

## Neulinger Boş Zaman Paradigması ve Boş Zaman Katılım Motivasyonları Üzerine Nitel Bir Araştırma

Ali İSKENDER (\*)

**Öz:** Mevcut çalışma, bireyleri boş zaman faaliyetlerine katılımda güdüleyen araçları Neulinger'in geliştirdiği paradigma ekseninde ele almaktadır. Neulinger boş zaman faaliyetlerine katılımda bireylerin içsel, dışsal ve hem içsel hem dışsal güdüleyicilerle tetiklendiğini açıklamıştır. Neulinger geliştirdiği paradigmada boş zamanı zihinsel sürecin bir ürünü olarak izah etmektedir. Bu zihinsel süreç algısal özgürlükler ve algısal zorunluluklar altında gerçekleşmektedir. Neulinger algısal özgürlük diye tanımladığı alanı boş zaman faaliyetlerinin de gerçekleştiği özgürlük alanı olarak ifade eder. Algısal zorunluluk olarak ayırdığı diğer bölümü ise boş zaman dışı faaliyetler alanı olarak ifade eder. Buradaki faaliyetler de içsel, dışsal ve hem içsel hem dışsal güdüleyicileriyle harekete geçirilen ve işle ilgili olan aktivitelerdir.

**Anahtar Kelimeler:** Motivasyon, Boş Zaman, Algısal Özgürlük, Algısal Zorunluluk

### Neulinger Leisure Paradigm and a Study on Leisure Time Participation

**Abstract:** This study focuses on the motivation factors that motivate people to participate any recreation activity with the view of Neulinger Leisure Paradigm. Neulinger describes the leisure participation with some motivation types which are intrinsic, extrinsic and mix-intrinsic and extrinsic. Neulinger in his paradigm described the leisure as a state of mind and he describes this under perceived freedom and perceived constraint. According to him, leisure is performed in perceived freedom area.

**Keywords:** Motivation, Leisure, Perceived Freedom, Perceived Constraints

**Makale Geliş Tarihi: 15.10.2016**

**Makale Kabul Tarihi: 10.03.2017**

#### I. Giriş

Boş zaman kavramının İngilizce karşılığı olan "leisure" kelimesi serbest olma manasına gelen "losir" ve izin verme anlamına gelen "liberty ile "licere" kelimelerinden türemiştir. (Hacıoğlu ve diğ., 2003: 17). Boş zaman, bireyin kendisi ve başkaları için zorunluluklardan ve bağlayıcılıklardan uzaklaştığı, kurtulduğu ve kişinin kendi tasavvuru ile seçeceği bir etkinlikle ilgilenebileceği bağımsız ve iş yaşamı dışındaki zaman dilimidir (Tezcan, 1982: 10). Boş zaman bir nevi hayatın gerekliliklerini icra ettikten sonraki arda kalan zamandır. Yani boş zaman iş yaşamı

\*) Arş. Gör., Gazi Üniversitesi Turizm Fakültesi Rekreasyon Yönetimi (e-posta: aliiskender@gazi.edu.tr)

dışına çıkabilme ve bireyi yenileyen, rahatlatan ve bireye haz veren değerlere ulaşabilme kapasitesi şeklinde izah edilebilir (Karaküçük, 1999: 33-34). Bir başka ifadeyle boş zaman kişinin iş zamanı ve fizyolojik ihtiyaçlarını (yeme, içme, uyku vb.) karşıladığı zaman dışında kalan tamamen kişinin tasavvuruna ve tercihinin kalmış, bireysel veya grup halinde özgürce yapılan faaliyetlere ayrılan zaman aralığı olarak tanımlanabilir (Arslan, 1996: 74).

