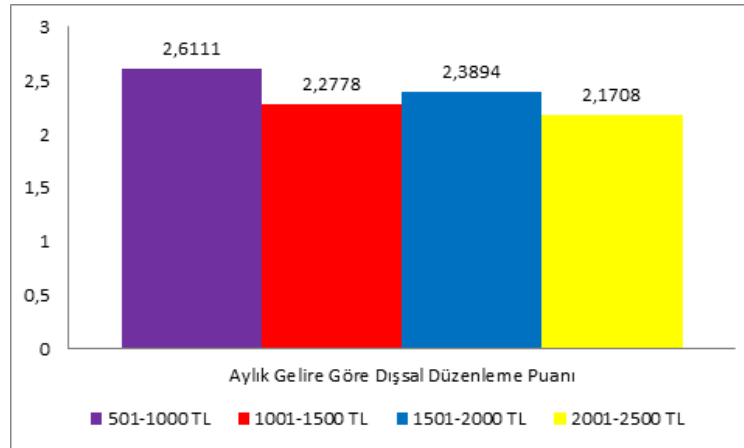
Grafik 4.24. Araştırmaya katılanların aylık gelire göre “Motivasyonsuzluk” bulguları.

Aylık gelire göre katılımcıların “bilmek-başarmak” düzeyleri arasında önemli bir fark olup olmadığını araştırmak için $\alpha=0,05$ önemlilik düzeyinde yapılan tek yönlü varyans testi (oneway anova) sonucunda aylık gelire göre “bilmek-başarmak” puanının manidar olmadığı bulundu [$F_{(3-226)} 1,689$; $p>0,05$]. Katılımcıların yaşları arasındaki “bilmek-başarmak” puan farklılığını belirlemek için yapılan ikinci seviye testi sonucunda (Tukey HSD) katılımcıların aylık geliri arttıkça “bilmek-başarmak” düzeyinin değiştiği görüldü (“501-1000 TL” $3,7778 \pm 0,61802$, “1001-1500 TL” $3,6204 \pm 0,79942$, “1501-2000 TL” $3,9583 \pm 1,04038$, “2001-2500 TL” $3,7695 \pm 0,55124$) (Bkz. Grafik: 4.25).



Grafik 4.25. Araştırmaya katılanların aylık gelire göre “Bilmek-Başarmak” bulguları.

Aylık gelire göre katılımcıların “dışsal düzenleme” düzeyleri arasında önemli bir fark olup olmadığını araştırmak için $\alpha=0,05$ önemlilik düzeyinde yapılan tek yönlü varyans testi (oneway anova) sonucunda aylık gelire göre “dışsal düzenleme” puanının manidar olmadığı bulundu [$F_{(3-226)} 1,717; p>0,05$]. Katılımcıların yaşları arasındaki “dışsal düzenleme” puan farklılığını belirlemek için yapılan ikinci seviye testi sonucunda (Tukey HSD) katılımcıların aylık geliri arttıkça “dışsal düzenleme” düzeyinin değiştiği görüldü (“501-1000 TL” $2,6111 \pm 0,99303$, “1001-1500 TL” $2,2778 \pm 0,85519$, “1501-2000 TL” $2,3894 \pm 0,73060$, “2001-2500 TL” $2,1708 \pm 0,75999$) (Bkz. Grafik: 4.26).

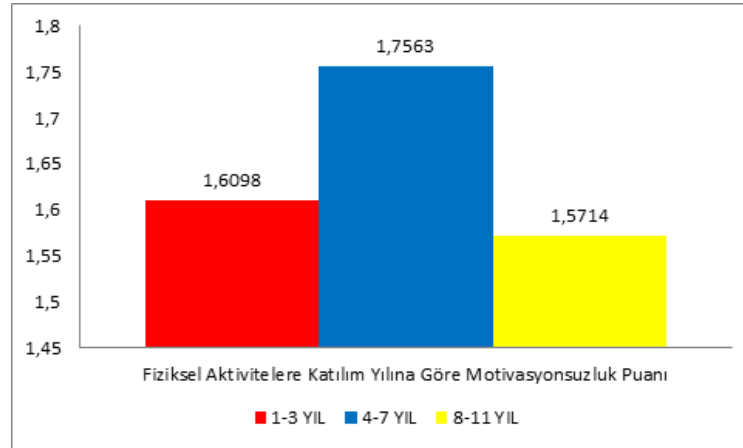


Grafik 4.26. Araştırmaya katılanların aylık gelire göre “Dışsal Düzenleme” bulguları.

4.3.5. Hipotez 5: Scuba dalışı yapan amatör sporcuların fiziksel aktivitelere katılım yılına göre boş zaman motivasyon düzeylerinde anlamlı bir fark var mıdır?

Katılımcıların Fiziksel Aktivitelere Katılım Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

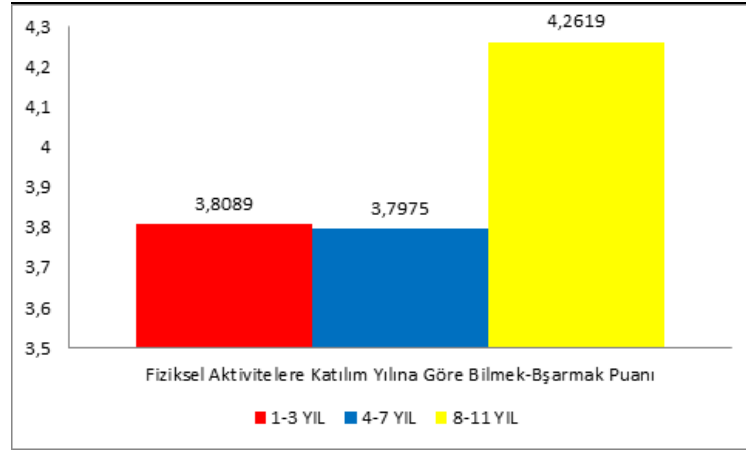
Fiziksel aktivitelere katılım yılına göre katılımcıların “motivasyonsuzluk” düzeyleri arasında önemli bir fark olup olmadığını araştırmak için $\alpha=0,05$ önemlilik düzeyinde yapılan tek yönlü varyans testi (oneway anova) sonucunda fiziksel aktivitelere katılım yılına göre “motivasyonsuzluk” puanının manidar olmadığı bulundu [$F_{(3-226)} 1,486; p >,05$]. Katılımcıların yaşları arasındaki “motivasyonsuzluk” puan farklılığını belirlemek için yapılan ikinci seviye testi sonucunda (Tukey HSD) katılımcıların fiziksel aktivitelere katılım yılı arttıkça “motivasyonsuzluk” düzeyinin değiştiği görüldü (“1-3 yıl” $1,6098 \pm 0,58004$, “4-7 yıl” $1,7563 \pm 0,74720$, “8-11 yıl” $1,5714 \pm 0,65566$) (Bkz. Grafik: 4.27).



Grafik 4.27. Araştırmaya katılanların fiziksel aktivitelere katılım yılına göre “Motivasyonsuzluk” bulguları.

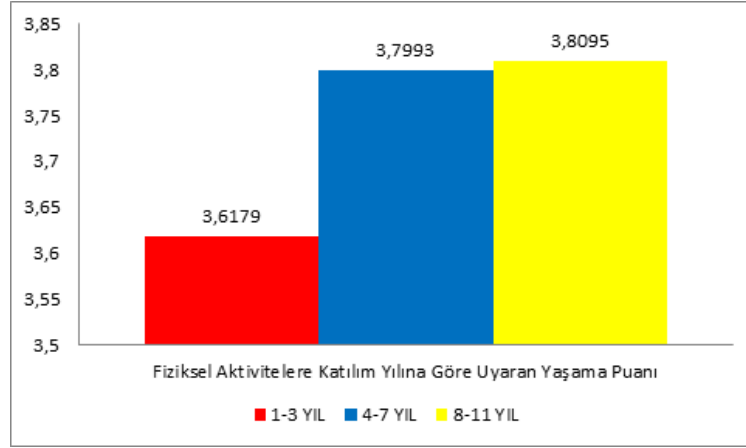
Fiziksel aktivitelere katılım yılına göre katılımcıların “bilmek-başarmak” düzeyleri arasında önemli bir fark olup olmadığını araştırmak için $\alpha=0,05$ önemlilik düzeyinde yapılan tek yönlü varyans testi (oneway anova) sonucunda fiziksel aktivitelere katılım yılına göre “bilmek-başarmak” puanının manidar olmadığı bulundu [$F_{(3-226)} 1,935; p >,05$]. Katılımcıların yaşları arasındaki “bilmek-başarmak” puan farklılığını belirlemek için yapılan ikinci seviye testi sonucunda (Tukey HSD) katılımcıların fiziksel aktivitelere katılım yılı arttıkça “bilmek-başarmak” düzeyinin

değiştigi görüldü (“1-3 yıl” $3,8089 \pm 1,01102$, “4-7 yıl” $3,7975 \pm 0,62354$, “8-11 yıl” $4,2619 \pm 0,35030$) (Bkz. Grafik: 4.28).



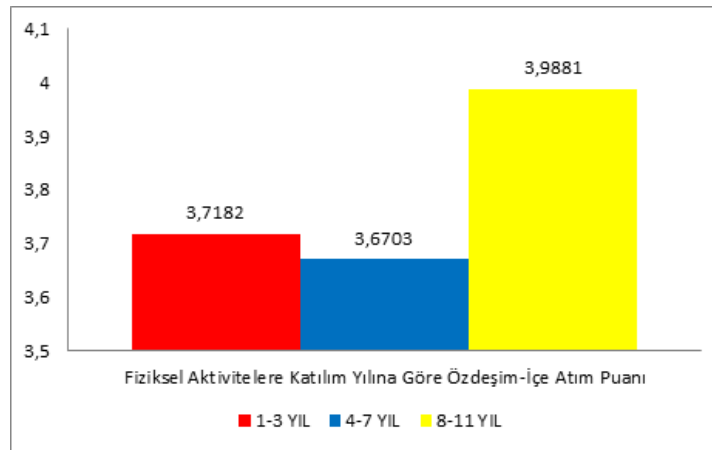
Grafik 4.28. Araştırmaya katılanların fiziksel aktivitelere katılım yılına göre “Bilmek-Başarmak” bulguları.

Fiziksel aktivitelere katılım yılına göre katılımcıların “uyaran yaşama” düzeyleri arasında önemli bir fark olup olmadığını araştırmak için $\alpha=0,05$ önemlilik düzeyinde yapılan tek yönlü varyans testi (oneway anova) sonucunda fiziksel aktivitelere katılım yılına göre “uyaran yaşama” puanının manidar olmadığı bulundu [$F_{(3-226)} 2,494$; $p>,05$]. Katılımcıların yaşları arasındaki “uyaran yaşama” puan farklılığını belirlemek için yapılan ikinci seviye testi sonucunda (Tukey HSD) katılımcıların fiziksel aktivitelere katılım yılı arttıkça “uyaran yaşama” düzeyinin değiştiği görüldü (“1-3 yıl” $3,6179 \pm 0,59396$, “4-7 yıl” $3,7993 \pm 0,68831$, “8-11 yıl” $3,8095 \pm 0,17118$) (Bkz. Grafik: 4.29).



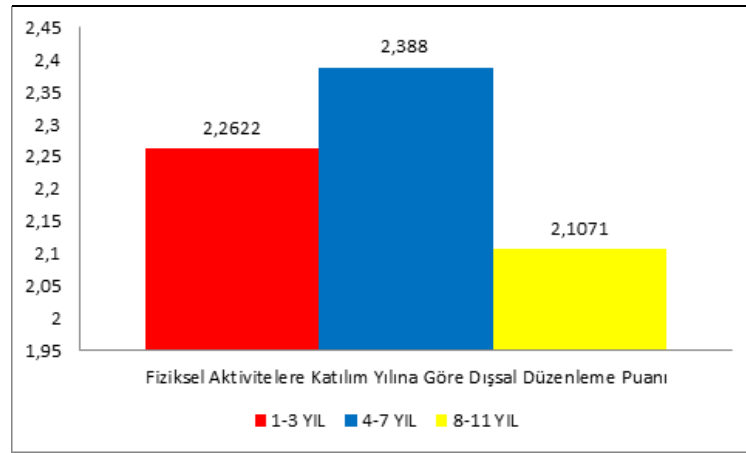
Grafik 4.29. Araştırmaya katılanların fiziksel aktivitelere katılım yılına göre “Uyaran Yaşama” bulguları.

Fiziksel aktivitelere katılım yılına göre katılımcıların “özdeşim-içe atım” düzeyleri arasında önemli bir fark olup olmadığını araştırmak için $\alpha=0,05$ önemlilik düzeyinde yapılan tek yönlü varyans testi (oneway anova) sonucunda fiziksel aktivitelere katılım yılına göre “özdeşim-içe atım” puanının manidar olmadığı bulundu [$F_{(3-226)} 1,756$; $p > ,05$]. Katılımcıların yaşları arasındaki “özdeşim-içe atım” puan farklılığını belirlemek için yapılan ikinci seviye testi sonucunda (Tukey HSD) katılımcıların fiziksel aktivitelere katılım yılı arttıkça “özdeşim-içe atım” düzeyinin değiştiği görüldü (“1-3 yıl” $3,7182 \pm 0,58055$, “4-7 yıl” $3,6703 \pm 0,62553$, “8-11 yıl” $3,9881 \pm 0,43591$) (Bkz. Grafik: 4.30).



Grafik 4.30. Araştırmaya katılanların fiziksel aktivitelere katılım yılına göre “Özdeşim-İçe Atım” bulguları.

