



Araştırma Makalesi

Geliş Tarihi/Received : 17.10.2018

Kabul Tarihi/Accepted : 30.07.2019

DOI: 10.17155/omuspd.471821

KADINLARIN REKREASYONEL FAALİYETLERE KATILIMINDA MOTİVASYON VE ENGELLERİ İLE İLGİLİ DURUM TESPİTİ; MANİSA İLİ ÖRNEĞİ

Nimet GÜRSEL¹

Pınar GÜZEL¹

Kadir YILDIZ¹

ÖZET

Bireyler, kendi kendini gerçekleştirme, kişisel ilişkileri, sosyal bütünleşmeyi ve yaşam kalitesini artırma gibi serbest zaman fırsatlarını kullanabilirler. Kadınların meslek durumu, kadınların aylık gelir seviyeleri, ailenin spora katılımı, spor tesislerinin durumu, yaşanan sosyal çevrenin uygun olması, yakın çevrenin ve arkadaş gruplarının etkisi, televizyon etkisi, zaman olgusu ve bu konudaki ilgi ve istekleri fiziksel aktiviteye katılımlarını etkileyen nedenlerden en önemlileri arasındadır. Kadınların rekreasyonel faaliyetlere katılımında motivasyon ve engelleri belirlemeyi amaçlanmaktadır. Bu çalışmada, olgu ve olayları nesnelleştirerek gözlemlenebilir, ölçülebilir ve sayısal olarak ifade edilebilir bir şekilde ortaya koyan bir araştırma türü olan Nicel Araştırma Yöntemlerinden, Genel Tarama Modeli kullanılmıştır. Çalışma grubu Manisa Merkez ilçesinde yaşayan 20-55 yaş ortalaması 36,26 olan 350 kadından oluşmaktadır. Veri toplama aracı olarak Serbest Zaman Motivasyon Ölçeği (SZMÖ) ve Serbest Zaman Engelleri Ölçeği (SZEÖ) kullanılmıştır. Verilerin analizinde Yüzde, Frekans, ANOVA, Tukey Testi ve Korelasyon analizi kullanılmıştır. Elde edilen bulgulara göre; kadınların meslek gruplarına bakıldığında 178 (%50,8)'sinin çalışan, 142 (%40,6)'sinin ev hanımı ve 30 (%8,6)'sinin emekli olduğu tespit edilmiştir. Birey psikolojisi ve motivasyonsuzluk alt boyutu arasında orta düzeyde ve pozitif yönde ilişki tespit edilmiştir ($r=,402$; $p<,01$). Katılımcıların dışsal düzenleyen alt boyutunda spor yapmak ve sinema-tiyatroya gitmek alt boyutu arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir, $F(4, 345)=9,67$ SZEÖ Tesis alt boyutunda istatistiksel yönden anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bu bağlamda kadınların ilgi ve bilgilerinin artırılması yönünde çalışmalar yapılarak rekreasyonel faaliyetlerin yaygınlaştırılması önerilebilir.

Anahtar Kelimeler: Engeller, Kadın, Motivasyon, Rekreasyon, Serbest Zaman.

ASSESSMENT RELATED TO MOTIVATION AND CONSTRAINTS OF WOMEN IN PARTICIPATING IN RECREATIONAL ACTIVITIES; SAMPLE OF MANİSA

ABSTRACT

Individuals can use free time opportunities such as self-realization, personal relationships, social integration and quality of life. Women's occupational status, women's monthly income levels, family participation in sports, the availability of sports facilities, the appropriate social environment, the influence of close environment and groups of friends, the effect of television, the phenomenon of time and interest in this issue are among the most important reasons affecting their participation in physical activity. It is aimed to determine the motivations and constraints of the women in participating in the recreational activities. In this study, one of the Quantitative Research Methods, General Scanning Model which reveals phenomena and events by making them observable, measurable and numerically predictable was used. The sample was formed by 350 women whose average age is 36,26 ranging between 20-55, living in the centre of Manisa. For data collection, Leisure Motivation Scale and Leisure Constraints Scale were used. In the analysis of the data, Percentage, Frequency, ANOVA, TUKEY Test and Correlation analyses were used. According to the obtained results; it is determined that 178 (%50,8) of the women are employed, 142 (%40,6) of them are housewives and 30 (%8,6) of them are retired, when their occupational groups are considered. A medium-level and positive relationship between the psychology of the individual and amotivation sub-dimensions was found ($r=,402$; $p<,01$). In the extrinsic regulating sub-dimension of participants, it was found that there is a significant difference between the sub-dimensions of doing sports and going to the cinema/theatre $F(4, 345)=9,67$. In the facility sub-dimension of Leisure Constraints Scale, there isn't any statistically significant difference. In this scope, it can be recommended that activities that will increase the interest and knowledge of the women could be done in order to spread the recreational activities.

Keywords: Constraints, Leisure, Motivation, Recreation, Women.