Antik Yunanda boş zaman kavramı iyilik, gerçeklik ve bilgi gibi kâinatın üstün değerleriyle ilgilenmek, bunlar üzerine tasavvur etmek ve bunları anlamak olarak algılanmıştır. Bu algıya göre boş zaman hiçbir şey yapılmayan zaman değildir, tam tersine seçkin olma, derinlemesine idrak, tasavvur, estetik hazlar, tatminler ve beğeni oluşturma zamanıdır. Çalışma alt tabaka sınıftakiler için bir aidiyet içerirken, boş zaman ise seçkinlere, iktidar kesimine ait bir ayrıcalık, üstünlük olarak görülüyordu. Roma dönemine gelindiğinde ise Antik Yunan'ın aksine boş zaman bir sınıfsal farklılığa işaret etmiyordu, yani Roma döneminde boş zaman sınıfsal bir hak değildir. Bu dönemde boş zaman işi destekleyen, üretici aktivitelerden sonraki bir zaman olarak algılanıyordu. Bundan dolayıdır ki yöneticiler tarafından bu zaman diliminin eğlenceler vb. etkinlikler yoluyla faydalı düzeyde geçirilmesi teşvik ediliyordu (Juniu, 2000: 69).

Boş zamanın bağımsız bir yaşam alanı olarak algılanmasının geçmişi çok eskilere dayanmaz. Bağımsız özerk boş zaman algısı daha çok modern döneme ait olan bir kavramdır. Endüstri devrimi ve endüstrileşme ile değişen toplumsal ve kültürel yaşam şekli, kendi bünyesinde özerk, bağımsız yaşam alanları oluşturmuştur. Bu dönemde iş kavramının; zorunlu, disipline, kuralcı, örgütlü, tekrarlanan bir yapıya kavuşması, haliyle iş dışı alanı da spesifik bir yaşam alanı haline getirmiştir (Kraus, 1998: 186-188). Boş zamanın 3 temel fonksiyonu vardır, bunlar sırasıyla...

**Dinlenme fonksiyonları:** Dinlenme temel özellikleri itibariyle yenilenme, yeniden elde etme ve iş sonrası stres ve yorgunluğu giderme yoluyla bedensel pürüzleri ve sinir gerilimlerini ortadan kaldıran bir fonksiyondur. Dinlenme bedensel ve ruhsal yünden yenilenmek için etken veya edilgen birçok boş zaman etkinliğinin gerçekleştirilmesi şeklinde ifade edilmektedir (Karaküçük, 1999).

**Eğlenme Fonksiyonu:** Bireyde yaşanan can sıkıntısını gideren veya sıkıntı sonrasında gerçekleşen eğlenme ve rahatlamayı ifade eden, rekabetin oyundan alınan hazın önüne geçmediği tüm spor uğraşları ile diğer faaliyetlere ister fiili ister pasif olarak günlük ihtiyaçların gerektirmediği çeşitli aktivite tiplerine katılma olanağı sağlayan boş zaman fonksiyonudur (Brotherton, 1991: 43).

**Gelişme Fonksiyonu:** İnsan düşüncesini günlük faaliyetlerin, monotonluğundan ve otomatizminden kurtaran, geniş ve sosyal katılıma imkân sağlayan, bireyin kişiliğini geliştiren çıkarıcı olmayan faaliyetlerdir (Karaküçük, 1999:5).

Rekreasyon kelimesi Latince "recreito" yani sağlığın iyileştirilmesi kelimesinden gelmiştir. Bundan dolayıdır ki geleneksel anlamda rekreasyon bireyi yeniden yaratmak veya bireyi yenileştirmek anlamlarını ifade etmektedir. Eskiden beri kabul gören tanım ise rekreasyonun insanları iş için hazırlayan aktiviteler olduğu düşüncesidir. Bazı

tanımlar rekreasyonu yenilenme olarak tanımlasa da daha yaygın kabul edilene rekreasyonun bir çeşit zorunluluklardan muaf aktivite şekli olduğudur (Torkildsen, 1999: 48). Rekreasyonun tanımında araştırmacılara göre farklılıklar olduğu görülmektedir; Hutchinson'a (1949: 17) göre rekreasyon zaman harcamaya değen, genel kabul gören bireyin gönüllü katılımına dayanan, bireye içsel tatmin sağlayan boş zaman meşguliyetleri veya aktiviteleri olarak tanımlamaktadır. Romney 'a göre (1945: 14) ise rekreasyon bir hareket, aksiyon değil daha ziyade duygusal bir tutumdur. Rekreasyon kişisel bir cevap, ruhsal reaksiyon, tutum ve yaşam biçimidir. Avedon (1974) ise rekreasyonun kişisel haz ve neşe sağlayan bir yapısı olduğunu belirtmiştir.