Fiziksel aktivitelere katılım yılına göre katılımcıların “dışsal düzenleme” düzeyleri arasında önemli bir fark olup olmadığını araştırmak için $\alpha=0,05$ önemlilik düzeyinde yapılan tek yönlü varyans testi (oneway anova) sonucunda fiziksel aktivitelere katılım yılına göre “dışsal düzenleme” puanının manidar olmadığı bulundu [$F_{(3-226)} 1,756$; $p>,05$]. Katılımcıların yaşları arasındaki “dışsal düzenleme” puan farklılığını belirlemek için yapılan ikinci seviye testi sonucunda (Tukey HSD) katılımcıların fiziksel aktivitelere katılım yılı arttıkça “dışsal düzenleme” düzeyinin değiştiği görüldü (“1-3 yıl” $3,7182 \pm 0,58055$, “4-7 yıl” $3,6703 \pm 0,62553$, “8-11 yıl” $3,9881 \pm 0,43591$) (Bkz. Grafik: 4.31).



Grafik 4.31. Araştırmaya katılanların fiziksel aktivitelere katılım yılına göre “Dışsal Düzenleme” bulguları

V. BÖLÜM: TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

5.1. TARTIŞMA

5.1.1. Hipotez 1: Scuba dalışı yapan amatör dalgıçların cinsiyetlerine göre boş zaman motivasyon düzeylerinde anlamlı bir fark var mıdır?

Yaptığımız çalışmada erkek katılımcıların sayıları kadın katılımcıların sayılarına oranla çok çıkmıştır. Yapılan çalışmada bayanların erkeklere oranla sayılarının az olmasının nedeni olarak kültürümüz içinde bayana verilen statü ve görevlerin etken olduğunu düşünmekteyiz. Erkek katılımcıların ise kendi sınırlarını aşmak ve kendilerini tanımak amacıyla bu tür aktivitelere katıldıklarını söyleyebiliriz. Yapılan aktivite ile günlük yaşamlarının sıkıntılarından uzaklaştıklarını ve rahatlama olanakları bulduklarını ve ayrıca dış dünyaya daha dinamik bir görüntü vermek istediklerini, hayatlarında ise bu dinamik yaşamın zaten var olduğunu söyleyebiliriz. Yapılan literatür çalışmalarında bu düşüncemize benzerlik gösterecek çalışma ve bulgulara ulaşılmıştır.

Gerçekleştirilen bazı çalışmalar, özellikle kadının toplumdaki rolünü belirlemeye yöneliktir. Warren (1990), boş zaman faaliyetlerine katılmada, kadınların erkeklere nazaran daha az fırsat ve olanağa sahip olduğunu, bunun da kadının toplumdaki yerinden kaynaklandığını belirlemiştir. Çünkü kadının toplumdaki temel rolünün ev işleriyle uğraşmak ve çocuk büyütme olduğu, bunun da kadınların boş zaman faaliyetlerine katılmalarını etkilediğini ya da sınırlandırdığını belirlemiştir (125).

Henderson ve arkadaşları da (1996) yapmış oldukları çalışmada benzer bir sonuca ulaşarak, çocuk sahibi olmayan bayanların boş zaman faaliyetlerine katılmada daha özgür olduklarını ortaya koymuştur (53). Bayanlar ev işleriyle uğraşmak, çocuk bakmak gibi rollerinden dolayı boş zaman faaliyetlerine katılmada erkeklere nazaran daha az fırsata sahiptir (54). Yapılan bazı çalışmalardan elde edilen bulgular; bayanların bayanlara nazaran daha fazla boş zaman olanaklarına sahip olduğu yönündedir (16;23).

Zorba E. ve arkadaşlarının “Üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere katılım düzeylerinin belirlenmesi (Muğla Üniversitesi Örneği)” konulu araştırmada üniversite öğrencili kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre aktif katılımlı etkinliklere daha az yöneldikleri, katıldıkları etkinliklere ayırdıkları sürelerin ise daha az olduğu belirlenmiştir (123).

Bayanların fiziksel yapısı da boş zaman faaliyetlerine katılmayı etkileyebilmektedir. James (1995), çeşitli nedenlerden dolayı bayanların dış görüşlerinin, halka açık tesislerde katıldıkları faaliyetleri sınırlandırabildiğini tespit etmiştir (58).

Archer ve McDonald (1991), ergenlik çağındaki bazı kızların cinsiyete bağlı olarak bazı spor türlerine katılmadıklarını belirlemiştir (10).

Birçok fiziksel aktivitenin erkekler tarafından tercih edilmesinin temel nedeni de erkeklerin beden yapısının kadınlara oranla daha güçlü olmasından kaynaklanmaktadır (67).

Kaya, A., M., 2001, “Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Faaliyetlere Yönelik Tutumları ve Boş Zaman Motivasyonlarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi” konulu yüksek lisans tez çalışmasında elde ettiği bulgular çalışmamızda elde edilen bulgular ile benzerlik göstermektedir (69).

Demir, C., Demir, N., yaptıkları çalışmada bayanların baylara oranla rekreasyonel aktivitelere daha az katıldıklarını bulmuşlardır (29).

Moccia’ya göre (2000), cinsiyet, boş zaman faaliyetlerini tercih etmede önemli bir rol oynamaktadır (89).

Altergoot ve McCreedy (1993) yapmış oldukları çalışmada Moccia’yı destekleyici sonuçlara ulaşarak, bireylerin boş zaman faaliyetlerine katılmalarını etkileyen faktörler arasında aile yapısının ve cinsiyetin önemli rol oynadığını belirlemiştir (9).

Kaya, S.’nin (2003) yapmış olduğu çalışmada, kadınların erkeklere oranla dış merkezli aktivitelerde daha az sayıda yer aldıkları vurgulanırken; erkek ve kadın, aynı katılım oranlarının saptandığı aktivitelerinde bulunduğu ifade edilmiştir (70).

Modern kent alanlarında cinsiyet farklılığının değişen toplumsal yapı içerisinde tutum ve davranışlarda daha az yansımaktadır. Belirtilen bu tutum ve davranışların boş zaman davranışlarına da yansımaktadır. Bu farklılıklar Wilson'a göre; bazı boş zaman etkinliklerinin fiziksel özellikler gerektiriyor olması, kızların ve erkeklerin farklı toplumsallaşma tecrübelerine sahip olması, kadınların genellikle ev merkezli konumda bulunmasından kaynaklandığını belirtmiştir (126).

Jackson ve Henderson'da yaptıkları çalışmada bayanların erkeklere göre zaman, bilgi eksikliği ve para gibi faktörler nedeniyle rekreasyonel etkinliklere katılmakta zorlandıkları veya daha düşük düzeyde katıldıklarını belirlenmiştir (53).

5.1.2. Hipotez 2: Scuba dalışı yapan amatör sporcuların yaşa göre boş zaman motivasyon düzeylerinde anlamlı bir fark var mıdır?

Scuba sporunun ülkemiz içerisinde ki gelişim tarihleri dikkate alındığında katılımcıların yaşlarının genç yaşlarda olması bize genç nesil içerisinde bu spora olan ilginin zamanla arttığını ve popüler hale geldiğini göstermektedir. Scuba'nın genç nesle hitap etmesinin önemli sebeplerinden birisi de muhakkak üniversitelerimizin bünyelerinde bulunan üniversite öğrencilerine hizmet veren sualtı toplulukları/kulüpleridir. Günümüzde üniversitelerimize baktığımızda birçok sosyo-kültürel ve sportif amaçla üniversitelerimizin bünyesinde kurulmuş olan öğrenci topluluklarını görmekteyiz. Bu öğrenci topluluklarından birisi de sualtı sporları topluluklarıdır. Literatür taramasında üniversite öğrencilerine yönelik yapılanmış öğrenci toplulukları ve rekreasyon konusu ile ilgili bir çalışmaya ulaşamadım.

Kunz ve Graham, 1996, yaptıkları araştırmada genç yaş grubunda bulunan bireylerin yaşlılara göre daha fazla fiziksel aktivite ve spor faaliyetlerine katılma eğiliminde olduklarını bulmuşlardır (84).

Kaya, A., M., 2001 yılında yapmış olduğu yüksek lisans çalışmasında öğrencilerin yaş gruplarına göre Boş Zaman Motivasyon Ölçeği (BMÖ) toplam ve alt ölçek puan ortalamaları karşılaştırıldığında, yaş grupları ile Toplam Puan, Motivasyonsuzluk, Bilmek ve Başarmak, Özdeşim/İçe Atım alt boyutları puan ortalamaları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (69).

5.1.3. Hipotez 3: Scuba dalışı yapan amatör sporcuların medeni duruma göre boş zaman motivasyon düzeylerinde anlamlı fark var mıdır?

Katılımcılarımızın yaşları göz önüne alındığında bekâr oranının yüksek çıkması olağan bir durum olarak düşünülmektedir. Günümüzde evlenme yaşının üst yaşlara çıkmış olması, bekâr ve çalışan kesimin kendi sosyal yaşamlarına evlilere oranla daha fazla zaman ayırabilmeleri, elde edilen verilerinde bekâr katılımcıların yüzdelerinin evli katılımcılara göre yüksek çıkmış olmasına sebep olduğu düşünülmektedir. Yapılan literatür taramasında düşüncemize benzer çalışma ve bulgulara rastlanmıştır.

İlban ve Özcan'ın (2003) Nevşehir ilinde yaptıkları araştırmada da medeni durum ile spor yapma tercihleri arasındaki ilişkilere bakıldığında, evli olanlar %38,0 oranında, bekârlar ise %57,9 oranında spor yaptıklarını belirtmişlerdir (57).

Elde edilen bu sonuçlar literatürde yer alan ve Güngörmüş (2007) tarafından yapılan çalışmanın sonuçları ile paralellik taşımaktadır (49).

Öcalan'ın (1996) öğretmenler üzerine yaptığı araştırmada da, bekâr öğretmenlerin evli öğretmenlerden daha çok spor yaptığı belirtilmiştir (93).

Tsai tarafından 246 erkek ve 415 kadının katılımı ile gerçekleştirilen çalışma sonucunda ise, bireylerin medeni durumlarına göre egzersize katılım güdüleme düzeylerinin alt boyutlara göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir (113).

5.1.4. Hipotez 4: Scuba dalışı yapan amatör sporcuların aylık gelire göre boş zaman motivasyon düzeylerinde anlamlı bir fark var mıdır?

Scuba elit kesime hitap eden bir rekreasyonel aktivitedir. Malzemelerinin pahalı olması, eğitiminin uluslararası düzeyde olması ve buna göre eğitim ücretlerinin yüksek olması ve rekreasyonel amaçla scuba yapmak amacıyla herhangi bir bölgede tecrübeli rehber dalıcılar ve personel eşliğinde bu aktivitenin yapılması hem güvenlik hem de eğlence açısından önemli olması nedeniyle fiyat farklılıkları ve maliyeti oluşturmaktadır. Bu maliyetlere konaklama ve yeme-içme ihtiyaçları da eklendiğinde maliyeti yükselmektedir. Yapılan literatür taramasında elde edilen gelire göre yapılan rekreasyonel aktivitelerin farklılık gösterdiği anlaşılmaktadır.

Demir, C. ve Demir, N.'nin (2006) yaptıkları araştırmalarda, yüksek gelire sahip bireylerin yeni ve pahalı olarak nitelendirilen boş zaman etkinliklerine (golf, tenis, dış turizm veya seyahat gibi) daha fazla katılma eğiliminde oldukları tespit edilmiştir. Buda gelir seviyesi artıkça bireylerin yaşamda boş zaman aktivitelerine katılmada daha fazla imkânların oldukları göstermiştir. Bireyler, temel ihtiyaçlarını karşıladıktan sonra gelirlerinden bir kısmını arttırabiliyorsa, gelirin arta kalan kısmı ile boş zaman faaliyetlerine katılmaları söz konusu olabilmektedir. Ekonomik gelir, sadece boş zaman türünü değil aynı zamanda katılma sıklığını da etkilemektedir (29).

Akcan, Z., B., 2009, “Çalışan ve Çalışmayan Bayanların Rekreatif Etkinliklerden Sportif Faaliyetlere Katılım Düzeylerinin Araştırılması (Muğla İli Örneği)” adlı Yüksek Lisans Tezinde sportif faaliyetlere katılımı etkileyen faktörlerden olan harcanabilecek gelirin etkisini bu faaliyetlere katılabilecek durumda olan çalışan ve çalışmayan bayanlar açısından araştırarak, kitle sporunun geliştirilebilmesi için bayanların spora teşvik edilmesini sağlamayı amaçlamaktadır (7).

Searle ve Jackson (1985) yapmış oldukları çalışmada, bireylerin gelir düzeyleri ile boş zaman faaliyetlerini tercih etmeleri arasında bir ilişkinin olduğunu belirlemiştir. Jackson, yüksek gelire sahip bireylerin yeni olarak nitelendirilen boş zaman faaliyetlerine daha fazla katılma eğiliminde olduklarını tespit etmiştir (106).

Dattilo ve diğerleri (1994) yapmış oldukları çalışmada, ev işleri ile uğraşan ve herhangi bir işte çalışmayan ev kadınlarının gelir yetersizliğinin, boş zaman faaliyetlerine katılmalarını etkileyen en önemli faktörler arasında olduğunu belirlemiştir (28).

5.1.5. Hipotez 5: Scuba dalışı yapan amatör sporcuların fiziksel aktivitelere katılım yılına göre boş zaman motivasyon düzeylerinde anlamlı bir fark var mıdır?

Yapılan çalışmada elde edilen bulgularda sportif rekreasyon amaçlı scuba tipi dalış yapan kişilerin fiziksel aktiviteye (scuba) katılım yılına göre anlamlı bir farklılık durumu görülmemiştir. Bu araştırmada elde edilen verilen ışığında scuba yapan bireylerin fiziksel aktiviteye katılım yılına göre katılma sıklıklarında anlamlı bir fark olmadığını söyleyebiliriz.