¹ Manisa Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Manisa/Türkiye, Yazışmadan sorumlu yazar: pnrnguzel@yahoo.com

Nimet GÜRSEL: 0000-0001-9766-1662

Pınar GÜZEL: 0000-0001-5982-2816

Kadir YILDIZ: 0000-0003-3347-0319

GİRİŞ

Zaman, bir insanın sahip olduğu en değerli olgulardan biridir. Zamanın farkında olmak zamanın iyi kullanılması gerekliliğini ortaya koyar [1]. Günümüzde insanların sıkça yaşadığı sorunlardan birisi de zaman problemidir. Zamanı iyi kullanabilmek, insanın kendisine, çalışma hayatına, sosyal hayatına, dinlenme ve eğlenmesine, biyolojik ve fizyolojik ihtiyaçların karşılanmasına ayırdığı zaman birimlerinin arasındaki dengesini iyi kurmasıyla mümkün olmaktadır. İnsanların gelişiminde ve hangi alanda olursa olsun başarısında zaman anlayışının payı oldukça büyüktür [2].

Modern dünyada teknolojik gelişmelerle birlikte daha fazla serbest zamana sahip olan bireylerde gelişen yaşam kalitesi bilinci, isteyerek ve kendi seçimiyle aktiviteye katılım hissi toplumlarda serbest zaman faaliyetlerinin hızla yayılmasına katılımına teşvik etmektedir. İlk zamanlarda hedefi olmayan bireyin kendisi için gerçekleştirdiği faaliyetler düşünce olarak büyüyen rekreasyon, kişinin serbest zamanında zevk almak ya da bazı fiziki, toplumsal ve duygusal davranışlar için yaptığı etkinlikler ya da deneyimlerdir. Bu nedenle rekreasyon, bireyde doyuma ve iyi olmaya doğru gelişen ve değişen bir duygudur [3]. Genel olarak rekreasyon kişilerin serbest zamanlarında tatmin edici dürtüleri ile istekli şekilde faaliyetlere katılımı olarak tanımlanabilir [4].

Yapılan tanımların çoğunda rekreasyonun serbest zamanları değerlendirme etkinlikleri olduğuna vurgu yapılmaktadır [5,6]. Söz konusu unsurlar içerisinde cinsiyet faktörü serbest zaman ve spor etkinliklerine yönelmede önemli bir belirleyicidir. Batı kültürlerinde serbest zaman kavramı çoğu kez kadınların dışarıda tutulduğu, “ücretli iş ve eğlence” çerçevesinde incelenmiştir. Kısaca, geleneksel serbest zaman çalışmalarının odağını maskülen bir olgu oluştururken, üçüncü boyut olan toplumsal cinsiyet düşünülmemiştir [7-9]. Yüzyıllar boyunca yaşamı ev, ev işi ve çocuk bakımı ile sınırlandırılan ve ücretsiz işçi konumunda çalışan kadın, sanayinin gelişmesi ile birlikte 19. yüzyıldan itibaren eğitim alma ve ev dışında ücret karşılığı çalışma imkanı bulmuştur [10]. Kadınların iş gücüne katılımlarının ve istihdamlarının artırılması, bireysel ve toplumsal açıdan sürdürülebilir kalkınmanın gerçekleştirilmesinde önemli bir unsurdur [11]. Diğer yandan, erkeklerin kadınlara göre daha çok rekreasyonel faaliyet içinde buldukları; geleneksel ev-içi roller, çocuk bakımı, sosyal, ekonomik ve politik gibi nedenler sebebiyle dahil olamadıkları belirlenmiştir [12]. Kadının serbest zaman etkinliklerine katılımı, özgürlük ve kendini dışa vurma biçimi ve kadının

sınırlayıcı toplumsal cinsiyet rollerinden bağımsızlaşmasının ve özgürleşmesinin bir aracı olarak görmektedir [13].

Toplum tarafından kadınlara biçilen cinsiyet rollerinin çağın gerektirdiği gelişmeler, küreselleşme, kentleşme, devletlerin uyguladığı politikalar kadınların eğitim düzeylerinin yükselmesi, çalışma hayatına daha çok katılmaları, ailedeki bir takım fonksiyonların toplumsal kurumlara aktarılması [14] gibi gelişmelerden dolayı olumlu yönde değişmiştir. Bu olumlu değişim kadınların günlük hayatlarında fiziksel aktiviteye katılımına da olumlu yönde yansımıştır. Kadınların bir işte çalışıp çalışmama durumu, eğitim seviyeleri ve meslekleri, kadınların anne-baba ve eşlerinin eğitim seviyeleri, kadınların aylık gelir seviyeleri, aile yapısı, aile sorumlulukları, ailenin spora katılımı, spor tesislerinin durumu, yaşanan sosyal çevrenin uygun olması, yakın çevrenin ve arkadaş gruplarının etkisi, kadınların kilo durumları, televizyon etkisi, zaman olgusu ve bu konudaki ilgi ve istekleri fiziksel aktiviteye katılımlarını etkileyen nedenlerdir [15-17].

