

# YAŞAM TATMİNİ, SERBEST ZAMAN MOTİVASYONU, SERBEST ZAMAN KATILIMI: BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLERİ ÜZERİNE BİR İNCELEME (KAYSERİ İLİ ÖRNEĞİ)\*

Tennur YERLİSU LAPA<sup>1</sup> Evren AĞYAR<sup>1</sup> Ziya BAHADIR<sup>2</sup>

Geliş Tarihi: 27.06.2012

Kabul Tarihi: 06.12.2012

## ÖZET

Bu çalışmanın amacı; Kayseri’de görev yapan beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin serbest zaman motivasyonlarının cinsiyet, serbest zaman aktivitelerine katılım sıklığı ile sportif, sosyal ve sanatsal/kültürel aktivitelere aktif/pasif katılım değişkenlerine göre karşılaştırılması ve yaşam tatmini, serbest zaman motivasyonu, serbest zaman aktivitelerine katılım sıklığı arasındaki ilişkiyi saptanmasıdır.

Araştırmanın evreni Kayseri merkez ilçelerdeki ilk ve ortaöğretim okullarında görev yapan 300 beden eğitimi ve spor öğretmeninden oluşmaktadır. Buna göre; çalışmanın örneklemini Kayseri’de beden eğitimi ve spor öğretmeni olan 166 erkek ( $Or_{yaş}=34.14\pm5.46$ ) ve 59 kadın ( $Or_{yaş}=31.34\pm5.04$ ) toplam 225 ( $Or_{yaş}=33.41\pm5.488$ ) katılımcı oluşturmaktadır. Katılımcıların; yaşam tatmininin belirlenmesinde Diener ve ark. (1985) tarafından geliştirilen ve Köker (1991) ve Yetim (1991) tarafından Türkçe’ye uyarlanan “Yaşam Tatmini Ölçeği”, serbest zaman motivasyonlarını belirlemek amacıyla Pelletier ve ark. (1991) tarafından geliştirilen ve Mutlu (2008) tarafından Türkçe’ye uyarlanan “Boş Zaman Motivasyon Ölçeği” kullanılmıştır.

Verilerin analizinde Pearson ve Spearman Korelasyon Analizi, Mann Whitney U testi, Kruskal Wallis Varyans Analizi ve Tek Yönlü Çok Değişkenli Varyans Analizi (Manova) kullanılmıştır.

Sonuç olarak; yaşam tatmini, serbest zaman motivasyonu ve serbest zaman aktivitelerine katılım sıklığı arasında pozitif doğrusal ilişki saptanmıştır. Cinsiyete, serbest zaman aktivitelerine katılım sıklığına ve sportif aktivitelere aktif/pasif katılıma göre serbest zaman motivasyonu arasında fark anlamlı bulunurken, sosyal ve sanatsal/kültürel aktivitelere aktif/pasif katılıma göre anlamlı fark bulunamamıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Yaşam Tatmini, Serbest Zaman Motivasyonu, Serbest Zaman Katılımı

## LIFE SATISFACTION, LEISURE MOTIVATION, LEISURE PARTICIPATION: AN ANALYSIS ON PHYSICAL EDUCATION AND SPORT TEACHERS (KAYSERİ CITY EXAMPLE)

## ABSTRACT

The purpose of the study is to compare leisure motivations of physical education and sport teachers in Kayseri according to gender, frequency of leisure participation, active or passive participation in social/cultural/sport activities. Also the relationship between life satisfaction, leisure motivation and frequency of leisure participation will be determined.

Population of the study consists of 300 physical education and sport teachers working in primary and secondary schools. Accordingly the sample of the study consisted of 166 men ( $M_{age}=34.14\pm5.46$ ) and 59 women ( $M_{age}=31.34\pm5.04$ ) totaling 225 teachers ( $M_{age}=33.41\pm5.488$ ). For testing the life satisfaction “Life Satisfaction Scale” which was developed by Diener et.al. (1985) and adapted to Turkish language by Köker (1991) and Yetim (1991) was utilized. For measuring leisure motivation “Leisure motivation scale” that was developed by Pelletier et al. (1991) and adapted to Turkish language by Mutlu (2008) was used.

In statistical analyses; descriptive statistics, Pearson and Spearman Correlation analysis, Mann Whitney U, Kruskal Wallis Variance and One-way Multivariate Analysis of Variance (MANOVA) tests were used.

As a result; life satisfaction, leisure motivation and frequency of leisure participation yielded positive significant correlation. Significant differences were obtained in leisure motivation according to gender, frequency of leisure participation, active/passive participation in sport activities, meanwhile no significant difference was found according to active/passive participation in social/cultural activities.

**Key Words:** Life Satisfaction, Leisure Motivation, Leisure Participation

<sup>1</sup> Akdeniz Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Antalya

<sup>2</sup> Erciyes Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Kayseri

\* II. Uluslararası Beden Eğitimi ve Sporda Sosyal Alanlar Kongresinde Poster Bildiri Olarak Sunulmuştur.