Yapılan literatür taramasında Demir, C. ve Demir, N.'nin (2006) yaptıkları araştırmalarda, yüksek gelire sahip bireylerin yeni ve pahalı olarak nitelendirilen boş zaman etkinliklerine (golf, tenis, dış turizm veya seyahat gibi) daha fazla katılma eğiliminde oldukları tespit edilmiştir. Ekonomik gelir, sadece boş zaman türünü değil aynı zamanda katılma sıklığını da etkilemektedir (29).

5.2. SONUÇ VE ÖNERİLER

5.2.1. Sonuç

Türkiye'de sualtı sporları ve özellikle scuba tipi dalış, yakın zamanda yaygınlaşmaya başlamış ve turizm içerisinde yeni yeni hareketli dönemler yaşayan rekreatif aktivitelerdendir. Yakın zamanlara kadar tatil denildiği zaman beş yıldızlı otellere gidip tatil süresince havuza girmek, yatmak, dinlenmek ve şeflerin hazırlamış oldukları yemeklerin tatlarına bakmak akla gelmekteydi. Günümüzde ise genç nesil, kendi yeteneklerini keşfettikleri, eğlendikleri, yeni insanlarla tanışma fırsatları buldukları doğa ile iç içe olan rekreatif etkinlikleri tercih etmektedirler. Yaptığımız çalışmada, rekreatif faaliyetlerinde scuba yapan kişilerin yaşlarının genç olmasının en büyük göstergesi muhakkak ki TSSF'nin yakın zamanlarda kurulmuş olması, scubanın ülkemiz sınırlarında daha yeni tanınıyor olması, federasyona bağlı dalış eğitim merkezlerinin yaygınlaşması ve turizm içerisinde yeni yeni popüler bir rekreatif etkinlik olmasıdır. Unutulmaması gereken bir başka etken ise üniversitelerimizdir. Üniversitelerimiz bünyesinde bulunan öğrenci toplulukları/kulüpleri, öğrencilerimizin daha üniversite yıllarında scuba ile tanışmasını sağlamaktadır.

Sualtı hala gizemini koruyan ve her dalış yapanda farklı duygular uyandıran rekreatif bir aktivitedir. Yaptığımız bu çalışmada erkek katılımcıların sayılarının bayanlara oranla yüksek çıkmış olmasını, erkeklerin maceraya, yeni aktivitelere katılmaya, bilinmezliğin verdiği duyguların peşinden gitmeye ve kendi sınırlarını tanımaya daha istekli olduklarını düşündürmektedir. Ayrıca çalışmada bayanların sayısının erkelere oranla az olması ise kültürümüz içinde bayana verilen statü ve görevlerin etken olduğunu düşündürmektedir. Yakın zamana kadar bayanların okutulmadığını ve çalışma hayatında bulunmalarına izin verilmediğini düşündüğümüzde çalışmamızda ortaya çıkan değerler bizi yanıltmamaktadır.

TSSF'ye bağı dalış merkezleri belli standartları taşımak zorundadır. Bu standartlar ise bu spora ilgi gösteren kişilere yöneltilen hizmet ücretinin artmasına ve bu spora ilginin belli ekonomik parametrelerde olmasına sebep olmaktadır. Yaptığımız çalışmada kişilerin aylık gelirlerinin yükselmesi ile bu spora olan ilginin ve tecrübe edinmenin de arttığı görülmektedir.

Üniversitelerimiz bünyesinde bazı bölümlerde ki scuba ile ilgili dersler ve yine üniversitelerimiz bünyesinde bulunan Sağlık, Kültür ve Spor Daire Başkanlıklarına bağı sualtı sporları toplulukları ve kulüpler, gerek maliyet açısından gerek ise kişilerin scuba ile tanışma yaşının daha erken yaşlara indirgenmesi açısından önemli bir misyona sahiptir. Turizm bölgelerinde TSSF'ye bağı dalış eğitim merkezlerinde eğitim ve tanışma dalışlarının maliyeti normal bireyler için bile yüksek iken üniversitelerimizde bulunan bu topluluk ve kulüpler ücretsiz ya da düşük maliyetlerde scuba ile tanışma ve eğitim alma fırsatlarını sunmaktadır. Yaptığımız çalışmada, rekreatif faaliyetlerinde scuba yapan kişilerin yaşlarının daha çok yirmili yaşlara denk geldiğini görmekteyiz. Üniversitelerimizde bulunan öğrenci topluluklarının sahiplenmiş olduğu bu misyon ile pahalı bir rekreasyonel faaliyet olan scubanın bu yaşlarda daha popüler ve ulaşılabilir bir seviyede olmasını sağlamaktadır.

Araştırmamıza katılan kişilerin büyük bir çoğunluğunun bekâr olduğunu görmekteyiz. Yaptığımız çalışmada yaş faktörü ve ekonomik gelir gibi değişkenlere de dikkat ettiğimizde bekârların sayısının yüksek çıkması bizi şaşırtmamalıdır. Ülkemizde ve dünyada evlenme yaşı giderek artmaktadır. Yakın zamanlara kadar evlenme yaşı yirmili yaşların başlarında iken günümüzde evlenme yaşı yirmili yaşların sonunda ya da otuzlu yılların başlarına kadar yükselmiştir. Araştırmamıza katılan kişilerin yaş ortalaması 25-30 yaş yoğunluğunda olduğunu düşündüğümüzde scuba yapan kişilerin medeni durumlarının bekâr olmasını olağan görmekteyiz.

5.2.2. Öneriler

Çalışmadan elde edilen bulgular ışığında, çalışmayla ilgili ve daha sonra yapılabilecek olan çalışmalara yön göstermesi amacıyla aşağıda belirtilen öneriler getirilmiştir;

Üniversite yönetimlerine; üniversite öğrencileri arasında sualtı sporlarına olan ilginin artırılması amacıyla üniversiteler bünyesinde bulunması gereken sualtı sporları topluluklarının aktif hale getirilmesi, bu topluluklara gerek malzeme, teşhizat yönünden gerek ise eğitmen yönünden dalış okullarından destek alınması ve bu olanakları öğrencilere sunmaları, ülkemizde sualtı sporlarına olan ilginin ve bilginin artmasına katkı sağlayacaktır.

Gençlik ve Spor Bakanlığına; başta gençlik hizmetleri ve spor il müdürlüklerimizde olmak üzere sualtı sporlarına olan ilginin artırılması amacıyla illerde tanıtım afiş ve pankart çalışmalarının yapılması, gerek sualtında çekilen belgesellerin gerekse sualtı fotoğraf yarışmalarından elde edilen görüntülerin il müdürlükleri aracılığı ile tanıtımlarının yapılması gençlerimiz ve velilerimiz arasında sualtı sporlarına olan ilginin ve bilginin artmasını sağlayacaktır. Ayrıca gençlik hizmetleri ve spor il müdürlükleri bünyesinde kurulacak sualtı sporları kulüpleri, bu sporun özellikle denize kıyısı olmayan iller ve ilçelerde tanıtılmasına olanak sağlayacaktır.

Kültür ve Turizm Bakanlığı'na; üç tarafı denizler ile iç tarafları ise göller ve akarsular ile bir cennet olan ülkemizde doğa sporlarının ve sualtı sporlarının turizm bünyesinde daha aktif olarak sunulması gerekmektedir. Günümüz dünyasında özellikle genç neslin turizmden beklentileri, doğa sporları içerisinde yer alan etkinliklerdir. Özellikle doğa sporlarının yaygınlaştırarak pazarlanması amacıyla öncelikle bu doğanın korunması ve uzun yıllar rekreatif etkinliklerde kullanılabilir olması gerekmektedir. Daha sonra ise bilinmezliklerin en aza indirgenmesi amacıyla reklamının iyi yapılması gerekmektedir. Ülkemizde yer alan sualtı güzelliklerinin tanıtılması için gerekli çalışmaların yapılması, sualtı yaşamının zenginleşmesi amacıyla yapay bir resif görevi yapacak olan batıkların oluşturulması, ülkemiz sualtı turizminin dünyada isimleri geçen birçok önemli dalış noktaları arasında adının anılmasını sağlayacaktır.

TSSF'ye; ülkemizde özellikle elit kesimin rekreatif etkinlikleri arasında yer alan scuba dalışının herkese hitap etmesi amacıyla ülkemizde belirlenen kurs ücretlerinin daha makul seviyeye indirgenmesi, bu spora olan talebin artmasını sağlayacaktır. Üniversitelerimiz ile ortak yürütülecek çalışmalar ile bu sporun üniversitelerimizde öğrenim gören gençler arasında yaygınlaşmasını sağlayacaktır.

KAYNAKÇA

1. Addington, Jack Ensign, %100 Düşünce Gücü, Birol Çetinkaya, (Çev.), Akaşa Yayınları, İstanbul, s.132, (2001).
2. Ağaoğlu, Y. S., Türkiye'deki Üniversitelerin Rekreasyon Programlarının Geliştirilmesi. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Samsun, (2002).
3. Ağaoğlu, Y. S., "Serbest Zaman Felsefesi", 9. Spor Bilimleri Kongresi Bildirisi.
4. Ağılönü, A, Uzar, H, Ağılönü, Ö, Altay, B, "Muğla Üniversitesi Yerleşkesinde Öğrenim Gören Öğrencilerin Serbest Zaman İhtiyaçları ve Beklentileri" 1. Rekreasyon Araştırmaları Kongresi, Muğla.
5. Akarsu B. Felsefe Terimleri Sözlüğü, 8. Baskı. İstanbul: İnkılap Yayınları; (3003).
6. Akbaba, S., "Eğitimde Motivasyon" Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi Sayı: 13, (2006) .
7. Akcan, Z. B., "Çalışan ve Çalışmayan Bayanların Rekreatif Etkinliklerden Sportif Faaliyetlere Katılım Düzeylerinin Araştırılması (Muğla İli Örneği)" Yüksek Lisans Tezi, Kütahya, (2009).
8. Akgül, Satı, "Farklı Eğitim Kurumlarında Öğrenim Gören Ortaöğretim Öğrencilerinin Sportif Rekreasyon Etkinliklerine Yönelmede Meraklılık Düzeylerinin Etkisinin Araştırılması (Kütahya İli Örneği)" Yüksek Lisans Tezi, Kütahya, (2013).
9. Altergoot, K., & McCreedy, C. C., "Gender and Family Status Across the Life: Constraints of Five Types of Leisure." Loisiret Societe/Society and Leisure, 16(1), pp.151-180, (1993).
10. Archer, J., & McDonald, M., "Gender Roles and Sports in Adolescent Girls." Leisure Studies, 9, pp.225-240, (1990).
11. Arkonaç, S. A., Psikoloji Zihin Süreçleri Bilimi, Gözden Geçirilmiş İkinci Baskı, İstanbul, Alfa Basım Yayım Dağıtım, s.243-266, (1998).
12. Arslantürk, Z., ve Amman, T., Sosyoloji Kavramlar-Kurumlar-Süreçler-Teoriler, Çamlıca Yayınları, İstanbul, s.139-140, (2001).
13. Arslan, N., Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Değerlendirme Eğilimi. Ege Üniversitesi Yayınları, İzmir, (2005).

14. Balcı, V., Arıkan, Turhan, T., ve Çoruh, Ergin, E., “Türkiye’de Spor Eğitimi Veren Yüksekokulların ve Bazı Fakültelerin Programlarının Rekreasyon Eğitimi Açısından İncelenmesi”, 3. Uluslar arası Spor Bilimleri Kongresi, İstanbul, (2000).
15. Balcı, V., "Ankara'daki Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Etkinliklerine Katılımlarının Araştırılması", Milli Eğitim, Kültür ve Sanat Dergisi, Bahar, 158, 161,173, (2003).
16. Ballo, J., Dawson, D., & Harrington, M. “The Leisure Experience of Women in Ontario.” Journal of Applied Recreation Research, 26, pp. 57-74, (1991).
17. Baltaş, A. ve Z. Baltaş, “Stres ve Başa Çıkma Yolları”, Remzi Kitapevi, İstanbul, s.278, (2008).
18. Başer, E., Uygulamalı Spor Psikolojisi Performans Sporunda Psikolojinin Rolü, İzmir, s.64-66, (1985).
19. Baysal, A. C., Tekarslan, E., Davranış Bilimleri, 2. Baskı, İstanbul, Avcıol Basım Yayın, s.100-101, (1996).
20. Baymur, F., Genel Psikoloji, İnkılap Kitabevi, İstanbul, s.68, (1993).
21. Bekdemir, A., “Kütahya Merkez Emniyet Teşkilatında Görevli Polislerin Boş Zamanlarını Değerlendirme Alışkanlıklarının Araştırılması” Yüksek Lisans Tezi, Kütahya, (2011).
22. Binbaşoğlu, C., Eğitim Psikolojisi, Kadıoğlu Matbaası, Ankara, (1992).
23. Carrington, B., Chivers, T., & Williams, T., “Gender, Leisure and Sport: A Case Study of Young People of South Asian Descent.” Leisure Studies, 6, pp.265-278, (1987).
24. Coleman, R., ve Barries, G, Yöneticinin Kılavuzu, Çev: Harmancı M., Remzi Kitabevi, İstanbul, s.163-164, (2000).
25. Çakal, M, “Konya ve Ankara Kent Merkezinde yaşayan Halkın, Tüplü Dalış(Scuba) Sporuna Olan İlgisinin Karşılaştırılması”, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, (2011).
26. Çerez, H, Ş. Yılmaz ve Ö. Dinçer, “Antalya Merkez Emniyet Teşkilatında Görev Yapan Emniyet Mensuplarının Rekreasyon Etkinliklerine Katılımlarının İncelenmesi”, 9. Spor Bilimleri Kongresi, Muğla.
27. Dumazedier, J., “Aile ve Boş Zaman”, Aile ve Toplum Dergisi, C:1, No:2, Ankara, (1991).