Korucu (2013) yaptığı çalışmada spor yapan kadınların tümü ev işlerini yaparken hiç yorgunluk hissetmemektedir ancak spor yapmayanların ev işlerinde daha fazla yoruldukları anlaşılmıştır. Toplumsal yaşamda sporun, kadınlar üzerinde sosyalleştirici, toplumsal birliği sağlayıcı, sağlık kazandırıcı etkisinin olduğu saptanmıştır [15].

Boş zaman davranışları, fonksiyonel açıdan iki motivasyonel unsurun gücünün aynı anda etkisi altında kalmaktadır [18]. Bu motivasyonel unsurlardan birisi, günlük hayatın monotonluğundan, sıradanlığından ve her gün ki çevreden uzaklaşmak, kişisel ve diğer kişilerle olan ilişkiler yörüngesinden kaçmaktır. Diğeri ise, boş zaman etkinliklerine katılarak kendini belirleme, hâkimiyet, üstünlük, mücadele, öğrenme, keşif, rahatlama gibi kişisel, sosyal iletişim gibi, psikolojik ödül beklentisidir. Bireylerin rekreatif faaliyetlerini dürtüler belirler [19]. İnsanların seçtikleri faaliyetler motivasyonlarına ve motivasyon düzeylerine bağlıdır. Bireyler kişisel doyuma ulaşmak için içsel motivasyon tarafından teşvik edilir. Bireylerin rekreatif etkinliklere katılmalarında dışsal faktörlerden daha çok içsel faktörler ön plana çıkmaktadır ve içsel motivasyon düzeyi ise; boş zamanı algılama, boş zaman aktivitelerine yönelik bireyin geliştirdiği tutum ve boş zaman aktivitelerine katılımın önündeki engellerin algılanması gibi faktörlerden etkilenmektedir [20].

Bireylerin, serbest zaman faaliyetlerine katılımlarını etkileyen birçok faktör bulunmaktadır. Bu faktörlerin serbest zaman tercihleri üzerine etki dereceleri de bireyden

bireye farklılık göstermektedir. Serbest zaman engelleri bireyin serbest zaman faaliyetine katılmasını önleyen, ya da katılımı ilgili olarak yaşanan olumlu duyguları azaltan faktörlerin topluluğu olarak tanımlanmaktadır [21]. Farklı serbest zaman aktiviteleri konusunda yeterli farkındalık düzeyine erişmeme, başka bir ifade ile düşük uyarılmışlık düzeyine sahip olmanın, bireylerin serbest zaman engellerini algılamalarına neden olduğu düşünölmektedir [22].

Çalışma ve çalışma dışı zaman ilişkisi tüm toplumları yakından ilgilendirmiştir. Her ne kadar boş zaman etkinlikleri yasalarla da düzenlenmeye çalışılsa da evrensel bir boş zaman değerlendirme anlayışının oluşması çok zordur. Çünkü toplumların ödüllendirilmesi olarak algılanan serbest zaman kavramının gelişmesinde insanların yaşadıkları çevrenin ve doğanın yani kültürün etkisi büyüktür. Rekreasyon, yaşam içerisinde karşılaşılan birçok zorluktan uzaklaştıran, kişisel gelişimi etkileyici özelliğiyle, bireylerin kendi iç dünyalarını, sosyokültürel uyum sürecini ve de çevresel ilişkilerini pozitif yönde etkilemektedir. Bireylerin yaşamdan aldığı doyum hissi içeren duygusal bir durum olduğunu ve üstünlük, başarı, mutluluk, neşe, sorumluluk, kişisel değer gibi duygularla bütünleşmektedir. Cinsiyetin rekreasyonel faaliyetlere katılım kararlarını vermelerine etki eden faktörler farklılık göstermektedir. Bu çalışmada, kadınların rekreasyonel faaliyetlere katılımında motivasyon ve kısıtlayıcıları belirlemeyi amaçlamaktadır. Ayrıca cinsiyetin bireylerin rekreatif faaliyetlerine katılmalarını etkilediğini destekleyen birçok bilimsel çalışmanın yanı sıra bu çalışmanın alan yazına katkı sağlaması beklenmektedir.

MATERYAL VE METOT

Araştırmanın Modeli: Bu çalışmada, olgu ve olayları nesnelleştirerek gözlemlenebilir, ölçülebilir ve sayısal olarak ifade edilebilir bir şekilde ortaya koyan bir araştırma türü olan nicel araştırma yöntemlerinden, genel tarama modeli kullanılmıştır.

Araştırma Grubu: Çalışma grubunu Manisa'da yaşayan çalışan ve çalışmayan 20-55 yaş arası 350 kadın katılımcı oluşturmaktadır.