Rekreasyon faaliyetine katılımı 3 temel ihtiyaç vardır bunlar sırasıyla;

**Fiziksel İhtiyaçlar:** Fiziksel bir aktivite olarak rekreasyonel faaliyetlere katılım, bireyin vücudunu hastalıklara karşı dirençli hale getirir. Günlük alınan doğal enerjinin sarf edilmesiyle şişmanlığın önüne geçer, aynı zamanda yaşlanma ve yaşlanmanın getirdiği biyolojik gerilemenin geciktirilmesi, solunum ve dolaşım sistemlerinin çalışmasının iyileştirilmesi, sinirsel gerginliğin azaltılması, kronik kalp hastalıklarından kaynaklı ölüm oranlarının azaltılması ve koruması gibi faydalarının yanı sıra bireyi sosyalleştirerek yalnızlıktan kurtarır (Arabacı ve Çankaya, 2007).

**Sosyal İhtiyaçlar:** Rekreasyon faaliyetlerine katılan birey, kendini ifade etme imkânı bulur, içerisinde bulunduğu gruba karşı aidiyet duygusu gelişir ve etkinliklerdeki sistematik kurallara uyarak sosyalleşme imkânı bulur (Demir, 2003).

**Psikolojik İhtiyaçlar:** Rekreasyon faaliyetlerine katılım ile elde edilecek ve giderilecek psikolojik ihtiyaçları şu şekilde sıralayabiliriz; yaratıcı gücü artırmak, entelektüel hayatı iyileştirmek, bireyin yalnızlık duygusuna kapılmasını engellemek, bireye dışı dönük bir karakter kazandırmak, bireyin öz kimliğiyle kaynaşmasına yardımcı olmak, çevre değişimi ile monotonluktan kurtarmak, bireye neşe ve moral kaynağı olmak, bireyi istenmeyen davranışlar sergilemeden alı koymak (Broadhurst, 2001; Hall ve ark., 2006; Karaküçük, 1999).

## **II. Neulinger Paradigması ve Faydacı Olmayan Boş Zaman**

Neulinger'in Paradigması yaklaşık 35 yıl önce geliştirilmiş olsa da hala önemli ve kabul edilebilir bir teori olarak karşımıza çıkmaktadır. Neulinger'e göre boş zaman kavramı zihinsel bir sürecin ortaya konulma halidir (Neulinger, 1974 ve 1981). Faydacı olmayan bakış açısına göre boş zamanın herhangi bir faydalı amaca hizmet etme yükümlülüğü yoktur ve boş zaman bir doğrulamaya ihtiyacı yoktur. Bu bakış açısının olumlu noktası boş zamana yönelimlerde daha rahat bir tanım getirmesidir.. Neulinger'in paradigması altı türde aktivite tanımlı getirmiştir. Bu aktivitelerden üçü boş zaman üzerine diğer üçü ise boş zaman dışı aktivite biçimlerini kapsamaktadır. Boş zaman ve boş zaman dışı aktivite biçimleri algısal özgürlük (boş zaman) ve algısal zorunluluklar (boş zaman dışı) kavramları ile birbirinden ayrıştırılmıştır. İçsel motivasyon ve dışsal motivasyon kavramları bu iki kavramı birbirinden ayırmak amacıyla oluşturulmuştur. İçsel motivasyon bireylerin kendi iradeleri ile katıldıkları etkinlikleri içermektedir. Dışsal motivasyon da ise bireyler dışsal faktörlerle bir

aktiviteye katılım için motive edilmektedir (para kazanmak vb.). Neulinger'e göre bazı aktiviteler içsel motivasyonla harekete geçirilirken bazıları ise dışsal motivasyon kaynakları ile motive edilmektedir. Fakat hem dışsal hem içsel faktörlerin bütünü ile harekete geçirilen aktivitelerin daha büyük bir pay aldığı belirtilmektedir (Neulinger, 1981).