28. Dattilo, A. M., Samdahl, D. M., & Kleiber, D. A., Leisure Orientations and Self-esteem in Women with Low Income Who are Overweight. *Journal of Leisure Research*, 26, pp.23-38, (1994).
29. Demir, C., Demir, N., "Bireylerin Boş Zaman Faaliyetlerine Katılmalarını Etkileyen Faktörler İle Cinsiyet Arasındaki İlişki: LisansÖğrencilerine Yönelik Bir Uygulama" Ege Üniversitesi İ.İ.B.F., Ege Akademik Bakış Dergisi, Ocak, C:6, S:38, İzmir, (2006).
30. Demir, M., "Kahramanmaraş Bölgesinde Sporcuların Futbol, Basketbol ve Atletizme Katılmasında Rol Oynayan Motivasyonel Faktörlerin Belirlenmesi", Yüksek Lisans Tezi, Kahramanmaraş, (2007).
31. Demir, H., Okan, T., "Motivasyon Üzerinde Ulusal Kültür Etkisi", Gazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi 11 / 1, s.121-142, (2009).
32. Demirel, Ö., "Turizm Yörelerinde Yerleşik Olarak Yaşayan Yerli ve Yabancı Bireylerin Rekreatif Faaliyetlerinin Karşılaştırılması", Yüksek Lisans Tezi, Muğla Üniversitesi, Muğla, (2003).
33. Dinç, Y., "Boş Zaman Rekreasyon Yönetimi", Detay Yayıncılık, Anlara, (2005)
34. Doğan, İ., "Üniversite Öğrencilerinin Rekreasyonel Bir Faaliyet Olarak Halk Oyunlarına Katılım Nedenleri" Yüksek Lisans Tezi, Ankara, (2008).
35. Doğan, O., Spor Psikolojisi, Nobel Kitabevi, Adana, (2005).
36. Ekici, S., Can, S., Zorba, E., Durukan E., ve Birgül, A., "Muğla Marmaris'teki Seyahat Acentelerinin Müşterilerine Sundukları Rekreasyonel Sportif Animasyon Etkinliklerinin Değerlendirilmesi", 9. Spor Bilimleri Kongresi.
37. Erden, M. ve Akman, Y., Gelişim ve Öğrenme, Arkadaş Yayınevi, Ankara, s.234, (2002).
38. Eren, E., Yönetim ve Organizasyon, Beta Basım Yayım Dağıtım, İstanbul, s.434. (1996).
39. Eren, H., Yönetim Psikolojisi (3. Baskı), İstanbul: İÜ İşletme Fak. İşletme İktisadi Ens. Yay. No. 105, s.35, (1989).
40. Eren, H., Gözaydın, N., Parlatur, İ., Tekin, T., ve Zülfikar, H., Türk Dil Kurumu Sözlüğü, Türk Dil Kurumu Yayınları, Ankara, (1988).
41. Erenci, T., "Bir Üniversite Yerleşkesinde Rekreasyon İhtiyacı ve Planlanması (Umuttepe Örneği)", Kocaeli, (2006).

42. Erken, K. “Öğretmenlerin Serbest Zamanlarında Spor Faaliyetlerine Katılmalarının İncelenmesi, Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi”, Sakarya, (2008).
43. Eroğlu, F., Davranış Bilimleri, Beta Basım Yayın Dağıtım, İstanbul, s.43-44, (1996).
44. Eroğlu, F., Davranış Bilimleri, Beta Basım Yayın Dağıtım, İstanbul, s.245-265, (2000).
45. Fişek, K., Spor Yönetimi. YGS Yayınevi, İstanbul, (1998).
46. Göker, G. ve Göker, G., Muğla ve İlçeleri, Ticaret Matbaacılık T.A.Ş. İzmir, (1970).
47. Göktaş, Z. ve Çolak, M., “Muğla Vergi Dairesi Başkanlığında Çalışan Personelin Boş Zamanlarını Değerlendirmesi Üzerine Bir Araştırma (Balıkesir Örneği)”, 9. Spor Bilimleri Kongresi.
48. Güney, S., Davranış Bilimlerinin, Nobel, Ankara, (2000).
49. Gungormus, H. A., “The Study of Validity and Reliability of Turkish Version of Leisure Motivation Scale”, Energy Education Science and Technology Part B: Social and Educational Studies, 4(3), p.p. 1209-1216, (2012).
50. Güngörmüş H. A., ”Özel Sağlık-Spor Merkezlerinden Hizmet Alan Bireyleri Rekreatif Egzersize Götüren Faktörler”, Doktora Tezi, Ankara, (2007).
51. Gülbahçe, Ö., “Boş Zamanları Değerlendirme Alışkanlıkları”, Yüksek Lisans Tezi, Erzurum, (1996).
52. Hazar, A., Rekreasyon ve Animasyon, Detay Yayıncılık, Ankara, (2003).
53. Henderson, K. A., Bialeschki, M. D., Shaw, S. M., and Freysinger, V.J. Both Gains and Gaps: Feminist Perspectives on Women's Leisure. State College, PA: Venture Publishing, Inc., (1996).
54. Henderson, K. A., “Anatomy is not Destiny: A Feminist Analysis of the Scholarship on Women's Leisure.” Leisure Sciences, 12, pp.229-236, (1990).
55. Hanks, K., İnsanları Motive Etme Sanatı. İstanbul: Alfa Yayınları, (1999).
56. İkizler, H. C., Karagözoğlu C., Sporda Başarının Psikolojisi, Alfa Basım Yayın, İstanbul, s. 42-44, (1994).

57. İlban, M. O., Özcan, K., “Demografik Özelliklere Göre Boş Zaman Değerlendirme Tercihlerindeki Farklılaşma Üzerine Bir Araştırma (Nevşehir Örneği)”, 1. Gençlik Boş Zaman ve Doğa Sporları Sempozyumu, Ankara, (2003).
58. James, K. Ownership of Space: Its Impact on Recreational Participation of Young Women. Perth, Western Australia: Edith Cowan University, Department of Leisure Sciences, (1995).
59. Karabacak, E., Medyanın Tüketici Davranışları Üzerindeki Etkisi ve Pazarlama Yönetimi Açısından Önemi, Yüksek Lisans Tezi, Konya. s.90, (1993).
60. Karaköse, T., Kocabaş, İ., “Özel ve Devlet Okullarında Öğretmenlerin Beklentilerinin İş Doyumu ve Motivasyon Üzerine Etkileri” Eğitimde Kuram ve Uygulama, 2 (1): 3-14 Journal of Theory and Practice in Education Makaleler/ Articles, (2006).
61. Karakuş, S., Çınar, Ç., “Üniversite Öğrencilerinin Seçmeli Beden Eğitimi Dersi Sayesinde Boş Zamanlarını Sportif Etkinliklerle Değerlendirme Alışkanlıklarını Kazanmalarının İncelenmesi (Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Örneği)”, 10. Spor Bilimleri Kongresi
62. Karaküçük S. Aslan S, Devlet Yurtlarında Kalan Bayan Öğrencilerin Rekreatif Sorunları (Ankara örneği). Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi 2(3): 51-71, (1997).
63. Karaküçük, S., “Rekreasyon (Boş Zamanları Değerlendirme), Bağırhan Yayınevi, Ankara, (1999).
64. Karaküçük, S., Rekreatif Boş Zaman Değerlendirme, Gazi Kitapevi, Ankara, (2005).
65. Karaküçük, S. Rekreatif ve Spor, 5. Baskı, Gazi Kitap Evi, İstanbul, (2007).
66. Kasatura, İ., Kişilik ve Özgüven, Evrim Yayınevi, İstanbul, s.93, (1998).
67. Kane, M. J., “Female Involvement in Physical Recreation: Gender Role as Constraint.” Journal of Physical Education, Recreation, and Dance, 61, pp. 52-56, (1990).
68. Kandazgelen, N. ve Hergüner, G., “Muğla Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin Serbest Zamanlarını Değerlendirme Biçimlerinin İncelenmesi (Sakarya İli Örneği)”, 9. Spor Bilimleri Kongresi.

69. Kaya, A. M., “Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Faaliyetlere Yönelik Tutumları ve Boş Zaman Motivasyonlarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi” Cumhuriyet Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi, Sivas, (2001).
70. Kaya, S., “Yetiştirme Yurtlarında Kalan Gençlerin Boş Zaman Değerlendirme Eğilimi ve Etkinliklerin Sosyalleşmeye Etkisi”, Gazi Üniv., Sağlık Bilimleri Enst., yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara, (2003).
71. Keenan, K., Yöneticilik Kılavuzu Motivasyon Çev.: Koparan, Z., Remzi Kitapevi, İstanbul, s.5-16, (1996).
72. Keleş, R. ve Hamamcı, C., Çevrebilim, İmge Kitapevi, Ankara, (1993).
73. Kıdak, L., “Sağlık Hizmetlerinde Motivasyon Faktörleri”, Dokuz Eylül Üniversitesi, İ.İ.B.F., Ekonometri Bölümü, Sosyal Bilimler 7/1 s.75-94, (2009).
74. Kılbaş, Ş., Rekreasyon Boş Zaman Değerlendirme, Anaca Yayınları, Adana, s.18, (2001).
75. Kılıç, K., “Harcanabilir Gelirin Artmasının Sportif Rekreasyona Katılıma Olan Etkisinin Araştırılması (İstanbul Örneği)”, Yüksek Lisans Tezi, Kütahya, (2006).
76. Kışlalıoğlu, M. ve Berkes, F., Çevre ve Ekoloji, Remzi Kitapevi, İstanbul, (1990).
77. Kızıltan, T., “Hava Harp Okulu Komutanlığı Personelinin Sportif Rekreatif Alışkanlıklarının İncelenmesi” Yüksek Lisans Tezi, DPÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Kütahya, (2006).
78. Koçel, İşletme Yöneticiliği, İstanbul: İÜ İşletme Fak. Yay. No.132, s. 304, (1982).
79. Koç, Ş., Spor Psikolojisine Giriş, Saray Medikal Yayıncılık, İzmir, (1994).
80. Köybaşı, Ş., “Değişen Değerlerin Sportif Katılıma Etkisi” Yüksek Lisans Tezi, Ankara, (2007).
81. Köycü Öpözlü, A., “Çağımızda Değişen Sağlık Bilincinin Sportif Rekreasyona Katılım Düzeyine Etkisinin Araştırılması (Kütahya Örneği)”, Yüksek Lisans Tezi, DPÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Kütahya, (2006).

82. Kurtarma ve Sualtı Komutanlığı, Kurbağa Adam Kursu Ders Notları, Çubuklu, İstanbul, (1992).
83. Kurtarma ve Sualtı Komutanlığı, Kurbağa Adam Kursu Ders Notu, Deniz Basımevi, İstanbul, (2005).
84. Kunz, J. L., and Graham, K., Life Course Changes in Alcohol Consumption in Leisure Activities of Men and Women. *Journal of Drug Issues*, 26, pp.805-827 (1996).
85. Küçüktopuzlu, vd., "Boş Zaman Rekreasyon İlişkisi ve Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Faaliyetlerini Değerlendirmeye Yönelik Bir Araştırma" 1. Gençlik Boş Zaman ve Doğa Sporları Sempozyumu, Bildiriler Kitabı, Ankara, (2003).
86. Nelson, M. B., *The Stronger Women get the More Men Love Football: Sexism and the American Culture of Sports*. New York: Avon., (1994).
87. Maslow, A.H., *Motivation and Personality* (2nd Ed.). New York: Harper and Row., (1970).
88. Michael, J. ve Howe, A., *Öğrenme Psikolojisi*, Çev: Kılıç E., Alfa, İstanbul, s.114, (2001).
89. Moccia, F. D., "Planning Time: An Emergent European Practice." *European Planning Studies*, 8(3), pp.367-76, (2000).
90. Mutlu, İ., *Egzersiz Yapan Kişilerin Boş Zamanlarına Yönelik Tutumları Üzerine bir Araştırma (Kayseri İli Örneği)*, Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Niğde, (2008).
91. Okumuş, Y, Başaran, Z. ve Sivrikaya, K. "Farklı Sanayi Kuruluşlarında Çalışan Bireylerin Boş Zamanlarını Değerlendirme Tercihlerinin İncelenmesi", 7. Spor Bilimleri Kongresi.
92. Okuyucu, C. ve Ramazanoğlu, F. "Dünyadaki Değişimin Boş Zaman Faaliyetlerine Etkileri", 9. Spor Bilimleri Kongresi.
93. Öcalan, M., "Doğu İl Merkezinde Görev Yapan Öğretmenlerin Boş Zamanlarında Yaptıkları Faaliyetler ve Sporun Yeri", Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Elazığ, (1996).