Veri Toplama Araçları: Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu ile Serbest Zaman Motivasyon Ölçeği ve Boş Zaman Engelleri Ölçeği kullanılmıştır.

Serbest Zaman Motivasyon Ölçeği: Pelletier ve arkadaşları (1989) tarafından geliştirilen, [23] tarafından geçerlik güvenirlik çalışması yapılarak Türkçe'ye uyarlanan "Serbest Zaman Motivasyon Ölçeği" (Leisure Motivation Scale, LMS) kullanılmıştır. Ölçek 7

alt boyut(Dışsal düzenleme, başarmak, bilmek, uyarılmak, motivasyonsuzluk, özdeşim, ie atım) 28 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin alt boyutlarına ilişkin güvenirlik katsayıları tablo 1’de sunulmuştur.

Tablo 1. Serbest zaman motivasyon ölçeği güvenirlik analiz sonuçları

Faktör	Madde Numaraları	Cronbach Alpha	
Dışsal Düzenleme	1-8-15-22	0,83	0,75
Başarmak	6-13-20-27	0,74	0,74
Bilmek	2-9-16-23	0,76	0,80
Uyarılmak	4-11-18-25	0,72	0,72
Motivasyonsuzluk	5-12-19-26	0,70	0,81
Özdeşim	3-10-17-24	0,73	0,78
İe Atım	7-14-21-28	0,71	0,66
Toplam Alpha Değeri		0,80	0,92

Boş Zaman Engelleri Ölçeği: Alexandris ve Carroll (1997) tarafından geliştirilen, Türkçe uyarlaması [1] tarafından yapılan ve daha sonra [24] tarafından revize edilen “Boş Zaman Engelleri Ölçeği” 6 alt boyutta (birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesis, arkadaş eksikliği, zaman, ilgi eksikliği) toplanan 18 maddeli yapıya sahiptir. Ölçeğe verilen cevaplar 4’ lü dereceleme ölçeği üzerinden değerlendirilmektedir. Ölçeğin alt boyutlarına ilişkin güvenirlik katsayıları tablo 2’de sunulmuştur.

Tablo 2. Serbest zaman engelleri ölçeği güvenirlik analiz sonuçları

Faktör	Madde Numaraları	Cronbach Alpha	
Birey Psikolojisi	1-2-3	0,77	0,81
Bilgi Eksikliği	4-5-6	0,86	0,87
Tesis	7-8-9	0,80	0,82
Arkadaş Eksikliği	10-11-12	0,81	0,83
Zaman	13-14-15	0,65	0,68
İlgi Eksikliği	16-17-18	0,76	0,79
Toplam Alpha Değeri		0,85	0,91

Verilerin Analizi: Elde edilen verilerin istatistiksel gösterimlerinde yüzde ve frekans değerleri kullanılmıştır. Verilerin normallik sınavında basıklık ve arpıklık değerleri dikkate alınmıştır. Verilerin istatistiksel testleri ANOVA ve Korelasyon analizi ile gerçekleştirilmiştir.

BULGULAR**Tablo 3.** Katılımcıların kişisel bilgileri

Değişkenler	Kategori	N	%
Medeni Durum	Evli	281	80,3
	Bekar	69	19,7
	Ortaöğretim	50	14,3
Eğitim Durumu	Lise	176	50,3
	Lisans	115	32,9
	Lisansüstü	9	2,6
Meslek	Çalışan	178	50,8
	Ev Hanımı	142	40,6
	Emekli	30	8,6
Aylık Gelir	1.000TL ve 1.500TL	97	27,8
	1.501TL ve Üstü	253	72,3
	Spor yapmak	81	23,1
Serbest Zaman	Tv izlemek	138	39,4
	Kitap okumak	53	15,1
	Sinemaya-tiyatroya gitmek	19	5,4
	Müzik dinlemek	59	16,9

Tablo 3 incelendiğinde; katılımcıların medeni durumu incelendiğinde 281 (%80,3) kişinin evli 69 (%19,7) kişinin bekar olduğu saptanmıştır. Meslek değişkenine bakıldığında en yüksek katılımın 178 (%50,8)'si çalışan olduğu görülmektedir. Katılımcıların serbest zamanlarında katıldıkları rekreasyonel faaliyetlere katılımına bakıldığında büyük çoğunluğun 138 (%39,4)'nin televizyon izlediği görülmektedir.