## GİRİŞ

Uluslararası ve ulusal literatürde rekreatif aktivitelere katılan bireyler üzerine yapılan çalışmalarda sorulan sorulardan bazıları da bireylerin bu tür etkinliklere neden katıldığı, neden katılmadığı, nelerin bireyleri katılıma teşvik ettiği sorularıdır. Bu sorulara verilecek yanıtlar da 1970'li yıllardan itibaren özellikle serbest zaman motivasyonu kavramı ile ilgili kapsamlı bir literatürün üretilmesini sağlamıştır (1). Motivasyon; Vromm'un 1964 yılında yapmış olduğu tanıma göre, insanı harekete geçiren ve hareketlerin yönlerini belirleyen, onların düşünceleri, umutları, inançları kısaca arzu ihtiyaç ve korkularıdır (2). Carroll ve Alexandris'e (1997) göre motivasyona içsel ve dışsal uyarıcılar neden olur ve kişinin uyarıcılar veya güdüler yolu ile belirli bir motivasyon düzeyine ulaşması ise bireyin serbest zaman aktivitesine katılmasına veya karşılaştığı engelleri aşmasında önemli rol oynar (3). Serbest zaman motivasyonunu açıklamak amacıyla Iso-Aloha 1980'de üçgen formunda bir buzdağı modeli ortaya koymuştur ve bu modelde tepedeki faktörler açık ve kolayca erişilen serbest zaman davranışı nedenlerini ortaya koyarken (bundan zevk alıyorum), daha geniş tabanda yer alan faktörler ise gizli nedenleri göstermektedir (kalıtımla geçen özellikler, toplumsal etki, vb.) (4). Serbest zaman alanında önemli çalışmalar yapmış olan Neulinger 1974'de serbest zamanın iki çok önemli boyuta sahip olduğunu belirtmiştir. Bunlardan birincisi algılanan özgürlük diğeri ise içsel motivasyondur. Burada Neulinger içsel motivasyonu, serbest zaman aktivitesinin kendisine katılmaktan tatmin sağlanan bir kavram olarak tanımlamıştır (5). Deci ise içsel motivasyonu genel olarak bir aktiviteye tamamen alınacak zevk ve tatmin için katılmak olarak ifade etmektedir. Yani eğer bir birey içsel olarak motive olmuşsa maddi ödüller veya dışsal kısıtların yokluğunda da davranışı gönüllü olarak gerçekleştirecektir (6). İçsel motivasyonla ilgili literatüre dayanarak bu kavramla ilgili üç bölümden oluşan bir sınıflandırma yapılmış, buna göre içsel motivasyon bilmek, başarmak ve dürtüyü/uyarıyı hissetmek olarak sınıflandırılmıştır (7). İçsel motivasyonun tam tersi olarak birey aktiviteye, kendi iyiliği için değil, bir amaç uğruna katılıyor ve davranışlarını gerçekleştiriyorsa, bu da dışsal motivasyon olarak ifade edilmektedir (6). Deci ve Ryan 1985 yılında dışsal motivasyonu üç bölümden oluşan bir sınıflandırmayla sınıflandırmış ve dışsal düzenleme, içe atım ve belirleme şeklinde adlandırmışlardır (7). Motivasyonun içsel ve dışsal motivasyon dışında bir başka boyutu ise amotivasyon veya motivasyonsuzluk olarak ifade edilir. Motivasyonsuzluk yaşayan kişiler yetersizlik duygusunu ve kontrol eksikliğini yaşamaktadırlar (6).

Literatürde rekreatif aktivitelere katılan bireyleri konu alan birçok çalışmada yer alan ve serbest zaman unsurları ile ilişkilendirilen önemli bir kavram ise yaşam tatminidir. Bu kavram genel olarak kişinin kendi yaşamından duyduğu memnuniyeti ifade etmekte olup, "kişinin, iş, serbest zaman ve diğer iş dışı zaman olarak tanımlanan yaşama gösterdiği duygusal tepki olarak tanımlanabilir" (8). Diener ve ark. (1985) tarafından ise; yaşam tatmini bir bireyin kendi belirlediği kriterlere uygun bir biçimde bireyin tüm yaşamını pozitif değerlendirmesi olarak tanımlanmaktadır (9). Bireylerin yaşam tatminlerini etkileyen birçok unsur mevcuttur. Bu unsurlar Cutillo-Schmitter ve ark. (1999) tarafından şu şekilde sıralanmaktadır; günlük yaşamdan mutluluk duymak, yaşamı anlamlı bulmak, amaçlara ulaşma konusunda uyum, pozitif bireysel kimlik, fiziksel olarak bireyin kendisini iyi hissetmesi, ekonomik güvenlik ve sosyal ilişkilerdir (10). Kişinin fiziksel olarak kendini iyi hissetmesi unsuru, bireyin fiziksel olarak aktivitelere katılımının psikolojik ve ruhsal sağlığı ve yaşam tatminini olumlu olarak etkilemesidir. Serbest zaman literatüründe yaşam tatmininin ilişkilendirildiği kavramlar içinde serbest zaman tatmini (11, 12), ciddi serbest zaman (13), serbest zaman faydası (14), serbest zaman katılımı (12, 15, 16), serbest zamanda algılanan özgürlük (17), serbest zaman davranışında motivasyon (18) kavramları bulunmaktadır. İnsanlar, iyi değerlendirildiğinde yaşam tatminlerini olumlu etkileyen serbest zamanlarında, farklı nedenlerle ve beklentilerle, açık veya kapalı alanlarda, pasif veya aktif olarak, kentsel veya kırsal alanlarda çeşitli aktivitelere katılırlar (19). Bu çalışmada cinsiyet ve katılım sayısı yanı sıra özellikle bireylerin bu aktivitelere aktif veya pasif katılımları sorgulanmıştır. Serbest zaman aktivitelerine özellikle aktif katılımın bireyler üzerinde olumlu duygular yarattığı konusunda çeşitli çalışmalar mevcuttur (20, 21, 22).