94. Örucü, E., Kanbur, A., “Örgütsel-Yönetmel Motivasyon Faktörlerinin Çalışanların Performans ve Verimliliğine Etkilerini İncelemeye Yönelik Ampirik Bir Çalışma: Hizmet ve Endüstri İşletmesi Örneği” Yönetim ve Ekonomi Yıl:2008 Cilt:15 Sayı:1 Celal Bayar Üniversitesi İ.İ.B.F. Manisa, 2008.
95. Ömür, B. “Rekreasyon Yönetiminde Rekreasyon Programının Yönetmel Süreçlerinin Değerlendirilmesi (Düzce-Akçakoca Festival Program Örneği)”, Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsünde Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı, Bolu, (2006).
96. Önal, A., “Ev Hanımlarının Rekreasyon Faaliyetlerine Katılımlarının ve Beklentilerinin Tespiti (İstanbul Anadolu Yakası Örneği)”, Yüksek Lisans Tezi, Sakarya, (2007).
97. Özdamar, K., SPSS İle Biyoistatistik, Yenilenmiş 5. Baskı, Kaan Kitapevi, Eskişehir, (2003)
98. Özdemir, A. S. ve arkadaşları “Türkiye Taş Kömürü Kurumu Genel Müdürlüğünde Çalışan Yer Altı İşçilerinin Boş Zamanlarını Değerlendirme Alışkanlıklarının Belirlenmesi”, 9. Spor Bilimleri Kongresi
99. Özerkan, K.N., Spor Psikolojisine Giriş Temel Kavramlar, Nobel Yayınları, Ankara, (2004).
100. Özkalp, E., Anadolu Üniversitesi Yayınları, Davranış Bilimlerine Giriş, Yayın No: 1027, Eskişehir, (1997).
101. Özyurt, D., “Teknik Derin Dalış ve Engelli Dalışında, Motivasyon ve Stres Faktörleri İle Stres Hormon Değişimleri”, Doktora Tezi, Samsun, (2008).
102. Pelletier, L. G., Vallerand, R. J., Briere, N.M., Blais, M. R., Construction Et Validation de l'Échelle de Motivation Vis-à-Vis des Loisirs (EML), Communication Présentée au Congrès Annual de la SQRP, Octobre, (1989).
103. Pelletier, L. G., Vallerand, R. J., Blais, M. R., Briere, N. M., “Leisure Motivation Scale (LMS-28)”, (1991).
104. Pınar, R., Eğitim psikolojisi, Çev: S. Akdeniz, Marmara Üniversitesi İlahiyat Vakfı Yayınları No: 15, Dizerkonca Matbaası, İstanbul, s.55, (1987).

105. Sarıkaya, N., ve Sütütemiz, N., “Tüketicilerin Satın Alma Davranışı ve Yaşam Tarzı Üzerinde Renklerin Etkisine Yönelik Bir Araştırma”, 3. Ulusal Bilgi, Ekonomi ve Yönetim Kongresi Bildiriler Kitabı, Yayın no:108, Osmangazi Üniversitesi, (2004).
106. Searle, M. S., and Jackson, E. L., Socioeconomic Variation in Perceived Barriers to Recreation Participation Among Would be Participants. *Leisure Sciences*, 7, pp.227-249, (1995).
107. Selçuk, Z., Eğitim Psikolojisi, Pegem, Ankara, s.146, (1996).
108. Scuba School International, Training. European Service Center, Wendelstein, (2005).
109. Scuba School International, Open Water Diver. European Service Center, Wendelstein, (2008).
110. Tezcan, M., Sosyolojik Açından Boş Zaman Değerlendirme, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Yayınları, Ankara, (1982).
111. Tezcan, M., Boş Zamanları Değerlendirme Sosyolojisi, Atilla Kitapevi, Ankara, (1994).
112. Tiryaki, S., Spor Psikolojisi, Eylül Yayınları, Mersin s.92-94, (2000).
113. Tsai, Y. M., The Study of Exercise Participation Motivation, Self-Efficacy, Perceived Exercise Barrier and Exercise Behavior The Study of Exercise Participation Motivation, Self-Efficacy, Perceived Exercise Barrier and Exercise Behavior The Study of Exercise Participation Motivation, Self-Efficacy, Perceived Exercise Barrier and Exercise Behavior. Master’s Thesis. Taichung, Taiwan, National Chung Hsing University, (2005).
114. TSSF Donanımlı Dalış Talimatı Madde 7: Dalıcıların Görev, Yetki ve Sorumlulukları
115. TSSF Donanımlı Dalış Talimatı Madde 8: Dalış Eğitmenlerinin Görev, Yetki ve Sorumlulukları
116. Tunçel, E. F., “Ortaöğretim Kurumlarında Görev Yapan Öğretmenlerin Boş Zamanlarını Değerlendirme Alışkanlıklarında Sporun Yeri (İzmir İli Örneği)”, Yüksek Lisans Tezi, İzmir, (1999).
117. TSSF, Bir Yıldız Dalıcı Eğitimi. Saner Matbaacılık, İstanbul, (2007).

118. TSSF, İki Yıldız Dalıcı Eğitimi. Saner Matbaacılık, İstanbul, (2007).
119. TSSF, Üç Yıldız Dalıcı Eğitimi. Saner Matbaacılık, İstanbul, (2007).
120. Uğurlu, A., "Rekreasyonel Amaçlı Doğa Sporlarının Turizm'de Kullanılması Antalya Köprülü Kanyon Rafting Uygulaması" Yüksek Lisans Tezi, Antalya, (2005).
121. Yılmaz, D., "Rekreasyon Program Yönetim: Orta Öğretimde Rekreasyon Programlarına Katılan Bayan Öğrencilerin Rekreasyon Programlarına Bakış Açılarının ve Deneyimlerinin Değerlendirilmesi", Yüksek Lisans Tezi, Abant İzzet Baysal Üniv., Bolu, (2005).
122. Yılmaz, S., "Üniversitelerin Atletizm Takımlarında Yer Alan Sporcu Öğrencilerin Serbest Zamanlarını Değerlendirme Alışkanlıklarının Araştırılması ", Yüksek Lisans Tezi, Kütahya
123. Zorba E. ve arkadaşları "Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Etkinliklere Katılım Düzeylerinin Belirlenmesi (Muğla Üniversitesi Örneği)", 9. Spor Bilimleri Kongresi Bildirisi (2006)
124. Zorba, E. "Kamu Personelinin Rekreatif Eğilimleri (Muğla İli Örneği)", Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara, (2001)
125. Zorba E. ve arkadaşları "Muğla İli Kamu ve Özel Spor Tesislerinin Durumu ve Sportif Verimlilik Düzeyinin Araştırılması" 9. Spor Bilimleri Kongresi Bildirisi
126. Zorlu, E., Boş Zamanlar Sorunu, Gençlik Lideri El Kitabı, GSB Yayını, Ankara, (1973).
127. <http://www.muglakulturturizm.gov.tr/> (Erişim Tarihi: 15.01.2014)
128. <http://www.antalyakulturturizm.gov.tr/> (Erişim Tarihi: 15.01.2014)
129. <http://tr.wikipedia.org/wiki/CMAS> (Erişim Tarihi: 18.01.2014)
130. <http://tr.wikipedia.org/wiki/PADI> (Erişim Tarihi: 18.01.2014)
131. <http://tr.wikipedia.org/wiki/SSI> (Erişim Tarihi: 18.01.2014)
132. <http://www.denizlerden.com> (Erişim Tarihi: 20.01.2014)
133. <http://www.tssf.gov.tr> (Erişim Tarihi: 20.01.2014)

EKLER

EK 1: ANKET FORMU

EK 2: İSTATİSTİKSEL TEST SONUÇLARI

EK 3: TABLOLAR

EK 4: VERİ FORMU

EK 1. ANKET FORMU

DEĞERLİ KATILIMCILAR

Bu anket scuba dalışı yapan amatör sporcuların bu faaliyetlere katılmaya teşvik eden motivasyonel faktörlerin belirlenmesine yönelik veriler elde etmeye yönelik çalışmada kullanılacaktır.

Aşağıda ki ölçekte, boş zamanlarınızda yaptığınız aktivitelere katılma nedeninize uygun seçeneği belirtiniz. Zaman ayırdığınız için teşekkür ederim

Evrım BÖYÜKELHAN

- 1.Cinsiyetiniz? (....) Bayan (....) Bay
- 2.Yaşınız? (....)19-24 (....)25-30 (....)31-36 (....)37 ve üzeri
- 3.Medeni Durumunuz? (....)Bekar (....)Evli
- 4.Ortalama Aylık Geliriz/Harcamanız? (....)501-1000TL (....)1001-1500TL (....)1501-2000TL
(....)2001-2500TL
- 5.Fiziksel Aktivitelere Katılma Yılıınız? (....)1-3 yıl (....)4-7 yıl (....)8-11 yıl

MADDELER	TAMAMEN KATILMIYORUM (1)	KATILMIYORUM (2)	KISMEN KATILYORUM (3)	KATILYORUM (4)	TAMAMEN KATILYORUM (5)
1.Diğer İşleri yapmaktan kurtulmak için					
2.Yeni şeyleri öğrenmekten çok keyif aldığım ve doyum hissettiğim için					
3.Daha sonra ki yaşamımda kullanabileceğim sosyal, fiziksel veya zihinsel yetenekleri geliştirmenin iyi bir yolu olduğunu düşündüğüm için					
4.Heyecan verici deneyimler yaşadığımı düşünüyorum					
5.Boş zaman aktivitelerini neden yaptığımı bilmiyorum					
6.Mücadele gerektiren ilginç şeylerin üstesinden gelmeye çalışmak doyum hissi veriyor					
7.Boş zamanımı doldurmak benim için çok önemlidir					

MADDELER	TAMAMEN KATILMIYORUM (1)	(2) KATILMIYORUM	(3) KISMEN KATILYORUM	(4) KATILYORUM	(5) TAMAMEN KATILYORUM
8.Hiçbir iş yapmayan birisi gibi görünmek istemediğim için					
9.Bana çekici gelen konular hakkında daha fazla bilgi edinmenin beni memnun etmesi					
10.Kişisel düzeyde gelişim sağlamanın bir yolu olarak gördüğüm için					
11.Bu tür aktiviteleri yaparken kendimi özgür hissettiğim için					
12.Emin değilim ama boş zaman aktivitelerinin bana uygun olmadığını düşünüyorum					
13.İlginç aktiviteler yaparak kendimi geçtiğimi (aştığımı) hissediyorum					
14.Hayatta mutlu olmak için boş zaman aktivitelerine gerçekten ihtiyaç duyulduğu için					
15.Bazen diğerleri tarafından takdir edilmemi sağladığı için					
16.İlgimi çeken konuları derinliğine (daha iyi) anlamama imkan verdiği için					
17.Diğer alanlarda benim için önemli olan becerileri kazanmanın bir yolu olarak gördüğüm için					
18.Boş zaman aktiviteleri beni gerçekten yüce/asil hissettirdiği için					
19.Emin değilim ama çok iyi yapabileceğim bir aktivitenin olmadığı gibi bir fikrim var					
20.Mücadele gerektiren aktiviteleri yaparken kendimi geçtiğimi (aştığımı) hissettiğim için					
21.Kendimi kesinlikle meşgul hissetmek istediğim için					
22.Diğerlerine kendimin dinamik bir insan olduğunu göstermek için					
23.İlginç alanları keşfetmeme izin verdiği için					
24.Kendimin diğer yönlerini keşfetmenin bir yolunun da boş zaman aktivitelerine katılmaktan geçtiğini düşündüğüm için					
25.Tamamen rahatlama hissi verdiği için					
26.Bilmiyorum ama boş zaman aktivitelerine katıldığım süreleri zamanımı boşa harcamış gibi düşünüyorum					
27.Karışık aktiviteleri yapmaya çalışırken kendimi hoşnut hissediyorum					
28.Boş zamanlarımda kendimin kesinlikle iyi bir ruh halinde olmasını istediğim için					

EK 2. BOŞ ZAMAN MOTİVASYONU ÇALIŞMASI İSTATİSTİK SONUÇLARI

Tanımlayıcı İstatistik

cinsiyet

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	bayan	113	49,1	49,1	49,1
	erkek	117	50,9	50,9	100,0
	Total	230	100,0	100,0	

yaşınız

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	19-24	105	45,7	45,7	45,7
	25-30	110	47,8	47,8	93,5
	31-36	13	5,7	5,7	99,1
	37 ve üstü	2	,9	,9	100,0
	Total	230	100,0	100,0	

medeni durum

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	bekar	158	68,7	68,7	68,7
	evli	72	31,3	31,3	100,0
	Total	230	100,0	100,0	

ortalama aylık gelir

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	501-1000	9	3,9	3,9	3,9
	1001 - 1501	36	15,7	15,7	19,6
	1501-2000	104	45,2	45,2	64,8
	2001-2500	81	35,2	35,2	100,0
	Total	230	100,0	100,0	

fiziksel aktivitelere katılım yiliniz

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1-3 yıl	123	53,5	53,5	53,5
	4-7 yıl	93	40,4	40,4	93,9
	8-11 yıl	14	6,1	6,1	100,0
	Total	230	100,0	100,0	

Cinsiyete Göre Farklılık

Group Statistics

	cinsiyet	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
motivasyonsuzluk	bayan	113	1,5605	,54965	,05171
	erkek	117	1,7692	,73169	,06764
bilmekbasarmak	bayan	113	3,9027	,49035	,04613
	erkek	117	3,7635	1,08593	,10039
uyaranyasama	bayan	113	3,7994	,62764	,05904
	erkek	117	3,6097	,60694	,05611
ozdesimiceatim	bayan	113	3,7758	,53209	,05005
	erkek	117	3,6567	,64523	,05965
dissalduzenleme	bayan	113	2,1593	,70161	,06600
	erkek	117	2,4430	,81991	,07580

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	2,764	,098	-2,440	228	,015	-,20876	,08556	-,37735	-,04017
	Equal variances not assumed			-2,452	215,100	,015	-,20876	,08514	-,37658	-,04094
bilmekbasarmak	Equal variances assumed	3,673	,057	1,245	228	,215	,13912	,11177	-,08111	,35935
	Equal variances not assumed			1,259	162,640	,210	,13912	,11048	-,07905	,35729
uyaranyasama	Equal variances assumed	,358	,550	2,331	228	,021	,18972	,08141	,02932	,35013
	Equal variances not assumed			2,329	226,937	,021	,18972	,08145	,02922	,35022
ozdesimiceatim	Equal variances assumed	7,413	,007	1,525	228	,129	,11912	,07813	-,03483	,27307
	Equal variances not assumed			1,530	222,576	,128	,11912	,07787	-,03434	,27257
dissalduzenleme	Equal variances assumed	3,958	,048	-2,815	228	,005	-,28373	,10078	-,48231	-,08515
	Equal variances not assumed			-2,823	224,762	,005	-,28373	,10051	-,48179	-,08567