Tablo 4. Katılımcıların SZMÖ ve SZEÖ arasındaki korelasyon sonuçları

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1- Dışsal Düzenleme	r 1												
2-Başarmak	r ,377**	1											
3-Bilmek	r ,271**	,734**	1										
4-Uyarılmak	r ,323**	,721**	,772**	1									
5-Motivasyonsuzluk	r ,765**	,261**	,037	,158**	1								
6-Özdeşim	r ,287**	,734**	,854**	,806**	,075	1							
7-İçe Atım	r ,430**	,737**	,688**	,735**	,242**	,707**	1						
8-Birey Psikolojisi	r ,353**	,022	-,013	,103	,402**	-,005	,075	1					
9-Bilgi Eksikliği	r ,382**	,146**	,085	,155**	,385**	,146**	,195**	,528**	1				
10-Tesis	r ,289**	,181**	,119*	,176**	,275**	,172**	,209**	,402**	,569**	1			
11-Arkadaş Eksikliği	r ,480**	,135*	,052	,121*	,508**	,082	,184**	,373**	,435**	,343**	1		
12-Zaman	r ,327**	,183**	,128*	,189**	,357**	,142**	,182**	,342**	,413**	,345**	,454**	1	
13-İlgi Eksikliği	r ,478**	,126*	,058	,121*	,533**	,064	,209**	,477**	,468**	,388**	,545**	,429**	1

SZMÖ ile SZEÖ alt boyutları arasındaki ilişkiye bakıldığında; Birey psikoloji ve dışsal düzenleyen alt boyutu arasında orta düzeyde ve pozitif yönde ilişki tespit edilmiştir ($r=,353$; $p<,01$). Birey psikolojisi ve motivasyonsuzluk alt boyutu arasında orta düzeyde ve pozitif

yönde ilişki tespit edilmiştir($r=,402$; $p<,01$). Arkadaş eksikliği ve motivasyonsuzluk alt boyutu arasında orta düzeyde pozitif yönde ilişki tespit edilmiştir($r=,508$; $p<,01$). İlgili eksikliği ve dışsal düzenleyen alt boyutları arasında istatistiksel yönden orta düzeyde anlamlı ve pozitif bir ilişki bulunmuştur($r=,478$; $p<,01$).

Tablo 5. Katılımcıların SZMÖ Ölçeği'nin Serbest Zaman Katılım Aktivitesine Göre ANOVA Sonuçları

	Gruplar	N	X	S	Varyansın Kay.	KT	Sd	KO	F	p	Fark Grup
Dışsal Düzenleme	1.Spor yapmak	81	3,05	1,10							
	2.Tv izlemek	138	2,75	,98	Gruplararası	36,056	4				
	3.Sinema tiyatro	53	2,20	,91	Grupiçi	321,395	345	9,014			
	4.Kitap okumak	19	2,34	,80	Toplam	357,451	349	,932	9,676	,000	1-3, 1-4, 1-5 2-3,2-5,4-2
	5.Müzik dinlemek	59	2,25	,78							
Başarmak	1.Spor yapmak	81	3,70	,93							
	2.Tv izlemek	138	3,51	,82	Gruplararası	15,020	4				
	3.Sinema tiyatro	53	3,68	,78	Grupiçi	258,646	345	3,755			
	4.Kitap okumak	19	2,97	,93	Toplam	273,666	349	,750	5,009	,001	1-4, 1-5, 3-4 3-5, 3-1
	5.Müzik dinlemek	59	3,22	,91							
Bilmek	1.Spor yapmak	81	3,71	1,00							
	2.Tv izlemek	138	3,67	,83	Gruplararası	18,381	4				
	3.Sinema tiyatro	53	4,04	,76	Grupiçi	294,133	345	4,595			
	4.Kitap okumak	19	3,02	1,08	Toplam	312,514	349	,853	5,390	,000	1-4,2-4,3-4 3-5, 3-1
	5.Müzik dinlemek	59	3,44	1,06							
Uyarılmak	1.Spor yapmak	81	3,78	,96							
	2.Tv izlemek	138	3,58	,79	Gruplararası	11,144	4				
	3.Sinema tiyatro	53	3,72	,70	Grupiçi	264,164	345	2,786			
	4.Kitap okumak	19	3,13	,98	Toplam	275,307	349	,766	3,638	,006	1-4, 1-5, 3-1
	5.Müzik dinlemek	59	3,36	1,01							
Motivasyonsuzluk	1.Spor yapmak	81	3,01	1,27							
	2.Tv izlemek	138	2,69	1,09	Gruplararası	55,050	4				
	3.Sinema tiyatro	53	1,93	,83	Grupiçi	370,116	345	13,762			
	4.Kitap okumak	19	2,35	,76	Toplam	425,166	349	1,073	12,829	,000	1-3, 1-5, 2-3, 2-5, 4-1
	5.Müzik dinlemek	59	2,05	,69							
Özdeşim	1.Spor yapmak	81	3,78	,98							
	2.Tv izlemek	138	3,69	,81	Gruplararası	13,265	4				
	3.Sinema tiyatro	53	3,93	,80	Grupiçi	283,051	345	3,316			
	4.Kitap okumak	19	3,27	1,02	Toplam	296,316	349	,820	4,042	,003	3-5
	5.Müzik dinlemek	59	3,36	1,03							
İçer Atım	1.Spor yapmak	81	3,66	,87							
	2.Tv izlemek	138	3,42	,84	Gruplararası	13,362	4				
	3.Sinema tiyatro	53	3,48	,76	Grupiçi	245,829	345	3,341			
	4.Kitap okumak	19	2,90	,84	Toplam	259,191	349	,713	4,688	,001	1-4, 1-5
	5.Müzik dinlemek	59	3,18	,88							