Serbest zaman aktivitelerine aktif katılımın öneminin vurgulandığı günümüzde, Rekreasyon alanında ülkemizde son yıllarda büyük yatırımların olduğu gözlemlenmektedir. Bu yatırımların yoğun oranda yapıldığı illerden biri de İç Anadolu bölgemizin önemli kentlerinden biri olan Kayseri ilidir. Kayseri Belediyesi tarafından hazırlanan "Erciyes Dağı Kış Sporları ve Turizm Master Planı" ve içinde eğlence ve oyun parkı, hayvanat bahçesi, spor alanları, sosyal tesisler, buz pateni pisti, su kayağı parkı gibi alanlar bulunan "Harikalar Diyarı Projesi" bu ilimizi ön plana çıkaran bazı yatırımlar arasında yer almaktadır (23, 24).

Toplumda sporun yaygınlaşmasında lider rol oynayan ve insanlara küçük yaştan itibaren yaşam boyu spor alışkanlığı kazandırma misyonu olan beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin meslek dışı yaşamlarında da rekreatif aktivitelere katılarak yaşam kalitelerini ve doyumlarını arttırmaları toplumda bir rol model oluşturmaları açısından da önem kazanmaktadır. Rekreatif aktivitelere katılımda da beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin motivasyon düzeyleri çok önemli olduğu ve incelenmesi gerektiği düşünülmektedir. Bu amaçla, Kayseri'de görev yapan beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin serbest zaman motivasyonlarının cinsiyet, serbest zaman aktivitelerine katılım sıklığı ile sportif, sosyal ve sanatsal/kültürel aktivitelere aktif/pasif katılım değişkenlerine göre karşılaştırılması ve yaşam tatmini, serbest zaman motivasyonu ve serbest zaman aktivitelerine katılım sıklığı arasındaki ilişkiyi saptanmasıdır.

## MATERYAL VE YÖNTEM

**Araştırma Grubu:** Araştırmanın evreni Kayseri merkez ilçelerdeki ilk ve ortaöğretim okullarında görev yapan 300 beden eğitimi ve spor öğretmeninden oluşmaktadır. Çalışmada evreninin tamamına ulaşılmış (Tam Örnekleme), geri dönüşüm yaklaşık % 75 oranında kalmıştır. Buna göre; çalışmanın örneklemini Kayseri’de beden eğitimi ve spor öğretmeni olan 166 erkek ( $\bar{X}_{yaş}=34.14\pm5.46$ ) ve 59 kadın ( $\bar{X}_{yaş}=31.34\pm5.04$ ) toplam 225 ( $\bar{X}_{yaş}=33.41\pm5.488$ ) katılımcı oluşturmaktadır.

### Veri Toplama Araçları:

**Kişisel Bilgi Formu:** Çalışmada katılımcıların cinsiyet, yaş, medeni durum, mesleki kıdem, ekonomik düzey algısı, sahip olunan haftalık serbest zaman süresi, bir ayda ortalama serbest zaman aktivitelerine katılım sıklığı, sportif, sosyal ve kültürel/sanatsal aktivitelere aktif/pasif katılım ve rekreatif aktivitelerin kimlerle yapıldığı gibi bilgileri tespit etmek amacıyla kişisel bilgi formu geliştirilmiştir.

**Yaşam Tatmini Ölçeği:** Araştırmaya katılan bireylerin yaşam tatmininin belirlenmesinde Diener ve ark. (1985) tarafından geliştirilen “Yaşam Tatmini Ölçeği” kullanılmıştır (9). Ölçeğin Türkçeye uyarlanması Köker (1991) ve Yetim (1991) tarafından yapılmıştır (25, 26). Ölçek 1 (Hiç Uygun Değil) ile 7 (Tamamıyla Uygun) arasında değişen Likert tipinde 5 maddeden oluşan bir kendini değerlendirme ölçeğidir. Köker (1991) ölçeğin üç hafta arayla uygulanan test tekrar test tutarlılık katsayısının .85 olduğunu belirlemiştir (25). Yetim (1991) ise düzeltilmiş split-half değerini .75 ve KuderRichardson-20 değerini ise .78 olarak belirlemiştir. Bu çalışma kapsamında ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .85 olarak hesaplanmıştır (26).