Medeni Duruma Göre Farklılık

Group Statistics

	medeni durum	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
motivasyonsuzluk	bekar	158	1,6857	,70309	,05593
	evli	72	1,6250	,53934	,06356
bilmekbasarmak	bekar	158	3,8312	,97546	,07760
	evli	72	3,8333	,46640	,05497
uyaranyasama	bekar	158	3,7236	,61956	,04929
	evli	72	3,6574	,63288	,07459
ozdesimiceatim	bekar	158	3,6424	,59777	,04756
	evli	72	3,8750	,55718	,06566
dissalduzenleme	bekar	158	2,2547	,77863	,06194
	evli	72	2,4109	,76316	,08994

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	1,822	,178	,650	228	,516	,06065	,09335	-,12328	,24459
	Equal variances not assumed			,716	175,853	,475	,06065	,08467	-,10644	,22775
bilmekbasarmak	Equal variances assumed	2,699	,102	-,017	228	,986	-,00211	,12090	-,24033	,23611
	Equal variances not assumed			-,022	227,455	,982	-,00211	,09510	-,18949	,18527
uyaranyasama	Equal variances assumed	,022	,881	,747	228	,456	,06622	,08869	-,10853	,24098
	Equal variances not assumed			,741	134,918	,460	,06622	,08940	-,11059	,24303
ozdesimiceatim	Equal variances assumed	,673	,413	-2,794	228	,006	-,23259	,08324	-,39662	-,06857
	Equal variances not assumed			-2,869	146,757	,005	-,23259	,08108	-,39282	-,07237
dissalduzenleme	Equal variances assumed	,031	,860	-1,419	228	,157	-,15613	,11003	-,37295	,06068
	Equal variances not assumed			-1,430	140,080	,155	-,15613	,10921	-,37204	,05978

Yaşa Göre Anlamlı Farklılık

		Descriptives					95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	Lower Bound	Upper Bound			
motivasyonsuzluk	19-24	105	1,7651	,76085	,07425	1,6378	1,9123	1,00	4,67	
	25-30	110	1,5636	,54135	,05162	1,4613	1,6659	1,00	2,67	
	31-36	13	1,5897	,41172	,11419	1,3409	1,8385	1,00	2,60	
	37 ve üstü	2	2,6667	,00000	,00000	2,6667	2,6667	2,67	2,67	
Total		230	1,6667	,65566	,04223	1,5815	1,7519	1,00	4,67	
bilmelbasarmak	19-24	105	3,7492	,65581	,06400	3,6223	3,8761	2,00	5,00	
	25-30	110	3,9045	1,02727	,09795	3,7104	4,0987	2,67	13,17	
	31-36	13	3,8590	,55630	,15429	3,5228	4,1951	2,83	4,50	
	37 ve üstü	2	4,0000	,00000	,00000	4,0000	4,0000	4,00	4,00	
Total		230	3,8319	,84841	,05594	3,7217	3,9421	2,00	13,17	
uyaranyasama	19-24	105	3,7016	,66494	,06489	3,5729	3,8303	2,00	4,67	
	25-30	110	3,7515	,58774	,05604	3,6404	3,8626	2,33	4,67	
	31-36	13	3,5590	,51750	,14353	3,0463	3,6717	2,33	4,00	
	37 ve üstü	2	3,3333	,00000	,00000	3,3333	3,3333	3,33	3,33	
Total		230	3,7029	,62314	,04109	3,6219	3,7829	2,00	4,67	
ozdesimiceatim	19-24	105	3,7327	,60089	,05864	3,6224	3,8560	2,33	4,83	
	25-30	110	3,6855	,56072	,05146	3,5805	3,8014	2,33	5,00	
	31-36	13	3,7692	,82926	,23000	3,2681	4,2703	2,17	4,67	
	37 ve üstü	2	3,1667	,00000	,00000	3,1667	3,1667	3,17	3,17	
Total		230	3,7152	,59497	,05917	3,6307	3,7922	2,17	5,00	
dissalduzenleme	19-24	105	3,4238	,78988	,07797	3,2692	3,5784	1,00	4,00	
	25-30	110	2,2189	,75257	,07176	2,0767	2,3612	1,00	4,00	
	31-36	13	2,0962	,73978	,20518	1,6491	2,5432	1,25	3,00	
	37 ve üstü	2	2,0000	,00000	,00000	2,0000	2,0000	2,00	2,00	
Total		230	2,3036	,75556	,05114	2,2029	2,4044	1,00	4,00	

ANOVA

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
motivasyonsuzluk	Between Groups	4,262	3	1,421	3,409	,018
	Within Groups	94,183	226	,417		
	Total	98,444	229			
bilmelbasarmak	Between Groups	3,365	3	,455	,629	,597
	Within Groups	164,468	226	,723		
	Total	164,833	229			
uyaranyasama	Between Groups	2,071	3	,690	1,796	,149
	Within Groups	86,849	226	,384		
	Total	88,920	229			
ozdesimiceatim	Between Groups	,746	3	,249	,701	,552
	Within Groups	80,073	226	,354		
	Total	80,819	229			
dissalduzenleme	Between Groups	3,049	3	1,016	1,706	,167
	Within Groups	134,692	226	,596		
	Total	137,741	229			

Multiple Comparisons

Tukey HSD

Dependent Variable	(I) Yaşınız	(J) Yaşınız	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval		
						Lower Bound	Upper Bound	
motivasyonsuzluk	19-24	25-30	-.20144	,08808	,104	-.0265	-.4294	
		31-36	-.17534	,18980	,792	-.3159	,6666	
		37 ve üstü	-.90159	,46080	,028	-2,0943	-.2911	
	25-30	19-24	-.20144	,08808	,104	-.4294	-.0265	
		31-36	-.02611	,18933	,999	-.5161	-.4639	
		37 ve üstü	-.11033	,46061	,081	-2,2952	-.0891	
	31-36	19-24	-.02611	,18933	,999	-.4639	-.5161	
		25-30	-.10762	,49033	,127	-2,3460	-.1922	
		37 ve üstü	-.90159	,46080	,028	-.2911	2,0943	
	bilmelbasarmak	19-24	25-30	-.11033	,46061	,081	-.6666	-.3159
			31-36	-.10762	,49033	,127	-.1922	2,3460
			37 ve üstü	-.15534	,11604	,539	-.4557	-.1450
25-30		19-24	-.10977	,25066	,072	-.2570	-.5374	
		31-36	-.04557	,24943	,998	-.6000	-.6912	
		37 ve üstü	-.00545	,60682	,999	-1,6661	1,4751	
31-36		19-24	-.04557	,24943	,998	-.6912	-.6000	
		25-30	-.14103	,64598	,096	-1,8130	1,5309	
		37 ve üstü	-.25079	,60708	,076	-1,3205	1,8221	
uyaranyasama		19-24	25-30	-.04993	,08458	,935	-.2688	-.1690
			31-36	-.34261	,18227	,240	-.7291	-.8144
			37 ve üstü	-.36825	,44250	,819	-.7570	1,3135
	25-30	19-24	-.04993	,08458	,935	-.2688	-.1690	
		31-36	-.39254	,18181	,138	-.0780	-.8631	
		37 ve üstü	-.41818	,44231	,780	-.7266	1,5630	
	31-36	19-24	-.34261	,18227	,240	-.8144	-.1911	
		25-30	-.39254	,18181	,138	-.8631	-.0780	
		37 ve üstü	-.02564	,47086	1,000	-1,1931	1,2443	
	ozdesimiceatim	19-24	25-30	-.04423	,08121	,948	-.1660	-.2544
			31-36	-.02955	,17501	,998	-.4825	-.4234
			37 ve üstü	-.57302	,42489	,533	-.5267	1,6727
25-30		19-24	-.04423	,08121	,948	-.2544	-.1660	
		31-36	-.07378	,17457	,975	-.5256	-.3781	
		37 ve üstü	-.32879	,42471	,599	-.5705	1,6280	
31-36		19-24	-.02955	,17501	,998	-.4825	-.4234	
		25-30	-.07378	,17457	,975	-.3781	-.5256	
		37 ve üstü	-.60256	,45211	,543	-.5676	1,7727	
dissalduzenleme		19-24	25-30	-.20487	,10533	,212	-.0677	-.4775
			31-36	-.32766	,22698	,474	-.2598	-.9151
			37 ve üstü	-.42381	,55106	,868	-1,0025	1,8501
	25-30	19-24	-.20487	,10533	,212	-.0677	-.4775	
		31-36	-.12279	,22641	,949	-.4632	-.7088	
		37 ve üstü	-.21894	,55083	,079	-1,0646	1,6446	
	31-36	19-24	-.32766	,22698	,474	-.2598	-.9151	
		25-30	-.12279	,22641	,949	-.7088	-.4632	
		37 ve üstü	-.09615	,58638	,998	-1,4215	1,6138	
	37 ve üstü	19-24	-.42381	,55106	,868	-1,8501	1,0025	
		25-30	-.21894	,55083	,079	-1,6446	1,2067	
	31-36	-.09615	,58638	,998	-1,6138	1,4215		

Aylık Gelire Göre Anlamlı Farklılık

Descriptives									
	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum	
					Lower Bound	Upper Bound			
motivasyonsuzluk	501-1000	9	1,7778	,44096	,14699	1,4388	2,1167	1,33	2,33
	1001 - 1501	36	1,6944	,97886	,16231	1,3649	2,0240	1,00	4,67
	1501-2000	104	1,6667	,60917	,05973	1,5482	1,7851	1,00	3,00
	Total	81	1,6420	,56218	,06246	1,5177	1,7663	1,00	3,00
bilmekbasarmak	501-1000	9	3,7778	,61862	,20601	3,3927	4,2528	3,00	4,33
	1001 - 1501	36	3,6204	,79042	,13324	3,3499	3,8900	2,00	5,00
	1501-2000	104	3,9583	1,04038	,10202	3,7560	4,1607	2,67	13,17
	Total	81	3,7695	,55124	,06125	3,6477	3,8914	2,50	4,83
uyaranyasama	501-1000	9	3,8379	,84841	,05594	3,7217	3,9421	2,00	13,17
	1001 - 1501	36	3,7778	,44096	,14699	3,4388	4,1167	3,33	4,67
	1501-2000	104	3,5556	,77664	,12944	3,2928	3,8183	2,00	4,67
	Total	81	3,8526	,56855	,05575	3,7420	3,9631	2,67	4,67
ozdesimiceatin	501-1000	9	3,7778	,71200	,23733	3,2305	4,3251	3,00	4,50
	1001 - 1501	36	3,4537	,60633	,10106	3,2486	3,6589	2,33	4,50
	1501-2000	104	3,8766	,49102	,04815	3,7811	3,9721	2,67	5,00
	Total	81	3,6373	,64104	,07145	3,4751	3,7595	2,17	4,67
dissalduzenleme	501-1000	9	2,7122	,59407	,03917	3,6380	3,7924	2,17	3,00
	1001 - 1501	36	2,2778	,85519	,14253	1,9884	2,5671	1,00	4,00
	1501-2000	104	2,3894	,73060	,07164	2,2473	2,5315	1,25	4,00
	Total	81	2,1708	,78099	,08444	2,0027	2,3388	1,00	3,75
Total	230	2,3036	,77556	,05114	2,2029	2,4044	1,00	4,00	

ANOVA

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
motivasyonsuzluk	Between Groups	,188	3	,063	,144	,933
	Within Groups	98,256	226	,435		
	Total	98,444	229			
bilmekbasarmak	Between Groups	161,218	226	1,205	1,689	,170
	Within Groups	164,833	229	,713		
	Total	326,051	455			
uyaranyasama	Between Groups	4,638	3	1,546	4,145	,007
	Within Groups	84,233	226	,373		
	Total	88,871	229			
ozdesimiceatin	Between Groups	5,983	3	1,994	6,023	,001
	Within Groups	74,836	226	,331		
	Total	80,819	229			
dissalduzenleme	Between Groups	3,070	3	1,023	1,717	,164
	Within Groups	134,671	226	,596		
	Total	137,741	229			