Birey bir doyum elde etmek için başarmak istiyorsa, bu içsel güdülenmedir. Bireyin kendisinden kaynaklanan ihtiyaçların oluşturduğu güdülenme iç güdülenmedir. Bu güdülenmenin kaynağı ilgi, merak, gelişme ve yarışma duygusu olabilir. İçten güdülenmede özentilere ve cezalara ihtiyaç duyulmaz, çünkü etkinliğin kendisi ödüllendirir (Öncü 2004:175). Neulinger'in paradigmasındaki "iş (job)" ve "çalışma (work)" kavramları arasındaki ince nüansı ifade etmek için Jaques (1970) tanımı yeterli olacaktır. Jaques (1970) işi (job) tanımlarken iş; istihdam, para, ödeme ve ürün gibi kavramlarla ifade ederken çalışma (work) kelimesini özgürlük, yaratıcılık, bir aktivitenin kendisi vb. nitelemelerle ifade etmiştir.

**Tablo 1.** Neulinger'in Boş Zaman Güdüleme Türlerine Göre Kategori Tablosu

ÖZGÜRLÜK ALANI					
ALGISAL ÖZGÜRLÜK			ALGISAL KISITLAR		
İçsel Motivasyon	İçsel ve Dışsal Motivasyon	Dışsal Motivasyon	İçsel Motivasyon	İçsel ve Dışsal Motivasyon	Dışsal Motivasyon
Yalın Boş Zaman (Pure Leisure)	Boş Zaman-Çalışma (Leisure-Work)	Boş Zaman-İş (Leisure-Job)	Yalın İş (Pure Work)	Çalışma-iş (Work-job)	Yalın İş (Pure Job)
Boş Zaman			Boş Zaman Dışı (Non-Leisure)		
ZİHİNSEL SÜREÇ					

Yalın Boş Zaman (Pure Leisure) yalnızca içsel güdülerle motive edilmiş aktiviteleri içermektedir. Buradaki aktiviteler yalnızca bireyin özgür iradesi ile ve içsel güdülerini oluşturduğu fakat zihinsel bir uzun ve planlı düşüncenin ürünü olmayan aktiviteleri içermektedir. Dağ bisikleti kullanan bir birey şayet bu etkinliği sadece kendini iyi hissetmek için gerçekleştirdiği bir deneyim olarak yapıyorsa bu "yalın boş zaman" olarak ele alınır fakat burada eylemi gerçekleştiren birey dışsal ödüllendirmeler niyeti de barındırıyorsa örneğin dağ bisikleti sürerken burada sağlığını düşünerek bir egzersiz niyeti ile gerçekleştiriyorsa o zaman bu eylem şekil 1'deki boş zaman-çalışma (hem dışsal hem içsel güdüleme) kategorisi içerisinde ele alınır.

Boş Zaman- Çalışma (içsel ve dışsal motivasyon) kavramı Neulinger'in paradigmasında hem içsel hem de dışsal ödüllendirme araçları ile gerçekleştirilen özgür aktiviteleri içerisine alır. Boş zaman aktivitelerinin büyük bir kısmı bu kategori

içerinde yer almaktadır. Bir sportif faaliyet yalnızca haz almak amacıyla gerçekleştirilmez bura da bireyler sağlıklı olma ve fit görünme vb. dışsal ödüller beklentisi ile de bu aktiviteleri gerçekleştirir. Dolayısıyla bu aktiviteler boş zaman-çalışma (leisure-work) kategorisinde gerçekleştirilen aktiviteler olduğu anlaşılmaktadır.