**Boş Zaman Motivasyon Ölçeği (BZMÖ):** Katılımcıların serbest zaman motivasyonlarını belirlemek amacıyla Pelletier ve ark. (1989,1991) tarafından “Leisure Motivation Scale” geliştirilmiştir (27, 28). Bu ölçeğin Türkçeye adaptasyon çalışmaları Mutlu (2008) ve Güngörmüş (2012) tarafından yapılmıştır. Bu çalışmada Mutlu (2008) tarafından adaptasyonu yapılan ölçek kullanılmıştır (29, 30). Pelletier ve ark. (1989, 1991) tarafından geliştirilen orijinal ölçek, bireyleri rekreasyonel egzersizlere katılıma motive edebilecek faktörleri içeren 1- bilmek (içsel motivasyon), 2- başarmak (içsel motivasyon), 3- dürtüyü/uyarıyı hissetmek (içsel motivasyon), 4- belirlemek (dışsal motivasyon), 5- içe atım (dışsal motivasyon), 6- dış düzen (dışsal motivasyon) ve 7- motivasyonsuzluk gibi 7 alt faktör ve toplam 28 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte yer alan ifadeler “Hiç Katılmıyorum -1-” ve “Tamamen Katılmıyorum -7-” şeklinde 7’li Likert tipi ölçek üzerinde değerlendirilmektedir. Ölçeğin Türkçe adaptasyonu için yapılan güvenilirlik ve geçerlik çalışması sonucu ölçek toplam 22 madde ve 1- motivasyonsuzluk, 2- bilmek ve başarmak, 3- uyarıcı yaşama, 4- özdeşim/içe atım ve 5- dışsal düzenleme gibi 5 alt faktöre düşmüştür. Ölçekte yer alan ifadeler “Hiç Katılmıyorum -1-” ve “Tamamen Katılmıyorum -5-” şeklinde 5’li Likert tipi ölçek üzerinde değerlendirilmiştir. Ölçeğin toplam iç tutarlılık katsayısı ise .77 olarak bulunmuştur (29). Bu araştırma için ölçeğin geneline ilişkin iç tutarlılık katsayısı .75 iken, ölçeğin alt faktörlerine ilişkin iç tutarlılık katsayıları .43 ve .71 arasında saptanmıştır.

### Verilerin Toplanması:

“Kişisel Bilgi Formu”, “Yaşam Tatmini Ölçeği” ve “Boş Zaman Motivasyon Ölçeği” gönüllülük ilkesine göre Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerine Ocak-Şubat 2012 tarihleri arasında görev yaptıkları okul ortamlarında uygulanmıştır. Ölçeklerin uygulamasından önce öğretmenlere ölçekle ilgili bilgi verilmiş ve soruları içtenlikle yanıtlamalarının önemi açıklanmıştır. Ölçeklerin tamamlanması kişi başı yaklaşık 10 dakika zaman almıştır.

### Verilerin Analizi:

Verilerin analizinde kişisel bilgiler için betimsel istatistik yöntemleri frekans (n), yüzde (%), aritmetik ortalama ( $\bar{x}$ ) ve standart sapma (Ss) yanı sıra yaşam tatmini, serbest zaman motivasyonu ve serbest zaman aktivitelerine katılım sıklığı arasında ilişkiyi saptamak için Pearson ve Spearman Korelasyon Analizi, katılımcıların serbest zaman motivasyonlarının değişkenlere göre farkını test etmek amacıyla cinsiyete göre Mann Whitney U, aktivite sıklığına göre Kruskal Wallis Varyans Analizi ve sportif, sosyal ve sanatsal/kültürel aktivitelere aktif/pasif katılıma göre Tek Yönlü Çok Değişkenli Varyans Analizi (Manova) kullanılmıştır. Sonuçlar Pearson ve Spearman Korelasyon analizinde 0.01 ve 0.05, Mann Whitney U, Kruskal Wallis Varyans analizi ve Tek Yönlü Çok Değişkenli Varyans analizinde 0.05 anlamlılık düzeyinde değerlendirilmeye alınmıştır.

## BULGULAR

Bu bölümde örneklem grubundan elde edilen veriler istatistik işlemden sonra gruplanarak tablolar halinde gösterilmiştir.

Katılımcıların Yaşam Tatmini Ölçeği ile Boş Zaman Motivasyonu Ölçeğinin alt faktörlerinden aldıkları puan ortalamaları ve standart sapmaları Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1. Katılımcıların yaşam tatmini ve serbest zaman motivasyonu düzeyleri

	$\bar{x}$	Ss
<b>Yaşam Tatmini Ölçeği</b>	4.67	1.05
<b>Boş Zaman Motivasyonu Ölçeği</b>		
Motivasyonsuzluk	2.27	1.04
Bilmek ve Başarmak	3.75	.65
Uyaran Yaşama	3.77	.71
Özdeşim/ İçe Atım	3.72	.59
Dışsal Düzenleme	2.72	.89

Katılımcıların yaşam tatmini, serbest zaman motivasyonu ve serbest zaman aktivitelerine katılım sıklığı arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılan korelasyon analizine göre ise, yaşam tatmini, serbest zaman motivasyonunun tüm alt faktörleri ve katılım sıklığı arasında pozitif doğrusal bir ilişkinin olduğu ( $p < 0.01$ ,  $p < 0.05$ ) belirlenmiştir (Tablo 2).