Tablo 5 incelendiğinde SZMÖ ölçeğinin serbest zaman katılım aktivitesine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonucunda tüm alt boyutlar arasındaki fark istatistiksel yönden anlamlı bulunmuştur. Bu işlemin ardından ANOVA sonrası belirlenen anlamlı farklılığın hangi serbest zaman katılım aktivitesinden kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı post-hoc analiz tekniklerine geçilmiştir. ANOVA sonrası post-hocTukey testi tercih edilmiştir.

Tablo 6. Katılımcıların SZEÖ Ölçeği'nin Serbest Zaman Katılım Aktivitesine Göre ANOVA Sonuçları

	Gruplar	N	X	S	Varyansın Kay.	KT	Sd	KO	F	p	Fark Grup
Birey Psikolojisi	1.Spor yapmak	81	2,8354	,76399	Gruplararası Grupiçi Toplam	6,179 177,067 183,246	4 345 349	1,545 ,513	3,010	,018	1-3
	2.Tv izlemek	138	2,6111	,73117							
	3.Sinema tiyatroya	53	2,4403	,66594							
	4.Kitap okumak	19	2,6667	,56656							
	5.Müzik dinlemek	59	2,5141	,69844							
Bilgi Eksikliği	1.Spor yapmak	81	3,0617	,73807	Gruplararası Grupiçi Toplam	7,335 200,962 208,297	4 345 349	1,834 ,582	3,148	,015	1-5
	2.Tv izlemek	138	2,8671	,76473							
	3.Sinema tiyatroya	53	2,7484	,75364							
	4.Kitap okumak	19	2,8070	,64133							
	5.Müzik dinlemek	59	2,6215	,83381							
Tesis	1.Spor yapmak	81	3,0988	,64860	Gruplararası Grupiçi Toplam	2,385 156,390 158,775	4 345 349	,596 ,453	1,315	,264	
	2.Tv izlemek	138	3,0217	,70245							
	3.Sinema tiyatroya	53	3,0000	,72795							
	4.Kitap okumak	19	2,7719	,45883							
	5.Müzik dinlemek	59	2,9040	,64043							
Arkadaş Eksikliği	1.Spor yapmak	81	2,7160	,85653	Gruplararası Grupiçi Toplam	13,590 196,018 209,608	4 345 349	3,397 ,568	5,980	,000	1-3 2-3
	2.Tv izlemek	138	2,7826	,75739							
	3.Sinema tiyatroya	53	2,2201	,66968							
	4.Kitap okumak	19	2,5614	,72053							
	5.Müzik dinlemek	59	2,5141	,67045							
Zaman	1.Spor yapmak	81	3,1481	,61689	Gruplararası Grupiçi Toplam	4,362 118,979 123,341	4 345 349	1,090 ,345	3,162	,014	1-4
	2.Tv izlemek	138	3,0411	,56736							
	3.Sinema tiyatroya	53	2,9371	,58125							
	4.Kitap okumak	19	2,6491	,64285							
	5.Müzik dinlemek	59	3,0169	,57875							
İlgi Eksikliği	1.Spor yapmak	81	3,0123	,78430	Gruplararası Grupiçi Toplam	8,361 175,665 184,027	4 345 349	2,090 ,509	4,105	,003	1-3, 1-5
	2.Tv izlemek	138	2,8575	,71808							
	3.Sinema tiyatroya	53	2,5786	,75433							
	4.Kitap okumak	19	2,8596	,64133							
	5.Müzik dinlemek	59	2,6328	,56965							

Tablo 6 incelendiğinde SZEÖ ölçeğinin serbest zaman katılım aktivitesine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonucunda tüm alt boyutlar arasındaki fark istatistiksel yönden anlamlı bulunmuştur. Bu işlemin ardından ANOVA sonrası belirlenen anlamlı farklılığın hangi serbest zaman katılım aktivitesinden kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı post-hoc analiz tekniklerine geçilmiştir. ANOVA sonrası post-hoc Tukey testi tercih edilmiştir. Bu sonuçlara göre; SZEÖ Tesis alt boyutunda istatistiksel yönden anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bunun yanı sıra kadınların birey psikolojisi alt boyutunda spor yapmak ve sinema- tiyatroya gitme düzeylerinin anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmüştür.