Boş Zaman-İş kavramı Neulinger'in paradigmasında sadece dışsal ödüllendirmeler amacıyla katılım sergilenen aktiviteleri barındırır. Yalnızca daha iyi bir sağlık elde etmek, kilo vermek veya başka pozitif sonuçlar amaçlı gerçekleştirilen burada aktivitenin kendisinden kaynaklı bir içsel eğlence veya haz içermeyen sportif aktiviteler boş zaman-iş aktiviteleri olarak ele alınabilir.

Yukarıda bahsedilen üç boş zaman türü "algısal özgürlük" kategorisinde ele alınan boş zaman katılım türleridir. Bunun dışında Neulinger'in paradigması algısal zorunluluklar kategorisi içerisinde üç katılım türü de ileri sürmektedir. Bundan sonraki maddeler algısal kısıtlama türlerini içermektedir. Bunlar sırasıyla;

Yalın Çalışma kavramı; bu kavram yalnızca içsel güdülenmelerle oluşan zorunluluklar altında gerçekleştirilen aktiviteleri içermektedir. Örnek vermek gerekirse; profesyonel bir basketbol oyuncusu imzaladığı sözleşme gereği oyun oynamak zorundadır. Burada ise olayı şu şekilde izah edebiliriz; profesyonel bir basketbol oyuncusu basketbol oynarken bu oyunu bir maddi gelir amaçlı veya buradan gelecek finansal ödüllendirmeleri düşünmeksizin basketbolu bir eğlence veya haz almak maksatlı oynadığında gerçekleştirdiği bu aktivite "yalın çalışma" kategorisi içerisinde ele alınır. Fakat bu kategori içerisinde çok küçük ve özel gruplar girebilir.

Çalışma- İş Kavramı; bu kategorideki aktiviteler belirli bir zorlama altında gerçekleştirilen fakat hem içsel hem dışsal ödüllendirmeleri içeren aktiviteler olduğu belirtilebilir. Bu kategoriye örnek vermek gerekirse; bir basketbol oyuncusu eğer bu oyunu hem içsel hem de dışsal ödüllendirme beklentisi ile gerçekleştiriyorsa yani basketbol oynarken hem haz almak hem de maddi bir beklenti içerisinde ise bu eylem onun için "Çalışma-iş" kategorisi içerisinde gerçekleştirdiği bir aktivite olarak karşımıza çıkar.

"Yalın iş" kavramı; bu kavrama göre gerçekleştirilen aktivite içsel bir ödüllendirme içermemekte, bu aktiviteye katılım yalnızca dışsal ödüllendirmelerle gerçekleşmektedir. Bu gruba dahi edilebilecek iş grupları hizmet sektörü çalışanları olabilir. Burada amaç sadece para kazanmaktır.

### **III. Sonuç**

"Boş zamanı zihinsel bir sürecin ürünüdür" fikri boş zamana kolay ve anlaşılır bir tanım getirirken derinlemesine düşünüldüğünde böylesi bir tanımın içerisinde çeşitli eksiklikler ve yanlış ifadeler olabileceği anlaşılmaktadır. Boş zaman bir düşünsel sürecin ürünü olması, boş zamanın bireyden bireye değişebilen bir algı olacağını ifade etmektedir. Boş zaman algısı bireyden bireye değişebilmektedir. Bu kabul edilebilir bir bakış açısıdır. Boş zaman tanımları genel itibarıyla bireye haz veren ve özgürce yapılan faaliyetler olduğu tüm tanımlarda ortak belirtilen ifadelerdir. Özellikle toplumsal süreç

ve toplumsal yapı göz önüne alındığında,” haz veren” ifadesi çok geniş yönlü olduğundan uyuşturucu kullanımı, aşırı alkol kullanımı, aşırı sigara kullanımı vb. toplumca kabul edilemeyecek faaliyetlerle birlikte gerçekleşen eğlenceler de boş zaman tanımını içerisine girecektir.