Tablo 2. Bütün değişkenlerin korelasyon katsayıları

	1	2	3	4	5	6	7
<b>1.Yaşam Tatmini</b>		$r = .137^*$	$r = .006$	$r = .215^{**}$	$r = .195^{**}$	$r = .203^{**}$	$r = -.30$
<b>2. Aktivite Sıklığı</b>	$r = .137^*$		$r = -.184^{**}$	$r = .164^*$	$r = .199^{**}$	$r = .186^{**}$	$r = -.076$
<b>3.Motivasyonsuzluk (BZMÖ)</b>	$r = .006$	$r = -.184^{**}$		$r = -.246^{**}$	$r = -.212^{**}$	$r = .130$	$r = .595^{**}$
<b>4.Bilmek ve Başarmak(BZMÖ)</b>	$r = .215^{**}$	$r = .164^*$	$r = -.246^{**}$		$r = .552^{**}$	$r = .611^{**}$	$r = .064$
<b>5.Uyaran Yaşama(BZMÖ)</b>	$r = .195^{**}$	$r = .199^{**}$	$r = -.212^{**}$	$r = .552^{**}$		$r = .638^{**}$	$r = .049$
<b>6.Özdeşim/ İçe Atım(BZMÖ)</b>	$r = .203^{**}$	$r = .186^{**}$	$r = .130$	$r = .611^{**}$	$r = .638^{**}$		$r = .111$
<b>7.Dışsal Düzenleme(BZMÖ)</b>	$r = -.030$	$r = -.076$	$r = .595^{**}$	$r = -.064$	$r = .049$	$r = .111$	

\* $p < 0.05$ , \*\* $p < 0.01$

Katılımcıların serbest zaman motivasyon puanlarının cinsiyetlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek amacıyla yapılan analiz sonuçlarına göre; kadın ve erkek katılımcılar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ( $p < 0.05$ ). Buna göre; erkeklerin kadınlara göre "Motivasyonsuzluk" alt faktör puanlarının daha yüksek olduğu ( $Z_{(223)} = -2.49$ ;  $p < 0.05$ ); kadınların erkeklere göre "Bilmek ve Başarmak" alt faktör puanlarının daha yüksek olduğu ( $Z_{(223)} = -2.34$ ;  $p < 0.05$ ) saptanmıştır (Tablo 3).

Tablo 3.Serbest zaman motivasyon puanlarının cinsiyete göre karşılaştırılması

	Kadın n= (59)		Erkek n= (166)		Z
	$\bar{x}$	Ss	$\bar{x}$	Ss	
<b>Motivasyonsuzluk</b>	1.97	.91	2.37	1.07	-2.49*
<b>Bilmek ve Başarmak</b>	3.93	.66	3.69	.63	-2.34*
<b>Uyaran Yaşama</b>	3.80	.70	3.76	.72	-.09
<b>Özdeşim/ İçe Atım</b>	3.76	.56	3.70	.61	-.49
<b>Dışsal Düzenleme</b>	2.61	.93	2.75	.87	-1.04

\* $p < 0.05$

Katılımcıların serbest zaman motivasyon puanlarının bir ayda aktivitelerine katılım sıklığına göre farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek amacıyla yapılan analiz sonuçlarına göre; "Motivasyonsuzluk" ( $\chi^2_{(3,222)} = 9.06$ ;  $p < 0.05$ ), "Bilmek ve Başarmak" ( $\chi^2_{(3,222)} = 12.54$ ;  $p < 0.05$ ), "Uyaran Yaşama" ( $\chi^2_{(3,222)} = 12.85$ ;  $p < 0.05$ ) ve "Özdeşim/İçe Atım" ( $\chi^2_{(3,222)} = 10.02$ ;  $p < 0.05$ ) alt faktörleri üzerinde katılım sıklığı etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır. Yapılan ileri düzey karşılaştırmalar sonucunda; katılım sıklığı arttıkça "Motivasyonsuzluk" puanlarının düştüğü, aktivite sıklığı ayda 5-6 kez olanların ise "Bilmek ve Başarmak", "Uyaran Yaşama" ve "Özdeşim/İçe Atım" puanları ayda 1-2 kez ve 3-4 kez katılanlara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Tablo 4).

Tablo 4. Serbest zaman motivasyon puanlarının aylık aktivite katılım sıklığına göre karşılaştırılması

	1-2 kez n= (77)		3-4 kez n= (80)		5-6 kez n= (47)		7 ve üstü kez n= (21)		$\chi^2$
	$\bar{x}$	Ss	$\bar{x}$	Ss	$\bar{x}$	Ss	$\bar{x}$	Ss	
<b>Motivasyonsuzluk</b>	2.42	1.00	2.35	1.00	2.03	1.16	1.90	.95	9.06*
<b>Bilmek ve Başarmak</b>	3.61	.68	3.74	.62	4.04	.51	3.72	.73	12.54*
<b>Uyaran Yaşama</b>	3.63	.68	3.71	.67	4.06	.71	3.90	.82	12.85*
<b>Özdeşim/ İçe Atım</b>	3.58	.59	3.73	.59	3.91	.57	3.75	.58	10.02*
<b>Dışsal Düzenleme</b>	2.78	.89	2.75	.91	2.61	.87	2.63	.91	1.43