Multiple Comparisons

Tukey HSD									
Dependent Variable	(I) ortalama aylık gelir	(J) ortalama aylık gelir	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval			
						Lower Bound	Upper Bound		
motivasyonsuzluk	501-1000	1001 - 1501	,08333	,24573	,987	-,5227	,7193		
		1501-2000	,11111	,22910	,962	-,4819	,7041		
		2001-2500	,13580	,23168	,936	-,4638	,7354		
	1001 - 1501	501-1000	-,08333	,24573	,987	-,7193	,5527		
		1501-2000	,02778	,12750	,996	-,3022	,3578		
		2001-2500	,05247	,13208	,979	-,2894	,3043		
	1501-2000	501-1000	-,11111	,22910	,962	-,7041	,4819		
		1001 - 1501	,02778	,12750	,996	-,3578	,3022		
		2001-2500	,02469	,09771	,994	-,2282	,2776		
	2001-2500	501-1000	-,13580	,23168	,936	-,7354	,4638		
		1001 - 1501	,08247	,13208	,979	-,3943	,2894		
		1501-2000	-,02469	,09771	,994	-,2776	,2282		
bilmekbasarmak	501-1000	1001 - 1501	,15741	,31477	,959	-,6373	,9721		
		1501-2000	-,18056	,29246	,927	-,9401	,5790		
		2001-2500	,06883	,29576	1,000	-,7599	,7763		
	1001 - 1501	501-1000	-,15741	,31477	,959	-,9721	,6373		
		1501-2000	-,33796	,16332	,166	-,7607	,0848		
		2001-2500	-,14918	,16918	,814	-,5871	,2887		
	1501-2000	501-1000	-,18056	,29246	,927	-,5790	,9401		
		1001 - 1501	-,33796	,16332	,166	-,0848	,7607		
		2001-2500	-,18879	,12516	,434	-,1352	,5127		
	2001-2500	501-1000	-,00823	,29676	1,000	-,7763	,7599		
		1001 - 1501	-,14918	,16918	,814	-,2887	,5871		
		1501-2000	-,18879	,12516	,434	-,5127	,1352		
uyaranyasama	501-1000	1001 - 1501	-,07479	,21219	,985	-,6240	,4744		
		1501-2000	-,20988	,21457	,762	-,3455	,7652		
		2001-2500	-,22232	,22759	,763	-,8113	,3668		
	1001 - 1501	501-1000	-,29701	,11809	,060	-,6027	,0086		
		1501-2000	-,01235	,12232	1,000	-,3290	,3043		
		2001-2500	-,07479	,21219	,985	-,4744	,6240		
	1501-2000	501-1000	-,29701	,11809	,060	-,0086	,6027		
		1001 - 1501	-,20988	,21457	,762	-,7652	,3455		
		2001-2500	-,01235	,12232	1,000	-,3043	,3290		
	2001-2500	501-1000	-,28466	,09050	,010	-,5189	-,0504		
		1001 - 1501	-,32407	,21445	,432	-,2310	,8791		
		1501-2000	-,09882	,19994	,960	-,6163	,4187		
ozdesimiceatin	501-1000	1001 - 1501	-,16049	,20219	,857	-,3628	,6838		
		1501-2000	-,32407	,21445	,432	-,8791	,2310		
		2001-2500	-,42290	,11128	,001	-,7109	-,1349		
	1001 - 1501	501-1000	-,16358	,11527	,489	-,4619	,1348		
		1501-2000	-,09882	,19994	,960	-,4187	,6163		
		2001-2500	-,42290	,11128	,001	-,1349	,7109		
	1501-2000	501-1000	-,25932	,08528	,014	-,0386	,4800		
		1001 - 1501	-,16049	,20219	,857	-,6838	,3628		
		2001-2500	-,16358	,11527	,489	-,1348	,4619		
	2001-2500	501-1000	-,25932	,08528	,014	-,4800	-,0386		
		1001 - 1501	-,33333	,28769	,654	-,4113	1,0779		
		1501-2000	-,22169	,26822	,842	-,4725	,9159		
dissalduzenleme	501-1000	1001 - 1501	-,44033	,27123	,368	-,2617	1,1423		
		1501-2000	-,33333	,28769	,654	-,1079	,4113		
		2001-2500	-,11165	,14927	,877	-,4980	,2747		
	1001 - 1501	501-1000	-,10700	,15463	,900	-,2932	,5072		
		1501-2000	-,22169	,26822	,842	-,9159	,4725		
		2001-2500	-,11165	,14927	,877	-,2747	,4980		
	1501-2000	501-1000	-,21864	,11440	,226	-,0774	,5147		
		1001 - 1501	-,44033	,27123	,368	-,1423	,2617		
		2001-2500	-,10700	,15463	,900	-,5072	,2932		
	2001-2500	501-1000	-,21864	,11440	,226	-,5147	,0774		

* The mean difference is significant at the 0.05 level.

Fiziksel Aktivite Katılım Yılına Göre Farklılık

Descriptives

		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
						Lower Bound	Upper Bound		
motivasyonsuzluk	1-3 yıl	123	1,6098	,58004	,05230	1,5062	1,7133	1,00	3,00
	4-7 yıl	93	1,7563	,74720	,07748	1,6024	1,9102	1,00	4,67
	8-11 yıl	14	1,5714	,60523	,16175	1,2220	1,9209	1,00	2,67
	Total	230	1,6667	,65566	,04323	1,5815	1,7519	1,00	4,67
bilmekbasarmak	1-3 yıl	123	3,8089	1,01102	,09116	3,6285	3,9894	2,67	13,17
	4-7 yıl	93	3,7975	,62354	,06466	3,6691	3,9259	2,00	5,00
	8-11 yıl	14	4,2619	,35030	,09362	4,0596	4,4642	3,83	4,67
	Total	230	3,8319	,84841	,05594	3,7217	3,9421	2,00	13,17
uyaranyasama	1-3 yıl	123	3,6179	,59396	,05356	3,5119	3,7239	2,33	4,67
	4-7 yıl	93	3,7993	,68831	,07137	3,6575	3,9410	2,00	4,67
	8-11 yıl	14	3,8095	,17118	,04575	3,7107	3,9084	3,67	4,00
	Total	230	3,7029	,62314	,04109	3,6219	3,7839	2,00	4,67
ozdesimiceatim	1-3 yıl	123	3,7182	,58055	,05235	3,6145	3,8218	2,33	5,00
	4-7 yıl	93	3,6703	,62553	,06486	3,5414	3,7991	2,17	4,83
	8-11 yıl	14	3,9881	,43591	,11650	3,7364	4,2398	3,17	4,33
	Total	230	3,7152	,59407	,03917	3,6380	3,7924	2,17	5,00
dissalduzenleme	1-3 yıl	123	2,2622	,78723	,07098	2,1217	2,4027	1,00	4,00
	4-7 yıl	93	2,3880	,75905	,07871	2,2317	2,5443	1,25	4,00
	8-11 yıl	14	2,1071	,77033	,20588	1,6624	2,5519	1,25	3,25
	Total	230	2,3036	,77556	,05114	2,2029	2,4044	1,00	4,00

ANOVA

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
motivasyonsuzluk	Between Groups	1,272	2	,636	1,486	,229
	Within Groups	97,172	227	,428		
	Total	98,444	229			
bilmekbasarmak	Between Groups	2,764	2	1,382	1,935	,147
	Within Groups	162,069	227	,714		
	Total	164,833	229			
uyaranyasama	Between Groups	1,912	2	,956	2,494	,085
	Within Groups	87,008	227	,383		
	Total	88,920	229			
ozdesimiceatim	Between Groups	1,232	2	,616	1,756	,175
	Within Groups	79,587	227	,351		
	Total	80,819	229			
dissalduzenleme	Between Groups	1,414	2	,707	1,177	,310
	Within Groups	136,328	227	,601		
	Total	137,741	229			

Multiple Comparisons

Tukey HSD

Dependent Variable	(I) fiziksel aktivitelere katılım yılınız	(J) fiziksel aktivitelere katılım yılınız	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
						Lower Bound	Upper Bound
motivasyonsuzluk	1-3 yıl	4-7 yıl	-,14652	,08991	,235	-,3586	,0656
		8-11 yıl	,03833	,18454	,977	-,3970	,4737
	4-7 yıl	1-3 yıl	1,4652	,08991	,235	1,0656	,3586
		8-11 yıl	1,8484	,18756	,587	1,2577	,6273
	8-11 yıl	1-3 yıl	-,03833	,18454	,977	-,4737	,3970
		4-7 yıl	-,18484	,18756	,587	-,6273	,2577
bilmekbasarmak	1-3 yıl	4-7 yıl	,01145	,11611	,995	-,2625	,2854
		8-11 yıl	-,45296	,23833	,141	-1,0152	,1093
	4-7 yıl	1-3 yıl	-,01145	,11611	,995	-,2854	,2625
		8-11 yıl	-,46441	,24223	,136	-1,0359	,1070
	8-11 yıl	1-3 yıl	,45296	,23833	,141	1,0152	-,1093
		4-7 yıl	,46441	,24223	,136	1,0359	-,1070
uyaranyasama	1-3 yıl	4-7 yıl	-,18140	,08507	,086	-,3821	,0193
		8-11 yıl	-,19164	,17463	,517	-,6036	,2203
	4-7 yıl	1-3 yıl	1,8140	,08507	,086	1,0193	,3821
		8-11 yıl	-,01024	,17748	,998	-,4290	,4085
	8-11 yıl	1-3 yıl	,19164	,17463	,517	-,2203	,6036
		4-7 yıl	,01024	,17748	,998	-,4085	,4290
ozdesimiceatim	1-3 yıl	4-7 yıl	,04791	,08137	,826	-,1441	,2399
		8-11 yıl	-,26994	,16701	,241	-,6640	,1241
	4-7 yıl	1-3 yıl	1,04791	,08137	,826	1,2399	-,1441
		8-11 yıl	-,31784	,16974	,149	-,7183	,0826
	8-11 yıl	1-3 yıl	,26994	,16701	,241	-,1241	,6640
		4-7 yıl	,31784	,16974	,149	-,0826	,7183
dissalduzenleme	1-3 yıl	4-7 yıl	-,12580	,10649	,466	-,3770	,1254
		8-11 yıl	,15505	,21859	,758	-,3606	,6707
	4-7 yıl	1-3 yıl	1,12580	,10649	,466	1,254	-,3770
		8-11 yıl	1,28085	,22216	,417	1,2433	-,8050
	8-11 yıl	1-3 yıl	-,15505	,21859	,758	-,6707	,3606
		4-7 yıl	-,28085	,22216	,417	-,8050	,2433

EK 3. TABLOLAR

Ek 3.1. Katılımcılara ait kişisel bilgilerin dağılımı.

DEĞİŞKENLER		f	%
Cinsiyet	Bayan	113	49,1
	Erkek	117	50,9
	Toplam	230	100,0
Yaş	19-24 Yaş	105	45,7
	25-30 Yaş	110	47,8
	31-36 Yaş	13	5,7
	37 ve üstü	2	,9
	Toplam	230	100,0
Medeni Durum	Bekar	158	68,7
	Evli	72	31,3
	Toplam	230	100,0
Ortalama Aylık Gelir	501-1000TL	9	3,9
	1001-1501TL	36	15,7
	1501-2000TL	104	45,2
	2001-2500TL	81	35,2
	Toplam	230	100,0
Fiziksel Aktivitelere Katılım Yılı	1-3 Yıl	123	53,5
	4-7 Yıl	93	40,4
	8-11 Yıl	14	6,1
	Total	230	100,0

Ek 3.2. Boş zaman aktivitelerine motive eden faktörlerin (alt boyutların) sıralanması

Alt Boyutlar	N	\bar{X}	SS
Motivasyonsuzluk	230	1,6667	,65566
Bilmek başarmak	230	3,8319	,84841
Uyaran yaşama	230	3,7029	,62314
Özdeşim/içe atım	230	3,7152	,59407
Dışsal düzenleme	230	2,3036	,77556

Ek 3.3. Katılımcıların T testi sonuçları

Alt Boyutlar	Cinsiyet	N	\bar{X}	SS	T	P
Motivasyonsuzluk	Kadın	113	1,5605	,54965	-2,440	,015
	Erkek	117	1,7692	,73169	-2,452	,015
Bilmek başarmak	Kadın	113	3,9027	,49035	1,245	,215
	Erkek	117	3,7635	1,08593	1,259	,210
Uyaran yaşama	Kadın	113	3,7994	,62764	2,331	,021
	Erkek	117	3,6097	,60694	2,329	,021
Özdeşim/içe atım	Kadın	113	3,7758	,53209	1,525	,129
	Erkek	117	3,6567	,64523	1,530	,128
Dışsal düzenleme	Kadın	113	2,1593	,70161	-2,815	,005
	Erkek	117	2,4430	,81991	-2,823	,005

Ek 3.4. Katılımcıların yaş değişkenine göre ANOVA sonuçları

Alt Boyutlar	Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	P	Fark Tukey
Motivasyonsuzluk	Gruplar arası	4,262	3	1,421	3,409	,018	
	Gruplar içi	94,183	226	,417			
	Toplam	98,444	226				
Bilmek-Başarmak	Gruplar arası	1,365	3	,455	,629	,597	
	Gruplar içi	163,468	226	,723			
	Toplam	164,833	226				
Uyaran Yaşama	Gruplar arası	2,071	3	,690	1,796	,149	
	Gruplar içi	86,849	226	,384			
	Toplam	88,920	226				
Özdeşim / İçe Atım	Gruplar arası	,746	3	,249	,701	,552	
	Gruplar içi	80,073	226	,354			
	Toplam	80,819	226				
Dışsal Düzenleme	Gruplar arası	3,049	3	1,016	1,706	,167	
	Gruplar içi	134,692	226	,596			
	Toplam	137,741	226				

Ek 3.5. Katılımcıların medeni göre T testi sonuçları

Alt Boyutlar	Cinsiyet	N	\bar{X}	SS	T	P
Motivasyonsuzluk	Bekar	158	1,6857	,70309	,650	,516
	Evli	72	1,6250	,53494	,716	,475
Bilmek başarmak	Bekar	158	3,8312	,97546	,017	,986
	Evli	72	3,8333	,46640	,022	,982
Uyaran yaşama	Bekar	158	3,7236	,61956	,747	,456
	Evli	72	3,6574	,63288	,741	,460
Özdeşim/içe atım	Bekar	158	3,6424	,59777	-2,794	,006
	Evli	72	3,8750	,55718	-2,869	,005
Dışsal düzenleme	Bekar	158	2,2547	,77863	-1,419	,157
	Evli	72	2,4109	,76316	-1,430	,153