TARTIşMA VE SONUÇ

Araştırmada yer alan kadınların serbest zaman katılım aktivitesine göre SZMÖ “Dışsal Düzenleme” ve “Özdeşim” alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmektedir. Buna benzer olarak fiziksel aktivite ve egzersiz motivasyonu ile ilgili yaptıkları araştırmada, fiziksel

aktivitenin dışsal motivasyon faktörlerinden etkilendiğini saptamışlardır [25]. Spor yapan kadınların kitap okuyan ve müzik dinleyen kadınlara göre dışsal motivasyon ortalamalarının daha yüksek olduğu söylenebilir. Başka bir çalışmada öğrencilerin en fazla tercih ettikleri faaliyetler sırasıyla müzik dinlemek, internette zaman geçirmek ve spor yapmak olup en az kitap okumak sinema ve tiyatroya gitmek olarak belirlenmiştir [26].

Balcı (2003) yapmış olduğu araştırmada, gelişmiş ölkelerde serbest zamanların değerlendirilmesinde çeşitli kültürel ve mesleki faaliyetlerin ön planda olduğu, az gelişmiş ve gelişmekte olan ölkelerde ise serbest zaman değerlendirilmesinde spor etkinliklerinin ilk sırada yer aldığını belirtmiştir [27]. SZMÖ “Uyarılmak” ve “Başarmak” alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık görölmektedir. Serbest zamanlarında spor yapan kadınların sinemaya-tiyatroya giden, kitap okuyan ve müzik dinleyen kadınlara göre içsel motivasyon ortalamalarının daha yüksek olduğu görölmektedir.

Kadınların rekreasyonel faaliyetlere katılımını engelleyen 5 boyutta(birey psikolojisi, bilgi eksikliği, arkadaş eksikliği, zaman, ilgi eksikliği) serbest zaman katılım aktivitesine göre anlamlı farkın olduğu ortaya çıkmıştır. Buna benzer olarak yaptıkları çalışmada kadın katılımcıların serbest zaman etkinlikleri ve sağladığı faydalardan yeterince bilgi sahibi olmadıkları, arkadaş ve zaman eksikliği çektikleri sonuçlarına ulaşılmıştır [28]. Sosyal yapı, sosyal biliş ve fiziksel aktivite arasındaki durumu araştırmışlardır. alışmalarına katılan bireylerden elde ettikleri sonuçları göre, bireylerin %41’si yüksek düzeyde egzersiz katılımcısı olduğunu belirlemiş ve fiziksel aktivite davranışını en çok sosyal yapının etkilediğini tespit etmişlerdir [29].

Tesis alt boyutunun kadınların rekreasyonel faaliyetlere katılımı üzerinde anlamlı bir fark bulunamamıştır. Spor tesislerinin durumunun kadınların spor yapmalarında önemli bir etken olduğunu ifade etmişlerdir [29]. Kadınlar için daha sağlıklı ve her zaman halkın kolaylıkla ulaşabileceği tesislerin olması gerektiğini belirtmişlerdir.

Bu sonucun araştırmamızın sonuçlarıyla farklılık gösterdiği görölmektedir. Çalışma sonucunda kadınların rekreasyonel faaliyetlere katılımındaki motivasyon ve engeller değerlendirildiğinde, günümüzde bireylerin düzenli olarak sportif etkinliklere daha fazla katılmasını teşvik edilmesinin önemi ortaya çıkmıştır. Kadınların sportif rekreasyon aktivitelerine katılımı artırmak adına belediyeler, yerel yönetimler, projelerin etkin bir şekilde yürütölmesi gerektiği düşünölmektedir.

Kadınları spora teşvik edilerek, rekreasyon alanlarının herkesin kolayca ulaşabileceği ölçüde yaygınlaştırılmasının önemli olduğu düşünülmektedir. Ayrıca sportif rekreasyonun, insan sağlığına yararları ve yaşam kalitesine etkileri konularında kamuoyunu bilgilendirici seminer ve benzeri organizasyonlar düzenlenerek sportif rekreasyon ve sağlıklı yaşam konusunda daha bilinçli ve dinamik bireylerin olmasını sağlayacağı düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