\* $p < 0.05$

Katılımcıların serbest zaman motivasyon puanlarının sportif, sosyal ve sanatsal/kültürel serbest zaman aktivitelerine aktif/pasif katılımlarına göre test etmek amacıyla yapılan analiz sonuçlarına göre; sportif aktivitelerde (*Hotelling's Trace*=.059;  $F_{(5,218)}=2.567; \eta^2=.056; p < 0.05$ ) anlamlı fark bulunmuştur. Takiben yapılan tek yönlü varyans analizi (univariate) sonuçları, serbest zaman motivasyon puanının “Bilmek ve Başarmak” ( $F_{(1,222)}=3.68; \eta^2=.016; p < 0.05$ ) alt faktöründe aktif katılanlarda daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır. Sosyal (*Hotelling's Trace*=.039;  $F_{(5,216)}=1.692; \eta^2=.038; p > 0.05$ ) ve sanatsal/kültürel aktivitelerde (*Hotelling's Trace*=.022;  $F_{(5,213)}=.952; \eta^2=.022; p > 0.05$ ) ise istatistiksel olarak anlamlı fark bulunamamıştır (Tablo 5).

Tablo 5. Serbest zaman motivasyon puanlarının sportif, sosyal ve sanatsal/kültürel aktivitelere aktif ve pasif katılıma göre karşılaştırılması

		Aktif n= (193)		Pasif n= (31)	
		$\bar{x}$	Ss	$\bar{x}$	Ss
<b>Sportif Aktiviteler</b>	<b>Motivasyonsuzluk</b>	2.24	.07	2.45	.18
	<b>Bilmek ve Başarmak</b>	3.78	.04	3.54	.11
	<b>Uyaran Yaşama</b>	3.79	.05	3.63	.12
	<b>Özdeşim/ İçe Atım</b>	3.70	.04	3.79	.10
	<b>Dışsal Düzenleme</b>	2.68	.06	2.96	.16
		Aktif n= (134)		Pasif n= (88)	
		$\bar{x}$	Ss	$\bar{x}$	Ss
<b>Sosyal Aktiviteler</b>	<b>Motivasyonsuzluk</b>	2.24	.09	2.29	.11
	<b>Bilmek ve Başarmak</b>	3.78	.05	3.70	.07
	<b>Uyaran Yaşama</b>	3.83	.06	3.68	.07
	<b>Özdeşim/ İçe Atım</b>	3.70	.05	3.74	.06
	<b>Dışsal Düzenleme</b>	2.66	.07	2.81	.09
		Aktif n= (80)		Pasif n= (139)	
		$\bar{x}$	Ss	$\bar{x}$	Ss
<b>Sanatsal/Kültürel Aktiviteler</b>	<b>Motivasyonsuzluk</b>	2.31	.11	2.26	.09
	<b>Bilmek ve Başarmak</b>	3.84	.07	3.70	.05
	<b>Uyaran Yaşama</b>	3.82	.08	3.74	.06
	<b>Özdeşim/ İçe Atım</b>	3.76	.06	3.68	.05
	<b>Dışsal Düzenleme</b>	2.67	.10	2.77	.07

## TARTIŞMA

Katılımcıların serbest zaman motivasyon ölçeğinden elde ettiği puanlar incelendiğinde en yüksek ortalamanın “Uyaran Yaşama” boyutunda, en düşük puanın ise “Motivasyonsuzluk” boyutunda olduğu görülmektedir. Mutlu ve ark. (2011) tarafından yine Kayseri ilinde spor tesislerinde sağlık ve zindelik programlarına katılan bireylere yapılan bir çalışmada da yine en düşük puan “Motivasyonsuzluk” boyutunda iken, en yüksek puan “Uyaran Yaşama” boyutunda elde edilmiştir. Bu anlamda Kayseri ilinde yaşayan beden eğitimi ve spor öğretmenleriyle zindelik ve sağlık programlarına katılan bireylerin benzer motivasyon özellikleri sergiledikleri görülmektedir (31). Rekreasyon katılımcıları ile sporcuların serbest zaman motivasyonlarının karşılaştırıldığı bir çalışmada rekreasyon katılımcılarının da en düşük puanları motivasyonsuzluktan aldığı görülmüştür (32). Çalışmanın önemli sonuçlarından biri, yaşam tatmini, serbest zaman



motivasyonu ve serbest zaman aktivitelerine katılım sıklığı arasında pozitif doğrusal ilişkinin olduğu. Bu bulgular, Wang (2008) tarafından yaşlı bireylere yapılan bir çalışmanın sonuçları ile paralellik göstermektedir (33). Bu üç değişken arasında pozitif yönde anlamlı doğrusal ilişkiler saptanmıştır. Ayrıca yaşam tatmini ve serbest zaman katılımı arasında da anlamlı pozitif doğrusal ilişkinin olduğu Huang ve Carleton (2003) tarafından üniversite öğrencilerine yapılan bir çalışmada da bulunmuştur (12). Serbest zaman aktivitelerine katılım sıklığının yaşam tatminini etkileyen en önemli belirleyici olduğu da Şener ve ark. (2007) tarafından yapılan çalışmada ortaya konmuştur (16). Değişkenler arasındaki ilişkiler açısından bu çalışmayla örtüşen bir başka çalışma ise serbest zamanda yapılan fiziksel aktivitelere katılım sıklığının katılımı ilgili motivasyondan etkilendiği sonucuna ulaşan çalışmadır (34). Morrison (2008) tarafından yapılan bir başka çalışmada da 17 yaşından küçük çocuğu olan kadınların serbest zamanı bir öncelik haline getirme konusundaki motivasyonlarının serbest zaman katılımını olumlu etkilediği sonucuna varılmıştır (35).