Ek 3.6. Katılımcıların gelir durumu değişkenine göre ANOVA sonuçları

Alt Boyutlar	Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	P	Fark Tukey
Motivasyonsuzluk	Gruplar arası	,188	3	0,63	,144	,933	
	Gruplar içi	98,256	226	,435			
	Toplam	98,444	226				
Bilmek-Başarmak	Gruplar arası	3,615	3	1,205	1,689	,170	
	Gruplar içi	161,218	226	,713			
	Toplam	164,833	226				
Uyaran Yaşama	Gruplar arası	4,638	3	1,546	4,145	,007	3-4
	Gruplar içi	84,283	226	,373			
	Toplam	88,920	226				
Özdeşim / İçe Atım	Gruplar arası	5,983	3	1,994	6,023	,001	2-3-4
	Gruplar içi	74,836	226	,331			
	Toplam	80,819	226				
Dışsal Düzenleme	Gruplar arası	3,070	3	1,023	1,717	,164	
	Gruplar içi	134,671	226	,596			
	Toplam	137,741	226				

Ek 3.7. Katılımcıların fiziksel aktivitelere katılım değişkenine göre ANOVA sonuçları

Alt Boyutlar	Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	P	Fark Tukey
Motivasyonsuzluk	Gruplar arası	1,272	2	,636	1,486	,229	
	Gruplar içi	97,172	227	,428			
	Toplam	98,444	229				
Bilmek-Başarmak	Gruplar arası	2,764	2	1,382	1,935	,147	
	Gruplar içi	162,069	227	,714			
	Toplam	164,833	229				
Uyaran Yaşama	Gruplar arası	1,912	2	,956	2,494	,085	
	Gruplar içi	87,008	227	,383			
	Toplam	88,920	229				
Özdeşim / İçe Atım	Gruplar arası	1,232	2	,616	1,756	,175	
	Gruplar içi	79,587	227	,351			
	Toplam	80,819	229				
Dışsal Düzenleme	Gruplar arası	1,414	2	,707	1,177	,310	
	Gruplar içi	136,328	227	,601			
	Toplam	137,741	229				

Ek 3.8. Boş zaman motivasyon ölçeğinde yer alan maddeler ve alt boyutları

Maddeler	Alt Boyutlar
5.Boş zaman aktivitelerini neden yaptığımı bilmiyorum	MOTİVASYONSUZLUK
12.Emin değilim ama boş zaman aktivitelerinin bana uygun olmadığını düşünüyorum	
19.Emin değilim ama çok iyi yapabileceğim bir aktivitenin olmadığı gibi bir fikrim var	
6.Mücadele gerektiren ilginç şeylerin üstesinden gelmeye çalışmak doyum hissi veriyor	BİLMEK VE BAŞARMAK
9.Bana çekici gelen konular hakkında daha fazla bilgi edinmenin beni memnun etmesi	
13.İlginç aktiviteler yaparak kendimi geçtiğimi (aştiğımı) hissediyorum	
16.İlgimi çeken konuları derinliğine (daha iyi) anlamama imkan verdiği için	
20.Mücadele gerektiren aktiviteleri yaparken kendimi geçtiğimi (aştiğımı) hissettiğim için	
27.Karışık aktiviteleri yapmaya çalışırken kendimi hoşnut hissediyorum	UYARAN YAŞAMA
11.Bu tür aktiviteleri yaparken kendimi özgür hissettiğim için	
18.Boş zaman aktiviteleri beni gerçekten yüce/asil hissettirdiği için	
25.Tamamen rahatlama hissi verdiği için	ÖZDEŞİM / İÇE ATIM
10.Kişisel düzeyde gelişim sağlamanın bir yolu olarak gördüğüm için	
14.Hayatta mutlu olmak için boş zaman aktivitelerine gerçekten ihtiyaç duyulduğu için	
17.Diğer alanlarda benim için önemli olan becerileri kazanmanın bir yolu olarak gördüğüm için	
21.Kendimi kesinlikle meşgul hissetmek istediğim için	
24.Kendimin diğer yönlerini keşfetmenin bir yolunun da boş zaman aktivitelerine katılmaktan geçtiğini düşündüğüm için	
28.Boş zamanlarımda kendimin kesinlikle iyi bir ruh halinde olmasını istediğim için	DİŞSAL DÜZENLEME
1. Diğer İşleri yapmaktan kurtulmak için	
8. Hiçbir iş yapmayan birisi gibi görünmek istemediğim için	
15. Bazen diğerleri tarafından takdir edilmemi sağladığı için	
22. Diğerlerine kendimin dinamik bir insan olduğunu göstermek için	

EK 4. VERİ FORMU

KİŞİSEL BİLGİLER		BOŞ ZAMAN MOTİVASYON ÖLÇEĞİ BİLGİ VE ANKET FORMU	
Sıra No	Ad Soyad	Sıra No	Ad Soyad
1		1	
2		2	
3		3	
4		4	
5		5	
6		6	
7		7	
8		8	
9		9	
10		10	
11		11	
12		12	
13		13	
14		14	
15		15	
16		16	
17		17	
18		18	
19		19	
20		20	
21		21	
22		22	
23		23	
24		24	
25		25	
26		26	
27		27	
28		28	
29		29	
30		30	
31		31	
32		32	
33		33	
34		34	
35		35	
36		36	
37		37	
38		38	
39		39	
40		40	
41		41	
42		42	
43		43	
44		44	
45		45	
46		46	
47		47	
48		48	
49		49	
50		50	
51		51	
52		52	
53		53	

54	2	3	1	5	1	2	5	4	5	2	5	3	1	3	3	4	1	3	2	1	3	2	1	1	3	1	1	5	4	4	1	3	4					
55	2	3	2	4	1	1	5	5	5	1	5	1	2	5	4	5	5	1	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	4	4	1	4	4					
56	1	3	2	4	1	1	5	5	5	1	5	5	1	5	5	5	5	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	1	4	4						
57	1	3	1	5	1	2	5	3	5	2	3	5	2	4	3	5	5	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	1	4	4						
58	2	3	2	4	1	1	4	3	5	1	5	3	2	4	3	3	3	1	3	5	2	2	3	3	3	3	3	1	1	3	3	3						
59	1	3	1	4	2	2	5	5	4	4	2	3	1	1	5	5	4	2	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	3	5						
60	2	3	1	4	1	1	4	4	4	1	1	4	1	4	3	5	1	2	2	2	2	2	2	1	1	3	2	2	4	6	1	4	3					
61	2	2	2	5	1	1	5	4	5	1	3	4	2	4	5	3	1	3	4	1	5	3	2	2	2	3	3	1	4	4	5	1	4	5				
62	1	3	2	5	1	1	4	4	4	1	4	4	2	4	4	5	4	3	4	4	3	4	3	3	3	1	4	4	5	4	1	4	4	4				
63	2	3	2	5	1	2	5	2	5	2	4	4	1	5	5	5	1	5	4	3	3	5	4	4	2	4	4	4	4	1	5	5	1	5	5			
64	1	3	1	4	1	1	4	3	5	1	4	3	2	4	3	3	1	3	5	2	3	3	3	1	3	3	2	4	4	1	4	4	4	4	4			
65	1	3	2	5	1	1	5	3	5	1	3	4	1	3	4	5	1	3	4	2	2	3	3	2	2	1	3	1	1	1	3	5	5	5	5			
66	2	3	2	5	2	1	5	4	4	4	1	5	2	1	3	4	5	1	3	4	2	3	4	1	1	3	1	4	4	3	3	1	4	5	5			
67	2	2	1	5	1	2	4	5	4	3	4	1	2	4	4	3	2	4	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	5	5	5	5			
68	2	3	1	4	1	1	5	5	5	1	5	3	2	5	3	5	1	5	5	2	5	3	3	3	1	3	3	3	3	1	4	4	4	4	4			
69	1	3	2	5	1	1	5	5	4	1	5	5	2	5	3	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4			
70	1	3	1	4	1	1	5	5	3	2	5	5	1	4	4	4	5	2	2	4	5	5	3	3	5	1	4	4	4	1	1	5	4	4	4			
71	2	4	2	5	1	1	5	5	1	3	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	4	2	3	5	4	4	4	2	5	4	4			
72	2	4	2	5	1	1	5	5	5	2	4	1	2	4	4	4	1	4	5	2	5	4	4	2	3	3	3	3	4	2	4	4	2	4	5			
73	1	2	2	5	2	1	5	5	4	2	5	5	2	5	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	1	5	3	4	4	4	3	1	3	4	4			
74	2	2	2	2	1	3	4	3	4	2	4	5	3	3	3	4	5	2	4	4	4	4	4	4	5	5	3	1	5	5	4	1	5	4	4			
75	2	3	2	4	1	2	4	5	5	1	4	3	3	4	4	3	3	1	3	5	2	2	3	3	3	1	3	3	2	4	4	1	4	4	4			
76	1	2	2	4	1	2	4	5	4	2	4	5	2	4	4	5	2	1	4	4	5	5	4	5	2	5	4	5	2	5	4	2	2	5	5			
77	1	2	2	5	2	2	4	5	4	1	4	5	3	4	4	4	1	5	5	5	5	5	3	3	1	5	3	3	4	4	4	2	5	5	5			
78	1	3	1	4	1	1	5	4	5	1	4	3	1	4	4	3	1	4	4	1	4	4	2	1	4	4	2	2	4	4	4	1	4	3	3			
79	1	3	1	4	2	2	5	5	5	2	5	4	2	4	4	5	5	2	5	5	3	4	4	4	4	4	2	5	2	2	5	5	2	5	3	3		
80	2	3	2	4	2	1	5	5	5	2	3	3	3	4	5	4	1	5	5	5	4	4	4	5	4	2	4	4	4	4	2	5	4	4	4	4		
81	2	3	1	5	1	3	5	5	4	2	5	3	2	4	4	4	2	4	3	2	4	5	4	4	4	4	3	2	4	1	2	4	1	2	4	4		
82	1	3	1	5	1	1	5	4	4	1	4	4	2	4	4	4	1	4	4	2	4	4	4	4	2	5	3	1	1	5	5	4	2	4	4	4		
83	1	3	1	5	1	1	5	4	5	1	4	3	1	4	3	4	1	3	2	1	4	4	4	2	1	4	4	4	2	1	4	1	4	4	2	4	2	
84	1	3	1	3	1	4	3	4	4	2	5	4	2	5	2	5	1	4	2	1	4	4	4	2	2	3	2	2	3	4	4	2	4	4	2	4	5	
85	1	5	1	5	2	2	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4	2	4	4	2	2	4	2	2	2	4	2	2	4	4	2	4	2	4	4	4	4	
86	1	2	1	5	2	1	4	5	4	2	4	5	2	5	4	5	3	4	5	5	4	4	5	2	3	4	4	5	5	4	2	4	2	4	4	5		
87	2	4	2	5	2	1	5	3	4	1	4	3	2	2	3	2	2	3	1	1	1	2	2	1	1	1	4	3	2	1	3	3	2	1	3	3	3	
88	2	3	1	4	1	1	5	5	5	2	5	5	1	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	1	5	5	5	5		
89	1	3	2	5	1	1	5	3	4	1	4	3	2	4	4	3	1	3	3	3	3	3	3	1	4	4	1	2	3	3	1	4	4	1	3	2	2	
90	2	3	2	5	1	2	4	3	4	1	4	4	2	3	3	3	3	1	3	3	5	3	4	4	4	2	3	3	4	4	4	3	1	4	5	5		
91	2	2	1	3	2	5	3	4	5	2	5	5	3	4	5	5	1	4	3	4	2	4	4	2	3	4	2	4	4	1	2	3	2	1	3	3	3	
92	2	3	1	3	2	4	5	4	3	1	1	3	3	4	5	5	1	4	3	3	4	5	4	3	3	4	4	3	5	5	5	3	4	4	5	5		
93	2	3	1	4	3	1	4	5	5	1	5	4	2	5	5	1	2	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	
94	2	3	1	5	3	1	5	5	4	2	5	3	2	5	4	4	1	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
95	1	4	1	4	3	1	5	5	4	2	5	5	4	2	4	5	4	1	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
96	1	3	1	5	2	1	5	5	4	2	4	3	2	5	4	4	1	5	4	3	3	5	5	4	4	1	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
97	1	2	1	4	2	1	5	5	4	2	4	4	2	5	4	5	1	4	5	3	5	4	5	1	4	3	3	5	4	4	4	2	4	4	4	4	4	
98	2	2	1	2	3	1	4	4	5	2	5	4	2	5	5	5	1	1	1	2	2	4	4	4	1	1	3	1	1	1	1	5	5	5	5	5	5	
99	2	2	1	2	1	2	1	4	4	2	3	2	3	3	3	4	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	
100	1	2	1	3	1	1	5	5	3	2	4	3	2	5	3	5	1	5	3	5	4	4	2	1	5	2	2	2	2	3	4	4	1	4	2	4	2	
101	1	2	1	3	1	3	4	4	5	1	2	4	1	4	5	3	1	3	3	4	4	4	4	4	4	1	3	4	4	4	4	3	2	3	3	3	3	
102	1	3	1	4	2	2	3	3	2	1	4	4	3	3	4	4	1	3	5	2	3	3	2	2	2	1	3	5	2	3	2	2	2	1	4	4	4	
103	1	2	1	3	2	1	4	4	5	2	2	5	2	4	4	3	2	3	4	1	1	4	4	2	2	2	2	3	2	2	3	4	4	4	1	3	4	4
104	2	2	1	3	2	1	5	5	5	1	5	3	3	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	
105	1	2	1	4	2	1	3	4	5	1	4	4	1	5	4	5	1	4	5	4	4	4	3	3	3	1	4	1	1	4	4	5	1	2	4	4	4	
106	1	2	1	4	1	3	4	5	5	1	4	4	3	4	5	4	1	5	3	3	4	4	5	5	5	1	4	3	2	4	4	2	1	3	4	4	4	
107	1	2	1	3	1	1	4	4	3	1	5	3	1	4	3	3	3	3	1	3	4	3	2	1	3	1	3	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3	
108	2	4	1	5	3	1	5	4	4	1	4	5	1	5	5	5	2	3	4	1	5	4	2	1	2	2	2	2	2									