1. Karaküçük S, Gürbüz B. Boş Zaman Engelleri Ölçeği–28:Ölçek Geliştirme, Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması, Gazi Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 2007; 12(1): 3–10.
2. Karaküçük S. Rekreasyon Boş Zamanları Değerlendirme. 6. Baskı, Ankara, Gazi Kitabevi, 2008.
3. Gültekin E. Serbest Zaman Etkinlikleri İçinde Müzikli Etkinliklerin Yeri. Yüksek Lisans Tezi. Sakarya Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya, 2008; 19.
4. Tunçel EF. Ortaöğretim Kurumlarında Görev Yapan Öğretmenlerin Boş Zamanlarını Değerlendirme Alışkanlıklarında Sporun Yeri. Yüksek Lisans Tezi. Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir; 1999.
5. Güngörmüş AH. Özel Sağlık-Spor Merkezlerinden Hizmet Alan Bireyleri Rekreasyonel Egzersize Güdüleyen Faktörler. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, Ankara, 2007; 98-105.
6. Hazar A. Rekreasyon ve Animasyon. Detay Yayıncılık, Ankara; 2003
7. Chick G. Culture is a Variable in The Study Of Leisure. Leisure Sciences; 2009.
8. Tsai CL. A Reflection on Cultural Conflicts in Women's Leisure. Leisure Sciences, An Interdisciplinary Journal, 2010; 32(4): 386-390.
9. Iwasaki Y, Nishino S, Onda T, Bowling C. Leisure Research in a Global World: Time to Reserve The Western Domination in Leisure Research, Leisure Sciences, 2007; 29: 113-117.
10. Kuzgun Y, Sevim SA. Kadınların Çalışmasına Karşı Tutum ve Dini Yönelim Arasındaki İlişki. Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi, 2004; 37(1): 14-27.
11. Karabıyık İ. Türkiye'de Çalışma Hayatında Kadın İstihdamı. Marmara Üniversitesi. İktisadi İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, 2012; 32(1): 231-260.
12. Pohl SL, Borne WT, Patterson ME. Women, Wilderness and Every Day Life: A Documentation of The Connection Between Wilderness Recreation and Women's Everyday Lives. Journal of Leisure Research, 2000; 32(4): 415-434.
13. Wearing B. Leisure and Feminist Theory. London; 1998.
14. Günay G, Özgün B. Kadınların Toplumsal Cinsiyet Rollerini Çerçevesinde Aile İçi Yaşamı Algılamaya Biçimleri, 2011; 15: 3.
15. Aytan KG. Kadınların spora olan ilgilerinin İncelenmesi. Kastamonu Üniversitesi Kastamonu Eğitim Dergisi, 2013; 21(2): 777.
16. Koca C, Hendersen KA, Aşçı FH, Bulgu N. Kadınların Rekreatif Alanlarda Fiziksel Aktivite Yapma Amaçları ve Karşılaştıkları Sorunlar. Journal of Leisure Research, 2009; 41(2): 225-251.
17. Tatar G, Tozoğlu E, Pehlivan Z. 20 -40 Yaş Arası Çalışan ve Çalışmayan Kadınların Spor Yapmalarını Etkileyen Bazı Faktörlerin İncelenmesi (Sivas il merkezi örneği). Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 2009; 11(3): 28-41.

18. Müştigil S. Dinlence ve Turizm İlişkisi. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayını; 1993.
19. Yağmur R. Afyon Kocatepe Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencileri ile Farklı Bölümlerdeki Öğrencilerin Serbest Zaman Aktivitelerinin Karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi, Afyon; 2006.
20. Mutlu İ. Egzersiz Yapan Kişilerin Boş Zamanlarına Yönelik Tutumları Üzerine Bir Araştırma (Kayseri ili örneği). Yüksek Lisans Tezi, Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Niğde; 2008.
21. Tercan KE. Üniversite Öğrencilerinde Serbest Zaman Engelleriyle Baş Etme Yaşam Tatmini ve Vücut Algısının İncelenmesi. Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi, 2016; 5(2): 10-19.
22. Kara FM, Özdedeoğlu B. Serbest Zamanda Sıkılma Algısı ve Boş Zaman Engelleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. 3. Rekreasyon Araştırmaları Kongresi, Eskişehir, 2015; 528-535.
23. Güngörmüş, HA. The Study of Validity and Reliability of Turkish Version of Leisure Motivation Scale. Social and Educational Studies, 2012; 4(3): 1209-1216.
24. Gürbüz B, Öncü E, Emir E. Leisure Constraints Questionnaire: Testing the Construct Validity. 12th International Sports Sciences Congress, Denizli, Turkey, 2012; 339-343.
25. Hashim HA, Golok F, Ali R. Profiles of exercise motivation, physical activity, exercise habit, and academic performance in Malaysian adolescents: A cluster analysis. International Journal of Collaborative Research on Internal Medicine & Public Health, 2011; 3(6): 416-428.
26. Kaya AM. Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Faaliyetlere Yönelik Tutumları ve Boş Zaman Motivasyonlarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Cumhuriyet Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sivas, 2011; 73.
27. Balcı V. Ankara'daki Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Etkinliklerine Katılımlarının Araştırılması. Milli Eğitim, Kültür ve Sanat Dergisi, 2003; 158: 161-173.
28. Ekinci NE, Kalkavan A, Üstün ÜD, Gündüz B. Üniversite Öğrencilerinin Sportif ve Sportif Olmayan Rekreatif Etkinliklere Katılmalarına Engel Olabilecek Unsurların İncelenmesi. Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi, 2014; 1(1): 1-13.
29. Godin G, Sheeran P, Conner M, Belanger-Gravel A, Gallani MCBJ, Nolin B. Social structure, social cognition, and physical activity: A test of four models. British Journal of Health Psychology, 2010; 15: 79-95.