Cinsiyete göre bakıldığında; çalışmamızda erkeklerin "Motivasyonsuzluk", kadınlarda ise "Bilmek ve Başarmak" puanları daha yüksek bulunmuştur. Bu bulgu Mutlu ve ark., (2011) tarafından yapılan çalışma ile örtüşmektedir (31). Ayrıca Fortier ve ark., (1995) çalışmasında da kadınların başarıma puanlarının erkeklerle göre daha yüksek olduğu, motivasyonsuzluğun ise erkeklerde daha yüksek çıktığı bulgularına ulaşılmıştır (32).

Kayseri ilinde beden eğitimi ve spor öğretmenlerine yapılan bir çalışmada serbest zamanda aktif spora katılma düzeylerinin %65.1 olduğu, %34.9'unun ise spor yapmadığı ortaya konmuştur (36). Bu çalışmada ise aktif spor yaptığını ifade eden beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin %86.1 oranına yükseldiği görülmektedir. Kayseri ilinde spor turizmi ve rekreasyon alanında yapılan yatırımların bu katılımları arttıracığı ve diğer illere örnek olacağı düşünülmektedir.

## SONUÇ

Sonuç olarak; yaşam tatmini, serbest zaman motivasyonu ve serbest zaman aktivitelerine katılım sıklığı arasında pozitif doğrusal ilişki saptanmıştır. Cinsiyete, serbest zaman aktivitelerine katılım sıklığına ve sportif aktivitelere aktif/pasif katılıma göre serbest zaman motivasyonu arasında fark anlamlı bulunurken, sosyal ve sanatsal/kültürel aktivitelere aktif/pasif katılıma göre anlamlı fark bulunmamıştır.

Ülkemiz kültüründe serbest zaman motivasyonu ve onunla ilişkili olabilecek yaşam tatmini, serbest zaman katılımı, serbest zaman tatmini, serbest zaman engelleri, serbest zaman engelleri ile baş etme gibi kavramların literatürdeki kuramlarda dikkate alınarak farklı niteliklere sahip örneklem gruplarında incelenmesi genellenebilir sonuçların ortaya çıkmasını sağlayabilecektir.

## KAYNAKLAR

1. Kim, B., Heo, J., Chun, S., Lee, L., "Validation of the Leisure Facilitator Scale", *Leisure/Loisir*, 35(4), p.p. 391-405, 2011.
2. Öztürk, Z. DüNDAR, H., "Örgütsel Motivasyon ve Kamu Çalışanlarını Motive Eden Faktörler", *C.Ü. İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 4(2), p.p. 57-67, 2003.
3. Carroll, B., Alexandris, K., "Perception of Constraints and Strength of Motivation: Their Relationship to Recreational Sport Participation", *Journal of Leisure Research*, 29(3), p.p. 279-299, 1997.
4. Fawcett, L.M., Garton, A.F., Dandy, J., "Role of Motivation Self-efficacy and Parent Support Adolescent Structured Leisure Activity Participation", *Australian Journal of Psychology*, 61(3), p.p. 175-182, 2009.
5. Dillard, J.E., Bates, D.L., "Leisure Motivation Revisited: Why People Recreate", *Managing Leisure*, 16(4), p.p. 253-268, 2011.
6. Pelletier, L.G., Fortier, M.S., Vallerand, R.J., Tuson, K.M., Brière, N.M., Blais, M.R., "Toward a New Measure of Intrinsic Motivation, Extrinsic Motivation, and Amotivation in Sports: The Sport Motivation Scale (SMS)", *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 17, p.p. 35-53, 1995.
7. Vallerand, R.J., Pelletier, L.G., Blais, M.R., Brière, N.M., Senécal, C. B., Vallières, E.F., "The Academic Motivation Scale: A Measure of Intrinsic, Extrinsic, and Amotivation in Education", *Educational and Psychological Measurement*, 52, p.p. 1003-1017, 1992.
8. Hong, S.M., Giannakopoulos, E., "The Relationship of Satisfaction with Life to Personality Characteristics", *Journal of Psychology Interdisciplinary & Applied*, 128(5), p.p. 547-558, 1994.
9. Diener, E., Emmons, R.A., Larsen, R.J., Griffin, S., "The Satisfaction with Life Scale", *Journal of Personality Assessment*, 49, p.p. 71-75, 1985.
10. Cuttillo-Schmitter, T.A., Zisselman, M., Woldow, A., "Life Satisfaction in Centenarians Residing in Long-term Care", *Annals of Long Term Care*, 7(12), p.p. 437-442. 1999.
11. Brown, B., Frankel, B.G., "Activity through the Years: Leisure, Leisure Satisfaction and Life Satisfaction", *Sociology of Sport Journal*, 10, p.p.1-17, 1993.
12. Huang, C.Y., Carleton, B., "The Relationships among Leisure Participation, Leisure Satisfaction, and Life Satisfaction of College Students in Taiwan", *Journal of Exercise Science and Fitness*, 1(2), p.p. 129-132, 2003.
13. Heo, J., Lee, Y., "Serious Leisure, Health Perception, Dispositional Optimism, and Life Satisfaction among Senior Games Participants", *Educational Gerontology*, 36, p.p. 112-126, 2010.