Burada bu türdeki boş zaman kullanım araçları da kabul edilmekte ve normalleştirilmektedir. Fakat genel anlamıyla düşünüldüğünde boş zaman faaliyetleri bireye haz, neşe vb. duyguları yaşatması onun bireyler için çok önemli ve hayatı yaşanabilir kılmak için ne kadar gerekli olduğu anlaşılırken aynı zamanda bu kavramın bireyin sağlığına veya sosyal çevresine zarar verebilecek eylemleri barındırması ve desteklemesi kabul edilemez bir gerçektir. Burada zihinsel süreç ifadesi boş zamanın “özgürlüğünü” ifade etmekle birlikte bu zihinsel süreçle ifade edilen algıya yani boş zaman kavramına çeşitli sınırlamalar getirmek daha doğru olabilir.

Neulinger boş zaman türlerinden veya bireylerin boş zamanı nasıl değerlendirdiklerinden ziyade bireyleri boş zaman aktivitelerine motive eden araçlar üzerine durmaktadır. Bu motive türlerine göre algısal özgürlük diye belirttiği alanda boş zaman faaliyetlerinin gerçekleştiğini ileri sürmektedir.

#### Kaynaklar

- Arabacı R. ve Çankaya C. (2007). “Beden eğitimi öğretmenlerinin fiziksel aktivite düzeylerinin araştırılması”. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*; 20(1), 1-14.
- Arslan, S. (1996). *Yüksek Öğrenim Kredi ve Yurtlar Kurumuna Bağlı Yurtlarda Kalan Bayan Öğrencilerin Boş Zamanları Değerlendirme Sorunları Üzerine Bir Araştırma*, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Ankara, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim dalı.
- Avedon, E.M. (1974). *Therapeutic Recreation Service: An Applied Behavioural Approach*. (First Edition). USA: Prentice-Hall, Englewood Cliffs, N.J.
- Broadhurst, R. (2001). *Managing Environments for Leisure and Recreation*. (Birinci Baskı). New York: Routledge.
- Brotherton, B. (1991). “Konaklama, Turizm ve Eğlence Tanımları: Görüş Açıkları Problemler ve Çıkan Sonuçlar”. *Turizmde Seçme Makaleler*: 11, TUGEV Yayınları, 18-26.
- Demir C. (2003, 21-22 Mayıs). “Demografik özellikler ile sağlanan imkânların sportif faaliyet tercihleri üzerine etkileri; üniversite gençliğine yönelik bir uygulama”, *1. Gençlik, Boş Zaman ve Doğa Sporları Sempozyumunda* sunuldu, Ankara.
- Hacıoğlu, N., Gökdeniz, A. ve Dinç, Y. (2003). *Boş Zaman & Rekreasyon Yönetimi* (İkinci Baskı), Ankara: Detay Yayıncılık.
- Hall C. M., Page, S. J. (2006). *The Geography of Tourism and Recreation*. (Üçüncü Baskı). New York: Routledge.
- Hutchinson, J.L. (1949). *Principles of Recreation*. New York: A.S.Barnes, 17.
- Juniu, S. (2000). “Downshifting: regaining the essence of leisure”. *Journal of Leisure Research*, 32/1.

- Jaques, E. (1970). *Work, creativity, and social justice*. New York: International University Press.
- Karaküçük, S. (1999). *Rekreasyon Boş Zaman Değerlendirme*. (Altıncı Baskı). Ankara: Bağırhan Yayınevi.
- Kraus, R. (1998). *Recreation and Leisure in Modern Society (Third edition)* . United States of America: Pearson Scott Foresman .
- Neulinger, J. (1974). *The psychology of leisure*. Springfield, IL: Charles C. Thomas.
- Neulinger, J. (1981). *To leisure: an introduction*. Boston: Allyn and Bacon.
- Öncü, H. (2004). *Motivasyon Sınıf Yönetimi*. (Edit:Leyla Küçükahmet).Ankara:Nobel Yayınevi
- Romney, G.O. (1945). *Off the Job Living*. (First Edition). New York: A.S.Barnes, , 14.
- Tezcan, M. (1982). *Sosyolojik Açıdan Boş Zamanların Değerlendirilmesi*. Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Fakültesi Yayınları.
- Torkildson, G.(1999). *Leisure and Recreation Management*. (Beşinci Baskı). London: Routledge.