**YERLİSU LAPA, T., AĞYAR, E., BAHADIR, Z., “Yaşam Tatmini, Serbest Zaman Motivasyonu, Serbest Zaman Katılımı: Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenleri Üzerine Bir İnceleme (Kayseri İli Örneği)”**

14. Nimrod, G., “Retirees’ Leisure: Activities, Benefits, and their Contribution to Life Satisfaction”, *Leisure Studies*, 26(1), p.p. 65-80, 2007.
15. Poulsen, A.A., Ziviani, J.M., Cuskelly, M., “General Self-concept and Life Satisfaction for Boys with Differing Levels of Physical Coordination: The Role of Goal Orientations and Leisure Participation”, *Human Movement Science*, 25, p.p. 839-860, 2006.
16. Şener, A., Terzioğlu, R.G., Karabulut, E., “Life Satisfaction and Leisure Activities during Men’s Retirement: A Turkish Sample”, *Aging & Mental Health*, 11(1), p.p. 30-36, 2007.
17. Poulsen, A.A., Ziviani, J.M., Johnson, H., Cuskelly, M., “Loneliness and Life Satisfaction of Boys with Developmental Coordination Disorder: The Impact of Leisure Participation and Perceived Freedom in Leisure”, *Human Movement Science*, 27, p.p. 325-343, 2008.
18. Guinn, B., “Leisure Behaviour Motivation and the Life Satisfaction of Retired Persons”, *Activities, Adaptation & Aging*, 23(4), p.p. 13-20, 1999.
19. Karaküçük, S., *Rekreasyon*, Gazi Kitapevi, Ankara, 2005.
20. Caldwell, L., Smith, E., Weissenger E., “The Relationship of Leisure Activities and Perceived Health of College Students”, *Society and Leisure*, 15(2), p.p. 545–556, 1992.
21. Murphy, H., “Exploring Leisure and Psychological Health and Wellbeing: Some Problematic Issues in the Case of Northern Ireland”, *Leisure Studies*, 22(1), p.p. 37–50, 2003.
22. Şener, A., “Yaşlılık, Yaşam Doyumu ve Boş Zaman Faaliyetleri”, *Çağın Polisi Dergisi*, 93, <http://www.sdergi.hacettepe.edu.tr/yasamdoyumu.pdf>, 2009.
23. <http://www.kayseri.bel.tr/web2/index.php?page=erciyes-master-plani>
24. [http://haberekonomi.yatirimyeri.com/ic-anadolunun-en-iddiali-rekreasyon-projesi-kayseride-gerceklesiyor\\_28781.html](http://haberekonomi.yatirimyeri.com/ic-anadolunun-en-iddiali-rekreasyon-projesi-kayseride-gerceklesiyor_28781.html)
25. Köker, S., *Normal ve Sorunlu Ergenlerin Yaşam Doyumu Düzeylerinin Karşılaştırılması*, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 1991.
26. Yetim, Ü., *Kişisel Projelerin Organizasyonu ve Örüntüsü Açısından Yaşam Doyumu*, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Doktora Tezi, İzmir, 1991.
27. Pelletier, L.G., Vallerand, R.J., Briere, N.M., Blais, M.R., *Construction Et Validiation de l’Échelle de Motivation Vis-à-Vis des Loisirs (EML)*, Communication Présentée au Congrès Annual de la SQRP, Octobre, 1989.
28. Pelletier, L.G., Vallerand, R.J., Blais, M.R., Briere, N.M., “Leisure Motivation Scale (LMS–28)”, [http://www.er.uqam.ca/nobel/r26710/LRCS/echelles\\_en.htm](http://www.er.uqam.ca/nobel/r26710/LRCS/echelles_en.htm), 1991.
29. 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.
30. 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.
31. Mutlu, İ., Yılmaz, B., Güngörmüş, H.A., Sevindi, T., Gürbüz, B., “Bireyleri Rekreasyonel Amaçlı Egzersize Motive Eden Faktörlerin Çeşitli Değişkenlere Göre Karşılaştırılması”, *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 13(1), p.p. 54-61, 2011.
32. Fortier, M.S., Vallerand, R.J., Briere, N.M., Provencher, P.J., “Competitive and Recreational Sport Structures and Gender: A Test of Their Relationship with Sport Motivation”, *International Journal of Sport Psychology*, 26, p.p. 24-39, 1995.
33. Wang, C.C., *Leisure Participation, Leisure Motivation, and Life Satisfaction for Elders in Public Senior Resident Homes in Taiwan*, The University of Incarnate Word, Doctoral Dissertation, 2008.
34. Chiu, L.K., Kayat, K., “Psychological Determinants of Leisure Time Physical Activity Participation among Public University Students in Malaysia”, *AJTLHE*, 2(2), p.p. 33-45, 2010.
35. Morrison, K.S., *Moving beyond Constraints: Understanding How and Why Physically Active Women make Leisure a Priority*, The University of New Brunswick, Master Dissertation, 2008.
36. İşlertaş, N., *Spor Tesislerinden Yararlanan Beden Eğitimi Öğretmenlerinin İstek ve Beklentileri (Kayseri İli Örneği)*, Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Niğde, 2006.